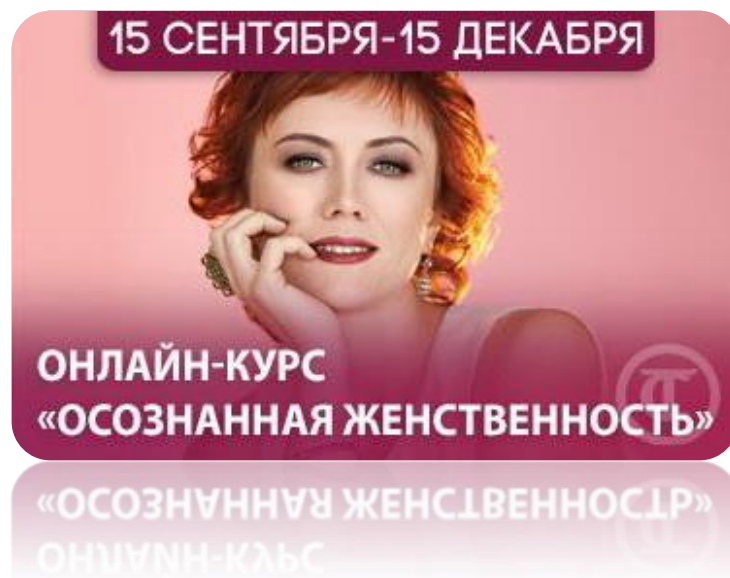


Программа онлайн-интенсива «Осознанная Женственность»



Автор и ведущая: Татьяна Самарина



Программа онлайн-интенсива «Осознанная Женственность»

1. Знакомство с собой



Уроки в онлайн-школе: №1-11

Первая онлайн-встреча:

15 сентября, 20:00-21:30

Медитации и визуализации:

- «Встреча с внутренним ребенком»
- «Растождествление с внутренним ребенком»

Практики:

- «Подарок»
- «Поход в кафе»
- «Мультфильм»
- «Письмо благодарности»
- «Рассказ о себе»
- «Досье на себя»



2. Принятие себя



Уроки в онлайн-школе: №12-29

Вторая онлайн-встреча:

6 октября, 20:00-21:30

Медитации и визуализации:

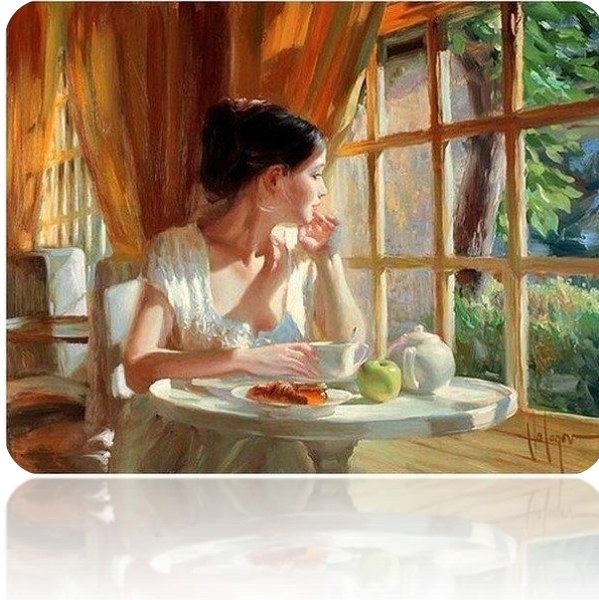
- «Принятие себя»
- «Я уникальная»

Практики:

- «Ваши новые качества»
- «Вы – солнце»
- «Ваша увлекательная жизнь»
- «Инверсия реальности»
- «Переписываем историю из жизни»
- «Отпускаем гнев и злость»
- «Фотосессия»
- «Ваше уникальное качество»



3. Наслаждение



Уроки в онлайн-школе: №30-42

Третья онлайн-встреча:

20 октября, 20:00-21:30

Медитации и визуализации:

- «Я – Богиня»

Практики:

- «Существование»
- «Наслаждение»
- «Закат и рассвет»
- «Свидание»
- «Мастер-класс»
- «Диалог с телом»
- «Танец уникальной женщины»
- «Обнажение»
- «Сексуальность»



Программа онлайн-интенсива «Осознанная Женственность»

4. Пробуждение



Уроки в онлайн-школе: № 43-58

Четвертая онлайн-встреча:

1 ноября, 20:00-21:30

Медитации и визуализации:

- «Разговор с душой»

Практики:

- Рисунок «Моя жизнь»
- «Хобби и отдых»
- «Спорт и здоровье»
- «Саморазвитие и обучение»
- «Интернет»
- «Работа»
- «Семья и отношения»
- «Ваш круг жизни»
- Письмо по технике «Хоопонопоно»
- «Благодарность»



Программа онлайн-интенсива «Осознанная Женственность»

5. Любовь – это для меня?!



Уроки в онлайн-школе: №59-72

Пятая онлайн-встреча:

15 ноября, 20:00-21:30

Медитации и визуализации:

- «Соединение мужского и женского начала»
- «Трансляция любви»
- «Луч любви»

Практики:

- «Идеальные отношения»
- «Самодостаточная женщина»
- «Фрейлинг»
- «Родители и дети»
- «День с родственниками»
- «Сонастройка с друзьями»
- «Фрейлинг с мужчинами»
- «Вы счастливы и любимы»



6. Я успешная и счастливая женщина



Уроки в онлайн-школе: №73-91

Шестая и седьмая онлайн-встреча:

30 ноября, 20:00-21:30

14 декабря, 20:00-21:30

Медитации и визуализации:

- «Энергия денег и личная сила»
- «Моя личная сила»

Практики:

- «День без оценок»
- «День без оправданий»
- Мудра «Постоянный доступ к источнику изобилия»
- «Выбор эмоционального состояния»
- «День наоборот»
- «Ваши отношения с Миром»
- «Письмо счастливой женщины»
- «50 желаний»



Программа онлайн-интенсива «Осознанная Женственность»

- «Сжигаем негативные установки»
- «Карта желаний»
- «Разговор со Вселенной»

