

# Programma MASTERclass “Slow Life”

LEZIONI 6:00 - 9:00 17:00 - 19:00	GIORNO 1 Tempio Wat Suthat	GIORNO 2 Tempio Wat Pho + Arun	GIORNO 3 Tempio Ayutthaya	GIORNO 4 Ritiro al Tempio	GIORNO 5 Ritiro al Tempio
QI GONG	CERIMONIA MAITRI  MISTICISMO E CREDENZE	TEORIA Yin Yang - 3 Tesori  PRATICA Il primo passo nel Qi	TEORIA 5 Elementi + MTC  PRATICA 5 Animali	RITIRO AL TEMPIO  DETOX Alimentare + Digitale	RITIRO AL TEMPIO  DETOX Alimentare + Digitale
DHARMA TALK  Teoria	TEORIA + 1° PASSO Cerimonia di benvenuto 4 Tipi di Amore Rituali del Karma	Samatha e Vipassana. Corretto modo di praticare La natura della mente La natura dell'essere	5 IMPEDIMENTI 5 AGGREGATI NIRVANA La realtà immaginaria	-----	-----
VIPASSANA  Pratica	Il primo passo nella consapevolezza....	SAMATHA  MEDITAZIONE POMERIGGIO speciale all'interno del WAT ARUN	SAMATHA	-----	-----
DOMANDE & RISPOSTE	DIAGNOSI MTC + TRATTAMENTO MTC	MASSAGGIO TTCM THAI		DOMANDE & RISPOSTE	DOMANDE & RISPOSTE

# Programma MASTERclass “Slow Life”

LEZIONI 6:00 - 9:00 17:00 - 19:00	GIORNO 6 Buddha Bianco Pai	GIORNO 7 Buddha Bianco Pai	GIORNO 8 Buddha Bianco Pai	GIORNO 9 Buddha Bianco Pai	GIORNO 10 Tempio Wat Phalat
QI GONG	MASSAGGIO TTCM THAI	TEORIA 5 Elementi + MTC PRATICA 5 Animali	TEORIA 5 Elementi + MTC PRATICA 5 Animali	TEORIA 5 Elementi + MTC PRATICA 5 Animali	TEORIA 5 Elementi + MTC PRATICA 5 Animali
DHARMA TALK Teoria	LEZIONE TRAMONTO L'invisibile nel Visibile Consapevolezza + Qi IL RESPIRO E LA PAUSA	ORIGINE SOFFERENZA Impermanenza Sofferenza Non sè	4 NOBILI VERITA' La pace non è uno stato della mente	OTTUPLICE SENTIERO Corretta visione 3 Karma	LE IMMAGINI MENTALI passato - presente - futuro
VIPASSANA Pratica	SAMATHA TRAMONTO	SAMATHA	SAMATHA	SAMATHA	SAMATHA
DOMANDE & RISPOSTE		DOMANDE & RISPOSTE	DOMANDE & RISPOSTE	TRATTAMENTO MTC	DOMANDE & RISPOSTE

# Programma MASTERclass “Slow Life”

LEZIONI 6:00 - 9:00 17:00 - 19:00	GIORNO 11 Mezzi + Spiaggia	GIORNO 12 Spiaggia	GIORNO 13 Spiaggia	GIORNO 14 Spiaggia	GIORNO 15 Spiaggia + Tempio
QI GONG		PRATICA + TEORIA Shaolin Breathwork 5 Animali	CHALLENGE + REVISIONE Shaolin PROVA INDIVIDUALE	PROVA INDIVIDUALE Pratica + Teoria 5 LEMENTI 5 ANIMALI	ULTIMA MASTERCLASS L'armonia del TAO
DHARMA TALK Teoria		VIPASSANA Veleni ed Antidoti Dove si trova la Libertà?	VIPASSANA 3 Grati 3 Liberi	9 PASSI SAMATHA Il Maestro interiore	ULTIMO INDOVINO Il Karma mente normale e mente nobile
VIPASSANA Pratica	SAMATHA VIPASSANA in viaggio + spiaggia	SAMATHA VIPASSANA	SAMATHA VIPASSANA	SAMATHA VIPASSANA	SAMATHA VIPASSANA
DOMANDE & RISPOSTE		DOMANDE & RISPOSTE	MASSAGGIO TTCM THAI	DOMANDE & RISPOSTE	ULTIMO INDOVINO AL TEMPIO E SALUTI