



## **PROGRAMOVÁ NÁPLŇ OBORU**

### **PŘÍRODNÍ MEDICÍNA A PSYCHOSOMATIKA**

**Sobota 9:00 – 17:00, neděle 9:00 – 16:00 hodin**

**České Budějovice, školní rok 2018/2019 – 1. ročník**

---

#### **1. víkend:**

#### **SOMATOLOGIE – tělo a nemoc z pohledu psychosomatických souvislostí MUDr. Marie Frolíková**

- seznámení se základními orgány a orgánovými soustavami se zaměřením na jejich funkci - v pohledu psychosomatických souvislostí

#### **K JÁDRU ŠŤASTNÉHO A SMYSLUPLNÉHO ŽIVOTA, aneb... Prim. Rostislav Homola B.Th.**

- hvězdy, které nás v životě vedou, aneb sen o velké zemi
  - kdyby Abraham Maslow tušil...
  - návrat do období lásky, aneb k jádru šťastného a smysluplného života
  - návrat do období zdraví, aneb Masarykův gram prevence
  - nový začátek
  - jak se rodí motýli
-

## **2.víkend:**

### **BACHOVY KVĚTOVÉ ESENCE**

**Ing. Jana Holická**

- Bachovy květové esence jako nástroj harmonizace psychiky člověka
- princip vibračního působení Bachových esencí na člověka
- jak vyrobit Bachovu květovou esenci
- práce s Bachovými esencemi – jak si vybrat správnou esenci a kombinaci
- krizová esence a její význam a praktické použití
- praktická část – práce s Bachovými esencemi a kartami Bachových esencí
- Bachovy esence v každodenní praxi pro člověka i zvířata
- Bachovy esence a aromaterapie – příprava spreje do aury
- další systémy květových esencí a jejich význam v dnešní době

### **JIHOČESKÉ ESENCE**

#### **a ESENCE VOLNĚ ŽIJÍCÍCH ZVÍŘAT WEAE (Wild Earth Animal Essences)**

**Ing. Jana Holická**

- Podpora duchovního vývoje člověka a procesů sebeléčení.
  - Květové a zvířecí esence jako nástroj harmonizace psychiky člověka – základní seznámení
  - princip vibračního působení esencí na člověka
  - základy vzniku esencí – Dr. Edward Bach - rozdělení psychických stavů člověka do 7 základních skupin
  - jak vyrobit květovou esenci a který květ použít
  - jak vyrobit esenci volně žijícího zvířete
  - práce s esencemi – výběr správné esence a vytvoření kombinace krizové esence a jejich význam a praktické použití  
praktická část – práce s Jihočeskými esencemi
  - praktická část – práce s esencemi volně žijících zvířat WEAE a kartičkami s obrázky zvířat
  - esence jako pomocníci člověku i zvířatům v běžném životě
  - esence a aromaterapie – význam a příprava spreje do aury
- 

## **3.víkend:**

### **REFLEXNÍ TERAPIE A ZÁKLADY TRADIČNÍ ČÍNSKÉ MEDICÍNY**

**Karel Tejček**

- RFT pohybového aparátu a základních orgánů z pohledu tradiční čínské medicíny
- základy TCM - yin a yang teorie

Základní orgány dle TCM ve spojení s:

- pěti elementy
  - posilující a oslabující mentální zátěží
  - vlivy barev apod.
- 

#### **4. 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 - jak se naše vzorce myšlení promítají do nedostatku vitamínů, minerálů či stopových prvků v našem těle
  - duše a pohyb
- 

#### **5. víkend:**

### **KOMUNIKACE A PSYCHOSOMATICKÉ SOUVISLOSTI** **- prožitkový seminář** **Ing. Simona Stejskalová**

- proč a jak psychosomatika funguje aneb léčení začíná v hlavě
  - emocionální centra našeho těla a jejich ovlivnění prostřednictvím čaker
  - důsledky nezpracovaných traumat z dětství (teorie sociální dělohy)
  - Umíme vnímat svoje pocity?
  - Psychotance jako zábavný zdroj sebevyjádření i sebepoznávání.
  - Komunikace jako základ zdravého vztahu (základy komunikace v poradenské praxi, komunikace při práci s umírajícími)
  - mantrické tance dávných tradic jako zdroj léčení a síly
  - posvátný léčivý zpěv Íkaro (šamanská technika hledání léčivého slova nebo zpěvu pro klienta)
- 

#### **6. víkend:**

### **PŘÍRODNÍ HORMONÁLNÍ TERAPIE**

## **Ing. Marie Šimková**

Existuje přírodní zdroj pohlavního hormonu progesteronu identický s tím, který vytváří naše tělo? Co vše způsobuje nedostatek tohoto hormonu, o kterém se téměř nehovoří? Může žena odstranit emoční a fyzické potíže spojené s menstruačním cyklem a symptomy menopauzy jinou cestou než užíváním syntetických „hormonů“ se spoustou vedlejších účinků? ANO! Toto umí rostlina *DIOCOREA VILLOSA* – jam (smladinec) huňatý.

Budeme si povídat o působení tohoto zdroje přírodního progesteronu ve srovnání s účinky syntetických „hormonů“.

## **GEMMOTERAPIE – MEDICÍNA PUPENŮ**

### **Ing. Marie Šimková**

Gemmoterapie je terapeutická metoda, která využívá výtažky (extrakty, tinktury) z čerstvých pupenů stromů a keřů nebo jiných zárodečných tkání rostlin. Tinktury mají vysokou účinnost ve velice malém množství.

- historie gemmoterapie
- jak žijí stromy v létě a v zimě
- poznávání stromů a keřů podle pupenů
- léčivé účinky pupenů na časté zdravotní potíže
- v praxi si vyzkoušíte přípravu základní tinktury pro nakládání pupenů a naložíte si pupeny z černého rybízu
- možnost ochutnání mnoha druhů tinktur

---

### **7. víkend:**

## **FYTOTERAPIE**

### **A DALŠÍ PŘÍRODNÍ POSTUPY PRO PREVENCI A LÉČBU**

#### **Ing. Simona Stejskalová**

Konkrétní bylinářské postupy harmonizace energetické nerovnováhy **okruhu jater a žlučníku**.

- doplňující přírodní léčebné postupy
- intuitivní bylinářství
- poznávání bylin v terénu
- teorie, praxe

---

### **8. víkend:**

## **CESTAKE ZDRAVÉMU SEBEVĚDOMÍ**

- **praktický a prožitkový seminář s použitím metod: přednášky, dramaterapie, arteterapie, rozhovorů**

### **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?



## **PŘÍRODNÍ MEDICÍNA A PSYCHOSOMATIKA**

**České Budějovice, školní rok 2019/2020 – 2. ročník**

---

### **1.víkend:**

#### **CO SKUTEČNĚ UZDRAVUJE?**

**MUDr. Tomáš Lebenhart**

- co skutečně uzdravuje?
- komplexní léčba onkologicky nemocného pacienta prostředky přírodní medicíny
- komplexní léčba pacienta s depresí prostředky přírodní medicíny
- pojetí zdravé výživy
- očkování
- autopatie

- akutní homeopatie
  - mnoho dalších informací z praxe uznávaného lékaře celostní léčby
- 

## **2.víkend:**

### **DUCHOVNÍ PŘÍČINY NEMOCÍ**

**Ing. Jana Holická**

- etika a její principy
  - nemoc a její příčiny
  - jak uzdravit duši i tělo
  - praktické cvičení – diagnostika potíží, nemocí aj. u jednotlivce v průběhu života
  - praktické cvičení – nalezení chyb a překážek vývoje – co jsme si vytvořili
  - praktické cvičení – jak změnit své postoje
- 

## **3. víkend:**

### **EFT – technika emoční svobody**

**Alice Bláhová**

- nástroj změny a uvolnění negativních emocí, zkušeností, přesvědčení, navykých vzorců myšlení a chování
- pomoc u závislostí, fyzických i psychických onemocnění

EFT je psychologickou formou akupunktury založené na objevu, že příčinou všech negativních emocí je porucha v tělesném energetickém systému. Řadí se mezi světově uznávané techniky energetické psychologie.

- poťukávání na meridiánové body, nalezení příčin problémů
- rychlé odbourání stresu, technika metafory, technika filmu, Simple EFT
- použití na jakýkoli problém

### **SEBEVĚDOMÍ**

**Alice Bláhová**

- pochopení JAK VZNIKÁ problém se sebevědomím podle novodobé psychologie (NLP, Energetická psychologie)
- největší destrukce sebevědomí – individuální rozbor a neutralizace u každého studenta
- sebesabotáž, podvědomé programy - jak vznikají, fungují a jak je lze měnit
- praktické postupy pro změnu k lepšímu sebevědomí
- Jak se k sobě chovám? - uvědomění si souvislostí vlastního sebevědomí s hojností v životě - láska, peníze, vztahy, pracovní úspěchy...atd.

- proč pozitivní myšlení a afirmace nefungují a někdy dokonce škodí
- skutečné odpuštění sobě i druhým na všech úrovních
- přijetí všech svých částí - abyste se měli rádi a byli sami sebou
- jak si sám pomoci i po kurzu doma

## **GERMÁNSKÁ NOVÁ MEDICÍNA**

**Alice Bláhová**

- úvodní přednáška k 5 zákonitostem vzniku nemoci a jejího ukončení, biologický smysl nemoci
- skutečné příčiny nemocí na úrovni mysli (duše) – mozku – konkrétní orgán
- na jakých orgánech se projevují nemoci spojené s problémem sebevědomí
- EFT a GNM - skutečné rozpuštění příčiny nemocí, následků a projevů nemoci

### **4. víkend:**

## **OBLIČEJ A TĚLO jako ZRCADLO ZDRAVÍ A NEMOCI aneb obličejová diagnostika a řeč těla – PATOFYZIOGNOMIE**

**Ing. Martin Janouch**

Obličej je věrným obrazem duše i vývěsním štítem našeho zdravotního stavu. Člověk, který se umí kriticky pozorovat v zrcadle, si dokáže ze správné kombinace popsanych fyziognomických znaků odvodit prospěšné závěry. Tělo neumí lhát. Stejně jako zrcadlo ukazuje to, co je skutečné.

Jak uvnitř, tak navenek. Jak navenek, tak uvnitř.

### **Pozorování:**

- tvaru postavy, fyzického vzezření a chování
- mysli, ducha a emocí
- barvy pleti
- pohybu těla
- tělesných detailů
- rukou a nehtů

## **RODINNÉ KONSTELACE a PSYCHOSOMATIKA V RODINĚ 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
- 

## **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 PŘÍCHÁZÍME 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 otrocka 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**

**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

---

## **7. víkend:**

### **FYTOTERAPIE a další přírodní postupy pro prevenci a léčbu Ing. Simona Stejskalová**

Konkrétní bylinářské postupy harmonizace energetické nerovnováhy

## **okruhu ledvin a močového měchýře.**

- doplňující přírodní léčebné postupy
  - výroba bylinného preparátu
  - poznávání bylin v terénu
  - teorie, praxe
- 

## **8. víkend:**

### **KINEZIOLOGIE ONE BRAIN**

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

**Mgr. Aneta Bicanová**

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