

# Projekt: Život v lehkosti bytí

## Program 16.10. - 18.10. 2015

### Pátek: 16.10.

Příjezd do 18:00 - ubytování, večeře

19:00 - Seznámení, **Sebereflexe**, společná meditace

### Sobota 17.10.:

Dopoledne 8:00 - ranní lehké protažení, uvolnění

8:30 - snídaně

9:00 - přednáška: Kdo a jak změní můj život (dr. Baarová)

9:30 - přednáška:

**RNDr. Mgr. Hana Blochová : Tělo jako posvátný chrám -  
funkce rituálních tanců, hudby, biblické oleje**

11:30 - **Téma: Uvolnění, odevzdání strachu, stresu, prosvětlení**  
automatická kresba, řízené meditace, výuka technik  
"1.pomoci", pohybové hry, relaxační hudba, dýchání,  
projekt Maska

12:30 - oběd

Odpoledne 13:30 - **Téma: Čištění jednotlivých orgánů, uvolnění srdce**  
řízené meditace, výuka a použití vhodných technik,  
automat.kresba, čakry (+ sebereflexe ), zjišťovací  
otázky

16:00 - **Esenciální oleje terapeutické kvality –  
ing K. Schánilcová - přednáška s možností vyzkoušení  
účinků jednotlivých olejů**

18:00 - večeře

Večer 19:00 - Esenciální oleje – konzultace (možno po poradě zakoupit)

### Neděle 18.10.:

Dopoledne 8:00 - snídaně

8:30 - **Téma: Matka (ve všech aspektech a rolích)**

Meditační vycházka - uvolnění zbytečných myšlenek,  
odstranění napětí v hlavě, uvědomění si spojení se svou  
matkou, ukotvení

11:00 - Vztah k matce - sebereflexe

12:00 - oběd

Odpoledne 13:00 - Uzdravení vztahu s matkou- čištění, odpuštění,

já jako matka  
15:00 - závěrečné sdílení

## Program 13.11. - 17.11. 2015

### Pátek 13.11.:

Příjezd do 18:00 - ubytování  
19:00 - sdílení, společná meditace

### Sobota 14.11.: Téma: Otec

Dopoledne 8:00 – Lotos - uvolnění  
8:30 - snídaně  
9:00 - Uzdravení vztahu s otcem - sebereflexe, odpuštění,  
harmonizace vztahu/ vnitřní muž, vnitřní žena  
11:00 - Harmonizace čakrového systému,  
řízené meditace, dočištění při hudbě  
12:00- oběd  
Odpoledne 13:00 - **Téma: Vnitřní muž/ žena - harmonizace vztahu**  
řízená meditace, hudební meditace  
14:30 - **Výrazový tanec - (žena x muž) - Mgr.Jitka Jacíková**  
15:30 - konstelace - postavení na přání  
18:00 večere  
Večer 19:00 Matka Země, naši průvodci, andělé, mistři - beseda, sdílení

### Neděle 15.11.:

#### **Téma: Individuální konzultace- celý den**

Dopoledne 8:00 - malé jógové protažení  
8:30 - snídaně  
9:00 - Individuální konzultace, terapie, masáže (časový rozpis  
účastníků )  
**Terapie - M.Baarová**  
**Masáže - J. Cikánová, J.Muchnová**  
**Bylinky - poradna- Blanka Svobodová**  
12:00 - oběd  
Odpoledne  
Individuální konzultace, terapie, masáže (časový rozpis)  
**pokračování**  
Večere 18:00

### Pondělí 16.11.:

#### **Téma: Já a změna - tvořím nové nastavení**

Dopoledne 8:00 - Cvičení na dráhy orgánů v těle

- 8:45 - snídaně  
9:15 - uzdravení pocitů : sebezřetiví, sebehodnota, sebejistota, sebeláska,  
svoboda, sebedůvěra, bezpečí, zodpovědnost  
11:00 - Talenty mé duše - tvořivost, hojnost  
12:00 - Oběd  
Odpoledne 13:00 - Příběh  
14:30 - Čištění orgánů - trávící, oběhová soustava, lymfa  
15:30 - Rovnováha- pohybová činnost  
16:00 - Vnitřní dítě, srdce, láska, sebeláska  
16:30 - **Přednáška: Bylinky v našem životě - Blanka Svobodová**  
18:00 - večere  
Večer 19:00 - Smysly - rozvíjíme sluch, energetické naladění - nejen pohybové hry

### Úterý 17.11. :

- Dopoledne 8:00 - Protážení  
8:30 - snídaně  
9:00 - **Zpětná vazba**  
sebereflexe, autom.kresba, metoda EFT  
12:00 - sdílení  
13:00 - oběd, ukončení

## Program 4.12. - 6.12. 2015

### Pátek 4.12.:

Příjezd do 18:00 - sdílení, společná meditace

### Sobota 5.12.:

**Téma: Dočištění, sebereflexe, sebekontrola práce na sobě**

- Dopoledne 8:00 - Krátké protážení, Lotos  
8:30 - snídaně  
9:00 - **RNDr. Mgr. Hana Blochová: (přednáška s workshopem)**  
multimediální projekce: Zvuk krystalových mandal  
muzikoterapie, krystalterapie, spirituální harmonizace,  
živly + lidské aurické pole  
13:00 - oběd  
Odpoledne:  
14:00 - Energie kolem nás - meditační vycházka za přírodními  
bytostmi  
16:00 - Sebereflexe - dočištění, řízená meditace  
18:00 - večere

Večer 19:00 - kresba pravou mozkovou hemisférou

**Neděle 6.12.:**

**Téma: Dotvořená změna, nové nastavení**

Dopoledne 8:00 - cvičení

8:30 - snídaně

9:00 - **Nastavení ideální TOP bytosti**

11:00 - Moje cesta - příběh - řízená meditace - duchovní chrám srdce  
duchovní bytosti a světelné energie na mé cestě

12:00 - Pohybová hra - uvolnění, lehkost - Jitka Jacíková

13:30 - závěrečné sdílení, ukončení cyklu

14:00 - oběd