

Giuseppe Torrente



SENSI DI LUCE

Benessere Consapevole



Lovin' Voice

RITORNO A SE'

Ritiro Spirituale

15-17 Maggio 2025

Moneglia (GE)

## un invito al risveglio interiore

ti sei mai chiesto se stai vivendo la tua vita o semplicemente seguendo schemi prestabiliti?



un viaggio di riscoperta di ciò che già sei, un'opportunità per riconnetterti con la tua essenza più autentica, libera dalle sovrastrutture accumulate nel tempo.

Riconnetti te stesso:

## COS'È IL BENESSERE CONSAPEVOLE?

Il Benessere Consapevole è uno stato di armonia che nasce quando riconosciamo e integriamo tutti gli aspetti del nostro essere: corpo, mente, emozioni e spirito.

Non si tratta solo di stare bene, ma di "essere consapevoli" di ciò che siamo veramente, di abitare pienamente il nostro corpo, di ascoltare il nostro sentire più profondo e di vivere in connessione con la nostra essenza spirituale.

Durante il seminario, esploreremo insieme le vie attraverso cui questo stato di benessere può manifestarsi naturalmente, rimuovendo gli ostacoli che ne impediscono l'espressione.

## RITORNO A SE'

Durante questi tre giorni in un accogliente albergo affacciato sulla Riviera Ligure, ad un passo dalle Cinque Terre circondato dai profumi della primavera inoltrata e a pochi passi dal mare, intraprenderai un percorso trasformativo che ti permetterà di:

- RISCOPRIRE la tua vera natura oltre i condizionamenti
- RISVEGLIARE i tuoi canali percettivi e la tua sensorialità
- RICONNETTERTI con il tuo benessere consapevole
- RINASCERE a una nuova visione di te e del tuo potenziale

## DOVE..

### Hotel EVA LA ROMANTICA

Via Rivara 5 16030  
Moneglia (GE)



## A chi è rivolto

### Questo percorso è per te se:

- Senti il bisogno di una pausa rigenerante dalla routine quotidiana
- Desideri esplorare dimensioni di te stesso ancora inesplorate
- Sei pronto a mettere in discussione vecchi schemi limitanti
- Vuoi riscoprire e potenziare la tua sensorialità e percezione
- Cerchi strumenti pratici per vivere con maggiore consapevolezza
- Desideri condividere un'esperienza trasformativa in un gruppo di persone

**Non sono richieste esperienze precedenti, o particolari abilità...  
solo un cuore aperto e la disponibilità a metterti in gioco!**

## L'esperienza

Durante i tre giorni sarai condotto attraverso:

- Meditazioni guidate
- Esercizi di percezione sensoriale
- Esperienze di canto armonico e vibrazione sonora
- Esplorazioni creative con i colori
- Tecniche di sviluppo dell'empatia e dell'ascolto
- Attività nella natura e sulla spiaggia

### IL PROGRAMMA DELLE ATTIVITA'

Le attività saranno svolte tutti i giorni  
dalle 9:30 alle 18:30

Pausa pranzo dalle 13 alle 15  
(Incluso)

GITA alle Cinque Terre  
nel pomeriggio di venerdì 16 Maggio  
(facoltativo)

RITORNO A SE'  
*Ritiro Spirituale*



Lovin' Voice

## BAGNO SONORO LOVIN' VOICE

**Un'esperienza vibrazionale profonda che aprirà i tuoi canali percettivi attraverso il potere del canto ispirato e delle vibrazioni sonore.**

**Il Lovin' Voice crea un ambiente sonoro dove i desideri dell'anima possono emergere liberamente, sciogliendo le tensioni mentali e aprendo nuove possibilità di connessione con la tua essenza.**

*consapevolezza  
crescita  
empatia*

## ESPERIENZA DI GRUPPO TRASFORMATIVA

Durante il seminario, vivrai un'esperienza di gruppo potente e rivelatrice. Il confronto con persone che non conosci diventa uno specchio prezioso per osservare come reagisci agli stimoli esterni, come ti poni nell'ascolto e nella condivisione. È proprio nell'interazione con gli altri che emergono parti di noi spesso invisibili nella routine quotidiana, offrendo opportunità uniche di crescita e consapevolezza.

Il gruppo diventa così un catalizzatore per il cambiamento personale, in un ambiente sicuro e rispettoso.

Giuseppe Torrente



SENSI DI LUCE

Benessere Consapevole



Lovin' Voice

**RITORNO A SE'**

*Ritiro Spirituale*

**15-17 Maggio 2025**

**Moneglia (GE)**

## Sarò la vostra Guida

Sono Giuseppe Torrente, se ancora non mi conosci, puoi dare uno sguardo al mio sito web

[www.giuseppetorrente.com](http://www.giuseppetorrente.com)



**"Nessun maestro spirituale verrà a salvarti  
fino a quando non comprenderai che  
il cambiamento deve avvenire dentro di te."  
cit. Marcello Mondello**



## Info e Prenotazioni

### COSTI

- Pacchetto completo:  
€ 270 (corso + soggiorno in camera doppia con colazione + pranzo)
- Supplemento camera singola: € 80
- Solo corso (per chi desidera alloggiare altrove + pranzo): € 200

### PARTECIPANTI

Min 8 - Max 16 persone

### POSTI LIMITATI

Iscriviti entro il 10 Aprile per assicurarti il tuo posto in questo viaggio di trasformazione (chiedi il modulo di iscrizione)

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE

- Acconto di € 50 entro il 10 Aprile 2025
- Saldo entro il 5 Maggio 2025

Info@giuseppetorrente.it  
+39 3922822288