

INTENZÍV ÖNFEJLESZTŐ TANFOLYAM

2025.09.21, Kék Hal Étterem

Tervezett témakörök

1. Külső és belső okok

A külső és belső okok (programok, modellek, hiedelmek) meghatározása és oldási lehetőségei a testi, lelki problémáknál, elakadásoknál.

a) Külső okok:

- geopatogén hatások,
- elektroszmog, gamma és egyéb sugárzások,
- átok, rontás, szemmelverés, megszállottság

b) Belső okok:

- megterhelő hiedelmek (belső gyermek)
- traumák, konfliktusok
- családi modellek
- transzgenerációs modellek
- ősi sebek
- árnyaink

2. A megváltozott tudatállapot

A megváltozott tudatállapot fontos szerepe a tudatalattinkkal való kommunikációban.

Elérés módjai:

- mozgás által
- légzőgyakorlatok által
- különböző tónusok, hangok, ének által

a) Mozgásgyakorlatok

A mozgás betöltött szerepe e folyamatokban:

A mozgás a testünkkel való kapcsolódáson keresztül segít kapcsolódni az érzéseinkkel, az intuíciónkkal, a "belső hangunkkal".

Így holisztikusan, egységben önmagunkkal és a világgal tudunk gondolkodni, és nem a fejünkben zakatoló gondolatok uralnak minket.

Ezáltal segít egy magasabb nézőpontból ránézni egy problémára, ami azon a szinten, ahol a probléma keletkezett, nem oldható meg.

b) Légzésgyakorlatok

- Teszt: a kondíció és az energo-vibrációs szint felmérésére
- Légzés fajtái: lassú mély, gyors mély, endogén, ciklikus légzés, viviation, stb.
- Ezen légzések fiziológiai és pszichológiai hatásai az emberi tudatra és a testre.

c) Hangterápia

A hangterápián használt eszközök: sámándob, hangtálak, gong, ének.

Szintén támogatják az ellazulást és az utat a megváltozott tudatállapothoz.

Az összes említett eszközök használatával fogunk dolgozni a problémák oldásán.

Ennek a programnak az a célja, hogy az elménk tisztulásával, érzelmi blokkjaink, traumáink és a negatív hiedelmeink oldásával kedv szerint tudjunk teremteni, manifesztálni a jövőnket, kapcsolatainkat, egészségünket és anyagi jólétünket.

A tanfolyamok 2 hetente vasárnaponként lesznek megtartva, intenzív formában (7 óra erejében).

1. alkalom: **2025. szeptember 21, 10:00 -17:00,**

Helyszín: **Kék Hal Étterem, 943 65, Helemba 337, Szlovákia**

Ajánlott hozni magunkkal: jegyzetfüzet, írószerszám, kényelmes laza ruha, karimátka

Részvételi díj: 28.000 Ft, 70 EUR / alkalom

Oktatók:

Gúgyela Károly

Nagyfalusi Flóra

=> Jelentkezni lehet a köv. címen vagy tel. számon:

E-mail: gugyela.karol.62@gmail.com

Tel.sz.: 00421 911 218 808

(Megjegyzés: A létszám a csoportban limitált!)