

חדר כושר לתודעה

הדור הבא!

פרוטוקולים משני חיים
בנושאי התפתחות מהותיים

תרגול "עומק" או לייט
לבחירתך כל חודש

1 2 תרגולי עומק
באקדמיה הוירטואלית
(ר' סיליבוס מלא)

קבוצות למידה "חברותא"
עבודה עם חברי הקהילה

שמירה על תדר גבוה
לאורך כל השנה

אירועי קהילה
חגיגיים
לרבות סמינר למשוך בחוטים

איך נראה תרגול? מידי חודש מתחיל התרגול החודשי

גרסת עומק - פרוטוקול קידוד
תרגולי עומק אינטנסיביים למיטבי לכת

גרסת "לייט" - פרוטוקול זכרון מודע
תרגולים קלילים, קצרים ואפקטיביים ביותר



מדי יום רביעי במהלך החודש שיעור לייב בזום. כל החומרים עולים לאקדמיה ובקרום גם לאפליקציה

- קבוצות לימוד חברותא
- זום עם מנחי הבית
- צוברים הצלחות וכתרים
- קו למרחב
- מחלקת שירות

עוטפים ומלווים אתכם לאורך כל ימי התרגול

קו למרחב
טלפון:
077-6707888 שלוחה 3
לאורך כל ימי התרגול

מאמני כושר
בקבוצת הפייסבוק הסגורה
לאורך כל ימי התרגול

אמנות השיקופים
זום העמקה עם מנחי הבית
ימי רביעי

חברותא
קבוצות לימוד
ימי שני

דצמב | **תרגול עומק: אינטגרציה**

סנכרון בין האונות, בין רוח וחומר, בין שפע והגשמה. **קידוד אינטגרציה**.

כנס ניסים - אירוע קהילה לחנוכה

למתקדמים: **קידוד השפעה**

נובמבר | **תרגול עומק: שפע**

ניקוי עמוק של אמונות חוסמות שפע ודפוסי הישרדות מילדותנו המוקדמת. הרחבת הצינור ויכולת הקיבול שלנו. **קידוד שפע**.

למתקדמים: **קידוד התמסרות**

אוקטובר | **תרגול עומק: הגשמה**

מסע פנימי לגילוי ודיוק המתנה הייחודית שלנו לאנושות, הייעוד בגינו בחרנו את מסע חיינו כפי שבחרנו. פירוק החסמים המונעים מאתנו לממש. **קידוד הגשמה**.

שמחת בית השואבה בגן עדן

למתקדמים: **קידוד "ללכת עד הסוף"**

מרץ | **תרגול עומק: אל-מורא**

צלילה אל מעמקי הפחד והצפת פחדים כמוסים המשאירים אותנו כבולים לאזורי נוחות. **קידוד "אל-מורא"** המאפשר חווית אומץ פנימית, הליכה של ה"אל" שבתוכנו יד ביד עם ה"מורא"....

למתקדמים: **אותו קידוד ברמת אומץ חדשה**

פברואר | **תרגול עומק: מסיכות**

תפקיד המסיכות בראי המטאזים. עבודה עם משחקי תפקידים וחלקי צל כדרך לנקות ולסלול ערוץ ישיר אל הנקודה הסינגולרית. **קידוד אותנטיות וחשיפה**.

למתקדמים: **קידוד הכרה**

ינואר | **תרגול עומק: להדליק את האור**

חיזוק שריר האמונה, ועבודה על תדר גבוה כאורח חיים. **קידוד אמונה**.

למתקדמים: **קידוד התמסרות**

סדנת חלומות צלולים
LUCID DREAMS - לעבודת תודעה מתקדמת גם בחלומות ובשינה עמוקה

יוני | **תרגול עומק: הורות**

התבוננות עמוקה על תפקידנו כהורים וילדים, הרווחים והמחירים של הסימביוזה, והדרך להתמיר את פצעי הילדות שלנו באמצעות ילדינו. **קידוד "הורות מודעת"** לריפוי רב דורי.

למתקדמים: **קידוד אחריות**

מאי | **תרגול עומק: מיניות**

תרגול עומק להתבוננות והצפת האמונות והחסמים המיניים, **קידוד קבלה** שיחבר אותנו לאינטימיות מודעת ומלאת תשוקה.

גן עדן זה כאן - מסע מוזיקלי אקסטטי

למתקדמים: **קידוד אינטימיות ורכות**

אפריל | **תרגול עומק: אהבה**

"על משכבי בלילות בקשתי את שאהבה נפשי... " מה זה שגורם לנו להתאהב באנשים הלא נכונים? לרצות את הבלתי מושג? בתרגול זה נעמיק אל מוח הזוחלים ונעדכן את הקידודים המוכרים לו. **קידוד אהבת אמת** לא לרווקים בלבד, מתאים גם לזוגות המבקשים לשדרג ולהעצים את האהבה והתקשורת בחייהם.

למתקדמים: **קידוד אחדות**

ספטמבר | **תרגול עומק: התחלות**

הגיע הזמן לתכנן את השנה הקרובה ולמשוך לנו שנה שהיא גן עדן. **פרוטוקול זכרון מודע לשנה מנצחת חדשה**.

שינוי חוזה תודעה
אירוע קהילה חגיגי לראש השנה

אוגוסט | **סדנת הדגל למשוך בחוטים מתקדמים**

בסדנה מתקדמת זו עוברים ל"תאורית השדה המאוחד". הטמעת תדר "וורטקס כפול" למשיכות חוטים מתקדמות.

יולי | **תרגול עומק: רווחה**

לאחר עבודת העומק שעשינו השנה, הגיע הזמן לנוח על הגלים וללמוד מהי רווחה אמיתית. זה הזמן לנשום עמוק ולהודות על המוגמר. תודה, הללויה. **חודש של ויתור על הלחץ והנאה צרופה!**

למתקדמים: **קידוד קצב**