

Lekce meditace

KAŽDOU SOBOTU OD 18. ÚNORA 2023



Cena:

Jednorázový vstup na lekci 300,- Kč.

**Zvýhodněná cena za platbu předem
na všech 10 lekcích za 2 500,- Kč.**

**Platba přes rezervační systém na
www.cafepilates.cz**

Kontakt a další podrobnosti:

www.elleninacesta.cz

+420 777 677 541

info@elleninacesta.cz

Lekce meditace

VYLAÐ SI POSTAVU I SVOU HLAVU POMOCÍ MEDITACE
(10 cílených meditací každou sobotu v 18 hodin)
Začínáme 18. února 2023 v 18 hodin, max. 10 osob

Vnitřní rovnováha vyladí mysl a následně i vaše tělo.
Mnohdy nadváha pramení z různých obav,
nejistoty a strachů nebo přebytného hněvu.
Pomocí cílených meditací se postupně vyladí
celé emocionální tělo a následně i mysl.
Zvýší se vibrace buněk, dojde k ozdravení těla, zbaví se přebytných
toxinů a tuků, rozproudí se energie a metabolismus.

1. Sebeláska – uzdravení vnitřního dítěte, otevření čaker
2. Přijetí emocí – strach, obava, nejistota
3. Závislost na někom a na něčem
4. Přijetí rodičů, vzájemné odpuštění a puštění
5. Přijmi svůj hněv a zlobu
6. Partnerství – meditace srdeční čakry (vnitřní žena/vnitřní muž)
7. Přijetí, odpuštění a puštění dětí do života
8. Nepřítel – největší učitel
9. Hojnost – energie, která potřebuje proudit
10. Ozdravení buněk fyzického těla, aktivace kundalini síly
(lymfa, krev, rozpuštění toxinů a tuků)

CELODENNÍ SEMINÁŘ MEDITACE



SOBOTA 11. BŘEZNA OD 9 DO 17 HODIN
CENA 2 000,- Kč (PLATBA PŘES REZERVAČNÍ SYSTÉM,
NEBO NA POKLADNĚ CAFÉ PILATES)

CAFÉ PILATES
RÝMAŘOVSKÁ 561
199 00, PRAHA, LETŇANY
WWW.CAFEPILATES.CZ

Chcete být v souladu sami se sebou? Pečovat o své tělo a vědět jak? Najít svou životní cestu? Pochopit sílu tvoření? Najít sami SEBE? Přijďte na 1 denní seminář s názvem „CESTA K SOBĚ – PROCITNUTÍ“

PROGRAM:

9 – 12 hodin

Přednáška: „Síla emoce strachu a hněvu“

Podrobně si vysvětlíme sílu těchto emocí, proč je důležité je přijmout? Jak s nimi pracovat? Ovlivňují naši vnitřní sílu a energetiku těla.

1. Meditace přijetí strachu a hněvu – velké uvolnění tělesných i duševních bloků způsobené strachem a hněvem

12 – 13 hodin: přestávka na oběd – (bezmasý)

13 hodin

Přednáška: „Vesmírný program našeho bytí“

Podrobně si vysvětlíme i nepostradatelnou roli EGA v něm.

Zjistíte kým jste a kam směřujete.

Každý z Vás si provede svůj energetický náčrtek (psací potřeby s sebou)

2. Meditace – sebeláska a ozdravení vztahů.

V této meditaci vyladíme své vnitřní dítě a tím vztah k SOBĚ, následně vnitřní ženu a vnitřního muže, tím vyladíme partnerské a ostatní vztahy.

Dále Vás čeká zábavný malý kvíz, který si opět sami vyplníte a odhalí Vám, proč se Vám dějí určité situace a jak to změnit?

Na závěr 3. Meditace – HOJNOST.

V rámci této meditace si uvědomíte, že vše je energie, která potřebuje proudit, aby se mohla zhmotnit. Největší hybnou silou hojnosti je LÁSKA.

Občerstvení, bezmasý oběd a pitný režim zajištěn.