



# A Nők Hangja

## *Szakmai böngésző*

Hozzuk felszínre a benned lévő női erőt, energiát! Alakítsuk át közösen a nehézségeket éltető erővé!



SZKÁLOSI RITA SELINA  
TAO CSIKUNG-OKTATÓ,  
HOLISZTIKUS MENTOR

# Fontos dolgok számomra



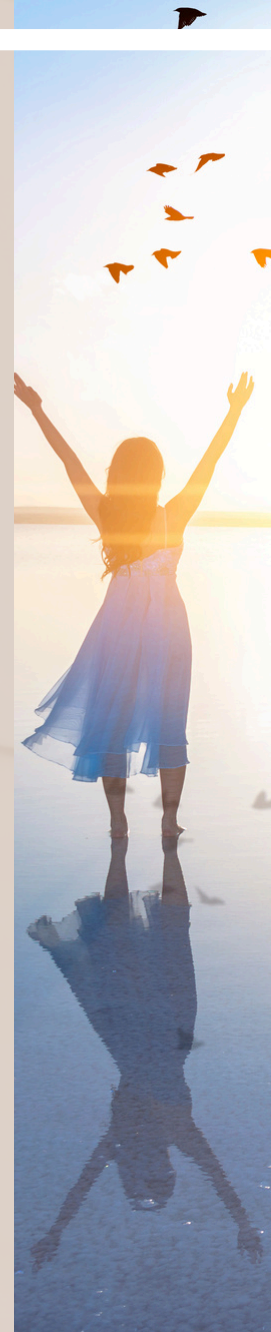
Mindig is hittem abban, hogy a boldogság nem cél, hanem belső állapot, amit megteremthetünk magunkban – függetlenül attól, hol tartunk az életünkben. Nem az vagyok, aki megmondja, merre menj, hanem aki melléd áll, amikor elveszettnek érzed magad. Együtt oldjuk fel a blokkokat, támogatjuk meg a belső erőd, és fedezzük fel, hogyan lehet igazán élni, nem csak túlélni.

*„Nem lehet megoldani problémákat ugyanazzal a gondolkodásmóddal, amivel létrehoztuk azokat.” - Albert Einstein*

# HISZEM, HOGY

Amikor megnyitjuk a szívünket és megtaláljuk a bennünk rejlő erőt, az életünk elkezd áramlani, és a változás könnyedén, természetesen megtörténik.

Hiszem, hogy minden nőben ott rejlik az az energia, amivel képes a legnagyobb változásokat is elindítani az életében. Én is megtapasztaltam, hogy új utak, lehetőségek nyíltak meg a számomra, amikor megingathatatlan volt a szándékom és a magabiztosságom. Nem kell várnod, hogy a körülmények változzanak – te magad is képes vagy újraírni a saját történetedet, és megélni azt a szabadságot, amit igazán megérdemelsz.



Amikor felfedezzük valódi önmagunkat, egy új perspektívából kezdjük el látni az életünket. Az addigi korlátok feloldódnak, és helyükre lép a tiszta szándék és a céltudatosság. Az igazi szabadság abban rejlik, hogy képesek vagyunk megtalálni a saját utunkat, akkor is, ha a körülmények nem éppen ideálisak. A változás bennünk kezdődik, és az életünk letükrözi azt, amit magunkban megteremtünk.



# A belső erő felfedezéséhez három módszerrel is támogatni tudlak.



## **TAO CSIKUNG , (ami nem a Tai Chi)**

Ezzel az ősi kínai mozgásformával segítünk rugalmasabbá tenni a testedet, elmélyíteni a kapcsolatot a lelkeddel és elcsendesíteni a gondolataidat. A gyakorlás során megtapasztalhatod a benned rejlő erőt, energiát, így könnyebbé válik a mindennapi élet. A rendszeres gyakorlás segít csökkenteni a stresszt, lassítani a tempót, és mélyebb összhangba kerülni önmagaddal, új lehetőségeket teremtve az életedben.



## **THETA HEALING**

Segítek neked felismerni azokat a mélyebb, tudatalatti blokkokat és hiedelmeket, amelyek eddig hatással voltak az életedre. Lehet, hogy nem is tudsz róla, de a múltbéli tapasztalataid és fájdalmaid még mindig befolyásolják a döntéseidet és érzéseidet. Együtt felfedezzük ezeket a rejtett akadályokat, és feloldjuk azokat. Így végre azokat a dolgokat vonzhatod be az életedbe, amik igazán boldoggá tesznek.



## **COACHING**

Segítek tisztázni a céljaidat és megtalálni azt az utat, ami valóban hozzád illik. Közösen felfedezzük, mi állhat a korlátozó hiedelmek és félelmek mögött, és dolgozunk azon, hogy el tud engedni mindezeket. A találkozások során felismered, hogyan alakítsd tudatosan az életed, hogyan hozd meg a számodra legjobb döntéseket, és hogyan érd el a kívánt eredményeket. A személyre szabott támogatás segít abban, hogy a belső erődre támaszkodva bátran lépj a változás felé.



**HONLAPOM**



**FACEBOOK**