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

**zaprasza 12-14 kwietnia 2019 na warsztat**

**WEWNĘTRZNA ODYSEJA:**

**NARODZINY – ŻYCIOWA MISJA – ODDYCHANIE ŚWIADOME**

**Prowadzi: WIKTOR GOŁUSZKO**



***Gdzieś we wnętrzu każdego człowieka znajduje się najistotniejszy wątek, matryca bohaterskiego życia, embrion boga lub bogini, które tęskni za tym, aby się narodzić. Ukazuje on, kim w zamyśle wszechświata mieliśmy być, jest tożsamością,   
którą odrzucamy, ponieważ większość z nas nie umie dostrzec nieograniczonego   
pola potencjału, które stoi dla nas otworem.***

***Dr Deepak Chopra***

**Narodziny, oddychanie świadome, życiowa Misja – trzy wątki ściśle ze sobą powiązane. W jaki sposób? – Z badań psychologów wynika, że narodziny wiążą się z traumą i dlatego człowiek   
z reguły rodzi się jedynie na poziomie biologicznym i nie rozwija podczas ziemskiej wędrówki pełni swojego potencjału.** Jako że misja jest naszym życiowym celem, a narodziny – naszym pierwszym celem osiągniętym na Ziemi, podświadomie kojarzymy nasz życiowy cel z traumą. Z tego też powodu nie śpieszno nam do odkrycia naszego posłannictwa, nie mówiąc już o jego realizacji.   
Z tego też powodu stosunkowo niewielki procent ludzi realizuje swoje powołanie – statystyki oscylują między 12 a 20 %.

**Każdy przychodzi na świat niczym ziarno potencjału, z którego może rozkwitnąć przepiękne, majestatyczne drzewo.** Dramat ludzki polega na tym, że znakomita większość z nas spędza swoje życie w stanie ziarna.

**SCENARIUSZ NARODZIN A WOLNOŚĆ WYBORU**

**Noworodek jest niczym tabula rasa i moment przyjścia na świat jest pierwszym na niej zapisem. W tej magicznej chwili pojawiają się jego pierwsze myśli, pierwsze odczucia na temat tego, jaki jest świat,** wtedy nawiązuje się (lub nie – dzieci autystyczne) jego ze światem więź. Chwila ta jest też pierwszym osiągniętym celem, pierwszą zmianą, pierwszym zaangażowaniem się. I rodzaj porodu (np. normalny, cesarskie cięcie, kleszczowy, pośladkowy, ze znieczuleniem) oraz wszelkie okoliczności mu towarzyszące wpisują się w każdą komórkę dziecka, w jego pole energii i będą miały oczywisty wpływ na dorosłe życie. Wszystkie późniejsze „pierwsze razy”, osiągane cele, życiowe zmiany   
i wyzwania, wszystkie zaangażowania się w nowe sytuacje będą zabarwione jakością tego pierwszego momentu wejścia w świat.

**Wariantów sposobu narodzin jest ponad dwadzieścia. Dla przykładu podam, jakie mogą być konsekwencje modnego dziś planowanego cesarskiego cięcia,** a więc wykonywanego ze względu na stan zdrowia, karierę matki, lub dla wygody lekarza, szefa, męża itd. (w odróżnieniu do cesarskiego cięcia wykonywanego z powodu nagłych, niespodziewanych komplikacji). Opisując ten wpływ, podkreślam, iż nie ma on charakteru obligatoryjnego – są to możliwości. Innymi słowy – poród może mieć taki wpływ, lecz nie musi. Pracując z oddechem świadomym, stwierdzono empirycznie występowanie pewnych powtarzających się schematów zachowań i powiązanych z nimi przekonań   
u osób, które rodziły się w taki sposób.

**Ci, którzy przyszli na świat poprzez planowane cesarskie cięcie mogą:**

– mieć tendencję do odkładania realizacji swoich celów na później (są przekonani, że najpierw muszą zaspokoić potrzeby innych i dopiero potem swoje)

– myśleć, że ich potrzeby się nie liczą i mieć poczucie, że są nieważni

– odczuwać brak kontaktu z tym, po co tu są

– odczuwać przymus, by ciągle dostosowywać się do potrzeb innych: ich planu kariery, stanu zdrowotnego, umysłowego, emocjonalnego, itd.

– mieć skłonność do oczekiwania, że ktoś inny odgadnie ich potrzeby fizyczne, emocjonalne i je zaspokoi – żywić kompulsywną chęć ułatwiania komuś życia – nieustannie robić coś dla rodziny, przyjaciół, innych.

**Ktoś może mi zadać pytanie: – No i cóż z tej wiedzy? Jaka korzyść dla przysłowiowego Kowalskiego?** Odpowiem przykładem. Dla rodziców znajomość wpływu sposobu, w jaki dziecko się urodziło na jego późniejsze zachowania może być jednym ze źródeł bardziej oświeconego rodzicielstwa. I tak postępowanie dziecka, które mogło wywoływać z ich strony cierpkie komentarze typu: – Nigdy się nie zmienisz! Ty zawsze się spóźniasz! (jedna z możliwych konsekwencji porodu wstrzymywanego), będzie się odtąd spotykało z większym zrozumieniem i empatią, ich więź   
z dzieckiem się pogłębi.

**Problematykę schematów narodzin – jeśli wcześniej nie została zintegrowana – spotykamy też   
w związkach** i znajomość tematu pozwala na o wiele łatwiejsze przejście od konfliktu do kooperacji, na zwiększenie stopnia intymności, na relacje bardziej harmonijne.

**Gdy zaś – już w wieku dojrzałym – człowiek jasno zda sobie jasno sprawę, że postępuje według pewnego ograniczającego i powtarzającego się scenariusza,** świadomość tego faktu staje się doskonałym rozpuszczalnikiem takiego wzorca i osoba poszerza swoje możliwości wyboru (oczywiście jest to proces rozłożony w czasie). Nie musi już dalej postępować w ten sposób – tylko może! Musieć i móc – uzależnienie i wolność.

**Narodziny, to także pierwszy oddech i jedną z metod pozwalających w pełni zintegrować moment narodzin jest właśnie oddychanie. A dokładniej – oddychanie świadome.**



**TRANSFORMUJĄCA MOC ODDYCHANIA ŚWIADOMEGO**

***… pożytkiem, jaki ta praktyka (świadomego oddychania) przynosi w sferze fizycznej, jest ogromne wzmocnienie układu odpornościowego. Jest to silny zabieg samoleczący.***

**Eckhart Tolle**

**Nasze wejście na scenę świata i z niej zejście jest ściśle związane z oddechem – wdech jest pierwszym działaniem po przyjściu na świat, a gdy go żegnamy – wydech jest ostatnim.**

**Podczas sesji oddechowej głęboki wdech jest wykonywany intencjonalnie, aktywnie, natomiast wydech jest spontaniczny, nieforsowany – niczym liść spadający z drzewa.** Oddech jest pogłębiony, rytmiczny i połączony. Rodzaj medytacji, jaką jest zwracanie uwagi na własny oddech jest jednym ze sposobów wyostrzania świadomości. A wszystko, co jesteśmy w stanie poczuć – ból czy radość **–** jest tylko i wyłącznie aspektem naszej świadomości. Badacze stosujący naukowe metody pomiarowe odkryli, że stan fizjologiczny ludzi praktykujących różne techniki medytacji zmienia się na korzyść **–** ich funkcjonowanie staje się bardziej efektywne.

**Badania wykazały również, że wiek biologiczny osób regularnie i przez dłuższy czas medytujących jest około dziesięć lat niższy niż ich wiek chronologiczny.** Dzięki wytrwałej praktyce oddychania świadomego znacznie spowalniasz proces starzenia. Dzieje się tak po części dlatego,   
że w spowolnieniu tego procesu bardzo ważna jest zdolność do utożsamiania się z rzeczywistością, która nie jest ograniczona przez czas. Oddychanie świadome zmienia układ odniesienia, w którym postrzegasz czas. Podczas oddychania doświadczasz ciała poza czasem, stajesz się świadomy,   
że oddychasz polem kwantowym, że jesteś polem. Mistycy mówią wtedy o byciu obecnym, o byciu tu i teraz.

**Jedną z kluczowych metod pracy na warsztatach są sesje oddychania świadomego. Oddychanie świadome jest potężną techniką transformacji** schematów związanych z okresem narodzin. Uczestnictwo w warsztatach pozwoli Ci w sposób symboliczny przebyć tę wędrówkę raz jeszcze   
i narodzić się na nowo.

----------------------------------------------------------------

Do tematu warsztatu nawiązuje artykuł: [Narodziny – kosmiczne misterium](http://www.polskacanada.com/wiktor-goluszko-narodziny-kosmiczne-misterium/)



**JAKIE KORZYŚCI UZYSKASZ Z UCZESTNICTWA W WARSZTATACH?**

* Zaczniesz postrzegać swoje ciało jako lżejsze, bardziej przestrzenne, wibrujące energią, pełne życia i witalności.
* Nauczysz się redukować stres oraz wpływ negatywnych emocji (badania dowodzą, że choroby wynikające ze stresu, stanowią od 50 do 70 procent wszystkich chorób!)
* Zaczniesz podnosić i kontrolować swój poziom energii.
* Przyczynisz się do odmłodzenia Twojego ciała i ogólnego wzrostu Twojej formy.
* Otworzysz się na własne uczucia przez co wzrosną Twoje zdolności do empatii.
* Poprawisz jakość wszystkich Twoich relacji.
* Poszerzysz swoją świadomość.

****

**WARSZTATY SĄ PRZEZNACZONE:**

* Dla tych, którzy tęsknią za tym, by się w pełni narodzić
* Dla każdego, kto nie zrezygnował ze swoich marzeń i ciągle pragnie zrealizować te wielkie fantastyczne rzeczy, o których marzy od dziecka
* Dla ludzi, którzy chcą wieść życie wypełnione poczuciem głębokiego sensu
* Dla każdego, kto pragnie odnaleźć matrycę swojego bohaterskiego życia i żyć z poczuciem świętości istnienia
* Dla osób, które chcą poznać swoje lepsze, pozbawione egoizmu ja i przebudzić w sobie alchemika, geniusza, demiurga
* Dla tych, którzy sami chcą być zmianą, którą pragną ujrzeć w świecie

**Uwaga! Mimo, że oddychanie świadome może być bezpiecznie praktykowane przez każdego,   
w niektórych przypadkach potrzebne są sesje indywidualne.**

**Grupowe sesje oddychania nie są wskazane w następujących przypadkach:**

* Ciąża
* Wysokie nadciśnienie
* Choroby wieńcowe, a w szczególności osoby po zawale
* Osoby posiadające rozrusznik serca (peace-maker)
* Jaskra
* Osoby po niedawnej interwencji chirurgicznej, gdy rany się jeszcze nie zagoiły
* Epilepsja
* Astma
* Osoby cierpiące na jakiekolwiek dolegliwości psychiatryczne.

**Prowadzi: WIKTOR GOŁUSZKO**

****Jest poetą, pisarzem, kompozytorem, mentorem, doradcą ds. rozwoju potencjału twórczego, twórcą założycielem i dyrektorem Co-Evolution Institute. Wydał tomik prozy: "Ulisses", publikował w wielu pismach literackich i społeczno-kulturalnych. Na początku lat osiemdziesiątych osiedlił się we Francji, gdzie poświęcił się zgłębianiu zagadnienia istoty procesu twórczego. W tym celu podjął wielokierunkowe kształcenie w zakresie metod samorozwoju takich jak: Voice Dialog, masaż metamorficzny, rebirthing, medytacja taoistyczna i inne. Szkolił się między innymi u Mantaka Chia, Juana Li, Roberta Stambolieva, Gastona St. Pierre, Leonarda Orra, Sondry Ray, Boba Mandela, Ronalda Fuchsa, Diany Roberts, Petera i Eileen Caddy (założycieli wspólnoty Findhorn), Neala D. Walsha, Anthony Robbinsa, Gregga Bradena. Pracując jako wykładowca i trener w Studium Astropsychologii czy w Instytucie Psychologii Stosowanej wykształcił liczne grono studentów.

Obecnie artysta ukończył pracę nad misterium: "Hieros Gamos czyli Święte Gody" - sztuką z pogranicza poezji i teatru, do której skomponował również muzykę.

<https://wiktorgo.blogspot.com>

**OPINIE PO WARSZTATACH:**

*Drogi Wiktorze,*

*Twoja obecność w moim życiu, zaowocowała...ŻYCIEM....  
W​łaśnie​ nie dalej, jak wczoraj przyjechała Elza z Londynu​ i rozmawiałyśmy o tym co teraz, o tym co wtedy działo się i dzieje w świecie tzw. rozwoju osobistego (rok 2015).*​​  
*Konkluzja? : my to miałyśmy szczęście, że na swojej drodze spotkałyśmy Ciebie!  
Nie da się przecenić wartości i emocjonalnych przeżyć, które dają nam wszystkim warsztaty prowadzone Twoją niezwykle twórczą inwencją.   
Rozbudzasz ​​ciekawość i pasję życia. Wciąż płynie do Ciebie ogromna fala WDZIĘCZNOŚCI I MIŁOŚCI ZA TWOJĄ TRANSFORMUJĄCĄ RZECZYWISTOŚĆ, MĄDRĄ, DOBRĄ OBECNOŚĆ.*

*Dziękuję kochany WIELKI NAUCZYCIELU WIKTORZE. Ewa Najder, Life coaching*

*Minęło 8 dni od zakończenia warsztatu Mission Quest, a moje życie całkowicie się zmieniło. Odkryłem to, czego chcę od życia i w ciągu 8 dni 80% moich marzeń się spełniło. Reszta też się spełni, niedługo już, wiem to.*

*Mam swoje cele, odnalazłem równowagę w życiu i spokój. Okazało się, że to czego szukałem po całym świecie jest proste, zwyczajne i bardzo blisko. Zdziwiłbyś się bardzo co się wydarzyło w moim życiu. Dziękuję za wszystko.*

Rafał Kamiński, manager

*Spotkanie z Wiktorem zmieniło całe moje życie. Tak naprawdę wtedy zrozumiałam co to życie - to możliwość kreowania i dawania. Wcześniej wszystko robiłam nieświadomie. Jak poczułam i zrozumiałam, że to ja tworzę rzeczywistość - ona zaczęła się zmieniać. I trwa to nadal - po prostu było to jak zdjęcie czarnych okularów z nosa i zobaczenie słońca. Dzięki za obudzenie Wiktorze.*

Katarzyna Mołas, szkoleniowiec, coach, masażystka

**DATA: 12-14.IV.2019**

**ROZPOCZĘCIE: 12.IV o godz. 18 kolacją (piątek)**

**ZAKOŃCZENIE: 14.IV. o godz. 14 obiadem (niedziela)**

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

**CENA WARSZTATU: 350 zł + koszty pobytu i wyżywienia**

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

**noclegi - w zależności od standardu od 32 zł do 90 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 150 zł prosimy wpłacać** **na konto Ośrodka Rozwoju Osobistego „Tu i Teraz” z podaniem imienia i nazwiska oraz opisem: „zaliczka za pobyt 12-14.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.**