

Wyjazd z Oddechem, Energią, Ruchem i Relaksem Słońce, które paliło do niedawna zachodzi za chmurami nadbiegającej jesieni, a nasza skóra, włosy i ciało noszą w sobie symptomy zmęczenia, nasze centra energetyczne wymagają dopieszczenia. Właśnie dlatego moi Kochani zapraszam Was na przepiękny wyjazd.

Świat, w którym żyjemy radykalnie się zmienia. Zmiany te zachodzą na wszystkich poziomach życia i osobiście dotyczą każdego z nas. Żyjemy w erze paradoksu: wszystko jest bardziej globalne, a jednocześnie bardziej indywidualne, z mniejszą ilością, granic, ale jednocześnie z większym zapotrzebowaniem na odrębność. Odczuwamy lek, niepewność, jesteśmy zagubieni. Działamy pod ogromną presją, nękają nas neurozy, depresje, choroby związane z chronicznym stresem. Choruje nasza dusza. Internet przynosi coraz więcej informacji, więcej wyborów, więcej kontaktów, więcej możliwości.

Nie potrafimy sobie poradzić z ciśnieniem, które nas dotyka. Następuje radykalna zmiana naszego postrzegania, naszej świadomości, dlatego potrzebujemy praktycznej technologii, która pomoże nam odnaleźć się w zachodzących zmianach. Potrzebujemy odporności na stres, zdolność do władania naszym ciałem, oddechem i umysłem w sposób świadomy.

#### Program

1. Test „czakramy do kontroli”, dowiesz się, które z centrów energetycznych pracują harmonijnie, a które potrzebują wzmocnienia.
2. Usprawnienie pracy każdej czakry. Gotowa recepta co wprowadzić do życia, by ustabilizować centra.
3. Joga 7 czakr

- **1 czakra „korzeń”** – instynkt, nawyki, bezpieczeństwo, przetrwanie, (najpierw to Ty tworzysz nawyki, a następnie nawyki tworzą Ciebie) Zrównoważona: ufność, poczucie bezpieczeństwa, wrażliwość, cenię siebie, ugruntowanie, zdrowie, cierpliwość, Zablokowana: obsesyjna osobowość, nałogi, unikanie intymności, egoizm, brak ufności, pracoholizm, brak poczucia własnej wartości,

- **2 czakra „krzyżowa”** - kreatywność, pragnienie, seksualność Zrównoważona: empatia, szczodrość, pasja ,życia, spontaniczność, ufność, Zablokowana: infantylizm, nieudolność, powierzchowne relacje, wstyd związany z ciałem lub seksem

- **3 czakra „splot słoneczny”** – siła, wola Zrównoważona: kontrola nad swoim życiem, przywództwo, praktyczność, siła woli, pewność siebie, serdeczność, Zablokowana: interesowność, fanatyzm, potrzeba potwierdzenia własnej wartości,

- **4 czakra „serca”** – miłość, współczucie, współodczuwanie Zrównoważona: akceptacja ”wszystko jest takie jakie powinno być”, harmonia, zrozumienie, neutralność, bezinteresowna miłość, Zablokowana: osamotnienie, przywiązanie, żal, pasywna agresja, zaprzeczenie istnienia miłości

- **5 czakra „gardła”** – ekspresja, komunikacja Zrównoważona: prawdomówność, kreatywność, uczciwość, komunikatywność, bycie postrzeganym jako autorytet, słyszenie tego co jeszcze nie zostało wypowiedziane, Zablokowana: przebiegłość, nieśmiałość, frustracja, intelektualizm, używanie szorstkich słów,

- **6 czakra „trzecie oko”** – intuicja, postrzeganie, percepcja Zrównoważona: intuicja, wyobraźnia, zdolności metapsychiczne, Zablokowana: brak kontaktu z ciałem, brak realizmu, zaburzenia psychiczne,

- **7 czakra „korony”** – akceptuję, wiem (kiedy przyświeca Ci wyższy motyw i mówisz projektując z aury wówczas możesz zdobyć cały świat) Zrównoważona: otwarty umysł, duchowość, błogostan, doświadczenie jedności, integracja, świętość, samandhi, Zablokowana: odrzucenie duchowości, fanatyzm religijny, apatia,

4. Masaż energetyczny siedmiu ośrodków mocy – czakr. Praca z energią

5. Od LAM po OM, Kolory-mantry-energie. Dbamy o czakry wtedy, kiedy dbamy o siebie. O jakość naszych myśli, uczuć, o zdrowie i relacje, o wszystko co nas otacza.

6. Specjalna wegetariańska, oczyszczająca energetycznie dieta.

3 posiłki dziennie.

Jeżeli odkryłaś(eś) jakikolwiek z symptomów zablokowanej energii wiedz, że truizmem jest twierdzenie, że jedyna stałą w naszym życiu jest zmiana, jednak wszyscy doświadczamy zmian, życie jest ciągłym przepływem, jeśli coś jest żywe nieustannie się zmienia, jest w ruchu.

Dlatego nigdy nie jest za późno, by wprawić w prawidłowy ruch Twoja bezcenną życiodajną energię!!!

Pamiętaj życie nie mieszka w niskich wibracjach. Dokonaj wyboru, na których poziomach chcesz wibrować, ponieważ podobne często przyciąga podobne. Często przyciągamy sytuacje, osoby o tożsamej wibracji. Po wyjeździe życie zapewne będzie stawiać przed Tobą podobne wyzwania, ale Ty sprostasz im ze zrozumieniem, że dzięki nim rozwijasz się i zmierzasz ku swemu przeznaczeniu.

Gdzie: Przybychowo / 50km od Poznania (dojazd we własnym zakresie, dla osób bez środka lokomocji zostanie on zorganizowany – proszę przy zgłoszeniu napisać info, czy będzie takowy potrzebny, czy nie)

**Kiedy: sobota, niedziela, 1-2 października 2011r Start 9.00. Zbiórka Rondo Obornickie na Stacji benzynowej BP. Powrót niedziela ok 18.00. Koszt: 230 zł**

**Co zabrać: sportowa dzież, koc, mata, śpiwór, 3l wody**

**Zgłoszenia: Elżbieta Krzyżaniak**

**mail csc-energia@wp.pl tel. 501 430 281**

**ilość miejsc ograniczona**