



zážitková přednáška s Michalou Královou

Pátek 21.4.2017 od 18h

Je v našem těle ukrytý poklad, který nás udržuje v harmonii?

Naše tělo je zázrak a pouhým dotykem dokážeme aktivovat tuto sílu, aby nastal samoléčebný proces.

Jak?

Pomocí **Kraniosakrální terapie**, která je velmi účinná při nejrůznějších potížích.

Základní projev životní síly v každém člověku je takzvaný Dech života, který je jiný než klasický plicní dech. Projevuje se jako pulzace různých tkání v těle, přičemž tím úplně nejzákladnějším jevem je pulzace mozkomíšního moku proudícím mezi lebkou (kranio) a křížovou kostí (sacral).

- **Seznámíme se s dechem života**, který je moudrý a ví přesně, co je třeba udělat pro harmonii a regeneraci našeho těla.
- Podíváme se na **léčbu dotykem** a ukážeme si, jak pomoci sám sobě nebo druhým.
- Zažijete **ochutnávku Kraniosakrální metodou**
- Provedu Vás **řízenou meditaci v hamocích**, kde si zharmonizujeme svá hlavní energetická centra – čakry, naleznete svou osobní sílu a zdroj své energie.

Michala Selina Králová: www.selina.cz

„Kraniosakrální terapie je pro mě metoda pomáhající, otevírající nové vhledy do potíží člověka, zázrakem, na který jsme zapoměli, že s ním umíme pracovat. Celý náš tělesný systém je důmyslný a ukazuje nám, co v našem těle funguje a co ne, ale i jak to napravit. Stačí jen našemu tělu naslouchat.

Meditace je pro mě skvělým prostředkem jak se uvolnit, zklidnit a dostat se k vnitřní síle a moudrosti, kterou pak využívám u svých klientů jako Kraniosakrální terapeut. Také v životě se rozhoduji klidněji a s čistou hlavou, život je barevnější a lépe tak vidím, kam směřuji a proč tady jsem. Ráda předávám své zkušenosti dál, protože věřím, že meditace je v našem životě velmi důležitá.“

Online **rezervace** na www.zdravyrelax.cz **Cenu 200,- Kč** je nutno uhradit předem na naší recepci.

Kde: Zdravý relax, Technologická 372/2, Ostrava – Pustkovec www.zdravyrelax.cz

