



## **PROGRAMOVÁ NÁPLŇ OBORU**

### **PSYCHOSOMATIKA**

**ZVOLTE SI DÉLKU STUDIA - JEDEN NEBO DVA ROKY**

**NA ZÁVĚREČNÉM CERTTIFIKÁTU JE UVEDEN  
POČET ABSOLVOVANÝCH HODIN**

**72 hodin = 5,5 víkendů = 1 leté studium  
nebo 150 hodin = 5,5 + 6 víkendů = 2 leté studium**

**Sobota 9:30 – 17:30, neděle 9:30 – 16:30 hodin**

**Praha - ROČNÍK 2018/2019**

---

#### **1. víkend:**

**ORIGINÁLNÍ KVĚTOVÉ ESENCE Dr. BACHA  
a BIOCHEMICKÉ SOLI Dr. SCHÜSSLERA**

**Mgr. Zuzana Sommer**

- Dr.Bach a Dr. Schüssler – cesta k jednoduché metodě léčení pro tělo i duši
- systém květových esencí Dr.Bacha
- systém biochemických solí Dr. Schüsslera
- přehled jednotlivých Schüsslerových solí a k nim odpovídající Bachovy esence, vzájemná propojenost, účinnost a jednoduchost
- psychosomatický rozbor osobnosti klienta – konkrétní doporučení vhodné terapie na emocionální a mentální stav
- praktické příklady a studie

- namíchání vlastní Bachovy esence
  - soli Dr. Schüsslera – detoxikace, prevence a léčba mnoha zdravotních problémů
  - vyzkoušení použití solí Dr. Schüsslera přes krémy
  - otázky a odpovědi
- 

## **2. víkend:**

### **KINEZIOLOGIE ONE BRAIN**

**- metoda odblokování příčiny psychických, fyzických či životních potíží**

**Magdalena Nováková**

Teoretická část:

- Základní techniky v kineziologii
- Svalový test
- Barometr chování
- Odblokování emocionálního stresu
- Korekce

Praktická část:

- Příklady z praxe
  - Odblokování jednoho z účastníků semináře
  - Příklady korekcí vhodné pro každého z nás v denním životě
  - Svalový test
  - Vytestování textu z Bachových esencí pro každého na téma „Co potřebuji aktuálně pochopit v rámci svého současného vývoje?“
  - Vytestování svého prioritního zvířete na základě pěti prvků, meditační a pohybové cvičení
  - Vytestování svého osobního drahokamu dle aktuálního emocionálního nastavení
- 

## **3. víkend:**

### **SOMATOPATOLOGIE**

**Základy fungování lidského těla ve vztahu k duchovním příčinám nemocí**

**MUDr. Alexandra Kovářová**

- seznámení se základními orgány a orgánovými soustavami se zaměřením na jejich fyziologickou a patologickou funkci – ve vztahu k duchovním příčinám nemocí

- obecné principy duchovních příčin nemocí
  - zdroje informací a principy práce s klienty
  - využití znalostí fyziologie a patologie při práci s duchovními příčinami nemocí
  - symbolika lidského těla a patologických stavů
  - symboly v oblasti systémů kardiovaskulárního, dýchacího, pohybového, kožního, trávicího, močopohlavního, nervového a endokrinního
- 

#### **4. víkend /pouze sobota/:**

### **PROČ ODPOUŠTĚT A JAK TO UDĚLAT?**

**Ing. Petr Mihulka a Jana Jägerová**

Na semináři se nejdříve seznámíte se zákonitostmi toho, proč reagujeme určitým, sobě vlastním způsobem, na události, které se dějí ... například něčí jednání nás bolestivě zasáhne nebo naštvě, zatímco jiný člověk si jej ani nevšimne. Prohloubíte si poznání mechanismu projekce, který podvědomě používáme jako „pojistný ventil“ naší psychiky, a naučíte se jej vnímat i jako zdroj informací o sobě.

Dále se obeznámíte s tím, proč lze naše vnitřní i vnější reakce, tedy například to, že nás zasahuje něčí jednání, relativně snadno změnit tak, že za to danému člověku nebo sobě odpustíme. Osvojíte si pět základních fází odpuštění, které jsou předpokladem toho, aby k odpuštění došlo „uvnitř“ a nejen v hlavě. Získáte tak dovednost odpouštět, která patří k důležitým milníkům na cestě osobního růstu. V praktické části se naučíte používat vybrané praktické pomůcky a postupy odpuštění pro každodenní použití. Na závěr spolu prožijeme příjemný a osvobozující rituál odpuštění, který má kořeny u dávných obyvatel Severní Ameriky.

- objasníte si, jak tento proces funguje a jak působí na vaši energii
  - zjistíte, proč je odpuštění opravdovým klíčem k našemu osvobození
  - dozvíte se, jak při původní ceremonii postupovali původní obyvatelé Severní Ameriky
  - projdete osvobozujícím procesem a zcela diskrétně odložíte své hlavní životní zátěže
  - procítíte hluboké ulehčení i nově nabytou vnitřní rovnováhu a sílu
  - vyjasníte si jak dále postupovat v případě, že máte hlubší životní témata
- 

#### **5. víkend:**

### **VÝŽIVOVÉ PORADENSTVÍ Z HLEDISKA PŘÍČINNÝCH SOUVISLOSTÍ**

**Bc. Lenka Votavová**

- výživové poradenství z hlediska příčinných souvislostí
  - duše a tělesná váha
  - duše a strava
  - práce "alternativního" výživového poradce v praxi
  - duše a jednotlivé složky potravy
  - vnitřní souvislosti vitamínů a prvků
  - duše a pohyb
  - práce s Tanitou (osobní váha a analyzátor)
  - kineziologický test
  - odblokování příčin nadváhy (fyzických problémů)
- 

## 6. víkend:

### CESTA KE ZDRAVÉMU SEBEVĚDOMÍ

- **praktický a prožitkový seminář s použitím metod: přednáška, dramaterapie, arteterapie, rozhovor**

#### PhDr. Anežka Janátová

- Může člověk vlastním postojem ovlivnit složité situace svého života nebo je jen musí trpně prožívat?
- Je nějaká souvislost mezi vlastním postojem vůči životu a událostmi vlastního životního příběhu?
- Jak veliký vliv na osobnost může mít rodina, do níž se člověk narodil?
- Jak dalece může vlastní životní příběh ovlivnit škola a její učitelé?
- Je člověk tvůrcem vlastního osudu nebo jen jeho trpným divákem či hercem?



# PSYCHOSOMATIKA

Praha - ročník 2019/2020

---

## 1.víkend:

### CO SKUTEČNĚ UZDRAVUJE?

**MUDr. Tomáš Lebenhart**

- komplexní přírodní léčba onkologicky nemocného pacienta prostředky přírodní medicíny
  - komplexní přírodní léčba pacienta s depresí prostředky přírodní medicíny
  - pojetí zdravé výživy
  - autopatie – cesta k tělesné i duševní harmonii
  - akutní homeopatie
  - očkování
  - co skutečně uzdravuje?
  - mnoho dalších důležitých informací z praxe uznávaného lékaře celostní medicíny
- 

## 2. víkend:

### EFT – technika emoční svobody - Emotional freedom techniques

**Marcela Broumová**

EFT nebo-li Techniky emoční svobody, jsou v podstatě psychologickou formou akupunktury založené na objevu, že příčinou všech negativních emocí je porucha v tělesném energetickém systému.

EFT se řadí mezi světově uznávané techniky, spadající do oboru nazývaného energetická psychologie. Autorem metody je američan Gary Craig, který navázal na práce renomovaného psychologa dr. Rogera Callahana.

Při základním postupu se působí lehkým poklepáváním (třukáním) na několika akupunkturálních bodech v obličeji, na horní polovině trupu a na ruce.

Naším tělem probíhají energetické dráhy, zvané meridiány, a pokud je zablokujeme nějakou negativní emocí, narušíme tok energie v těle. To má za následek ztrátu schopnosti samoléčení. Přicházejí strachy, úzkosti, různé bolesti, ale i nemoci. Všichni máme nějaké bolestné zkušenosti. Patří prostě k životu. Učíme se na nich, jak se máme v životě chovat. Třukáním bodů na meridiánech lze oddělit bolestný pocit – emoci od konkrétní myšlenky. Tzn., že budeme schopni myslet na traumatizující události již bez negativních pocitů.

Tímto způsobem EFT zabrání tomu, aby se tyto zkušenosti projevovaly jako trvalé blokády. Emocionální svobodu nabudeme tím, že se vědomě rozhodneme, že se daným problémem nebudeme zabývat dále tak, aby nám nebránil v dalším životě.

Obnoví se energetický systém v těle, a opět se dostaví harmonie organismu, s kterou přichází radost do života.

### **Program semináře:**

- základní metody EFT, jak pomoci sobě, dětem i zvířátkům
- jak mít rádi sami sebe
- co udělat, když je mi někdo protivný
- co udělat, když je nám někdo sympatický
- co udělat, když se nám do něčeho nechce
- co udělat, když se bojíme
- co udělat, když máme z něčeho strach
- jak pracovat s bolestí, lítostí i vztekem
- co udělat, když máme pocit, že EFT nefunguje

Zkrátka naučíme se, jak prožívat život hodnotněji v lásce, radosti i hojnosti.

Tato metoda je vhodná téměř pro každého člověka a nelze jí nijak ublížit. Je vždy po ruce za každé situace, neboť kromě rukou nic nepotřebujeme. Milovat sami sebe je to nejdůležitější, protože pokud chceme pomáhat druhým, musíme začít u sebe a metoda EFT nám umožňuje rychleji najít cestu sami k sobě.

---

### **3.víkend:**

#### **ÚVOD DO PSYCHOSOMATICKÉHO MYŠLENÍ** **MUDr. Jarmila Klímová**

- pojem psychosomatika
  - psychosomatický koncept nemoci (pentagram)
  - mapa emocí v našem těle
  - buněčná inteligence
  - fraktál
  - vztahové systémy jako psychosomatická východiska
  - sociální děloha
  - sociální porod
  - separace v rodinném systému
  - mikro a makrokosmos
  - psychosomatický koncept léčení
  - obraz nemoci v řeči těla (psycho- somatický a somato- psychický)
  - praktická sebezkušenost (systém versus příznak; časová osa)
- 

### **4. víkend:**

#### **SYSTEMICKÉ KONSTELACE**

- **psychosomatické souvislosti v rodině a vztazích**

## **Lenka Koutná**

- účinný nástroj k osobnímu rozvoji, růstu, porozumění našim vlastním pocitům a činům
- pomocník k opuštění starých přesvědčení a názorů na život
- metoda dovolující nám nabytí úcty a lásky k předchozím generacím, k životu a k nám samotným
- pomocník v nalezení pravého místa nejen v rodině, ale i v životě samotném
- seminář je prožitkový a dotkne se každého účastníka, i když svoji konstelaci nestaví

## **THANATOLOGIE – nauka o umírání a smrti**

**Mgr. Jana Ambrožová**

**Dopoledne: návštěva hospice Dobrého Pastýře – Praha Čerčany**

**Odpoledne seminář s Mgr. Janou Ambrožovou:**

- strach ze smrti, dopad na každodenní život
- proč je důležité pracovat s emocemi spojenými se smrtí
- umírání jako proces
- fáze umírání, fáze truchlení
- umírání doma / umírání v instituci
- umírání a děti
- komunikace s vážně nemocnými a umírajícími
- postoj člověka ke smrti, odpovědnost za vlastní život i smrt
- proč nemá člověk umírat sám?
- práce se smrtelně nemocnými: jak můžeme pomoci?
- proč se má mluvit o smrti?

---

## **5. víkend:**

### **CO UKRÝVÁ NÁŠ STÍN?**

**Ing. Petr Mihulka a Jana Jägerová**

Úvodem se seznámíte s tím, co švýcarský psycholog C. G. Jung nazval stínem: Stín je to, co v sobě nechceme nebo nedokážeme vidět, a sami před sebou i před okolním světem to popíráme. Pro příklady netřeba chodit daleko: Pravděpodobně každý máme vnitřního kritika, který nám do omrzení dává najevo, jací bychom měli být oproti tomu, jací jsme, a ve „spolupráci“ s vnitřním sabotérem nám ztěžuje život. Mnohdy v sobě neseme pocity viny za něco, co jsme udělali nebo naopak neudělali, nebo studu z toho, jací jsme nebo nejsme.

Dále se obeznámíte s tím, proč náš vnitřní stín nejen působí na naše vnímání sebe sama, ale také výrazně ovlivňuje to, jak vnímáme jednání našeho okolí. Naučíte se

rozeznat různé skryté aspekty své osobnosti a osvojíte si pět základních fází účinného sobě-odpuštění a sebezpřijetí.

V praktické části se naučíte používat vybrané praktické pomůcky a postupy sobě-odpuštění a sebezpřijetí pro každodenní použití. Na závěr spolu prožijeme příjemný a osvobozující rituál světla a tmy.

## **ODKUD PŘICHÁZÍME A KAM JDEME?**

**Aneb taje přírody skryté pod povrchem toho, co se zdá zřejmé**

**Ing. Petr Mihulka a Jana Jägerová**

Nejdříve se podíváme se na různé teorie vzniku Sluneční soustavy a vzniku Země jako její součásti. Zamyslíme se i nad tím, jak ve Vesmíru vzniká život a zda může být ještě jinde, než na Zemi, a zda je možné, že by existovali mimozemšťané. Zopakujeme si, co říká o vzniku a vývoji člověka Darwinova vývojová teorie, a co naopak o stvoření člověka píše biblické příběhy. Podíváme se, zda by s pomocí historicky doložených fakt bylo možné, najít u těchto na pohled zřejmých protikladů i styčné body.

Tím se dostaneme k otázce, proč asi jsme se my lidé vyvinuli od dávného humanoida do právě takové podoby, jakou máme dnes – proč máme jen 10% vědomí, jsme v podstatě uzlíčky emocí, mnozí máme problémy se sebehodnotou a v lidské společnosti – jdeme-li k jádru věci – v podstatě přetrvává mentalita otroka a otrokáře. Zmíníme se i o poselstvích, která lidstvu přinášeli dávní proroci, Krista nevyjímaje, a co z toho může dodnes vyplývat pro náš každodenní život.

Společně se dobereme k závěrečnému, pro mnohé překvapujícímu, avšak osvobozujícímu náhledu na to, odkud jsme se tu pravděpodobně ocitli a proč, jaký jsme tím na sebe vzali úkol, a jaký to může mít smysl v kontextu vesmírného dění.

---

### **6. víkend:**

#### **LIDSKÝ DUCH A JEHO VÝVOJ**

**Alena Bílková Sadílková**

**Víkend obsahuje 4 tématické celky:**

##### **a) ODPUŠTĚNÍ A VZTAHY**

Vztahy jsou v dnešním světě velké téma. Počet rozvodů stoupá a lidé zapomněli mezi sebou opravdově komunikovat. Zapomíná se na pravé hodnoty, principy a priority. Pravdu hledá jen hrstka lidí. Nedostává se vědění o spiritualitě, o pravé víře v sebe, ve druhé a v Boha. Chybí vědění o dharmě, znalost hluboko sahajících pravidel lidských zákonů. Poznáním těchto pravidel si může každý svůj vlastní vztah ať už k partnerovi, k dětem nebo rodinným příslušníkům dát na pravou cestu a něco



pozměnit ve svém chování a jednání k sobě a k druhým. Proto se vydejme společně na tuto cestu poznání.

- poznání o dharmě
- jak vnést klid do svého vztahu
- síla pozitivního myšlení
- modlitba a její význam
- spiritualita a vztah
- odpuštění podle vesmírného zákona
- věrnost
- duševní partner
- láska a zodpovědnost
- vztahy a děti
- muži a ženy, co mají společného a co rozdílného
- co má do vztahu vnést žena
- co má do vztahu vnést muž
- vědomí vlastní hodnoty jako základ vztahu

## **b) CO JE LÁSKA? CESTA K SOBĚ...**

Jen láska k sobě zaručí každému člověku žít klidný život. Mít mír v duši, lásku v srdci, klid v hlavě. Jen láska k sobě pomůže každému člověku k tomu, aby si srovnal vztahy, dosáhl vnitřní harmonie, uvědomil si své priority a pochopil opravdové hodnoty života. Z lásky a soucitu k sobě a k druhým lidem se všechny potíže a problémy postupně vyřeší. Láska učí lidi trpělivosti, soucitu, vytrvalosti, důvěře, komunikace a vyrovnanosti. Klid a mír v životě je to nejdůležitější pro každého člověka.

Přednáška je vhodná pro všechny lidi, kteří již hledají hlubší náhled na život a chtějí se posunout vpřed porozuměním a poznáním sebe. Součástí přednášky bude i řízená meditace světla.

- co opravdu potřebuje úplně každý člověk
- proč je tak důležité pozitivní myšlení
- Ego a Pýcha
- co je smyslem duchovní cesty
- pochopení sebe je nejdůležitější
- jak působí mysl na kvalitu života
- jak nám může pomoci modlitba

## **c) KARMA A REINKARNACE**

Každá pozemská inkarnace probíhá zcela zákonitě a je obrazem duchovního stupně inkarnované osobnosti. Důvod inkarnace lidstva je většinou snaha o vlastní duchovní vývoj a poznání, které zavazuje předávat získané poznatky dalším spolužijícím, aby i oni mohli pracovat na svém vývojovém růstu. Každý z nás je v celém kosmu jedinečnou osobností a zůstává individualitou i jako duchovní osobnost. Každý z nás musí projít mnoha stupni zrání než dospěje k cíli, než se oprostí od zákonitosti

znovuzrození a karmických aspektů. To vše je opakovaně spojeno s utrpením a životními těžkostmi, i se zatížením hmotným tělem.

- Neexistuje trest a nikdo není zatracen
- Hledej ve svém životě hlavně pravdu
- Co vlastně tvoří podstatu vůle a odkud pochází?
- Co je odpor
- Ježíš je naším příkladem
- Cesta k návratu je volná pro všechny

#### **d) ZÁHADY POČETÍ**

- seminář zaměřený na duchovní a fyzický význam bytí
- jednoduchou a lidskou formou podané informace o významu DNA
- možnost pochopení svých osobních vnitřních dějů, pochodů a chování, díky nahlédnutí na svůj vlastní rod
- vyhledávání příčin nemocí, tragických událostí, rodových potíží a vztahů
- vnitřní uvědomění si a pochopení, jak lze zvnitřněním se a změnou postojů a myšlenek uvolnit rodové břímě, emoční bloky, fyzické a psychické zatížení