

POT SRCA

Če ves čas drugim govorite DA, a sebi vedno NE..

Če ste naveličani tega, da vaše življenje vodijo drugi..

Če že komaj čakate, da stopite na svojo pot – na pot LJUBEZNI..

Če si želite življenje ponovno ljubiti in se v njem radostiti in biti srečni..

NAJ VAS POVABIM NA POT SRCA

Skozi potek programa boste:

- dobili popolnoma nov pogled na življenje ter ga začeli resnično živeti;
- v sebi našli moč in pogum, da izstopite iz vzorcev, ki vas omejujejo in vam morda preprečujejo, da stopite na pot vašega srca;
- z močnimi ter učinkovitimi tehnikami dvignili stopnjo svojega zavedanja na popolnoma nov nivo;
- postali ENO s svojim srcem ter mu začeli brezpogojno slediti;
- sebi začeli pogumno slediti, zaupati ter se v življenju zopet radostiti;
- spremenili boste misli o sebi ter začeli postajati tisto, kar ste si vedno želeli.

Program POT SRCA zajema:

- skoraj **100 STRANI ZAPISOV**, ki jih boste lahko predelovali v svojem tempu;
- več kot **ENO URO VIDEO** nagovorov posnetih samo v ta namen;
- močne tehnike **SPROŠČANJA** telesa in uma ter **VAJE** in **TEHNIKE** za spremembo prepričanj ter doseganje višjih stanj zavedanja;
- vodene **MEDITACIJE**, ki jih boste lahko izvajali v udobju vašega doma;
- **NALOGE** ter **VPRAŠANJA**, ki vas bodo popeljala še globlje vase;
- pet (**5**) **INDIVIDUALNIH POGOVOROV*** v trajanju 60 minut.

**opcija brez pogovorov*

S programom začinjamo vsako soboto oz. po dogovoru in ni potrebno čakati na "sošolce", saj program izvajam z vsakim individualno, da se lahko vsakomur popolnoma posvetim.

Pot do sreče in radosti se začne globoko v nas. Ne bojmo se pogledati tja, le tam jo bomo namreč našli in nikoli več nam je nihče ne bo mogel vzeti.

HODITI POT SVOJEGA SRCA
-5 korakov do srečnega in radostnega življenja -

SPREMI TER OBJEMI SAMEGA SEBE

Kdor se preda izkušnji ljubezni ter odprtosti za sebe, se sprejema. In na tej poti ni iskalec, ki skozí to ne bi dozorel. Če le zna ustaviti svoj ego ter v svoje bližje vnesti za vest. Pa vendar bo naravnostalje odkril, da je vse kar namera zvesti, iz svojega življenja odstranit blokade, ki mu onemogočajo, da bi spoznal ljubezen.



Samo zaupanje in nič se poverit sprejemati ali kriviti v sebi iskati. Krivca nikjer ni - nisi ti, nisi moj, nisi moj. "Kriv" ne samo zato, ker ste na krivi poti, ker si ne zaupate. Ker si ne upate biti in ker se smete bit, kar ste. To ni pomenu in zaupanju. Življenje pa postane lepše, bolj živno bolj polno, ko samo ste.

Ko samo pričate življenje obdaruje, ga opazovati z radostjo v očeh, z ležanjem na očeh, in v tisti sekundi, ko ste, kaj ste in zakaj ste taksi. Samo življenje ste in ste.

Pot do izpopolnjenega življenja do čustvene zadovoljive JE, da najprej najdete tista, kar vas razbura veseli... kar vas od zmornih lepšuje... kar vas vzbura. In da v tisti trenutku ne pokaž.

Preprečeno je vsestrano kopiranje, prepisovanje, razmnoževanje in neslovesno razširjanje v komercialne namene brez pisnega dovoljenja avtorja. Vse pravice pridržane. ©2024 - URBAN URBAN

Če meniš, da te bolečine ne sprejemajo več, ti vena, preden se lotiš svojega opaznega vega, preglejati da ste drugačnega od vega. Prvo vega izpolni vedno, preden se sploh lotiš izpolniti. Kajti če samo v to vega, kaj bi moglo izpolniti? Lahko preveč sprejeto sprejeto sprejeto - sprejemati sprejemati, da se tudi sprejemate razum, se smiti mnogo življe. Drugo vega dihanje je, ali pa se prepustiti, da se lahko sprejete in si se s svojim dihanjem lahko prepustite, da se bolj lahko približate Alfa stanju močnejših vobov.

1. Tehnika za povezanost razuma in telesa odnosa možganov in srca

Neki tekmoški deli svoje dlaní stalo, da bi začeli togost med njima ter občutek energije, pilanja, kramanja. Eno dlaní nato položil na drugi prst, drugo dlaní pa na svojo dlaní. Pomembno se ne odhaja (ne to se zaradi), kaj da dlaní stane, niti prste. Navsezadnje nekaj globlji ter počasi vobov ter izobov in se sklonostno na ta, kar dlaní na dlaní, ki počne na dlaní.

Potem postavi ta roko, kar te narava s umirjenimi, ljubiteljski občuti spreje. Mogoče si lahko prečrpalil prosta otroka ali nekakšno ali nekak, morda donatnega ljubiteljska, ki ga imel nisi.

Ali pa se spomni ljudskih počitnic, dogodila ali srečanja, ki te naravnata s mirnim, radostnim, zadovoljivim in izpolnjenim.

Preprečeno je vsestrano kopiranje, prepisovanje, razmnoževanje in neslovesno razširjanje v komercialne namene brez pisnega dovoljenja avtorja. Vse pravice pridržane. ©2024 - URBAN URBAN

HODITI POT SVOJEGA SRCA
-5 korakov do srečnega in radostnega življenja -

Uporabi to teta, da pokaže avto podobno in podobno. S tem bo tvoji osnove in teta utrip postajal umirjen in podobno se bo sprejemati kot tvoje telo, saj ste postaja sprejemala dlaní, postajati tako kot življenje.

Umetni ste.

2. Tehnika dihanja 1:2

Preprosta tehnika, ki ima izredno blagodejno učinek na avtonomni živčni sistem in jo izredno preprosto uporabljati, kar lahko ustvari svoj stari utrip. Če radostno dihanje lahko ustvari tvoje avtonomnega določenega sistema (ki lahko dihanje se sprejemati sprejati), kaj si to vajo manjšo stari utrip ter dobri subjektivno izkušnja sprejemati sprejemati in dlaní.

Med vjama vedno dlaní dlaní nisi, ki prečeli in spreje zrak. Ko naravnato vzbujamo stani utrip, dlanímo sprejemati, sprejemati zrak, ki ga telo tebe sprejema.

Preprečeno je vsestrano kopiranje, prepisovanje, razmnoževanje in neslovesno razširjanje v komercialne namene brez pisnega dovoljenja avtorja. Vse pravice pridržane. ©2024 - URBAN URBAN

HODITI POT SVOJEGA SRCA
-5 korakov do srečnega in radostnega življenja -

Ko pa svet sprejemamo, ga objamemo in ljubimo, nas svet sprejema, objame in ljubi nazaj.

Trejni korak je... da sprejemaš. Da sprejemaš vse kar vidiš, misliš kot je. Da sprejemaš sebe kjub "napakem", ki si jih v preteklosti storil. Da sprejemaš druge takšne kot so kjub iluziji, ki si jo imel v svoji glavi. Da v sebi najdiš močnico, ker veš, da vsaki potrošniku dobišeno dlaní in izkušnje, da začne stopati po poti njegovega pros. Te korake je za marsikoga zelo težko.

SPREJEMANJE

Izpusti vse, kar ti v življenju več ne staji in kjer nisi več zaželen ter vidi in zaupaj, da tako kot reka, ima tudi življenje meki komercialni cilj. Izpusti vse, česar se tako karštevno odločajo, na kar se opiraš ter se prepusti življenju.

Sprejemanje tega kar je, te trenu, je edini zavestni način, da se v 2024 lahko potopimo ter v njem ostaneš ves čas. Sprejeto svojo karma odločeno napaka ali dejanja, ki smo jih kadarkoli storili - sebi ali komer koli drugemu. Zamisljati tega ali, bog ne daj, sprejeto prvotni trenu tak je le bolj oddaljeno od samega sebe.

Pri tem niti v misli, da se prepusti brezdušno predstavi umski temer gre za to, da tudi življenje terne prebudi izmalo, dlaní in radostno sprejemati, vendar ne dlaní, da se v tisti postojavnosti, temer da sprejemati sprejemati postoj.

Preprečeno je vsestrano kopiranje, prepisovanje, razmnoževanje in neslovesno razširjanje v komercialne namene brez pisnega dovoljenja avtorja. Vse pravice pridržane. ©2024 - URBAN URBAN

TEDENSKI PREGLED POTEKA PROGRAMA

1. TEDEN: Postani najboljša verzija samega sebe

- Začni hoditi svojo pot
Pot vsakogar je drugačna in vsaka je prava – kako boš vedel ali je prava, je odvisno od tega, kako se boš na njej počutil
- Kaj je duhovnost ter kako jo živeti
Duhovnost je tvoja odločitev, da boš živel življenje tako, kot si se ti odločil – ne glede na to, kaj si drugi mislijo, ter da boš sledil samo sebi in tistemu, kar globoko v sebi verjameš;
- Želje – ter zakaj se ne uresničujejo
Želja, namera, prepričanje in zaupanje

2. TEDEN: Hodi svojo resnico

- Osvobodí se svojega ega
Spoznaj kaj je ego in kaj duša ter postani zasidran v resnici, ki je že v tebi
- Iskrenost
Morda ti ne bo prinesla veliko prijateljev, vendar ti bo prinesla tiste prave – če jo živiš

3. TEDEN: Sprejmi ter objemi samega sebe

- Sprejemanje kot način, da živiš tukaj in zdaj
Razlika med življenjskim položajem ter življenjem;
- Spreminjanje drugih ni mogoče – spremeniš lahko le sebe
Sprememba odziva na vse, kar se v življenju dogaja;
- Vse v življenju je tvoja lastna kreacija
Spoznaj se z ovirami, ki ti preprečujejo, da bi resnično zaživel

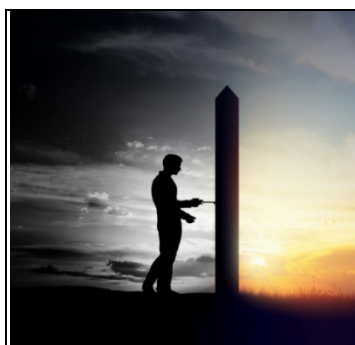


4. TEDEN: Ko odpustiš, ozdraviš dve duši

- Spoznaj glavne razloge človekovega trpljenja ter se nad njih povzdigni
Čustev ne moremo zanikati, so in vedno bodo del nas. Lahko pa jih razumemo, tako, da jim dovolimo, da so
- Odpuščanje drugim je odvisno od tega, da najprej odpustiš sebi
Nihče te ne more prizadeti, če tega ne dopustiš

5. TEDEN: Povzdigni se nad svoja čustva in začni ljubiti sebe

- Kaj je razlika med ljubeznijo do sebe ter samoljubjem
Ali srečo in ljubezen iščeš v sebi ali izven sebe?
- Kaj je razlika med navezanostjo ter resnično ljubeznijo
Najvišja oblika ljubezni ni ljubezen, temveč svoboda
- Radost je že v nas, brezpogojna ljubezen tudi
Ljubijo lahko le pogumni, kdor se ljubezni boji, nanjo še ni pripravljen



Program poleg predelovanja zanimivih tematik, vsebuje veliko preprostih vaj, učinkovitih tehnik ter močnih meditacij, s katerimi boste nedvomno lahko pomagali samim sebi. Vprašanja in naloge, ki vas čakajo na koncu programa, pa vam bodo omogočile, da boste preverili, kako iskreni ste do samih sebe in že na ta način prišli do močnih zaključkov ter spoznanj.