

Energetická medicína pro ženy

Vladimíra Dragnea

Energie v našem těle ovlivňuje naše zdraví na všech 4 rovinách:

_____, _____, _____ a _____.

V tradiční čínské medicíně se energie nazývá _____.

V indické tradici se energie nazývá _____.

Vše v našem životě má dvě kvality, které popisuje čínská tradiční nauka feng-šuej: _____ a _____.

Je velmi důležité, aby byly v rovnováze. V našem dnešním moderním, velmi rychle se vyvíjejícím světě často převládá mužská energie - je potřeba dravost, cílevědomost a rychlost v rozhodování, v byznysi atd. Je potřeba proto zapracovat na ženské energii, která by přinesla zpět něhu, klid, atd. Nemůžeme proto říci, že ženy mají posilovat ženskou a muži mužskou energii. Vždy jsou zapotřebí obě, ale není dobré, aby delší dobu převládala jedna z nich.

Správný tok energie v našem těle může blokovat: _____,
_____ a _____.

V mém případě cítím, že mi energii ubírá: _____

Mé AHA momenty:

Co potřebuji udělat pro podpoření mé energie:

Jaké konkrétní kroky podniknu pro rozproudění a podpoření své energie

Můj první krok je:

Udělám ho (kdy):

"Udržet si zdravé energetické pole je tou účinnou strategií pro udržení zdraví a předcházení onemocnění."

Jak jsem na tom s energií?

jsem neustále
unavená

mám energie
tak-tak

mám energie
dostatek

Praktické cviky: denní sestava

Cviky na podporu hormonální rovnováhy:

→ 20% sleva na kurz

Energetické medicíny (živě v ČR)

v kongresovém balíčku



Můj první krok je:

Udělám ho (kdy):