

*Sebeláska je základním předpokladem spokojeného života, zdravé sebejistoty a kvalitních vztahů*



## Sebeláska & vnitřní dítě

Víkend bude plný sebepoznávací práce na sobě samých. Budeme spolu mluvit o smyslu života, ale i o fungování mezilidských vztahů. Pomocí jednoduchých regresních technik budeme pracovat se svojí vlastní minulostí, nahlédneme také do původního plánu naší duše. Velkou pozornost věnujeme svému dětství a léčení vnitřního dítěte v nás. Dětství má zásadní vliv na kvalitu prožívání našeho života. Ukazuje se, že naplnění našich základních potřeb (ochrana, péče, láska, pozornost, přijetí) a podmínky života v raném dětství (potřeba mít své místo a materiální uspokojení) významně formují naši osobnost. V této etapě našeho života se tvoří úroveň naší sebehodnoty a sebelásky a naše pozdější schopnost vytvářet vztahové vazby. V praktické části semináře se seznámíme se stavem našeho vnitřního dítěte, poznáme, co mu chybělo a osvojíme si jednoduchou nápravnou techniku, díky které se můžeme sami efektivně léčit.

**S sebou:** Něco pohodlného na sebe a pokud možno i jednu, popřípadě několik fotografií z dětství. Hodit se vám budou i papíry a potřeby na psaní.

### **CENA: 1800,- Kč**

Cena zahrnuje malé občerstvení a lehký sobotní oběd.

Přihláška telefonicky, e-mailem nebo přes rezervační systém <https://bonteyoga.isportsystem.cz>

Rezervace je platná po zaplacení zálohy ve výši 1000 Kč na účet číslo 2201674369/2010. Jako variabilní symbol uveďte své jméno a příjmení. Záloha je po 10.12.2021 nevratná.

Po domluvě je možnost přespání v sále bonté yoga.

### **DVOUDENNÍ SEMINÁŘ:**

**Sobota, 22.1.2022**

**9.00 - 18.00 hod**

**&**

**Neděle, 23.1.2022**

**9.00 - 13.00hod**



**BONTÉ YOGA**

**Chrutenice 325,  
26712 Chrutenice**

[www.bonteyoga.cz](http://www.bonteyoga.cz)

Mail: [info@bonteyoga.cz](mailto:info@bonteyoga.cz)

Tel: 725122645



**LEKTORKA: Míla Lukášová**