

THE MONROE INSTITUTE

dedicat explorării conștiinței umane

vă oferă în limba română programul rezidențial



GATEWAY VOYAGE

PORTALUL CĂLĂTORIILOR
spre realități cosmice interioare

„Marea iluzie este aceea că omenirea are limitări” – Robert Monroe

Preliminarii

Metodologia Institutului Monroe nu conține nici un fel de dogmă, nu este subordonată nici unui sistem de credințe sau religii și nici vreunei poziții politice sau sociale.



Programele Institutului Monroe (TMI) sunt dedicate dezvoltării și explorării profunzimilor conștiinței umane.

Prin explorarea stărilor profunde ale conștiinței extinse, căutătorul vine să cunoască și să își înțeleagă mai bine Sinele Total.

TMI nu oferă un nou sistem de credințe astfel că, persoanele din toate categoriile sociale, medii profesionale și religioase au participat la programe fără a intra în conflict cu propriile lor credințe. Singurul aspect care se cere să-l luați în considerare este posibilitatea că:

sunt mai mult decât corpul meu fizic...

Locația

Programul rezidențial
Gateway Voyage
va avea loc Plaiul Foi, județul Brașov



Piatra Craiului, priveliștea care vă întâmpină de pe terasa pensiunii Coliba lui Zalmoxe unde vom fi cazați pe perioada programului *Gateway Voyage*.

Gateway Voyage

„Inima” programelor Institutului Monroe este Gateway Voyage – Portalul Călătoriilor.

Programul *Gateway Voyage* se focalizează pe extinderea și explorarea conștiinței umane folosind tehnologia de ghidare audio, cunoscută sub denumirea Hemi-Sync®.

Hemi-Sync® - prescurtarea folosită pentru Hemispheric Synchronization, sincronizarea emisferelor cerebrale - este o tehnologie de ghidare audio atestată clinic, care are la bază mai mult de 50 de ani de cercetări științifice. Hemi-Sync® a fost dezvoltată și brevetată de Robert Monroe, cunoscut pe plan internațional pentru cercetările sale în domeniul tiparelor de sunete și a efectelor profunde pe care acestea o produc asupra stărilor de conștiință.

De mai bine de 30 de ani, programul intensiv de șase zile al Institutul Monroe, *Gateway Voyage – Portalul Călătoriilor*, a schimbat viața a mii de persoane ajutându-i să experimenteze tărâmurile extraordinare ale conștiinței, inclusiv să atingă așa numita „experiență de vârf”, stare atât de venerată de meditarii cu experiență.

Programul experiențial intensiv de șase zile este conceput pentru a-i învăța pe participanți instrumentele energetice de bază, tehnicile și principiile dezvoltării mentale, emoționale și spirituale. În acest curs participanții vor fi familiarizați cu tehnologia Hemi-Sync® pentru integrarea funcțiilor cerebrale cu scopul de a învăța despre numeroasele oportunități disponibile pentru vindecarea mentală, emoțională și fizică, prin utilizarea unor variate sunete binaurale aplicate într-un mediu controlat și securizat.

Gateway Voyage – Portalul Călătoriilor, oferă participanților instrumente de lucru pentru:

- dezvoltarea și explorarea conștiinței umane
- extinderea stării de conștientizare
- controlul stărilor de conștiință extinsă după dorință
- niveluri profunde de auto-descoperire și auto-cunoaștere
- comunicarea cu alte sisteme de energie și alte realități cât și vizitarea acestora.

La programul ***Gateway Voyage – Portalul Călătoriilor*** veți asculta o serie de exerciții Hemi-Sync®, ghidate verbal, cam 5-6 exerciții pe zi, care într-un mod progresiv vă vor duce în stări de conștiință extinsă, în nivele din ce în ce mai profunde. Pe lângă ascultarea exercițiilor vom avea sesiuni aplicative, discuții de grup, recapitularea și integrarea experiențelor, timp liber

pentru interacțiuni personale și schimburi de experiențe. În plus, vor fi demonstrații și înregistrări video care vor prezenta cercetările științifice și efectele Hemi-Sync® asupra funcțiilor cerebrale, a comportamentului uman, a gândirii și emoțiilor.

Participanții, cu fiecare exercițiu Hemi-Sync®, avansează - prin etape atent controlate - de la stările de relaxare adâncă spre acele praguri de conștiință care sunt asociate cu cele mai profunde stări de meditație. Aceste praguri devin portaluri de trecere spre alte forme de percepție și veți putea experimenta stări de libertate nemaîntâlnite înainte.



Facilitatorul programului, psih. Ritta Nicoară, va fi disponibilă pe parcursul întregului program pentru a acorda o atenție sporită participanților și proceselor prin care trec aceștia, pe măsură ce diferite combinații de frecvențe Hemi-Sync® vor fi folosite pentru a ghida călătoria în explorarea progresivă a stărilor de conștiință superioare.

Pentru a ajuta participanții să navigheze în peisajul lor interior, Institutul Monroe a cartografiat aceste stări de conștiință în așa numite nivele Focus™. Mediul secvențial și structurat al nivelelor Focus permite participanților să creeze în mod coerent propria lor experiență. Fiecare persoană începe această lucrare internă cu abilități, concepte și procese dinamice diferite. Mai degrabă decât să ofere o destinație, abordarea Institutului Monroe este să asigure tehnici pentru „călătorii”, care servesc la explorarea potențialului uman, în întregimea ei.

Însă, scopul nu este doar de a experimenta domenii excepționale ale conștiinței ci și de a învăța metode prin care aceste stări se pot accesa după dorință pentru a fi folosite în diferite situații din viața de zi cu zi.

Pe parcursul programului **Gateway Voyage – Portalul Călătoriilor** participanții vor explora stările:

Focus™ 10 – prima etapă de separare a conștiinței de realitatea fizică.

Focus 10 este denumită *“Minte trează/ Corp adormit”* și este o stare de relaxare profundă în care gradul de conștientizare a senzațiilor fizice este semnificativ redusă dar mintea este alertă și dornică să experimenteze. Acest lucru dă naștere la conștientizarea faptului că existăm cu, sau fără, corpul nostru fizic.

Focus 12 – *Starea de conștiință extinsă*, este o stare în care poți deveni mai conștient de resursele interioare, unde poți beneficia de îndrumare. Este o stare plină de forță care îți conferă putere, cu un domeniu larg de aplicabilitate.

Focus 15 – *Starea “no time”*, în afara timpului liniar, în care poți explora dincolo de constrângerile timpului liniar. În această stare oportunitățile pentru a stabili comunicarea cu aspectele mai vaste ale Sinelui sunt nenumărate.

Focus 21 – denumită *“Puntea spre alte sisteme de energie”* reprezintă *Frontiera spațiu / timp, unde se pot realiza contacte cu alte sisteme de energii*. Este o stare asemănătoare cu somnul profund (delta) dar cu o diferență semnificativă: ești pe deplin treaz și conștient, deținând controlul asupra acțiunilor tale, pe măsură ce explorezi profunzimea sinele tău și depărtarea altor realități.

Aceste instrumente de lucru prezentate în cadrul programului pot fi folosite pentru a realiza o varietate de obiective:

- relaxarea profundă
- recunoașterea și controlul energiilor personale
- eliberarea vechilor temeri, frici, traume
- rezolvarea problemelor (ex. a tulburărilor de somn, managementul stresului, etc.)
- explorarea stării de extracorporalizare
- o conștientizare de sine mult mai profundă; experiența Sinelui Superior
- purificarea și vindecarea emoțională
- aserțiunea obiectivelor pentru viitor

Institutul Monroe are convingerea fermă că este mult mai important să sprijine și să ajute participanții în găsirea răspunsurilor personale decât să promoveze un anumit sistem de convingeri sau doctrine, prin urmare, toți participanții sunt încurajați să vină la acest curs cu propriile lor întrebări și sfere de interese. Deși există oportunitatea de a examina sinteze largi în ceea ce privește conștiința, rămâne la latitudinea fiecărui participant să descopere și să ajungă la concluziile sale personale, atât cu ajutorul facilitatorilor cât și în cadrul discuțiilor de grup, pe măsură ce conceptul de a fi mai mult decât corpul fizic este tot mai intens investigat și explorat.

Starea Out of Body Experience (OBE) – Experiența în afara corpului, precum și metodele care pot fi utilizate pentru a realiza această stare de conștiință particulară, este explorată în Gateway Voyage, dar aceasta este doar o mică parte din scopul per ansamblu al programului, care se concentrează pe descoperirea de sine, dezvoltarea puterii personale și evoluție accelerată.

Nu putem garanta o experiență extracorporeală conștientă în timpul sau după un programul Gateway Voyage, însă vă oferim exerciții, îndrumare și informații despre experiența explorării OBE.



Avem convingerea că dacă veți veni la Gateway Voyage cu mintea și inima deschisă, cât și cu dorința sinceră de a afla mai multe despre ființa voastră, intensitatea experienței personale va crește considerabil.

Facilitator: psih. Ritta Nicoară

Ritta Nicoară, Facilitator acreditat TMI



Ritta este membru fondator al Asociației Multiculturale de Psihologie și Psihoterapie, este psihoterapeut în Psihoterapie Integrativă. Are o formare în psihoterapia EMDR pentru tratarea simptomelor de stres post-traumatic și în psihoterapia integrativă de cuplu și familie.

Formarea ca facilitator TMI Outreach a urmat-o în Spania, sub îndrumarea lui Carol Sabick de la Herran, care a fost formator, director de programe și președinte al Institutului Monroe.

Formarea pentru programele rezidențiale Gateway Voyage, Guidelines, Lifeline și Explorare 27 a urmat-o la Institutul Monroe, în Faber, Virginia. Printre formatorii cu care a lucrat numărându-se Bob Hollbruck – director

de dezvoltare al Institutului Monroe, Dr. Franceen King, Charleene Nicely și Kevin Turner și Marinda Stopforth.

Ritta este autorul și producătorul unor CD-uri de relaxare și meditație ghidată, printre albumele realizate numărându-se: „Pilonul Central”, „Prosperitate și Succes”, „Eternitate”, „Meditația Chakrelor” și „Conexiunea”

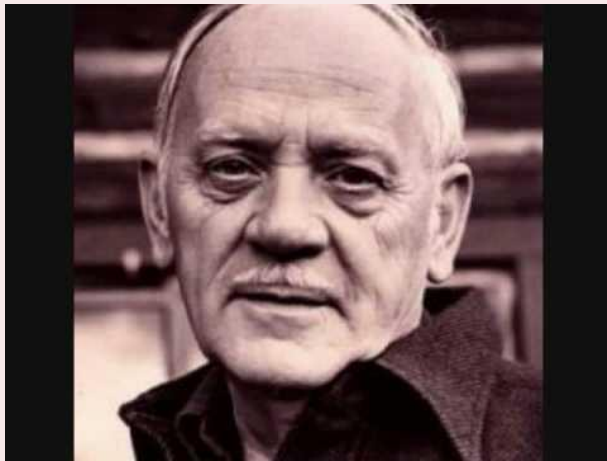
Alte cursuri urmate: Psihologia Transpersonală, Tehnici șamanice de extindere a conștiinței, etc....

<https://www.monroeinstitute.org/Ritta-Nicoara>

www.hemi-sync.ro

Despre Robert A. Monroe

1915 - 1995



Institutul Monroe a fost fondat de Robert A. Monroe, un prosper om de afaceri, președinte al unei importante corporații de radio și televiziune prin cablu din Statele Unite. În 1958, Bob Monroe a început să aibă, în mod spontan, experiențe în afara corpului. Aceste experiențe, de neînțeles la momentul respectiv, i-au modificat drastic viața. Într-un mod total imprevizibil și fără voia lui, într-o noapte s-a găsit plutind peste corpul lui fizic, într-o formă pe care a denumit-o “cel de-al doilea corp”. În curând, Bob a învățat să exploreze

tărâmurile aflate dincolo de conceptele convenționale de spațiu și timp. El a documentat aceste experiențe în cărțile sale: *Călătorii în afara corpului* (1971), *Călătorii îndepărtate* (1985) și *Călătoria Supremă* (1994), toate fiind publicate și în limba română de Editura For You.

La sfârșitul anilor '50, încă înainte de a avea prima sa experiență în afara corpului, Robert Monroe a format un grup de cercetare cu scopul de a dezvolta anumite tehnici de învățare accelerată prin intermediul sunetelor. Împreună cu echipa lui au efectuat studii extinse privind efectele diferitelor tipare de sunet asupra creierului pentru a facilita inducerea stării de somn. Aceste cercetări au dus însă mult mai departe, la descoperiri deosebite privind natura conștiinței umane și au făcut posibilă dezvoltarea unei tehnologii de sunet inovatoare, denumită Hemi-Sync, care permite explorarea profundă a stărilor de conștiință extinsă. În 1975, Bob Monroe a primit primul din cele trei brevete Hemi-Sync.

La începutul anilor '70 institutul fondat de el a evoluat din institutul de cercetare în Institutul Monroe, un institut non-profit de cercetare și educație și a început să ofere seminarii în care se învață explorarea conștientă a tărâmurilor necunoscute ale conștiinței cu ajutorul tehnologiei Hemi-Sync®. Aceste seminarii s-au desfășurat în diverse locații din Statele Unite cât și în străinătate până în 1979, când a fost construit un sediu permanent în Blue Ridge Mountains, Virginia.

Seminariile institutului, workshopurile și materialele educaționale conexe, încurajează evoluția și dezvoltarea conștiinței umane prin experiența personală. Aceste experiențe, aceste explorări ale conștiinței extinse, oferă *ceva de valoare* publicului.

Ca și în oricare curriculă autentică, participanții dezvoltă noi abordări în modul de gândire și în modul de a fi, cât și în viziunea lor, având o perspectivă nouă în care viața însăși capătă o nouă semnificație.

Despre Institutul Monroe

Următorul pas decisiv în dezvoltarea umanității este explorarea conștiinței umane. Aceasta se dezvoltă din esența de a fi, a percepe, a experimenta, a căuta sensuri. Prin urmare, ceea ce facem noi la Institutul Monroe nu este un fel de accesoriu al condiției umane ci este o acțiune de o importanță majoră și decisivă.

Paul Rademacher – Ex Director Executiv TMI



Institutul Monroe este o societate non-profit care funcționează ca organizație de cercetare și educație, dedicată explorării conștiinței umane și bunăstării umanității. Este cunoscută pe plan internațional pentru rezultatele sale obținute cu tiparele de sunete audio, care pot avea efecte dramatice asupra stărilor de conștiință.

Institutul Monroe oferă programe experiențiale,

facilitând explorarea personală a dimensiunilor profunde ale conștiinței umane. Institutul admite participanți de orice rasă, culoare, crez și origine națională sau etică.

Institutul Monroe, de asemenea, servește drept bază a unei afiliere de cercetare care investighează evoluția conștiinței umane și pune la dispoziția publicului, periodic, informațiile obținute.

Institutul Monroe este dedicat premisei conform căreia conștiința focalizată conține soluții decisive la problemele majore ale experienței umane. O mai mare înțelegere a acestei conștiinței poate fi realizată prin eforturi coordonate de cercetare folosind o abordare interdisciplinară.

Rezultatele acestor cercetări sunt semnificative numai în cazul în care există aplicații practice în viața de zi cu zi – ceva de valoare culturii noastre contemporane.

Ca organizație de educație și cercetare dedicată explorării conștiinței umane, Institutul își propune să introducă la toate nivelele de activitate umană, abilități care vor schimba în mod constructiv direcția și destinul omenirii.

Programele Institutului nu utilizează modelul de învățare corect-greșit, ci încurajează explorarea conștiinței din punct de vedere personal, care vă permite să decideți ce are cea mai mare semnificație și eficacitate pentru voi.

Deoarece metodele TMI sunt noninvazive, participanții întotdeauna își exercită liberul arbitru.

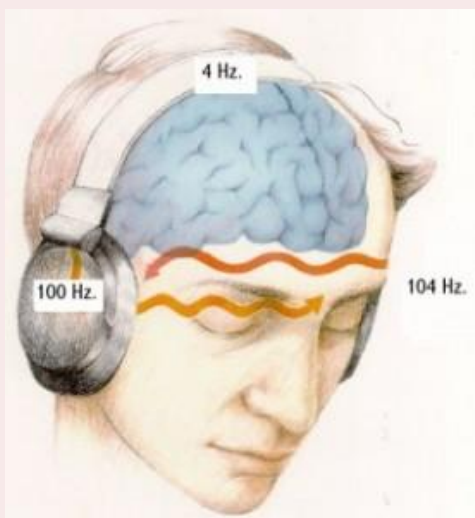
Despre tehnologia Hemi-Sync®

La începutul cercetărilor sale, Bob Monroe a observat că anumite sunete creează un așa numit Răspuns de Urmărire a Frecvenței (Frequency Following Response) în activitatea electrică a creierului.

Răspunsul de urmărire a frecvenței se referă la caracteristica creierului de a răspunde la un stimul ritmic prin sincronizarea ciclurilor electrice proprii pe același ritm, în cazul în care stimulul este suficient de consecvent. Aceste observații au condus la câteva rezultate fascinante referitoare la natura conștiinței umane. Cercetătorii au descoperit că sunete specifice pot fi combinate și ordonate secvențial pentru a conduce creierul cu blândețe în diverse stări, variind de la relaxarea profundă sau starea de somn, până la stările de conștiință extinsă și alte stări "extraordinare".

Această cercetare fascinantă a devenit baza unei tehnologii de ghidare audio inovativă, neinvazivă, ușor de utilizat, cunoscută sub numele de Hemi-Sync®, denumire ce provine de la prescurtarea folosită pentru Hemispheric Synchronization, în traducere sincronizarea emisferelor.

Procesul de îndrumare audio funcționează cât se poate de simplu, prin trimiterea a două tonuri audio, de frecvență relativ apropiată, la fiecare ureche, printr-o cască stereo. Cele două emisfere ale creierului, vor integra cele două semnale producând o senzație al unui al treilea sunet, numit bătaie binaurală, care este diferența între cele două tonuri inițiale. Acest al treilea ton nu este, de fapt, un sunet real, ci un semnal electric care poate fi perceput numai în interiorul creierului, atunci când ambele emisfere cerebrale încep să lucreze împreună.



Și mai simplu spus:

Un ton clar, constant, să zicem de, 100 Hz este trimis în urechea dreaptă.

Un alt ton de 104 Hz este trimis în urechea stângă.

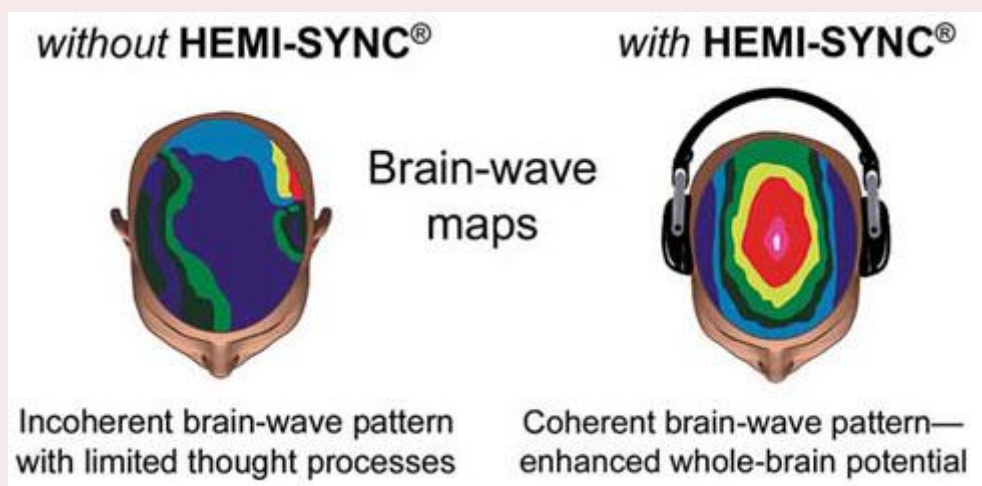
Efectul de vibrație care va fi perceput de creier este diferența de 4 Hz dintre cele două sunete, creat de cele două emisfere cerebrale care au început să

funcționeze ca o singură unitate, ambele sincronizându-și ciclurile electrice pe această frecvență.

Procesul Hemi-Sync® funcționează prin generarea unor complexe semnale audio, multistratificate, care acționează toate laolaltă, pentru a crea o rezonanță care se reflectă într-o formă de undă cerebrală unică, caracteristică anumitor stări specifice de conștiință. Aceste semnale sunt mixate cu muzică, pink sound, efecte sonore subtile și, în unele cazuri, cu sunetul valurilor de ocean, pentru inducerea și amplificarea stării dorite.

Rezultatul este o focalizare, o stare de unitate totală a creierului, cunoscută ca sincronizarea emisferelor sau Hemi-Sync®, în care cele două emisfere lucrează împreună în stare de coerență. Semnale diferite de Hemi-Sync® sunt folosite pentru a facilita relaxarea profundă, atenția focalizată, meditații profunde pentru explorarea sinelui, sau o serie de alte stări dorite.

Ca și o analogie, laserul produce lumina focalizată, coerentă iar Hemi-Sync® produce o minte focalizată, coerentă, ceea ce reprezintă condiția optimă pentru îmbunătățirea performanțelor umane.



Aceste hărți ale activității undelor cerebrale arată cum ascultarea sunetelor Hemi-Sync pot să schimbe activitatea aleatoare obișnuită al a creierului (imagine stânga), într-un model mult mai coerent și organizat (imagine dreapta), permițându-vă să vă folosiți mai mult creierul, într-un mod mult mai eficient.

Unul dintre cercetătorii de frunte în domeniul sincroniei undelor cerebrale, Dr. Letser Fehmi, de la Institutul de Cercetări de Biofeedback Princeton, subliniază că, “sincronia reprezintă eficiența maximă cu care informația poate fi transportată prin întregul creier.” Acest lucru înseamnă că sincronizarea undelor cerebrale duce la o creștere accentuată a efectelor

diferitelor stări produse de undele cerebrale. Producerea de către creier a unei energii electromagnetice sincronizate, coerente, la o anumită frecvență, conduce la o stare asemănătoare cu starea de coerență a laserului, sporind amplitudinea și forța undelor cerebrale. Este evident că un creier “extrem de integrat”, în care ambele emisfere funcționează simetric, în armonie și unitate, este cheia către “stările de vârf” și performanțele umane excepționale.

Combinății specifice de semnale Hemi-Sync®, pot ajuta, de exemplu, la realizarea unei focalizări și concentrări asemănătoare laserului. În funcție de obiectivele dorite, semnalele Hemi-Sync® sunt combinate cu muzică, ghidare verbală sau efecte sonore subtile pentru a mări eficiența acestuia. Desigur, în materialele Hemi-Sync® pentru somn sunt incluse în mod predominant frecvențe Delta; înregistrările destinate pentru studiu au la bază frecvențele Beta, și așa mai departe. Utilizatorii rămân în control total, pe parcursului întregului proces, deoarece aceste înregistrări nu conțin mesaje subliminale.

Sincronizarea emisferelor se produce în mod natural în timpul zilei, dar de obicei, în mod aleator și numai pentru perioade scurte de timp. Hemi-Sync® poate ajuta ascultătorul în realizarea și susținerea acestor stări coerente de unde cerebrale, de mare productivitate.

Hemi-Sync® a fost testat și s-a dovedit clinic că produce efecte identificabile, benefice, printre stările pe care le produce fiind sporirea concentrării, relaxarea profundă, inducerea somnului, controlul durerii și stările extinse de conștiință.



Inovația continuă

În 1975, Robert Monroe a emis un brevet original în domeniul modificării stării creierului prin sunete. Cercetările sale clinice convingătoare au devenit fundația pentru o tehnologie de ghidare audio, non-invazivă, ușor de folosit, cunoscută sub numele de Hemi-Sync®.

Munca lui Robert Monroe a inspirat o întreagă industrie de produse legate de funcționarea minte/creier. După 50 de ani de cercetare și mii de sesiuni de laborator, procesul Hemi-Sync®, apreciat în lumea întreagă, rămâne fără egal în capacitatea sa de a ne ajuta în descoperirea și valorificarea potențialului uman.

Mulțumită colaborărilor cu anumite instituții medicale și universități eminente, tehnologia Hemi-Sync®, testată științific și clinic, continuă să se focalizeze pe o serie de proiecte de cercetare specializate. În plus, mulți psihoterapeuți, medici, educatori și alți profesioniști, utilizează tehnologia Hemi-Sync® într-un cadru larg de aplicații. Asemenea cercetări sunt indispensabile în revelarea influenței tiparelor specifice de sunete Hemi-Sync® asupra conștiinței. De-a lungul anilor, aceste eforturi au dus la dezvoltarea a zeci de produse individuale pentru aplicații concrete, cum ar fi: concentrarea atenției, managementul stresului, îmbunătățirea somnului, controlul durerilor, inducerea și susținerea proceselor de vindecare, meditații profunde, pentru a amintii doar câteva.

Există sute de produse, așa numite tehnologii de influențare a stărilor de conștiință, care sunt disponibile pe piață, dar foarte puține rămân în picioare după o cercetare minuțioasă. Hemi-Sync®, tehnologia audio utilizată de Institutul Monroe este un instrument avansat, care iese în evidență prin adevărata ei eficiență. Deși multe produse "minte/creier" încearcă să imite această tehnologie, după decenii de cercetare și mii de sesiuni de laborator, Hemi-Sync® a rămas de neegalat în eficacitatea sa.

Explorați originalul



www.hemi-sync.com

Informații suplimentare puteți găsi pe:

[http:// www.monroeinstitute.org](http://www.monroeinstitute.org)

[http:// www.hemi-sync.ro](http://www.hemi-sync.ro)

Prețul Programului Gateway Voyage în România este 800 EURO

și include taxa de curs, cazarea și masa.

Acesta este un preț special a fost aprobat de TMI pentru România

Locurile sunt limitate la 14 de persoane.

Înscriere și informații suplimentare:

Ritta Nicoară, e-mail: rittanicoara@yahoo.com

tel: 0744 – 11.84.76