



PROGRAMOVÁ NÁPLŇ OBORU

PSYCHOSOMATIKA

SAMI SI ZVOLTE, ZDA CHCETE STUDOVAT JEDEN NEBO DVA ROKY.

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

**65 hodin = 5 víkendů = 1 leté studium
nebo 156 hodin = 5 + 7 víkendů = 2 leté studium**

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

České Budějovice, školní rok 2018/2019 = 5 víkendů

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:

VÝŽIVOVÉ PORADENSTVÍ Z HLEDISKA PŘÍČINNÝCH SOUVISLOSTÍ

Bc. Lenka Votavová

- výživové poradenství z hlediska příčinných souvislostí
 - vnitřní souvislosti vitamínů a prvků - jak se naše vzorce myšlení promítají do nedostatku vitamínů, minerálů či stopových prvků v našem těle
 - duše a tělesná váha
 - duše a strava
 - práce "alternativního" výživového poradce v praxi
 - duše a jednotlivé složky potravy
 - duše a pohyb
-

4. 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)
-

5. 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?



PSYCHOSOMATIKA

České Budějovice, školní rok 2019/2020 = 7 víkendů

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.

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 píší 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:

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