
מדעי האושר

קורס מרוכז ומקיף,

של הנוסחאות והסודות, שאיש לא גילה לנו,

לחיים ברווחה נפשית מלאה.

אושר * שמחה * אהבה

36 שעות שישנו את חייכם מקצה לקצה.

מנחים:

איתי רם- מטפל משורש הנשמה ומורה דרך לאהבה

איילת זיו- מתקנת לבבות שבורים ומורת דרך לאהבה.

מבוא לקורס:

אחרי שנים רבות בקליניקה ובהנחיית סדנאות, אנו רואים את אותם דפוסים של סבל חוזרים ונשנים אצל אנשים שונים רק עם רקע ושמות אחרים. דפוס של קורבנות והשלכת אשמה ושיפוטיות נגד בני הזוג, ההורים, הילדים, הסביבה, החיים, ושיפוטיות אינסופית כלפי עצמינו. הדפוסים האלו שרכשנו לרוב בגיל מאד צעיר, מלווים אותנו במודע או שלא במודע בכל החלטה, זוגיות, עבודה והישרדות בעולם הזה וגורמים לנו לסבל וחיים לא מלאים.

אנחנו בחרנו במסע מאד אמיץ לחיינו, לרדת לשורש של הכאב ודפוסי הסבל. ברגע שהמציאות הלא מודעת נגלית לנו, אנחנו מצליחים לראות את כל הסבל שאנו גורמים לעצמינו רגשית, נפשית וגופנית וכמובן מעבירים אותו הלאה לדורות הבאים.

ככל שאנו מעמיקים ומביאים את הדרך אל חיי היומיום שלנו, אל הזוגיות ואל כל טלטלות החיים, אנו מגלים שוב ושוב משהו נפלא, אותה המציאות יכולה להתגלות בדרכים אחרות ומפתיעות.

כשאנו מאפשרים למשברים לסחוף אותנו לתוכם בכל הכוח, אנו לומדים, מתוך הכאב והפעלת כל מנגנוני ההגנה, איך אפשר לבחור בדרך אחרת. דרך שדורשת מאיתנו לקחת אחריות מלאה על חיינו ולא להמשיך באוטומט. **המאמץ בהחלט משתלם ומשנה חיים.**

בקורס זה אנחנו מעבירים את הדרך בה אנו צועדים כדרך מעשית לחיים. כל צעד בקורס עברנו ואנו עוברים ולא מוותרים לעצמינו כדי להפסיק ולחזור לרגיל, למוכר, לאוטומט, אלא מתעקשים **להמשיך ולהעמיק ולהשתנות כנגד כל הפחדים וההרגלים הישנים.**

החלטנו לעשות קורס מרוכז ומשנה חיים, כן אנחנו מתכוונים לזה ועושים את זה!!

אם אתם עדיין בשלב של הסקרנות, התנסות, ריגושים ולמידה להרחבת הדעת, חבל לבזבז את זמנכם וכספכם כי לא זו מטרת הקורס.

אם אתם מוכנים לעשות קפיצה אמיתית בחייכם, לשנות דפוסים משורשם, ולעשות את החקירה והשינוי הכי עמוקים ומפחידים בתוכם, לוותר על הסבל האינסופי אך המאוד ממכר, ולחיות חיים של צמיחה ואושר. אם אתם מוכנים להתחבר לסיבה שבגללה אנחנו כאן בחיים האלו, זה קורס בשבילכם!!

זו השליחות שלנו בעולם הזה וזו הדרך בה אנו צועדים יום יום שעה שעה.

הקורס מחולק לשלושה מודולים הממשיכים אחד את השני ויוצרים מעגל של שינוי.

הקורס יועבר במתחם שלנו בניר צבי "אהבה בצל התות", בימי ראשון בשעות 18:00-21:00.

כל מודול יכלול ארבעה מפגשים של שלוש שעות כל אחד, המפגשים יכללו לימוד מעשי ותרגולים.

הקורס יצולם ומשתתפים המתקשים להגיע יוכלו להשתתף בזום, הקורס משלב משתתפים מהארץ ומחו"ל דוברי עברית.

על מנת לעבור למודול מתקדם יותר יש להשתתף במודול הקודם לו:

מודול ראשון יתקיים בתאריכים 23.10-13.11.22

מודול שני יתקיים בתאריכים 20.11-13.12.22

מודול שלישי יתקיים בתאריכים 1.1.23-22.1.23

ב29.1.23 יהיה מפגש חגיגי לכל משתתפי המודולים.

מודול ראשון: "קודם כל אני"

אהבה וקבלה עצמית כבסיס לאושר.

המודול הראשון הוא הבסיס שאי אפשר בלעדיו כדי להגיע לרווחה נפשית. לחיים מלאי שלוה, אושר ושמחה. לשם כך עלינו להתחיל להכיר את עצמנו ואת החלקים השונים של "האני". להבין את היסודות לביטחון עצמי אמיתי, להגיע אל שורש הריפוי בבסיס קיומנו, ולהתחיל לאמץ הרגלי חשיבה והתנהגות חדשים ביום יום שלנו.

מפגש ראשון: מי אני בכלל? 23.10.22	*נכיר את כל החלקים שמרכיבים את "האני" ואיך החיבור ביניהם משפיע עלינו בכל רגע בחיינו. *נלמד מהן מחשבות, רגשות, פחדים, הנחות יסוד, התניות ראשוניות ותבניות הגנה. *נכיר את תת המודע והמודע, ואת החלק הגבוה מעל כולם, "הצופה המתבונן האובייקטיבי".
מפגש שני: שלום פנימי בין כל החלקים שלנו. 30.10.22	*נתחיל מהמהות הכי עמוקה של ערך עצמי. *נזהה את מנגנוני ההגנה שלנו. *נכיר את היסודות לבניית חיבור ובטחון עצמי אמיתי. * נבין מהי קבלה עצמית ואת ההבדל העמוק בין שלם למושלם.

*נבין את השחזור שאנו עושים מהעבר אל מערכת היחסים שלנו עם עצמינו ועם האחרים. * נלמד טכניקות לבניית מערכת היחסים עם הגוף הרגשי המתקיים בתוכנו מינקות . * נבין מהי אהבה עצמית אמיתית.	מפגש שלישי : להתאהב בעצמנו מהבסיס. 6.11.22 ריפוי הילד הפנימי (אנחנו משחזרים את עצמנו בלופ אינסופי מבלי לדעת בכלל, והכל מתחיל בילד הפנימי שלנו. באותו הילד, בו הריפוי שלנו צריך להתמקד)
*איך נראים חיים של הערכה, קבלה ואהבה עצמית? *מהם ההרגלים שאנו שבויים בהם ומה הדרך ליציאה לחופשי. *נלמד טכניקות של נוכחות ונשימות.	מפגש רביעי : הפרקטיקה של אהבה עצמית בחיי היום יום. 13.11.22 רק ידע שהופך להתנהגות יכול באמת לשנות את חיינו.

מודול שני: הנוסחאות הסודיות לאהבת אמת.

אחרי שטיפלנו בבסיס שלנו, אחרי שהסכמנו להתחבר, לאהוב ולקבל את עצמנו, אנחנו מוכנים למסע בו אנו פוגשים את האהבה מחוץ לנו. איך זה שאף אחד לא טרח ללמד אותנו את הנוסחאות המדויקות של האהבה? בעצם, אפשר לומר, שאנחנו עושים בדיוק הפוך ממה שאנחנו צריכים לעשות כדי לחוות רווחה נפשית, אושר ואהבה.

מפגש ראשון: שיקופים ומראות. אין אף אחד אחר שם בחוץ. 20.11.22	* ההבדל בין אחריות אישית לקורבנות ואיך לקחת אחריות מלאה על חיינו היא הצעד הראשון לחופש. * עולם השיקופים וההשלכות שאנו עושים מתוך עולמנו הפנימי על האחר ועל העולם כולו * איך ליישם בפועל את חוק המראות ולרתום אותו לטובת יצירת המציאות הרצויה בחיינו. * איך לייצר מערכות יחסים ללא האחזות, תלות, קורבנות והשלכה.
מפגש שני : מצבי תודעה ותדרים. 27.11.22	* מהם מצבי התודעה וההשפעה שלהם על עולמנו הרגשי ועל מציאות חיינו. * חוקי הפיזיקה דרכם מחשבה יוצרת מציאות? * איך בוחרים נכון בעולם בו כל האפשרויות פתוחות בפנינו? * איך לכוון בתוכנו את תדר האהבה כדי לפגוש אהבה בחוץ. * הקסם של פיזיקת הקוונטים ואיך נרתום אותה כפרקטיקה לחיי היום יום שלנו.

* איך להפסיק להזדהות עם המחשבות ועם הרגשות שלנו. * הדרך לייצר הנחות יסוד חדשות ודפוסי חשיבה מקדמים לאושר ושמחה. * הקשר הבלתי נפרד בין גוף, נפש, נשמה.	מפגש שלישי : הסוד לנפש בריאה ומאושרת. 4.12.22
*למה אי אפשר לפגוש אהבה לפני שהסכמנו לפגוש את הפחדים הכי עמוקים שלנו? *מה זה פחד? ואיך מתמודדים עם פחדים שמעכבים אותנו? *נצלול אל הקרקעית שלנו, אל הפחדים הלא מודעים, העמוקים, שמנהלים את חיינו ונשחרר אותם. *איך הפחד הופך להיות מתנת בריאה וחץ מכוון, למקומות העמוקים והמוזנחים בתוכנו, המבקשים ריפוי.	מפגש רביעי : אינטימיות עם הפחד כמפתח לאהבה. 11.12.22 "הפחד הוא סימן להתקרבות לאמת" (פמה צ'ודרון)

מודול שלישי: להפוך למאסטר של חייך.

במודול הזה אנחנו רוצים להחזיר את הכוח שלנו הביתה, אלינו. להתחבר אל ההדרכה המצויה בתוך כל אחד מאיתנו ולוחשת לנו כל הזמן באוזן. לקבל את הכלים להפוך למאסטרים של עצמינו ולהוביל את חיינו, תוך הקשבה ללב, לחיים של הגשמה ושמחה.

מפגש ראשון: למה באנו? המהות העמוקה של מסע החיים 1.1.23	* נתחבר "לאני" האמיתי שלנו שהוא מעבר לגוף הפיזי. * משמעות החיים וההתפתחות שהגענו לעשות. * תפקידן של מערכות היחסים בחיינו מתוך חיבור לאנרגיה שאנחנו. * נתחיל לחוות את החיים דרך מימדים חדשים שלא הכרנו.
מפגש שני: כוחו של הרגע הזה. 8.1.23	* נתחבר למהות העמוקה ביותר של הרגע הזה. * איך לחיות מתוך שחרור, הרפיה והתמסרות למה שקורה ולקבל את נפלאות הבריאה. * נלמד טכניקות שיעזרו לנו לקבל ולהאזין את מה שיש כבסיס לאושר שלנו.

*אינטימיות עמוקה עם עצמינו ועם האחר. *איך מתגנבים כל הרגשות שהודחקו אל מעשה האהבה ומה הדרך לנוכחות אמיתית וטהורה. *סוד הקפיצה הקוונטית בעזרת חיבור זוגי מהמהות אל חיבור הבריאה.	מפגש שלישי: מהות החיבור בזוגיות טנטרית נוכחת: $1+1 =$ אינסוף 15.1.23
* איך אנו צועדים ביומיום עם כל תלאות ואתגרי החיים בדרך של אור וצמיחה ולא בריחה והישרדות. * למה אני כאן, מה המתנה האישית שלי לעולם הזה? * נסכם את התהליך כולו ונהפוך את כל הידע לשלם אחד. השלם שהוא אנחנו.	מפגש רביעי: סיכום התהליך והתחייבות לדרך חיים חדשה. 22.1.23

29.01.23- מפגש חגיגי לכל משתתפי המודולים- ללא עלות

הרשמה:

עם כל הטוב הזה מגיע עוד טוב..

זוהי זכות גדולה עבורנו שאתם חלק מהקבוצה הראשונה שנפתחת והמחירים בהתאם לחגיגת ההתחלה.

2 מתנות לנרשמים עד סוף יולי:

- תכנית מצולמת עם איילת זיו, 6 מפגשים להתפתחות תודעתית, ריפוי הלב ובניית ערך עצמי.
- 20% הנחה למפגש אישי עם איתי רם בשיטת B.E body-emotions

מחירון לפי מודולים:

מודול <u>1</u> 23.10-13.11.22	4 מפגשים (12 שעות)	1180 ₪ בלבד.
מודול <u>2+1</u> 23.10-11.12.22	8 מפגשים (24 שעות)	2100 ₪ בלבד (במקום 2360)
מודול <u>3+2+1</u> 23.01.23 -23.10.22	12 מפגשים (36 שעות)	2950 ₪ בלבד (במקום 3540)

*לא ניתן להירשם למודול מתקדם ללא השתתפות במודול הקודם לו.

* עלות כל מודול בנפרד 1180 ₪.

* יש אפשרות פריסה של עד 6 תשלומים.

- במידה ואחרי המודול הראשון מאיזושהי סיבה יוחלט שדרכינו צריכות להיפרד, יוחזר לכם, החלק היחסי של כספכם מהעלות המלאה של המודולים.
- המחירים כוללים מע"מ.
- התכנית מועברת במרחב פיזי בניר צבי ובזום. אתם יכולים להחליט את הדרך שבה נוה לכם להשתתף.

טופס הרשמה ופרטים:

אשמח להירשם ל: (הקיפו את הרלוונטי)

שלושת המודולים.

למודול הראשון והשני בלבד

למודול הראשון בלבד

תאריך: _____

שם ושם משפחה: _____

שם להוצאת חשבונית מס: _____

כתובת: _____

טלפון: _____

מייל: _____

מספר כרטיס האשראי: _____

תוקף: _____

3 ספרות בגב הכרטיס: _____

תעודת זהות: _____

מספר תשלומים: _____

הערות: _____

באהבה ללא תנאי

איתי ואיילת- מורי דרך לאהבה.