

## סילבוס סדנת ריבורן- ראשי פרקים:

- 4 התבניות שמכלות את הכוח שלנו ואיך משתחררים מהן
- מדוע אנחנו מחבלים לעצמנו?
- איך לעבור ממציאות אחת למציאות אחרת - איך קורים ניסים?
- מה הם אותם חוויות רגשיות שאתם עדיין מושכים לחיים שלכם באופן שונה ממה שהייתם רוצים.
- הכרות עם מנגנון הטלת ספק.
- לזהות איפה אתם בחוסר איזון- מה ההבדל בין איזון לבין שלמות?
- לבקש תובנות חדשות שתוכלו ליישם בחיים שלכם.
- איך נזהה איפה אנחנו נמצאים בתהליך ההתפתחות שלנו ואיך להתקדם לשלב הבא.
- מה זה אומר לעלות קומות בבניין שלכם?
- מהו העולם המיסטי ולמה אנחנו נרתעים ממנו
- הרצון לעומת הפחד - איך אנחנו מסתירים מעצמנו את האמת?
- קבלת החלטות - מדוע זה קריטי ללמוד לקבל החלטות
- מה מייצר לנו סבל? איך להפריע לדפוסים שלנו שגורמים לנו סבל.
- מה זה בכלל להיות אנשים חופשיים?

**התכנים בסדנא משולבים עם עבודת כתיבה אישית, שילוב של סדנת נשימה (לפי שיטת וים הוף), תזוזה של הגוף ומדיטציות מודרכות.**

מחכים ומתרגשים לפגוש כל אחד ואחת מכם!