

# ACCADEMIA EVOLUTIVA DHARMAWOOD 2024\_2025



“L'opposto dell'Amore è la paura, ma ciò che abbraccia ogni cosa non può avere un opposto.”

M. Williamson

---

Giovanni Pomati

PRESIDENTE ASSOCIAZIONE DHARMAWOOD

---

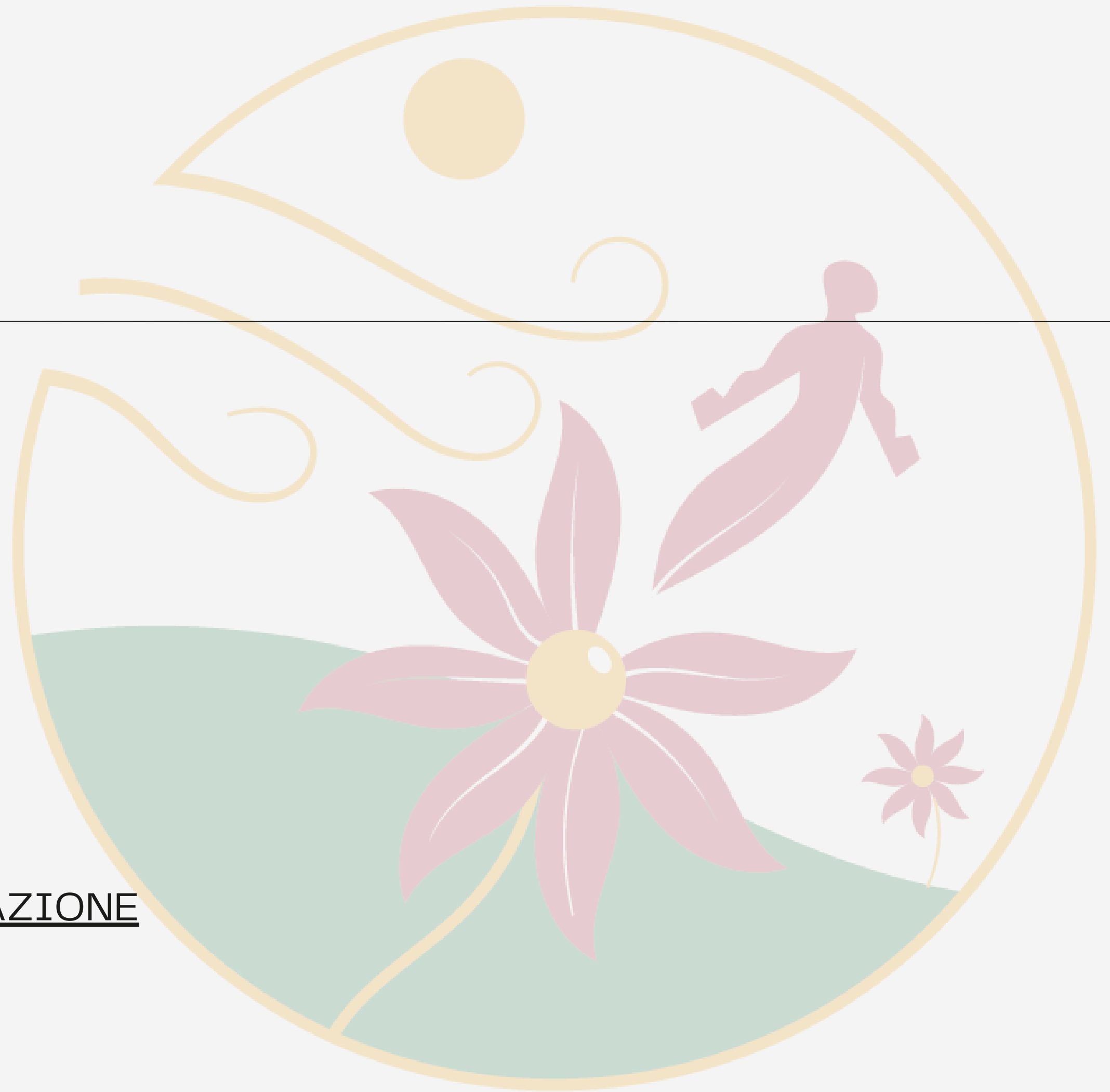
Serena Baratti

RESPONSABILE DIDATTICA E FORMAZIONE

# Indice

---

- INTRODUZIONE
- LA FERMA INTENZIONE
- MODELLO FORMATIVO
- L'OPPORTUNITA'
- LO SVILUPPO
- IL PROCESSO FORMATIVO
- I 4 SEMINARI 2024 2025
- A CHI E' RIVOLTA LA FORMAZIONE
- COSTI E OFFERTA



# Introduzione

---

- FORMAZIONE IN MINDFULNESS EVOLUTIVA
- **LA FORMAZIONE PER DIVENTARE TUTOR E COACH IN MIDFULNESS EVOLUTIVA E DISCIPLINE INTEGRATE.**
- APPRENDERE ATTRAVERSO UN **PRECISO MODELLO ENERGETICO, SPIRITUALE,, EMOZIONALE, ESPLORATIVO E SISTEMICO** LE PRATICHE PER LA TRASFORMAZIONE E LA **GUARIGIONE EMOTIVA.**
- IL PERCORSO FORMATIVO IN MINDFULNESS EVOLUTIVA È UN **PROGRAMMA COMPLETO DI DISCIPLINE INTEGRATE IN CUI IL FILO ROSSO E' LA MEDITAZIONE, L'ENERGIA, LA COMPrensIONE, LA SAGGEZZA, L'AMORE, ASCOLTO E PRESENZA, E IL CAMPO ENERGETICO.**
- **LO SVILUPPO E L'ESPERIENZA DI QUALITA' COME FIDUCIA, COMPASSIONE, ATTEZIONE, CONCENTRAZIONE, VOLONTÀ FEDE, ENERGIA E AMORE, TI PERMETTERANNO DI DIVENTARE TUTOR E SUCCESSIVAMENTE, SE LO VORRAI COACH.**

# LA FERMA INTENZIONE

“Siamo spesso chiusi, non accettiamo le situazioni, non accettiamo noi stessi, spesso non accettiamo coloro che ci stanno vicino.”

Gavin Harrison



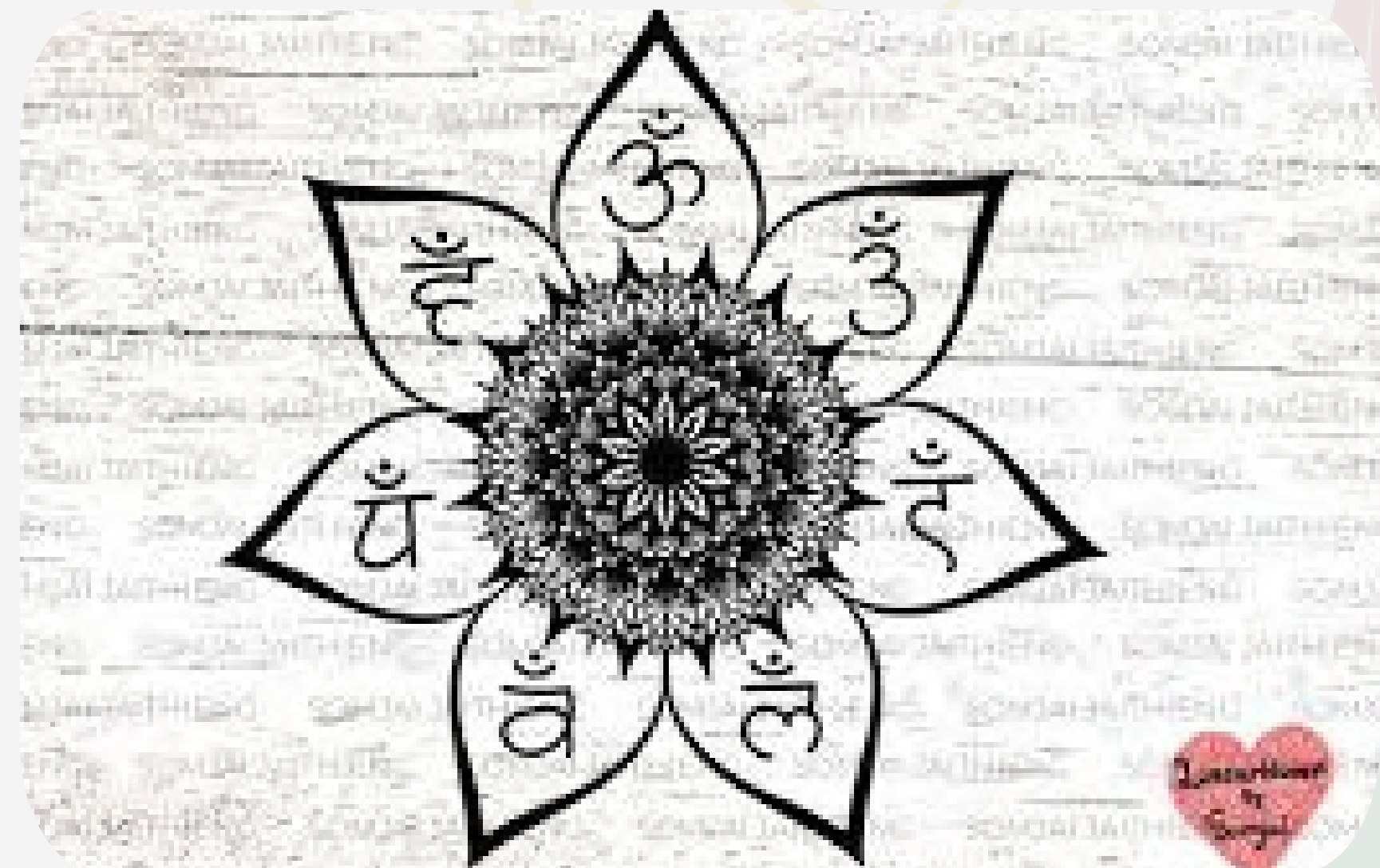
## ACCRESCERE E POTENZIARE LA RELAZIONE CON SE STESSI

- CONOSCERE, COMPRENDERE E PRENDERE CONSAPEVOLEZZA DEGLI IMPEDIMENTI MENTALI CHE INTERFERISCONO E CI IMPEDISCONO DI **ESSERE VERAMENTE PRESENTI A NOI STESSI E AGLI ALTRI E ALLE SITUAZIONI CHE SI INCONTRANO NELL QUOTIDIANITA'.**
- ESPLORARE GLI STATI MENTALI, I COMPORTAMENTI REATTIVI E I COPIONI CHE IMPEDISCONO UN'**AUTENTICA ED EFFICACE CRESCITA INTERIORE.**
- CREARE LE BASI E LA STRUTTURA A LIVELLO FISICO ENERGETICO ED EMOZIONALE DI STABILITA' DELLA MENTE PER ENTRARE IN STATI DI CALMA CONCENTRATA, DI RACCOGLIMENTO PER **ESSERE TESTIMONI E OSSERVATORI.**
- APPRENDERE E INTEGRARE DUE LIVELLI DI PROCESSO INTERIORE, QUELLO DELLA "**CHIARA VISIONE**" DELLE PROPRIE EMOZIONI E FORMAZIONI MENTALI, E UN **LIVELLO SUPERIORE, SPIRITUALE ORIENTATO ALLA SUPERCOSCIENZA.**

# MODELLO FORMATIVO

“In altre parole, l'attenzione pura, la consapevolezza e la meditazione non bastano....”

Corrado Pensa



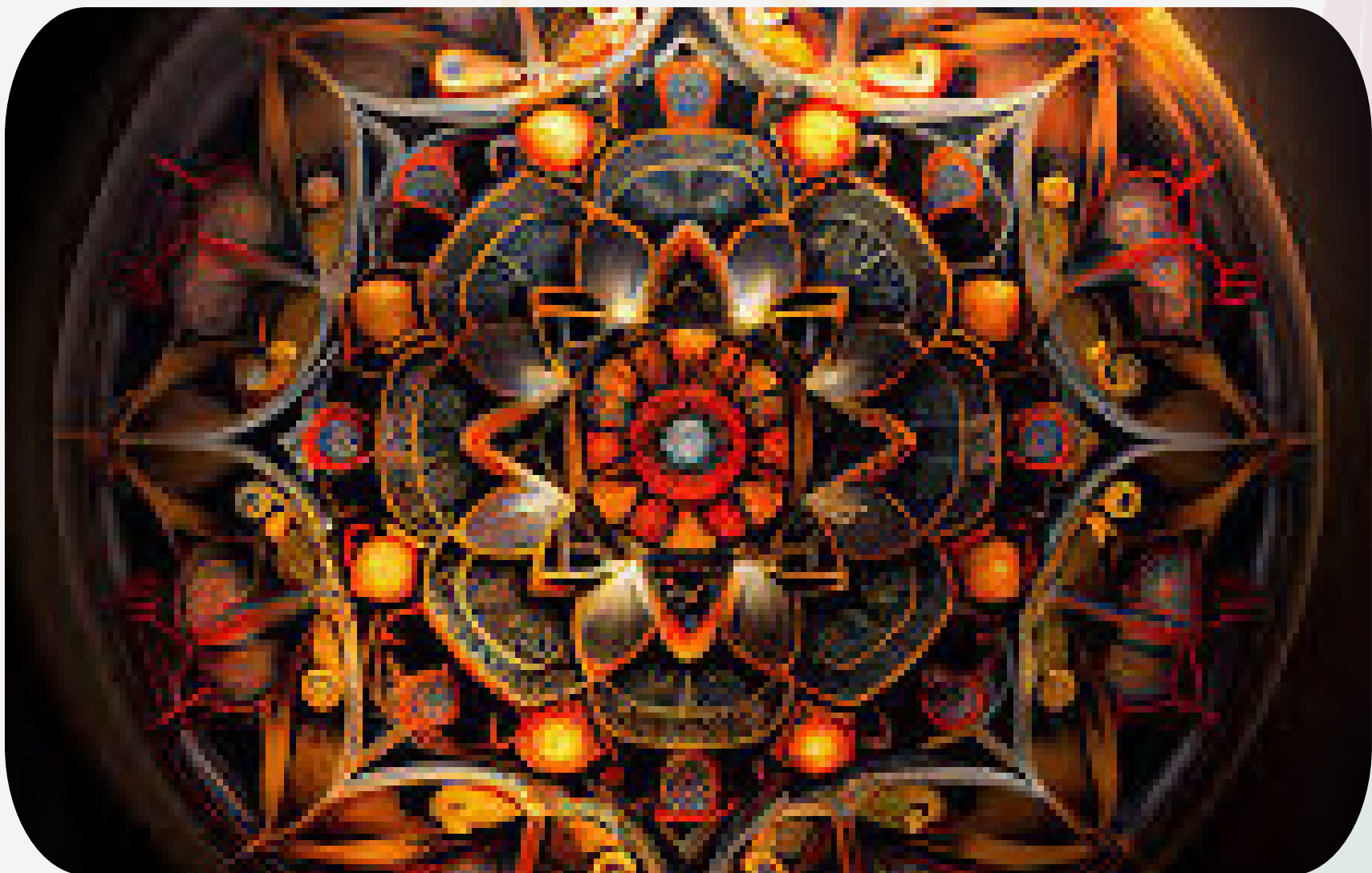
**IL NOSTRO MODELLO INTEGRA PRATICHE E DISCIPLINE EVOLUTIVE, SPIRITUALI ED EMOZIONALI, CON UNA MODALITA' ESPERIENZIALE, PER ACCRESCERE IL TUO POTENZIALE UMANO E DIVINO**

- **MEDITAZIONE VIPASSANA, ANAPANASATI, SATIPATTHANA, COME GUIDARE UNA MEDITAZIONE, LA GESTIONE EMOZIONALE DI UN GRUPPO DI PRATICA, IL BAMBINO INTERIORE, COME ACCOGLIERE LE EMOZIONI PER SAPERSI AMARE.**
- **MINDFULNESS IMMAGINALE, IL CORPO E LE ENERGIE SOTTILI, IL PERCORSO DELL'ANIMA, PERCHE' SIAMO QUI, ACCENNI DI KRYIA YOGA, ESERCIZI DI CONNESSIONE ED ENERGETICI, AFFERMAZIONI E PREGHIERE**
- **LE COSTELLAZIONI FAMILIARI, STRUMENTI ED ESERCIZI PRATICI DI CONOSCENZA DELLA PROPRIA STORIA FAMILIARE, ATTIVAZIONI, IL CAMPO ENERGETICO, SENTIRE E COMPRENDERE L'ALTRO E LA SUA STORIA**
- **L'ASTROLOGIA EVOLUTIVA, STRUMENTI PRATICI DI COMPrensione SIMBOLICA DEGLI ASTRI IN MERITO ALLA NOSTRA EVOLUZIONE E LE STRATEGIE PER LEGGERE IL NOSTRO POTENZIALE PIÙ ELEVATO.. LA GESTIONE DEL GRUPPO E ESERCIZI PER INDIVIDUARE STRATEGIE PER LA PROPRIA EVOLUZIONE PERSONALE**

# L'OPPORTUNITA'

“La luce è piuttosto consapevolezza e Amore e l'oscurità è l'assenza di consapevolezza e Amore.”

Safi Nidiaye



## LA FORMAZIONE TI PERMETTE DI:

- APPRENDERE SISTEMATICAMENTE LE BASI DELLA PRATICA MEDITATIVA MINDFULNESS/VIPASSANÀ DI TRADIZIONE BUDDHISTA COME: LA MEDITAZIONE SEDUTA FORMALE, LA MEDITAZIONE CAMMINATA, L'INVITO DELLA CAMPANA E I RITUALI COSÌ DA POTER **GUIDARE E GESTIRE GRUPPI DI MEDITAZIONE.**
- MANTENERE LA **CONTINUITÀ DELLA TUA PRATICA E DEL TUO PROCESSO EVOLUTIVO**, ATTRAVERSO FOLLOW-UP PERIODICI ONLINE.
- COMPRENDERE IL PROCESSO DELLA TUA ANIMA, I TUOI TEMI NATALI, CONOSCERE AFFERMAZIONI, PREGHIERE ED ESERCIZI ENERGETICI PER SCIogliere LE TUE PROFONDE CREDENZE E LIMITAZIONI EMOTIVE PER LA **LIBERAZIONE DEL TUO POTENZIALE.**
- ACCRESCERE LA TUA CAPACITA' DI GESTIRE LE EMOZIONI, DI CAMBIARE IL TUO COPIONE CON L'OBIETTIVO DI PORTARTI VERSO UNA VITA **PIÙ CONSAPEVOLE, PIENA DI GIOIA, AMORE, COMPrensIONE, COMPASSIONE E PACE.**
- APPRENDERE COMPETENZE IN MERITO A MATERIE COME MEDITAZIONE **VIPASSANA, MINDFULNESS IMMAGINALE E IL PERCORSO DELL'ANIMA, COSTELLAZIONI FAMILIARI, ASTROLOGIA EVOLUTIVA, COACHING E COUNSELING (SECONDO ANNO).**

# LO SVILUPPO

“Vivo in un Universo ispirato da Dio. Non v'è nulla da temere. Ho fiducia in me stesso, e quando questo accade ho fiducia nella Saggezza stessa che mi ha creato.”

Cit.



## L'ACCADEMIA TI PERMETTE DI:

- L'OBIETTIVO DELL'ACCADEMIA È PREPARARE PERSONE A **SVILUPPARE E PROMUOVERE IN BASE AI PROPRI TALENTI IL MODELLO E LA FILOSOFIA DELL'ACCADEMIA E DELL'ASSOCIAZIONE DHARMAWOOD**. PROMUOVERE PERCORSI ORIENTATI AL BENESSERE EMOTIVO, ALLA GUARIGIONE E MOTIVA, **AL PERCORRERE IL SENTIERO DELLA LUCE E DELL'AMORE**.
- **LA POSSIBILITA' DI APRIRE CENTRI, SANGHA, GRUPPI, COMUNITA' DI PRATICA** ORIENTATE AI PROCESSI EVOLUTIVI ATTRAVERSO PRATICHE E DISCIPLINE CONDIVISE CON L'ASSOCIAZIONE DHARMAWOOD APS.
- **DIVENTARE TUTOR, GUIDE E COACH** IN PRATICHE EVOLUTIVE SEGUENDO IL MODELLO DELL'ASSOCIAZIONE, **ENTRARE NELLO STAFF DELL'ASSOCIAZIONE IN MANIERA ATTIVA**.
- **SENTIRSI LIBERI DI PROPORRE** ATTRAVERSO LE PROPRIE COMPETENZE E TALENTI **ATTIVITÀ ORIENTATE ALLO SVILUPPO DELL'ASSOCIAZIONE**.
- **PARTECIAPRE ATTIVAMENTE A RESIDENZIALI, FESTIVAL, RITIRI** COME TUTOR PER CONTINUARE LA PROPRIA CRESCITA EVOLUTIVA.

# IL PROCESSO FORMATIVO IN 2 MODULI

## **MODULO 1: "PERCORSO DI COMPrensIONE E TRASFORMAZIONE" (2024 - 2025)**

IL PERCORSO DI TRASFORMAZIONE TI OFFRE LA POSSIBILITÀ DI APPLICARE LA PRATICA MEDITATIVA IN MODO MIRATO AI TUOI TEMI NATALI PERSONALI ("**LIMITAZIONI EMOZIONALI DEL BAMBINO INTERIORE**") CON IL MIGLIORE SUPPORTO POSSIBILE, CON SEMINARI SPECIFICI.

VERRANNO SISTEMATICAMENTE AFFRONTATI GLI **AMBITI CHIAVE DELLA NOSTRA VITA (PADRE, MADRE, ENERGIE MASCHILI + FEMMINILI, LAVORO, SOLDI, SUCCESSO, RELAZIONI D'AMORE, CORPO + MALATTIE)** CON L'OBIETTIVO DI TRASFORMARE LE SOFFERENZE EMOTIVE IN AMORE, COMPASSIONE, GIOIA E PACE.

**IL PRIMO PERCORSO DI TRASFORMAZIONE SI CONCLUDE CON LA QUALIFICA DI "TUTOR IN MINDFULNESS EVOLUTIVA"** CHE PERMETTE DI GUIDARE MEDITAZIONI IN GRUPPO, APRIRE E GESTIRE UN SANGHA "DHARMAWOOD" E FARE ASSISTENZA A SEMINARI E RESIDENZIALI.  
LA CONCLUSIONE DEL "PERCORSO DI TRASFORMAZIONE" È PRESUPPOSTO INDISPENSABILE PER ACCEDERE AL MODULO 2.

## **MODULO 2: "FORMAZIONE COACH IN MINDFULNESS EVOLUTIVA" (2025 - 2026)**

DURANTE IL SECONDO MODULO FORMATIVO APPRENDI IN MODO STRUTTURATO A UTILIZZARE LA MEDITAZIONE TRASFORMATIVA ANCHE PER SESSIONI INDIVIDUALI DA UTILIZZARE NELLE RELAZIONI D'AIUTO.

ATTRAVERSO FORMAZIONI SPECIFICHE DEDICATE AL COACHING E AL COUNSELING, OLTRE CHE ALLA MINDFULNESS, PER AIUTARE PERSONE IN INCONTRI SINGOLI.

IN PIÙ VERRÀ COMPLETATO IL LAVORO INIZIATO DURANTE IL PERCORSO DI TRASFORMAZIONE CON **INTERVENTI MIRATI AI TEMI ("EMOZIONI LIMITANTI")** SPECIFICI EMERSI DURANTE IL PROCESSO FORMATIVO.

**LA FORMAZIONE SI CONCLUDE CON LA QUALIFICA "COACH IN MINDFULNESS EVOLUTIVA"** CHE TI PERMETTE DI UTILIZZARE LE TECNICHE DELLA TRASFORMAZIONE MEDITATIVA A LIVELLO PROFESSIONALE.



# SEMINARI PRIMO ANNO

## PRIMO MODULO

**DOCENTE:** Giovanni Pomati, ricercatore, insegnante di meditazione Vipassana, Mindfulness evolutiva e processi trasformativi col bambino interiore.

**24 - 27 ottobre 2024**

**La via del Dharma, la mente e le emozioni**

**CONTENUTI:** Osservare, conoscere e sentire il nostro processo evolutivo ed emotivo dal punto di vista della **Pratica di meditazione** e attraverso il nostro sistema neurofisiologico. L'insegnamento sistematico della meditazione **Anapanasati, Satipatthana e Vipassana integrata ai meccanismi emozionali**, alle nostre ferite e alla conoscenza profonda degli schemi adattivi del nostro bambino interiore permetterà alla nostra consapevolezza e al nostro essere adulti di gestire situazioni altamente stressanti con la possibilità di riconoscere ed evitare di cadere in vecchi schemi.

**OBIETTIVO:** Apprendere in modo sistematico la Meditazione, la postura, **le tre fasi della pratica Vipassana, come guidare una meditazione e come gestire un gruppo di pratica attraverso esercizi, contemplazioni e rituali.** Conoscere il nostro bambino interiore e le sue 5 ferite emozionali.



## SECONDO MODULO

**DOCENTE:** Serena Baratti, ricercatrice, esperta in Arti del Risveglio, Metamedicina, Master Reiki, Mindfulness Immaginale e Alchimia trasformativa interiore.

**20 - 23 marzo**

### **Mindfulness Immaginale ed energie sottili**

**CONTENUTI:** La Mindfulness Immaginale deriva dalle pratiche della meditazione buddhista Theravada e lo Yoga Sciamanico unita alla visione immaginale di C.G. Jung (Psicologia del Profondo) e J. Hillman (il cammino di “fare anima”). Attraverso le pratiche della **Meditazione Immaginale imparerai a sciogliere attaccamenti e paure che ti impediscono di vivere nella vita e farai esperienza diretta del fatto che la materia non esiste come realtà oggettiva, ma che tutto è sogno e immagine.**

**Durante il modulo conoscerai anche il tuo sistema fisico energetico.** Ogni persona ha un corpo fisico, diversi corpi sottili, un sistema di chakra e centri invisibili che, attraverso la consapevolezza e l'identificazione sempre più attiva con l'anima, ti permette di sviluppare talenti come espressione di risveglio.

**OBIETTIVO:** Migliorare il proprio stato vitale (fisico, mentale, emozionale ed energetico) e la consapevolezza della propria corporeità, la capacità di presenza attraverso l'ascolto del corpo, la gestione dello stress e della mente. Sviluppare la relazione di gruppo attraverso la scoperta del proprio e altrui campo energetico, utilizzando il respiro consapevole, mindfulness e tecniche di riequilibrio energetico.



## TERZO MODULO

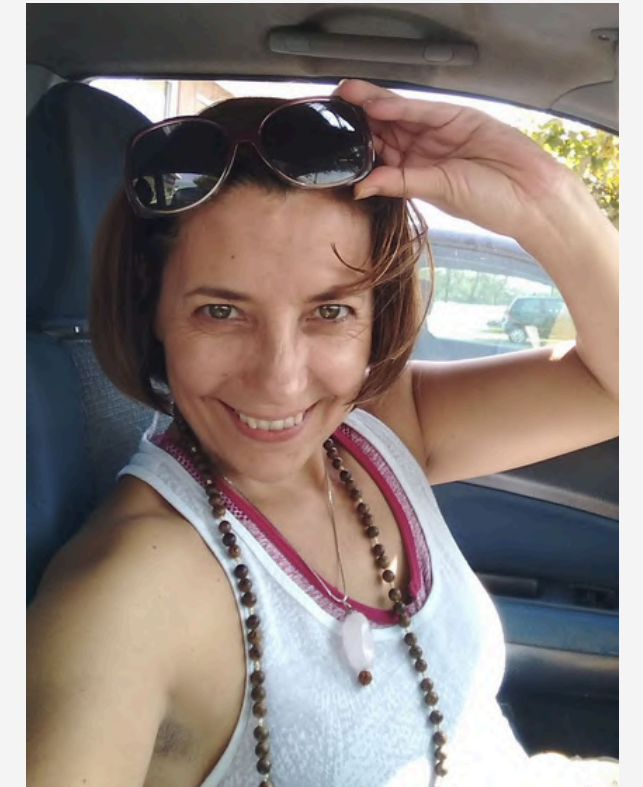
**DOCENTE: Denise Boschioli**, facilitatrice in Costellazioni Familiari Spirituali e Immaginali, Psicogenealogia, insegnante Yoga e Meditazione, Sciamanesimo Transculturale.

**26 - 29 giugno 2025**

### Costellazioni familiari

**CONTENUTI:** Entrare in contatto con il **campo morfogenetico**, percepire ed osservare i movimenti che si manifestano in questo spazio di non giudizio e nel sentire del cuore. Osservare ciò che emerge, **prenderne consapevolezza ed integrare il movimento di pacificazione. Prendere consapevolezza degli ordini dell'amore** che governano il nostro muoverci nel mondo e degli irretimenti che ci "soggiogano" in ripetizioni coatte ed inconsapevoli.

**OBIETTIVI:** Sciogliere gli irretimenti e onorare chi ci precede liberandoci dal carico di "riparare" a situazioni vissute dai nostri antenati, così da **permetterci di incarnare pienamente il nostro destino.**



## QUARTO MODULO

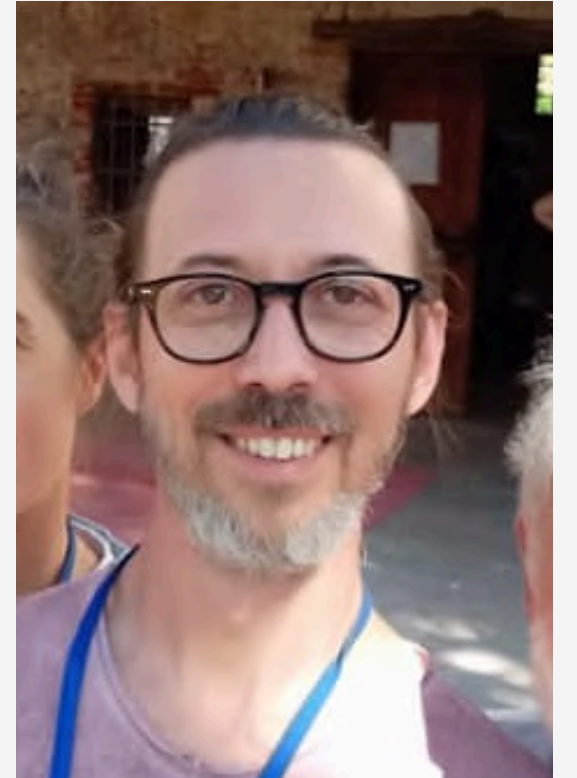
**DOCENTE: CristianSamarpan Bertoli**, insegnante di Yoga e Meditazione, Astrologo, Coach, Formatore di corsi e percorsi di Consapevolezza e Risveglio.

**2- 5 ottobre 2025**

### **Il gruppo come creatore di energia**

**CONTENUTI:** Attraverso l'utilizzo di tecniche, esercizi e attivazioni di gruppo, andremo a **sviluppare la nostra capacità di gestire e canalizzare in modo efficace e creativo il campo energetico aumentando la nostra sensibilità all'ascolto delle energie sottili** anche nei suoi aspetti imprevedibili. In modo pratico ed efficace, esploreremo nuovi modi di vedere e di interagire con la realtà, con gli altri e soprattutto con noi stessi. Questo quarto modulo sarà strutturato con **esercizi di centratura e di meditazione, di ascolto e di consapevolezza**. Impareremo come entrare in risonanza con l'energia creativa della vita e cavalcare l'onda valorizzando le nostre risorse individuali.

**OBIETTIVI:** L'intenzione di questo modulo è quello di **trasferirti tecniche efficaci per quanto riguarda la gestione dei tuoi processi emotivi, così da riprendere in mano la tua vita e condurla nella direzione che scegli tu.**



# Struttura giornata

(I seminari sono dal giovedì H18.00 alla domenica H14.00)

H07.00   08.00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Esercizi di ricarica   Meditazione   Affermazioni</li></ul>
H08.30   09.15	<ul style="list-style-type: none"><li>• Colazione in silenzio</li></ul>
H10.00   13.00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Seminario tematico</li></ul>
H13.30   14.30	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pranzo con contemplazione sul cibo (letta da un partecipante) e 10m di silenzio, i tempi del silenzio sono dettati dalla campana</li></ul>
H16.00   19.00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Seminario tematico</li></ul>
H20.00   21.00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cena con contemplazione sul cibo (letto da un partecipante) e 10m di silenzio , i tempi del silenzio sono dettati dalla campana</li></ul>
H21.30   22.30	<ul style="list-style-type: none"><li>• Brief gruppo e meditazione di chiusura giornata</li></ul>

# RIASSUNTO TEMI PRINCIPALI

“Non soffermarti mai sul pensiero dei tuoi difetti. Ricorda, invece, le tue buone azioni e la bontà presente al mondo. Convinciti della tua innata perfezione.”

Yogananda



- Elementi essenziali di Meditazione Vipassana (Visione profonda)
- La biologia delle emozioni, le emozioni
- Le ferite dell'anima
- Il bambino interiore e rituali degli antenati
- Gli Archetipi e il loro potere
- Mindfulness Immaginale e i suoi simboli
- Energie sottili, comprenderle e sentirle
- Elementi di Kryia Yoga
- La relazione con l'altro e la gestione di un gruppo
- Trovare il proprio scopo e la propria missione
- Paura e sensazioni
- Gli Ordini dell'Amore, del Successo e dell'Aiuto
- Inizio - movimenti interrotti e scenari di nascita
- Introduzione generale alle Costellazioni Familiari e Sistemiche.
- Gli Ordini dell'Amore.
- Astrologia evolutiva, il vero significato.
- Nuove strategie per la tua evoluzione interiore.
- Astrologia evolutiva, una nuova consapevolezza per nuove opportunità.

# A chi è rivolta la formazione

---

La formazione in Mindfulness Evolutiva ti offre la possibilità di arricchire le tue competenze professionali e personali, di portare questa pratica agli altri dopo averla appresa e praticata.

E' una proposta formativa rivolta sia a chi già svolge una "relazione d'aiuto" **assistenti sociali, educatori, counselor, coach, infermieri, mediatori familiari, orientatori, responsabili HR**, ma anche a chi vuole iniziare un percorso di crescita personale.

**E' un percorso che dà valore alle proprie competenze già acquisite e ai propri talenti;** consente di trasmettere la pratica della consapevolezza in modo chiaro, semplice, efficace.. Il percorso prevede informazioni e strumenti utili a gestire gli effetti dello stress, alleggerire la mente da pensieri opprimenti, gestire le emozioni, avere cura del corpo, sviluppare ben-essere e vivere armoniosamente nella gioia e nell'Amore.

# COSTI

---

## **PRIMO ANNO**

Formazione aperta ad un massimo di 15 persone

4 RESIDENZIALI (da giovedì a domenica), primo seminario dal 24 al 27 ottobre 2024

Presso "Il centro del risveglio", Scansano Gr

**Costo totale primo anno:**

**1840€, compreso di N4 follow up online dopo circa due mesi dal seminario**

5% sconto soci: 1748€

Caparra per iscrizione al percorso annuale entro il 21 settembre 250€

Poi 4 rate da 397,5€ entro: 10 ottobre 2024 | 1 marzo 2025 | 1 giugno 2025 | 1 settembre 2025



# OFFERTA

---

OFFERTA CON SCONTO

PER MASSIMO 5 PERSONE!

con iscrizione entro il 31 agosto

~~1840€~~ 1700€

**Ovvero solo 425€ a seminario!**

L'offerta prevede 4 seminari, materiale didattico e alloggio completo di 3 notti, colazione, pranzo e cena (cucina vegetariana).

**Modalità di pagamento:**

**Bonifico Bancario intestato a : Associazione Dharmawood APS**

**IBAN IT32P0501811200000017187972**

**Paypal: amministrazione@dharmawood.it**

**Causale:FRZ ME 2024/20245**

**Inviare ad amministrazione@dharmawood.it ricevuta pagamento**

**Per info:**

**Giovanni Pomati, presidente Associazione Dharmawood APS, 345 9214208**

**Serena Baratti, responsabile formazione e didattica, 329 6466233**

**info@dharmawood.it**

