

## NELLA NOSTRA SCUOLA LE PERSONE VENGONO PRIMA DEI PROGRAMMI

**Un percorso teorico esperienziale che combina  
respiro, musica, movimento, l'ascolto e incontro  
con gli altri per portare gioia e appagamento  
in ogni aspetto della tua vita.**

### COSA DICONO DELLA NOSTRA SCUOLA

Per me la scuola è stato un meraviglioso trampolino di lancio verso una nuova vita.

*Filomena V. – Estetista Massagiatrice*

Per me la scuola è stata un grande insegnamento all'accoglienza, all'accettazione e al rispetto assoluto dei tempi di ogni persona.

*Cinzia B. – Impiegata*

In questo percorso ho imparato che la diversità di ognuno è una risorsa. Ho vissuto la comunione di intenti con gioia ed amore potenziando le mie qualità.

*Fabio A. – Tassista*

Sono passata da un mondo in bianco e nero a uno in technicolor. E' stato come aver aperto una finestra di una stanza grigia e vedere che un'altra vita è possibile.

*Ivana R. – Impiegata*

La scuola mi ha insegnato ad aprirmi alla vita, alla gioia e alle responsabilità in modo leggero, a capire che tutto quello che mi succede nella vita non è per caso ma nasconde delle lezioni da imparare sempre per dare valore alla nostra vita stessa.

*Teresa A. – Cuoca*

Ho sperimentato e imparato a non giudicare ed ho scoperto che facendo cadere il muro del giudizio, si può conoscere veramente gli altri, sé stessi e quindi AMARE!

*Giusi R. – Impiegata*

La scuola è un cammino di luce anche nei momenti più bui, la fiducia e l'amore per sé stessi e per gli altri sono presenti in ogni prezioso istante che abbiamo vissuto.

*Alessandro L. - Ingegnere*

### FESTA DI PRESENTAZIONE

Domenica 20 Maggio 2012  
inizio ore 14

**PARTECIPAZIONE GRATUITA**

É gradita una conferma di partecipazione

Troverai un buffet delizioso,  
un ambiente caldo e accogliente,  
divertimento e persone interessanti.  
Potrai partecipare ad una sessione di  
**RESPIRO CONSAPEVOLE** per imparare a  
rilassarti e a rigenerarti.

**PRENOTA SUBITO E COMINCIA**

**ORA UNA NUOVA VITA.**

**Chiamaci ai numeri**

**02 21590254 - 3489023583**

**TI ASPETTIAMO!!**

### ISCRIZIONI APERTE PRESSO LA SEGRETERIA DEL CENTRO DHARMA

Per chi lo desidera è possibile  
firmare un incontro informativo *senza impegno*  
con la Dott.ssa Daniela Zicari

### INIZIO SCUOLA

**weekend del 20/21 Ottobre 2012**

(seguirà un weekend al mese)

**CENTRO DHARMA**

Via Saccardo, 39 – Milano

Tel. 02 21590254 (dal lun. al ven. 14,00 – 18,00)

Mobile 3489023583

info@felicetrasformazionepersonale.it

www.felicetrasformazionepersonale.it



(già Scuola di Breathwork Counseling)  
Potenziato dalle migliori e più efficaci metodiche  
per la crescita personale



# SCUOLA DI FELICE TRASFORMAZIONE PERSONALE



**CON**

**DANIELA ZICARI**

**Da 11 anni moltissime persone hanno seguito la nostra Scuola con risultati superiori alle loro aspettative e la maggioranza di esse continuano a frequentare i nostri corsi e il nostro Centro.**

#### **COS'È LA SCUOLA**

Uno speciale corso di formazione, della durata di tre anni, che tratta due importanti aree di approfondimento: la prima rivolta alla crescita personale (sviluppo dell'individuo) mentre la seconda è maggiormente mirata alla formazione professionale in breathwork counseling.

E' una speciale scuola che unisce le discipline orientali con le moderne scoperte scientifiche sull'uso del respiro consapevole e il funzionamento della mente. Il percorso prevede sia una parte di lavoro esperienziale sia teorica, in modo da approfondire in maniera più completa gli argomenti trattati durante il percorso.

#### **IL BREATHWORK**

Breathwork significa "lavorare con il respiro". E' un metodo di sviluppo personale e di benessere psicofisico, realizzato attraverso la respirazione. L'idea chiave di questo approccio è che la respirazione, che ha un ruolo fondamentale nella vita fisiologica di ognuno di noi, è strettamente collegata anche alla vita emozionale e mentale dell'individuo. Cambiare il proprio modo di respirare significa quindi, portare nella propria vita maggiore Serenità, Forza, Vitalità e Creatività.

#### **I BENEFICI DEL BREATHWORK**

- Ridurre lo stress
- Vivere con maggiore equilibrio
- Trovare calma e rilassamento
- Dormire meglio
- Disintossicarsi
- Sentirsi completi e degni
- Aumentare la capacità di intuizione
- Contattare e trasformare le emozioni



#### **IL COUNSELING**

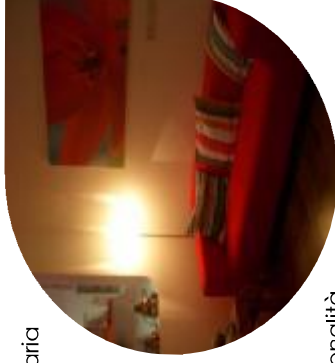
E' una disciplina d'aiuto che attraverso l'empatia e la creazione di uno spazio profetico di comunicazione, guida la persona a comprenderli meglio e a trovare la soluzione ai propri problemi.

#### **I BENEFICI DEL COUNSELING**

- Miglioramento della comunicazione e delle relazioni
- Capacità di trovare in sé nuove possibilità e soluzioni
- Facilitazione dell'ascolto interiore e della chiarezza mentale
- Miglioramento della qualità del proprio lavoro
- Riconoscimento dei propri bisogni
- Risoluzione dei conflitti

#### **PARTECIPANDO ALLA SCUOLA TROVERAI**

- Una sede calda, accogliente e ospitale che ti farà sentire a casa.
- L'energia straordinaria della Direttrice Daniela Zicari, che ti condurrà e ti affiancherà, in questo percorso, con la sua grande esperienza.
- La conoscenza, la sensibilità e una eccellente professionalità.
- Una grande varietà di tecniche efficaci per trarre il massimo dalla tua respirazione, come: il Respiro del Cuore per portare più amore nella tua vita; il Respiro del Fuoco per aumentare la tua passione; il Respiro del Buddha per conoscere la vera pace; il Respiro del Nutrimento per aprirti a ricevere; il Respiro dell'Aquila per contattare la tua spiritualità; il Respiro dei Chakras per riequilibrare la tua energia ... e molte altre ancora.
- Un'opportunità per diventare un Professionista delle Relazioni d'Aiuto.



#### **PROGRAMMA**

Frequentando la nostra scuola, potrai conoscere e approfondire diversi argomenti di grande interesse. Tra i tanti troverai:

- Gli elementi basilari del respiro, con particolare attenzione agli effetti fisici ed emotivi e sviluppo della pratica;
- Migliorare la tua autostima e il tuo potere personale;
- Sviluppo delle tecniche di ascolto e di relazione d'aiuto e delle abilità di Counseling;
- La relazione tra la prosperità, il denaro e il lavoro;
- Nuove prospettive della comunicazione;
- Trasformare le tue relazioni in relazioni appaganti;
- Affrontare eventuali disagi sul lavoro e imparare a trasformarli;
- Lavorando con le tue risorse, potrai dare valore alla tua persona e migliorare così la tua soddisfazione personale e professionale.

#### **DOMANDE PIÙ FREQUENTI**

##### **Quali risultati ottengo?**

Migliorerai la tua vita, conoscendo meglio te stesso e facendo emergere le tue qualità, i tuoi talenti, e le tue emozioni, imparando a conoscere la vera essenza di Te stesso, al di là delle maschere. Anche se il mondo intorno a Te non cambia, sarà il tuo nuovo modo di affrontare le cose e la tua vita a cambiare.

##### **Perché scegliere questa scuola?**

E' una scuola di esperti professionisti nella relazione d'aiuto, unica e appassionante nel suo genere che offre l'eccellenza di insegnamento rispetto alla respirazione, alla crescita personale e contemporaneamente al counseling. La forte parte esperienziale che vivrai, ricca di tante proposte, assieme al grande lavoro su di Te, per il senso di appartenenza che si crea, per la libertà di espressione e la mancanza di giudizio, ti rendono un valido grande passo verso la Tua crescita personale e professionale.

##### **Sono obbligato/a a frequentare per tutti i 3 anni?**

L'impegno riguarda la partecipazione a un anno alla volta e non è richiesta l'iscrizione all'intero percorso. Ogni anno potrai decidere se continuare o fermarti. Il 98% delle persone decidono di andare avanti, visto che il benessere che trovano è davvero molto alto.

*"É rarissimo trovare un tale livello di competenza, professionalità, di qualità umana e di organizzazione tutte insieme."*

*Dr. Marco Venanzi – Medico Omeopata, Ipnoterapeuta, Agopuntore*

#### **LA NOSTRA MISSIONE**

La Scuola è nata da un desiderio così forte che non poteva che realizzarsi e che l'ha resa ciò che è oggi: uno speciale percorso di crescita personale e professionale.

La nostra missione è di permettere a tutti coloro che hanno voglia di crescere, vivere meglio e trasformarsi in maniera gioiosa e profonda, di avvalersi della nostra esperienza e competenza, aperti al miglioramento, all'attenzione e all'ascolto.

in un clima di gioia, rispetto e accoglienza.

Alla Scuola di Felice Trasformazione Personale, onoriamo l'unicità di ognuno di voi,

aiutiamo a scoprire talenti e a coltivare creatività.



La Scuola di Felice Trasformazione Personale è riconosciuta e associata alla SIAF Società Italiana Armonizzatori Familiari