**OŚRODEK ROZWOJU OSOBISTEGO I DUCHOWEGO „TU I TERAZ”   
W NOWYM KAWKOWIE www.tuiteraz.eu**

**zapraszają 23-28 kwietnia 2019 na turnus**

**DETOKS I REGENERACJA CIAŁA I UMYSŁU WEDŁUG 5 ŻYWIOŁÓW ORAZ ANALIZY PSYCHOENERGETYCZNEJ**

**PROWADZI: dr KRZYSZTOF KRUPKA**

****

**Warsztat jest przeznaczony dla osób, które są zainteresowane własnym wpływem na swoje zdrowie, życie zawodowe i osobiste. Jest skierowany do wszystkich, którzy są gotowi uczyć się czegoś nowego, mają otwarty umysł i serce na zmianę siebie. Także dla psychologów, terapeutów, lekarzy i wszystkich, którzy chcą poprawić jakość swojego życia.**

**Leczenie oparte o analizę psychoenergetyczną jest terapią, której podstawę stanowi całościowy obraz człowieka oraz podejście, że choroba ma zawsze charakter zaburzeń całego systemu energetycznego człowieka.**

**Podczas warsztatu dr n. med. Krzysztof Krupka wykorzystuje swoją wiedzę z zakresu rehabilitacji, neurologii i chorób wewnętrznych oraz z zakresu tradycyjnej medycyny chińskiej, ajurwedy, izopatii, homotoksykologii, ziołolecznictwa, dietetyki, terapii psychoonkologicznej i helingerowskiej.**

**Posiadana wiedza pozwala mu w sposób harmonijny łączyć współczesną wiedzę medyczną z tradycyjnymi metodami leczniczymi**. Mottem, którym się kieruje w swoim postępowaniu medycznym są słowa Bertolda Ulsamera „ Bez korzeni nie ma skrzydeł” , czyli mówiąc inaczej, aby współczesna medycyna mogła się rozwijać, dla dobra ludzi, nie może pomijać tradycyjnych systemów leczniczych. Jego nauczycielami byli C. Simonton, prof Z. Garnuszewski, prof P. Wilchelmson, Wolfgang Deusser, prof G. Heim, Foster Perry i wielu innych których. W oparciu o wieloletnie badania nad przemianami energetycznymi człowieka dr Krupka opracował najnowocześniejszy system diagnostyki człowieka pod nazwą **Skaningowa diagnostyka termoregulacyjna**. Dzięki tej metodzie udało mu się uzyskać unikalną w świecie metodę analizy i syntezy psychoenergetycznej, łączącą w sobie medycynę, fizykę i psychologię a także duchowość człowieka.

**Do opracowania podstaw analizy psychoenergetycznej dr Krzysztof Krupka wykorzystał m.in.**

* Embriologię i anatomię człowieka
* Chemię i fizykę medyczną
* Biochemię układu nerwowego
* Koncepcje W. Reicha, A. Lowena , orientalne [czakry, ayurweda, T.M.CH.]
* Analizę stanów szczytowych wg Granta McFetdrige
* Typologię homeopatyczną, izopatyczną, homotoksykologiczną
* Enneagram i wiele innych sposobów
* Zasady tzw. „świętej geometrii”
* Systemowe ustawienia rodzin wg B.Hellingera

**Detoksykacja wg 5 Żywiołów ma szerszy zakres, bardziej pierwotny niż TMCH (Tradycyjna Medycyna Chińska) ponieważ obejmuje także pracę z umysłem** co   
w medycynie chińskiej było tabu. Wykorzystuje również techniki szamańskie i alchemiczne.

**Pierwszego dnia czyli w elemencie Ziemi podzielamy to co niepotrzebne fizycznie   
i mentalnie** przy pomocy ćwiczeń ciała i umysłu. Techniki pozwalają na uświadomienie sobie tego co ukryliśmy przed samym sobą. Dla każdego będzie to co innego. Prawda często wyklucza przyjemność, w związku z tym, z reguły jest to zazwyczaj przykre, niechciane i odrzucone. Ale musimy sobie to uświadomić, aby móc się oczyścić. Oczyszczanie ciała jest proste - umysłu już dużo trudniejsze, czyni to świadomość, a właściwie światło które budujemy w sobie. UWAGA! Przed rozpoczęciem musimy oczyścić jelita, więc każdy uczestnik powinien zrobić sobie lewatywę lub otrzyma tabletki oczyszczające jelita [we wtorek wieczorem!]

**Drugi dzień to Woda - polega na wypłukaniu czyli uruchomieniu nieświadomych emocji** - zachowania takie jak płacz, śpiew, taniec, rozmowa, krzyk itd. są tu jak najbardziej na miejscu. Pijemy wodę i soki, rozciągamy się, odbywamy podroż w głąb swoich emocji.

**Dzień trzeci „Ogień to spalanie „starego” - tego co odrzuciliśmy i wypłukaliśmy**; rozbudzenie sił witalnych. Planowana jest w dzień Ceremonia ognia (jeżeli nie będzie deszczu). Temat ognia to moc osobista, praca nad ego, radość życia, jeżeli grupa będzie zintegrowana, to joga śmiechu.

**Dzień czwarty Powietrza to praca z oczyszczeniem umysłu z jego przekonaniami mentalnymi**. Praca z oddechem - nauka pranayamy, nauka dystansu, techniki mindfulnnes, Hemi-Sync, nauka medytacji serca.

**Dzień piaty Eter to integracja i połączenie**, **komunikacja,** budowanie wewnętrznej przestrzeni, nauka medytacji regenerującej, techniki regenerująco ciało.

Podczas pięciu dni warsztatów będzie można poświecić na każdy żywioł jeden dzień. W życiu codziennym bywa rożnie - czasem na fazę ziemi potrzebujemy dużo więcej czasu niż   
np. na fazę ognia. Wszystko to zależy od indywidualnego rozwoju. Warsztaty mają   
za zadanie uporządkować prowadzenie własnej regeneracji i detoksykacji u siebie lub u klientów/pacjentów.

**Codziennie wieczorem przed snem (za wyjątkiem nocy z wtorku na środę), wspólnie na sali prowadzona będzie także przez dr Krupkę podroż w głąb siebie.**

**W rozpoznaniu podczas wizyty lekarskiej dr Krupka określa, jaka jest podstawowa przyczyna zaburzeń psychoemocjnalnych i fizycznych** - tym samym leczy chorobę przyczynowo a nie objawowo. Celem jego terapii jest wyleczenie, a nie leczenie. A uzyskanie pełnego zdrowia jest możliwe tylko poprzez przejście procesu przemiany we wszystkich płaszczyznach tzn. duchowej, emocjonalnej i fizycznej. Nagrodą za takie zaangażowanie jest nie tylko zdrowie fizyczne, co zmiana zdrowia psychicznego i społecznego na znacząco lepsze. Uczestnik warsztatu uzyskuje ogromne możliwości kierowania własnym rozwojem i zdrowiem poprzez zmianę świadomości siebie.

**PROGRAM TURNUSU:**

**23.IV wtorek (przyjazd do godz. 18)**

* **Wizyta lekarska** – ustalenie dominacji energetycznej żywiołu (będzie to kontynuowane przez cały czas turnusu na indywidualnych konsultacjach; każda osoba będzie miała wykonane badanie STRD i otrzyma indywidualne zalecenia co do pracy z ciałem, emocjami i umysłem).
* Ustalenie sposobów odtruwania
* godz. 20.00 Relaksacja – koncert mis i gongów tybetańskich (Jakub Dorosz )

**1. Dzień Ziemia (24.IV środa)**

* Dieta wprowadzająca w proces odtruwania – warzywa
* Praca z ciałem - joga wytrzymałość
* indywidualne konsultacje
* Medytacja ziemi
* Wykład na temat żywiołu ziemi

**2. Dzień Woda (25.IV czwartek)**

* Dieta oczyszczająca usuwająca złogi – woda ,soki,
* Praca z ciałem-joga rozciąganie
* indywidualne konsultacje
* Praca z emocjami - nieświadomy umysł
* Medytacja wody
* Wykład na temat żywiołu wody

**3. Dzień Ogień 26.IV piątek)**

* Dieta pobudzająca ogień trawienny – kasze, przyprawy, zioła
* Praca z ciałem joga – skręty wygięcia
* indywidualne konsultacje
* Praca z emocjami – świadomy umysł
* Medytacja ognia
* Wykład na temat żywiołu ognia

**4. Dzień Powietrze (27.IV sobota)**

* Dieta oczyszczająca umysł – oleje
* Praca z ciałem joga- otwierania klatki piersiowej, pranayamy
* indywidualne konsultacje
* Praca z przekonaniami mentalnymi
* Medytacja powietrza
* Wykład na temat żywiołu powietrza

**5. Dzień Eter (28.IV niedziela)**

* Dieta równoważąca
* Praca z ciałem joga – techniki regenerujące
* Medytacja czterech żywiołów
* zakończenie warsztatów

**Co uczestnicy mogą uzyskać podczas warsztatu?:**

* przejść przez oczyszczenie ciała, emocji i umysłu;
* nauczyć się procesu oczyszczania i regeneracji;
* uzyskać umiejętność przygotowania potraw regenerujących i oczyszczających;
* nabyć umiejętności oczyszczania negatywnych emocji i myśli;
* nabyć umiejętność pracy z własnym „cieniem”;
* ocenę stopnia równowagi energetycznej poszczególnych obszarów ciała (analiza i synteza psychoenergetyczna);
* ocenę kierunku energetycznego, w jakim kierunku postępuje ich rozwój;
* możliwość doświadczenia i dokonania zmian w sferze mentalnej, emocjonalnej, fizycznej;
* zbiór osobistych zaleceń, jak podążać do równowagi oraz zalecenia dietetyczne;

Każda z osób będzie mogła doświadczyć, jak jej nastawienie i emocje wpływają na zdrowie   
i możliwości rozwoju. Istotą warsztatu jest umożliwienie uczestnikowi nauczenia się w jaki sposób może on samodzielnie oddziaływać na swoją sferę mentalną, emocjonalna i fizyczną.

**Uwaga: Pacjenci z chorobami psychicznymi i terminalnymi, osoby do lat 18 nie mogą uczestniczyć w tym warsztacie**

**Dr n. med. Krzysztof Janusz Krupka**

Ur. 1964 w Tomaszowie Mazowieckim. W 1990 r. ukończyłem studia na wydziale lekarskim Wojskowej Akademii Medycznej. W latach 1991-2002 uzyskałem specjalizację z zakresu rehabilitacji, neurologii i chorób wewnętrznych. Współtworzyłem laboratorium pierwiastków śladowych Biomol-Med. Szczególnie bliska jest dla mnie medycyna ortomolekularna. Przez wiele lat zajmowałem   
się biochemią, w szczególności chorób nerwowych   
i onkologicznych. Jestem autorem licznych opracowań dla lekarzy z tej dziedziny. Tematem mojej pracy doktorskiej był znaczenie pierwiastków śladowych w powstawaniu chorób nowotworowych.

Cennych doświadczeń z zakresu dietetyki dostarczyła mi wieloletnia praca z pacjentami stosującymi tzw. dietę optymalną wg Dr J. Kwaśniewskiego, diety wegetariańskie/wegańskie oraz eliminacyjne. Równolegle zdobywałem dodatkowe umiejętności z zakresu tradycyjnej medycyny chińskiej, ajurwedy, izopatii, homotoksykologii, ziołolecznictwa, dietetyki oraz terapii psychoonkologicznej i helingerowskiej. Posiadana wiedza pozwala mi w sposób harmonijny łączyć współczesną wiedzę medyczną z tradycyjnymi metodami leczniczymi. Mottem, którym się kieruję w swoim postępowaniu medycznym są słowa Bertolda Ulsamera „bez korzeni nie ma skrzydeł”, czyli mówiąc inaczej, aby współczesna medycyna mogła się rozwijać, dla dobra ludzi, nie może pomijać tradycyjnych systemów leczniczych. Moimi nauczycielami byli C. Simonton, prof Z. Garnuszewski, prof P. Wilchelmson, Wolfgang Deusser, prof G. Heim, Foster Perry i wielu innych których nie sposób wymienić bo są to moi pacjenci. A to właśnie pacjenci najwięcej uczą lekarza, bez nich nie byłbym tym czym jestem.

W oparciu o wieloletnie badania nad przemianami energetycznymi człowieka opracowałem najnowocześniejszy system diagnostyki człowieka pod nazwą **Skaningowa diagnostyka termoregulacyjna**. Dzięki tej metodzie udało się uzyskać unikalną w świecie metodę analizy   
i syntezy psychoenergetycznej, łączącą w sobie medycynę, fizykę i psychologię a także duchowość człowieka.

Prowadzę kursy dla terapeutów oraz praktykę medyczną w kraju i za granicą. Jestem autorem   
i współautorem licznych książek, artykułów, skryptów i podręczników. Aktualnie jestem ordynatorem oddziału rehabilitacji w szpitalu Św. Rafała w Krakowie jednego   
z najnowocześniejszych szpitali w Polsce.

**Podczas warsztatu planowana jest specjalna** **dieta:**

Oparta o zasady Ayurwedy, potrawy będą spełniać aspekt detoksykujący. Podczas warsztatu dr Krupka planuje też zorganizowanie mikrowarsztatów praktycznego przygotowania potraw detoksykujących i regenerujących.

# Czym jest analiza i synteza psychoenergetyczna?

Życie jest energią. Zmiany energii są charakterystyczne dla wszystkich istot żywych. Porządek zmian energetycznych opisują zasady termodynamiki. Wszelkie odstępstwa od porządku energetycznego świadczą o chorobie. Czasem zaburzenie dotyczy tylko sfery psychicznej lub duchowej, jednak im większe odchylenia tym poważniejsze zagrożenie zdrowia . Przy pomocy tzw termografii regulacyjnej STRD możemy zmierzyć zmiany energii oraz stopień jej uporządkowania. Dzięki temu uzyskujemy całościowy obraz człowieka, jego mapę energetyczną lub inaczej mówiąc obraz pola energetycznego. W polu tym zapisane są wszelkie informacje o stanie fizycznym i psychicznym badanego.

Analiza i synteza psychoenergetyczna zajmuje się odczytywaniem i opisywaniem zjawisk psychoemocjonalnych i fizycznych, w polu energetycznym człowieka, na podstawie specjalnie do tego celu opracowanych testów oraz diagnostyki termoregulacyjnej STRD.

Analiza i synteza psychoenergetyczna pozwala postawić prawidłową diagnozę, wskazuje na rzeczywistą, pierwotną przyczynę choroby, niejednokrotnie maskowaną przez różnorakie objawy chorobowe. Dolegliwości ze strony żołądka nie muszą świadczyć o zaburzeniach dotyczących tylko tego narządu, pierwotna przyczyna może tkwić całkiem gdzie indziej. Celne rozpoznanie pozwala na zastosowanie skutecznej terapii przyczynowej.

Analiza i synteza psychoenergetyczna pozwala także ocenić osobowość człowieka oraz poziom jej stabilności. Umożliwia ukierunkowanie rozwoju osobowości, określenie najlepszych cech badanego i drogi do optymalnego ich wykorzystania.

Analiza i synteza psychoenergetyczna jest metodą całkowicie innowacyjną w świecie. Została opracowana przez połączenie uznanej wiedzy psychologicznej z elementami fizyki oraz biologii i medycyny. Takie ujęcie pozwala widzieć człowieka nie tylko jako odrębną jednostkę, ale jako część większego systemu, i w związku z tym obserwować różne, tzn. korzystne i niekorzystne, wpływy systemu [rodzina, praca, miejsce zamieszkania itd.] na zachowanie i zdrowie człowieka. Takie całościowe podejście pozwala na lepsze zrozumienie nie tylko, czym jest np. choroba, ale także, kim jesteśmy i dokąd zmierzamy.

Analiza i synteza psychoenergetyczna wyjaśnia w dużym stopniu wiele zjawisk z pogranicza medycyny, psychologii i fizyki. Dzięki analizie możemy przewidzieć i zapobiegać nie tylko chorobom, ale także innym zjawiskom, niepowodzenia w pracy czy życiu osobistym stają się bardziej zrozumiałe. Wzrost samoświadomości, następujący dzięki informacji uzyskanej przez analizę psychoenergetyczną, daje często potężny impuls do zmiany swojego życia na lepsze.

Podstawy analizy psychoenergetycznej opracowałem na podstawie syntezy wielu dziedzin, dla których znalazłem wspólny mianownik. Co jest wspólne np. dla homeopatii i tradycyjnej medycyny chińskiej? Co łączy tradycyjne metody leczenia z fizyką kwantową i np. embriologią? możesz się dowiedzieć na warsztatach i kursach, które prowadzę. Do opracowania podstaw analizy psychoenergetycznej wykorzystałem m.in.

* Embriologię i anatomię człowieka
* Chemię i fizykę medyczną
* Biochemię układu nerwowego
* Koncepcje W. Reicha, A. Lowena, orientalne [czakry, ayurweda , T.M.CH.]
* Analizę stanów szczytowych wg Granta McFetdrige i wsp.
* Typologię homeopatyczną, izopatyczną, homotoksykologiczną
* Enneagram i wiele innych sposobów analizy osobowości
* Zasady tzw. „świętej geometrii”
* Systemowe ustawienia rodzin wg B. Hellingera
* Techniki pracy szamańskiej i alchemicznej

Okazało się że wszystkie powyższe systemy maja wspólny mianownik oparty o zasadę trójni, którą dobrze określa poniższy starożytny cytat:

*"*Jedność daje początek dwóm, dwie zrodziły trzecią, a trzecia dała początek dziesięciu tysiącom. Trójnia to zjednoczenie na trzech poziomach ciała, duszy, ducha. Instynktu, uczucia   
i myśli.*"*

**RELACJE PO WARSZTACIE DR. KRZYSZTOFA KRUPKI W OŚRODKU   
TU I TERAZ:**

Przyjechałam na warsztat dr Krupki w celu regeneracji, a inspiracją do przyjazdu były słowa Jacka, że warsztat prowadzi MĘŻCZYZNA  NIEZWYKŁY. Pomyślałam:  "Ojejku... nie znam żadnego NIEZWYKŁEGO MĘŻCZYZNY, a skoro mężczyzna mówi tak o innym mężczyźnie to coś w tym musi być. Jadę!". Dr Krzyś okazał się CZŁOWIEKIEM MĘDRCEM, człowiekiem o niezwykłej łagodności i zrozumieniu, o uśmiechu będącym zapowiedzią ciepłego lata. Każdy dzień warsztatu był NIESPODZIANKĄ.  Doktor uruchomił we mnie Wielką Spiralę Zdrowienia oraz przepędził (swoim bębnem) smutek, który w związku z chorobą zagościł w moim sercu. Tego Doktora mianuję Ministrem FAJNOŚCI ;) w moim Królestwie Przyjaciół i Znajomych. (Iwona)

Spotkanie z Krzysztofem w Nowym Kawkowie to czysta przyjemność wynikająca z głębokiej wiedzy, profesjonalizmu, dobrego kontaktu i chęci niesienia pomocy osobom zagubionym we współczesnej rzeczywistości oraz poszukującym lepszego „Tu i Teraz”. (Bogusława)

Na warsztaty trafiłam poprzez koleżankę i przesłanego linka  dot. warsztatu na  stronie Ośrodka Tu i Teraz. Temat był dla mnie bardzo interesujący , gdyż  od  długiego czasu czułam się wyczerpana i nie miałam pomysłu jak sobie pomóc. Nie wiedziałam zbyt wiele o osobie prowadzącej warsztat. Temat trafił w sedno moich potrzeb i zapadła szybka decyzja tak- jadę.

Dla mnie był to bardzo wartościowy czas. Wiedza przedstawiona podczas warsztatów zarówna teoretyczna jak i praktyczna został przekazana w sposób dla mnie jasny i zrozumiały. Stosując się do ćwiczeń można było  poznać i doświadczyć skuteczności proponowanych technik w celu pozbycia się stresu z ciała.  Bardzo ciekawe były również ćwiczenia z zakresu psychologii. Dla mnie osobiście bardzo wartościowy warsztat. W trakcie jego trwania otrzymałam  kilka odpowiedzi na nurtujące mnie od długiego czasu  pytania a fakt  że  czegoś nie wiem lub nie rozumiem zaakceptowałam.

Osoba prowadząca warsztat, w mojej ocenie, niezwykle kompetentna i o bardzo wysokiej kulturze osobistej. Tak naprawdę tylko od nas zależało czy i jak skorzystamy z tego warsztatu. (Małgorzata)

**DATA: 23-28.IV.2019**

**ROZPOCZĘCIE: 23.IV godz. 18 kolacją (wtorek)**

**ZAKOŃCZENIE: 28.IV godz. 14, po obiedzie (niedziela)**

**MIEJSCE: Ośrodek Rozwoju Osobistego i Duchowego „Tu i Teraz”, Nowe Kawkowo** [**www.tuiteraz.eu**](http://www.tuiteraz.eu)

**CENA WARSZTATU: 1300 zł**

**CENA POBYTU: wyżywienie 70 zł dziennie (3 posiłki wegetariańskie)**

**Noclegi - w zależności od standardu od 32 zł do 85 zł za noc**

**UWAGA: ośrodek sprzedaje wyłącznie całe pakiety pobytowo/**

**żywieniowo/ warsztatowe (nie ma możliwości rezygnacji**

**z posiłków ani noclegów)**

**KONTAKT: www.tuiteraz.eu, kawkowo@tuiteraz.eu**

**biuro: 662759576**

**Jacek Towalski 602219382**

**Maja Wołosiewicz-Towalska 606994366**

**ZAPISY:**

1. **Konieczna rejestracja mailowa na adres** [**kawkowo@tuiteraz.eu**](mailto:kawkowo@tuiteraz.eu) **(z podaniem imienia i nazwiska, numeru telefonu, daty i tytułu wydarzenia);**
2. **Dopiero po otrzymaniu maila potwierdzającego i wyborze noclegu, prosimy o wpłatę zaliczki w ciągu tygodnia od zgłoszenia.**
3. **Brak wpłaty zaliczki w ciągu 7 dni anuluje rezerwację za warsztat i pobyt !**  **Prosimy nie wpłacać pieniędzy dopóki nie zostanie potwierdzone mailowo wpisanie na listę uczestników!**
4. **Wpłata zaliczki jest równoznaczna z akceptacją regulaminu ośrodka (otrzymanego mailem po zgłoszeniu);**
5. **Zaliczkę za pobyt w wysokości 250 zł prosimy wpłacać** **na konto Ośrodka Rozwoju Osobistego „Tu i Teraz” z podaniem imienia i nazwiska oraz opisem: „zaliczka za pobyt 23-28.IV.2019”.**

**Tu i Teraz Numer konta:**   
**92 1020 3541 0000 5502 0206 3410**  
**BANK PKO BP**   
  
**Dla przelewów zagranicznych:**   
**BIC (Swift): BPKOPLPW**   
**IBAN: PL92 1020 3541 0000 5502 0206 3410**

1. **Zaliczka jest zwrotna tylko w ciągu dwóch tygodni od momentu wpłaty   
   na konto ośrodka! W razie zwrotu zaliczki ośrodek potrąca 20 zł na opłaty manipulacyjne. Zaliczka nie może być przełożona na inny warsztat.**
2. **Dwa tygodnie przed zajęciami zaliczka nie będzie zwracana.**