



Zabydlení se ve zdraví

série 9 seminářů – září 2018 – březen 2019 ve studiu SHINE

Zabydlení se ve zdraví představuje celostní koncepci systematické, cílené práce v oblasti osobního rozvoje, která obsahuje ozdravné **techniky pro tělo, mysl, emoce i pro duši**.

Cílem je „**žít dobrý a spokojený život**“ – **plný všeho, co potřebujeme a co nás činí šťastnými** a přitom v plné míře **rozvinout svůj jedinečný, životní potenciál**, který se v průběhu seminářů postupně pokusíme odhalit, pojmenovat a uvolnit k němu cestu.

Zabydlet se ve zdraví = zabydlet se v Životě

Součástí toho je „zabydlení se“:

- **v těle,**
- **v čase,**
- **v prostoru,**
- **ve vztazích,**
- **v činnostech, které vykonáváme**

Protože není možné obsáhnout všechny podstatné souvislosti dané problematiky během jednoho semináře, nabízíme v rámci této koncepce práce **ucelený cyklus 9 seminářů**. Každý z nich je zaměřený na 1 konkrétní téma, které je pro Zabydlení se v Životě důležité. Jednotlivá témata na sebe vzájemně logicky navazují a doplňují se. Ačkoliv se jedná o cyklus a je proto velmi prospěšné a ozdravné, absolvovat ho celý, je možné absolvovat jednotlivé semináře samostatně.

Součástí každého semináře je práce s myslí, práce s tělem a konstelační práce, aby byl **osloven člověk v jeho komplexnosti a aby byly zapojeny všechny důležité složky osobnosti** – tělo, mysl, emoce i duševně-duchovní stránka. Přitom vycházíme nejen ze svých dlouhodobých zkušeností a praxe, ale mimo jiné i z poznatků moderní vědy, zejména psychologie a speciální pedagogiky.

Klíčovým fokusem seminářů je nejen **dlouhodobý osobní rozvoj**, ale i **práce s konkrétními problémy a bloky** – s cílem je odstranit nebo alespoň zmírnit, bez ohledu na to, kde leží jejich "původ".

Konkrétní témata jsou následující:

- 20. 9. – téma č. 1: Novou cestou – umět uzavřít staré, otevřít se novému
- 12. 10. – téma č. 2: Strachy a jiné emoce, jak se s nimi účelně vyrovnávat
- 1. 11. – téma č. 3: Soulad mužské a ženské stránky
- 22. 11. – téma č. 4: Soulad racionální a intuitivní stránky
- 12. 12. – téma č. 5: Síla přítomného okamžiku – být a žít „tady a teď“, schopnosti správného načasování
- 10. 1. – téma č. 6: Hlas za hlasem – jak rozvíjet svou intuici a objevit své vnitřní potenciály
- 31. 1. – téma č. 7: Vědomé myšlení a jednání – o myšlenkách a svobodné vůli trochu jinak
- 28. 2. – téma č. 8: Jak nacházet správnou míru – v životě i ve vztazích
- 21. 3. – téma č. 9: Žít s důvěrou = zabydlet se v životě v kontextu fenoménu Zla.

Více informací najdete na: pro-zmenu.cz/cs/akce/

Každý seminář trvá 3 hodiny a koná se od 18:00 do 21:00.

Místo konání: Tréninkové centrum SHINE, Vítězné nám. 2 (v průchodu první vchod vlevo), Praha 6.

Cena celého cyklu je 5.000,- Kč (tedy 555,- Kč za 1 seminář, vč. občerstvení),
Každý jednotlivý seminář stojí 700,- Kč.

Maximální počet účastníků 15. Přihlášky mailem na lenka@palatova.cz.

Pro rezervaci místa je nutná platba předem na č. ú. 457826101/5500. U platby uvést jméno a datum akce. Děkuji.



Mottem seminářů je výrok krále Šalamouna, který prý řekl:

„**Jménem života** je poezie. Poezie **je umělecká zručnost v pohybu.**

Není hromaděním poznání, po kterém toužíme,
ale **schopností prožít vznešený život** plynuleji a v aristokratickém duchu.

**Prožívat život prostřednictvím bohabojných* démonů vašeho nitra a zbytek vyhnat,
aby bohabojní mohli panovat ve vaší sféře vladařskou mocí.**

Dostaňte pod kontrolu všechny své schopnosti.

Zbavte se návyků a rutiny a **budete svobodní.**

**Svobodní k panování, svobodní k životu
a svobodní k vyjádření svého vnitřního volání nesčetnými způsoby."**

* v mém pojetí bohabojný = prospěšný
... tedy abychom ve svém životě měli to, co je nám prospěšné