

# USAGES DE LA MÉDITATION PROFONDE

Grâce à ses nombreux bienfaits, la pratique de la Méditation Profonde est recommandée pour de nombreuses situations :

La Méditation bien entendu, mais aussi :

- Aide à l'apprentissage et à la préparation d'examens
- Arts Divinatoires
- Arts Martiaux
- Arts Médiumniques
- Changements de Vie
- Chakras (Ouverture et Développement)
- Concentration
- Confiance en soi
- Connexion Universelle
- Créativité Artistique
- Développement Personnel
- Développement Spirituel
- Diminution de l'Anxiété et des troubles associés
- Diminution du Stress et des troubles associés
- Expériences Intérieures/Spirituelles
- Hypnose et Auto-Hypnose
- Loi d'Attraction (et techniques type le Secret)
- Lutte contre la Dépression
- Lutte contre la Fatigue
- Massage et Arts Corporels
  
- Pleine Conscience (Mindfulness)
- Prière
- Pratique du Mantra
- Prises de Décisions Importantes
- Qi Gong
- Recherche de Solutions à des problèmes difficiles
- Recherche du Sens de sa Vie
- Recherche personnelle/spirituelle (Jésus, Dieu, Univers, ...)
- Reconnexion
- Reiki
- Relaxation
- Rêves Lucides
- Sommeil
- Sortie Hors du Corps
- Tai-Chi
- Tantra
- Vie dans le Moment Présent
- Vies Antérieures
- Yoga

Et toutes les disciplines qui libèrent et développent la meilleure partie de vous-même..