



Zen Diffusion



CREATIVITÀ

MANDARINO

*100% naturale
made in Italy*

PREPARAZIONE

Grazie per credere e sostenere il nostro impegno nel diffondere la cura della persona, vogliamo camminare insieme per aiutarti a trovare la tua visione.

7 colori, 7 oli essenziali, 7 percorsi.

Abbiamo creato il primo diffusore al mondo che ad ogni olio essenziale abbinava un percorso di crescita personale. Per questo percorso abbiamo scelto di farci guidare dal coach Luca Papa, il fondatore della Nonavanguardia, specializzato nella crescita personale da più di 10 anni. Lui ha realizzato questi 7 percorsi in pdf abbinati ai 7 oli in esclusiva per Zen Diffusion.

Ci teniamo a dire che per noi lo Zen non è una religione. La parola "Zen" nella sua traduzione originale del termine sanscrito "Dhyana", il suo significato letterale è "visione". Noi ci teniamo a risvegliare la tua spiritualità per far sì che puoi ritrovare un contatto con te stesso/a, per indagare sul tuo io: chi sei? Qual'è il tuo scopo?

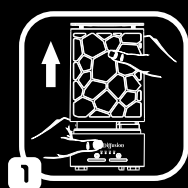


Hai scelto **Creatività**, noi di Zen Diffusion non crediamo nel caso, le scelte non sono casuali, tu cercavi qualcosa di diverso ed eccoci qua! Ognuno di questi percorsi non si prefissa l'obiettivo di cambiarti la vita, ma di farti assaggiare la nostra visione.

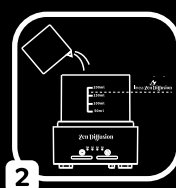
"Solo le persone profonde fanno grandi passi e lasciano il segno sulla terra"

Tu sei una persona UNICA.

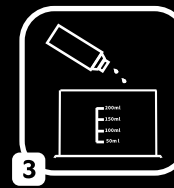
Preparazione Zen Diffusion



Prendi Zen Diffusion, solleva il coperchio come mostrato nelle istruzioni.



Riempi il serbatoio con acqua fino alla linea Zen, non andare oltre per ottenere l'effetto desiderato.



Adesso metti 5 gocce di olio essenziale. Richiudi il Diffusore e accendilo!

7 accortezze:

- Spegni il cellulare e tienilo in un'altra stanza.
- Qualsiasi cosa sarai guidato/a a fare: "Non prenderti troppo sul serio, lasciati andare".
- Fai questo percorso in un momento dove non vai di fretta.
- Crea un ambiente intimo abbassando le luci magari lascia solo Zen Diffusion ad illuminarti.
- Prenditi il tempo che ti serve per passare da una parte all'altra.
- Metti vicino a te acqua, un foglio con dei pennarelli.
- Utilizza un quaderno che ti accompagna per questi 7 percorsi.

Andiamo?

Oli certificati PIF per uso cutaneo



Diluire in olio vegetale (come ad esempio olio di mandorla, girasole o avocado) secondo il rapporto: fino a 1 mL in 100 mL. Non usare puro sulla pelle.

PERCORSO

Come sottofondo musicale ti consigliamo questo link:

CREATIVITÀ - Il primo passo per la tua connessione interiore

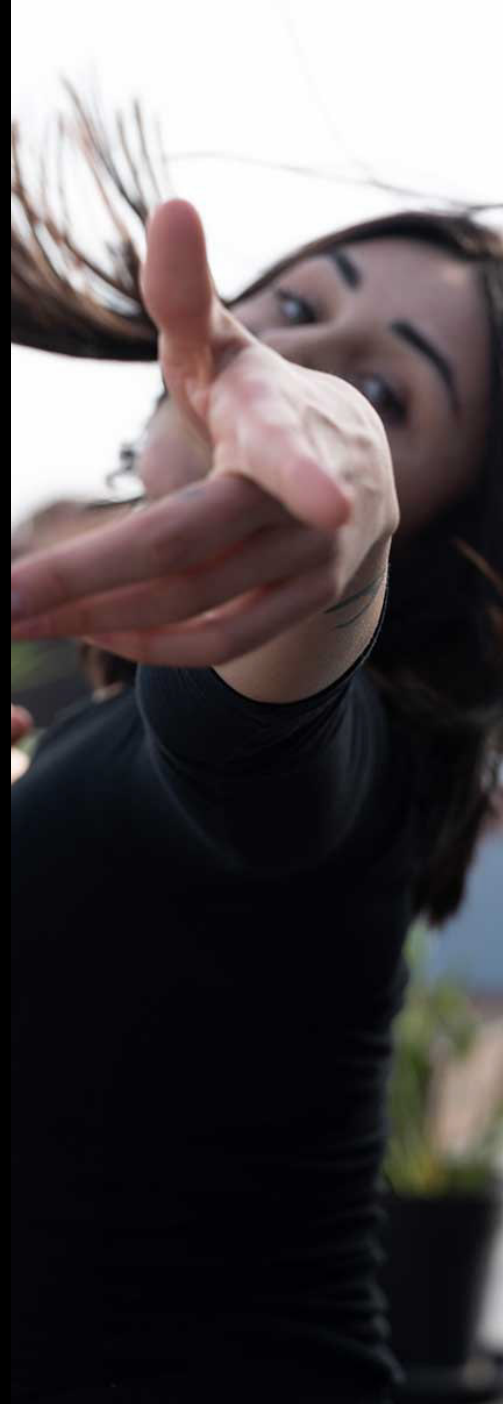
Tutte le musiche per le meditazioni che troverai sul nostro canale YouTube sono a una frequenza di 432hz: ascoltare musica a questa frequenza risona nel nostro corpo, libera blocchi emotivi ed espande la nostra coscienza, crea risonanza nel nostro corpo fisico, mentale, emotivo e spirituale.



- 1** Per questo percorso dovrai avere degli acquarelli e una tela, metti quindi un bel telo di plastica o dei giornali sotto per non sporcare.
- 2** Ora inizia a lasciare ogni cosa fuori da questo momento, svuota la tua mente, se non ci riesci alzati in piedi, levati scarpe e calzini e guarda i tuoi piedi (non cercare sempre il motivo delle cose...)
- 3** Tu sei un'artista, è sì, tu sei un'artista, che tu lo creda o no, tu sei un'artista, ma hai scordato di esserlo.
- 4** Quando eri bambino/a avrai fatto tantissime opere d'arte, questo perché i bambini non hanno su di loro il peso del giudizio, invece da grandi, arriva questo nemico antipatico che si chiama giudizio e rovina tutto. Ti senti giudicato/a?
- 5** Tutto ciò che sto per dirti di fare fallo con la mano opposta alla tua. Es: se sei destro utilizza la sinistra. Prendi la tua tela, sistemati ed inizia a disegnare la tua infanzia, qualsiasi cosa ricordi della tua infanzia. Se non ti viene nulla, disegna la tua famiglia d'infanzia (disegna sempre con la mano opposta. Non barare hahahah). Deve essere come un disegno di un bambino.
- 6** Ora prendi un foglio e rispondi: Cosa amavi della tua infanzia? (fino al tuo decimo compleanno). Fai una lista dettagliata di tutto ciò che amavi fare.
- 7** Cos'è rimasto oggi di quelle passioni?, sottolinea quello che è rimasto. Una volta sottolineato, cerca e sottolinea ciò che vorresti tornasse, individua almeno una cosa. Cos'è che vorresti tornasse nella tua vita?
- 8** Ora ripeti a voce: "VORREI CHE TORNASSE NELLA MIA VITA..." Ripetilo più volte.
- 9** Come hai finito mettiti in una posizione comoda, chiudi gli occhi e ripeti a voce: io posso, io me lo merito, io sono abbastanza, ripetilo fino a convincerti, non ti fermare, credici!
- 10** Scrivi sul tuo quaderno le tue considerazioni, scrivi ciò che ti passa nella mente. Se hai fatto anche gli altri percorsi puoi tornare indietro e aggiungere altre considerazioni.

Esercizio settimanale

Prendi una tua foto d'infanzia dove eri felice e mettila sul tuo comodino.



PERCORSO

PRINTER FRIENDLY

Stampa questa versione per risparmiare inchiostro sulla tua stampante



- 1 Per questo percorso dovrai avere degli acquarelli e una tela, metti quindi un bel telo di plastica o dei giornali sotto per non sporcare.
- 2 Ora inizia a lasciare ogni cosa fuori da questo momento, svuota la tua mente, se non ci riesci alzati in piedi, levati scarpe e calzini e guarda i tuoi piedi (non cercare sempre il motivo delle cose...)
- 3 Tu sei un'artista, è sì, tu sei un'artista, che tu lo creda o no, tu sei un'artista, ma hai scordato di esserlo.
- 4 Quando eri bambino/a avrai fatto tantissime opere d'arte, questo perché i bambini non hanno su di loro il peso del giudizio, invece da grandi, arriva questo nemico antipatico che si chiama giudizio e rovina tutto. Ti senti giudicato/a?
- 5 Tutto ciò che sto per dirti di fare fallo con la mano opposta alla tua. Es: se sei destro utilizza la sinistra. Prendi la tua tela, sistemati ed inizia a disegnare la tua infanzia, qualsiasi cosa ricordi della tua infanzia. Se non ti viene nulla, disegna la tua famiglia d'infanzia (disegna sempre con la mano opposta. Non barare hahahah). Deve essere come un disegno di un bambino.
- 6 Ora prendi un foglio e rispondi: Cosa amavi della tua infanzia? (fino al tuo decimo compleanno). Fai una lista dettagliata di tutto ciò che amavi fare.
- 7 Cos'è rimasto oggi di quelle passioni?, sottolinea quello che è rimasto. Una volta sottolineato, cerca e sottolinea ciò che vorresti tornasse, individua almeno una cosa. Cos'è che vorresti tornasse nella tua vita?
- 8 Ora ripeti a voce: "VORREI CHE TORNASSE NELLA MIA VITA..." Ripetilo più volte.
- 9 Come hai finito mettiti in una posizione comoda, chiudi gli occhi e ripeti a voce: io posso, io me lo merito, io sono abbastanza, ripetilo fino a convincerti, non ti fermare, credici!
- 10 Scrivi sul tuo quaderno le tue considerazioni, scrivi ciò che ti passa nella mente. Se hai fatto anche gli altri percorsi puoi tornare indietro e aggiungere altre considerazioni.

Esercizio settimanale

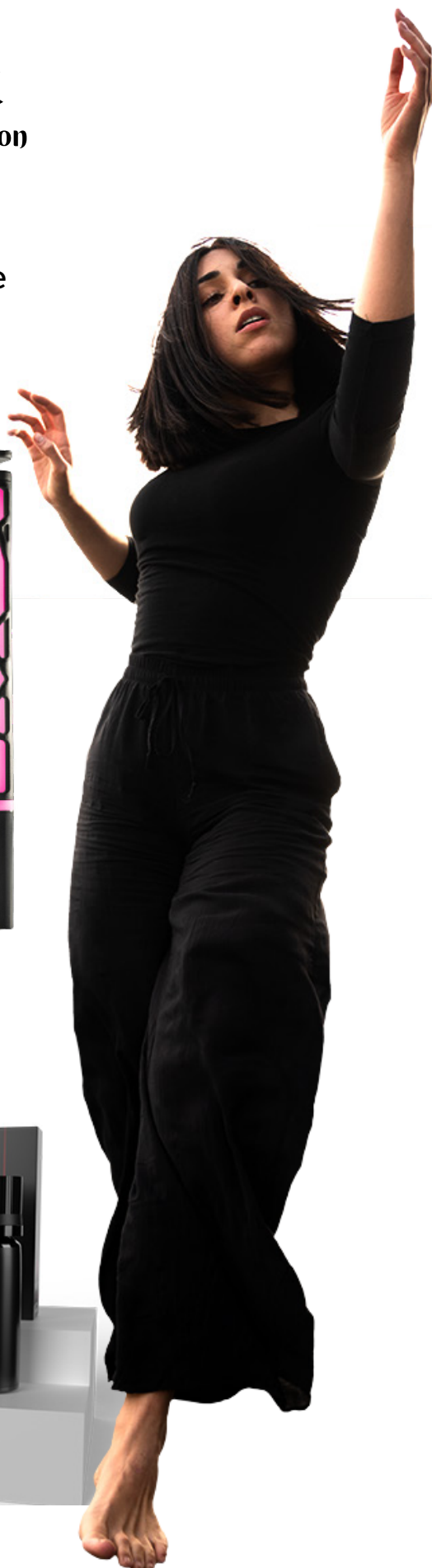
Prendi una tua foto d'infanzia dove eri felice e mettila sul tuo comodino.





Zen Diffusion

Find
your
essence



7 COLORI, 7 OLI, 7 PERCORSI

www.zendiffusion.com