



Evrenin Özgün Sesleri ile Meditasyon

"Primordial Sound Meditation"



Meditasyon, Derin Zihin Dinlendirme Teknikleri ve Yüksek Farkındalık Seviyeleri Eğitim Semineri

İç organlarımızın büyük çoğunluğu gece uykusunda dinlenmeye geçerken, beyniniz bilinçaltı aktivitesi ve rüya görme gibi prosesler yüzünden dinlenmemektedir. Peki bu durumda beyine "gerçek" bir dinlenmeyi sunmak için ne yapmak gerekir?

Bu eğitim seminerinde sadece zihni en derin düzeyde dinlendirmeyi öğrenmekle kalmayacak, aynı zamanda dünyanın en kolay ve en etkili meditasyon tekniklerinden birisini de öğreneceksiniz. Ayrıca:

- Bir çok insanın sadece beden, zihin ve egodan ibaret olduğunu sandığı yapınızın sonsuz boyutlarını keşfedecek,
- Sizi mutsuz eden ya da hayatınızı monotonluğa sürüklemiş şeyleri değiştirmek konusundaki korku, konformizm, ego ve/veya onay-beğeni beklentisi bariyerlerini nasıl aşacağınızı öğrenecek,
- Hayatınızda bağımlılık haline gelmiş unsurlardan (kişi, olay, olgu, madde) kurtulma konusunda meditasyonun nasıl ve neden etkili olduğunu öğrenecek,
- Uyku kalitenizi dramatik düzeyde arttıracak,
- Her konudaki konsantrasyonunuzu daha önce hiç deneyimlemediğiniz yüksek düzeylerde arttırmayı öğrenecek,
- İçsel biyo-enerji seviyelerinizi yükselterek, bağışıklığınızı güçlendirmenin meditasyonla nasıl mümkün olduğunu öğrenecek,
- Önsezilerinizi ve normal-üstü algılarınızı çok daha üst düzeylere çıkarmayı öğrenecek, bu gelişmiş hali ile önsezilerinizi çok daha etkin olarak gündelik yaşamda nasıl kullanabileceğinizi keşfedecek,
- Size hiç bir ilacın sağlayamayacağı müthiş bir anti-aging enstrümanı elde etmiş olacak,
- Yaratıcılığınızda büyük sıçramalar gerçekleştirerek, akıl-

beden-zihin ve ego seviyesinin ÖTESİNE geçmeyi öğrenecek,

- Olumlama, imgeleme, NLP gibi yöntemlerin çok yararlı yöntemler olmakla birlikte neden MEDITASYON sayılmayacağını anlayacak,
- Şu anda gündelik yaşamınızı kazanmak için hangi işi yapıyor olursanız olun, sizi coşkulu-mutlu-sağlıklı üretkenliğe götürecek ve bugünkünden de daha büyük bir bolluk-bereket getirecek bir üretkenlik alanını ZİHİN ve EGO ÖTESİ alandan nasıl bulacağınızı anlamının yolunu keşfedecek,
- Bu yöntemle yapılan meditasyonun insan sağlığına özellikle hangi patolojilerde iyi geldiğini HARVARD TIP Fakültesi'ne bağlı BENSON HENRY ENSTİTÜSÜ verilerinden öğrenmiş olacaksınız. (Bkz. <http://www.mgh.harvard.edu/bhi/>)
- Daha önce başka meditasyon kurslarına katılmış ancak pratiği yaşamına entegre etmeyi başaramamış, ya da, o zamanlar derinlemesine anlayamamış olsanız bile, bu kurs size kesinlikle çok faydalı olacak, kafanızdaki bir çok soru net yanıtlara kavuşacaktır.

Eğer hayatın sadece biyolojik, duygusal ve sosyal ihtiyaçları gidermenin çok ötesinde bir olgu olduğunu yüreğinizin en derinlerinde seziniyor ve bu konu başlıkları sizlerin de ilgisini çekiyorsa, bütün bu bilgileri öğrenmek ve öğrenmekle de kalmayarak, gerçek anlamda içselleştirerek, tam bir DÖNÜŞÜME ve YENİLENMEYE doğru adım atmak istiyorsanız, nöro-endokrinolog Dr.Deepak Chopra ve Nörolog Dr.David Simon tarafından son derece dahiyane bir şekilde formüle edilip, modern nöro-fizyolojinin testinden geçirilerek günümüze uyarlanmış 7,000 yıllık bu kadim meditasyon sistemini hayatınıza kazandırmak için bu seminer çok iyi bir fırsat olabilir.

Dr.Deepak Chopra Hakkında...



Dr.Deepak Chopra tamamlayıcı tıp konusunda çağımızın en önemli hekimlerinden, yazar ve düşünürlerinden birisidir. (Nöro-endokrinoloji uzmanıdır)

TIME Dergisi kendisini "20.ci Yüzyılın en önemli ikonlarından birisi ve Amerikan tarihinin en önemli beş hatip konuşmacısından birisi" şeklinde nitelemiştir.

Şimdiye kadar yazdığı 59 kitap, 60'tan fazla dile çevrilmiş ve yazdığı kitapların büyük kısmı hep NY TIMES BEST SELLER listelerine girmiştir.

Henüz Türkçe'de yayınlanmamış olan ünlü eseri "The Seven Spiritual Laws

of Success" (*Başarının Yedi Ruhani Yasası*) adlı kitabı NY TIMES tarafından "bir insanın ölmeden okuması gereken 100 Temel Eserden birisi..." olarak nitelendirilmiştir. Kendisi Albert Einstein Tıp Akademisi Onur Ödülü sahibidir.

GORBACHOV tarafından "Çağımızın en etkileyici düşünür hekimlerinden birisi, gerçek bir TIP FİLOZOFU" nitelemesi kullanılmıştır. Dr.Deepak Chopra tamamlayıcı tıp alanında daha bir çok onur ödülünün de sahibi; İtalyan Cumhurbaşkanlığının da BİLİM ŞÖVALYESİ Onursal ünvanına sahiptir.

Halen California'da kurucusu olduğu Chopra Üniversitesi'ndeki çalışmalarının yanında, yılda bir dönem Harvard Tıp Fakültesinde de ders vermektedir. Ayrıca kendisi dünyaca ünlü araştırma kuruluşu GALLUP tarafından BAŞ BİLİM ADAMI (*Chief Scientist*) seçilerek, insan refahı ve sağlığı üzerine yapılan araştırmaların tasarım ve liderliğini yapmaktadır.

Eğitim Semineri Bilgileri

Eğitmen : Utku Oğuz (*Chopra Üniversitesi Uluslararası Meditasyon Eğitmeni*)

Yer : Grand Hyatt Hotel veya Shangrila Hotel
(Hangisinde olacağı eğitim öncesinde duyurulacaktır)

Açıklama: Eğitim Dili Türkçedir.

Her eğitim konferansına en fazla 10 kişi kabul edilmektedir.

1 - Katılmak isteyenlerin doğum bilgilerini* (doğum tarihi [gün, ay, yıl], doğum saati, doğum yeri [ilçe ve il] bilgilerini utku67@gmail.com adresine göndermeleri rica olunur.

* nüfus kağıdında yazılı bilgiler ile gerçek-fiziksel doğum tarihi arasında fark olması durumunda gerçek-fiziksel tarihin dikkate alınması gerekmektedir .

2 - Katılmak isteyenlerin dört gün öncesine kadar bildirmelerini rica ederiz.

3 - Eğitimler her ay bir veya iki defa, Cumartesi - Pazar günleri saat 15:00 ile 18:30 arasında iki ardaşık güne bölünerek yapılmaktadır.

Birinci gün meditasyonun ne olduğu, tarihi, felsefesi ve günümüzün modern bilimsel bilgileri ışığı altında insan sağlığına olan yararları hakkında detaylı bilgiler verilmekte ve uygulamanın temel kuralları öğretilmektedir. İkinci gün ise, uygulamanın pekiştirilmesi ve ancak düzenli meditasyon yapılması ile ulaşılabilecek beden-zihin ve ego ötesi alanlardaki yüksek farkındalık seviyelerine ilişkin bilgiler verilecektir.

4 - Bu kurs interaktif bir eğitim değildir. Hiç bir surette kişilere herhangi bir soru yöneltilmemektedir. Sadece bilgi aktarımı yapılmaktadır. Ancak dileyen herkes istediği her türlü soruyu eğitime sormakta serbesttir.

Utku Oğuz Hakkında...



1967 yılında Konya'da doğan Utku Oğuz İ.Ü. İşletme Fakültesini bitirdikten sonra ABD'inde "uluslararası iş idaresi" üzerine yüksek lisans yaptı.

Yurtdışında ve ülke içinde ilaç firmalarında çeşitli kademelerde çalıştı, halen de bu alandaki Türkiye'nin en büyük şirketlerinden birinde yönetim kurulu üyesidir.

Özellikle en yakınlarındaki kişilerin NORBEKOV sistemi ile cerrahisiz, sadece düşünce gücü ile gözlüklerinden kurtularak görme kusurlarını SIFIRA indirdiklerine tanık olduktan sonra, düşünce gücü ile tedavi, kuantum bilinç alanı, birleşik alan teorisi, biyoenerji gibi konulara ilgisi daha da arttı ve bu alanda derin araştırmalar yaptı, yurtiçinden ve dışından değişik hocalarla uzun süren çalışmalar yaptı.

Bu alandaki insanın kendisi ile ilgili yapılabileceği en son, en kalıcı ve en derin çalışmanın MEDİTASYON olduğunu, ve bu gerçekleşmedikçe de DÖRT

YÜKSEK FARKINDALIK SEVİYESİNE ulaşmanın mümkün olamayacağını kesin olarak farkettilikten sonra, bu konuda dünyanın en ünlü hekimlerinden nöro-endokrinolog Dr.Deepak Chopra'nın yanına giderek "MEDİTASYON VE YÜKSEK FARKINDALIK SEVİYELERİ" üzerine bir yıla yakın süren çalışmalar yaptı. En sonunda da öğrendiklerinin kendi hayatındaki dönüştürücü olumlu etkilerini gördükten ve toplumda meditasyon yapanların sayısının artması ile toplumsal barışın ve suç oranlarının da düştüğüne ilişkin tüm bilimsel kanıtları* da gördükten sonra, bu müthiş yaşam teknolojisini isteyen herkese öğretmeye karar verdi. Ardından CHOPRA ÜNİVERSİTESİ'nin sekiz ay süren Meditasyon Eğitmenliği bölümünden aralarında esas mesleği doktorluk olan bir çok katılımcının da bulunduğu 60 kişilik eğitimci aday grubundan başarı ile mezun oldu. Halen İtalya, Türkiye ve İngiltere konuşan ülkelerde eğitim seminerleri vermeye devam etmektedir. Kendisi CHOPRA Üniversitesinin dünyadaki 600 meditasyon eğitmeni içinde aktif olarak ÜÇ DİLDE eğitim veren tek hocadır.

Geçmişte kendisinin çeşitli konularda Bogaziçi Üniversitesi Biyomedikal Dergisi, Cumhuriyet Gazetesi Bilim-Teknik Eki ve Tübitak'ın Bilim ve Teknik Dergilerinde makaleleri yayınlanmıştır.

* Princeton Üniversitesince yapılan bilimsel araştırmalar, toplumda meditasyon yapan insanların sayısındaki her %1'lik artışın, suç oranlarında %16'lık bir düşüşe yol açtığını ispatlamıştır.