

# DREAMTIME

## Il tempo e l'arte del Sognare

*Il potere di creazione e di guarigione dei sogni*

Conduce: **Dott.ssa Anto Alba D'Angicco**

Psicoterapeuta, spec.Ipnosi Clinica, Dreamworker  
Counselor olistico trainer - SIAF

**I TUOI SOGNI SONO CIO' CHE SEI DIVENTATO E CIO' CHE DIVENTERAI.  
OSSERVA LA TUA VITA E SAPRAI COSA HAI SOGNATO**



**“ Chiunque sa sognare è un piccolo sciamano.”**

### Seminario 1

## Sogni intrapsichici e Sogni di esperienza

**2018**

- Sonno e Sogni : le basi neurofisiologiche
- Sogni psichici involontari, sogni di esperienza (evolutivi), sogni consci, sogni lucidi. Frequenze che favoriscono il sogno.
- Il *Diario segreto dei Sogni*: cosa aiuta e cosa ostacola il ricordo dei sogni
- Stabilire un intento per i nostri *sogni notturni* e i *sogni della nostra vita*.  
Kit per comprendere ed influenzare i sogni : Principali simboli e archetipi, l'Ombra e l'Animus/Anima, Rientro nel sogno, Dialogare con i personaggi onirici, Immergersi nei simboli, Le chiavi universali dei sogni
- Pratica di “*Active Dreaming*”: antico sogno sciamanico, moderna scienza del sogno notturno e discipline spirituali da ogni parte del mondo
- Rituali di lavoro : Pulizia dello *spazio sacro*, Invocazioni ai Poteri che parlano attraverso i sogni, Viaggio sciamanico attraverso i portali che si aprono ad altri livelli di realtà : la ricerca di animali-guida e spiriti-guida
- Una notte nel tempio di Asclepio: sogno notturno condiviso nel Paesaggio del sogno : incubare un sogno di chiarificazione o di guarigione
- Affrontare e trasformare l'esperienza dei *sogni angosciosi* e degli *incubi*



## Seminario 2

### **Sognare il sogno giusto : semina dei sogni e tradizione sciamanica mexica 2018**

**Adattamenti dal Corso *Dreamers Path School* col Maestro Sergio Magana ( Messico)**

- Oltre l'*interpretazione* dei sogni dell'ego : Il Sognare è un vero e proprio *atto di creazione della psiche e dell'anima*. La nostra vita è questo sogno.
- La tradizione sciamanica tolteca e il processo di "insognazione" (creare sogni da svegli): la *semina* dei sogni ( *mexhiczin*), energie archetipiche, postura e respirazione secondo la numerologia mexica
- L'intreccio delle energie del *Tonal* e del *Nahual*
- Assorbire dalla natura le energie necessarie per sognare e ricordare i sogni
- I principali *codici* del *sogno lucido sciamanico* o *sogno fiorito* : essere addormentati e svegli nello stesso tempo, il ruolo degli archetipi nel sogno sciamanico, la manifestazione del sogno seminato, sognare i nahual.
- L'arte di *cambiare forma* (*shapeshifting*) nella semina e nella *caccia* al sogno
- Pratiche per recuperare i sogni al risveglio
- Cancelare al più presto sogni dannosi che programmano la nostra vita
- Prove di OBE e di lucidità
- La *ricapitolazione* sciamanica (*quetzaltzin*), il lavoro di auto-cura con le maschere (*xayaca*), i vari racconti della nostra vita
- Coltivare la disciplina per diventare *guerrieri del sogno*.



## Seminario 3

### L'universo tolteco e il fiore cosmico Esplorare con i sogni la mappa dell'Aldilà

"The path of the soul after death is the same  
as the path of the soul in dreams"

[ Lakota]

**2018**

**Adattamenti dal Corso *Dreamers Path School* col Maestro Sergio Magana ( Messico)**

- Elementi di cosmologia e numerologia degli antichi toltechi
- Pratica mexicana del sonno col polmone sx o col polmone dx : rallentare il cuore, OBE e sogni lucidi, sonno senza sogni e proiezioni mentali.
- Noi siamo il sogno dei nostri antenati e delle nostre vite passate.  
Come esercitarsi alla ri-programmazione: Ri-sognare sogni con elementi pericolosi / Cancellare i sogni distruttivi programmati attuali e le "matrici" costituite da quelli più vecchi.
- I due cicli di vita: giorno/notte, vita/morte. L'entrare nel Mictlan e addestrarsi al "gran movimento", imparare ad addormentarsi/morire senza perdere la coscienza.
- " Fiorire" mentre siamo in vita: i blocchi emotivi che ci trattengono e ci bloccano negli *inframondi*. senza tempo.
- La respirazione sacra per ripulire l'*ombra*
- La coscienza o la mente non è confinata nel corpo e nel cervello, agisce a vari livelli e sopravvive alla fine del corpo fisico
- Quando sogniamo persone trapassate : cogliere le varie ragioni che le portano da noi in sogni e visioni.  
Dare/Ricevere aiuto a chi è bloccato in un inframondo: prove di psicopompia.
- Riconoscere le nostre proiezioni mentali e gli autentici *nahual.es*



## Seminario 4

### L'universo tolteco e il fiore cosmico

### Tecniche avanzate di evoluzione e di guarigione

**2018**

**Adattamenti dal Corso *Dreamers Path School* col Maestro Sergio Magana ( Messico)**

- Elementi di cosmologia e numerologia degli antichi toltechi
- Ogni notte, anche se non lo ricordiamo, andiamo nella Terra dei sogni.
- Lo smembramento e il recupero dei pezzi perduti con i traumi e con i farmaci-droghe
- Lo specchio *fumoso* di ossidiana : la percezione del *Quetzal* e del *Quetzalcoatl*
- La pratica del *Chac Mool* per la semina
- *Sogno fiorito* e altri livelli del sogno: la piramide dei sogni.
- Il tunnel della vita e della morte : ritrovare la nostra stella.
- La cerimonia del serpente di sangue, intento e tecniche per guarigioni difficili
- I tredici cieli : volare dai 4 *Tezcatlipoca* e verso ciascun cielo, conseguire guarigione e rinnovamento cellulare.



NB - Il percorso proposto è prevalentemente esperienziale – fatto di sogni notturni, viaggi sciamanici e pratiche nelle zone liminali dei sogni, fase ipnagogica e ipnopompica - prevede quindi anche un laboratorio notturno comune nella serata del sabato in cui ci esercitiamo in condizioni reali.