



PranaSoul® kurssi on elämyksellinen löytöretki olemuksemme puhtaaseen ytimeen - sieluolemukseen. Se tarjoaa turvallisen ja rakkautta täynnä olevan tilan aistia, kokea ja oivaltaa olemuksesi moniulotteisuutta ja sen yhteyttä ympäröivään kaikkeuden elämään.

PranaSoul® kurssi sisältää erilaisia meditaatioita, energiaharjoituksia mm. mudria apuna käyttäen, rentoutumishetkiä, hengitystietoisuusharjoituksia, oman äänen käyttöä, äänimaljojen, gongin, rummun, hand panin ja kristallipyramidien soittoa sekä meditatiivista ja somaattista lempeää liikettä.

Sisällöt kanavoituvat nyt-hetkessä ryhmän energian mukaan. Ohjaan syvällisestä kuuntelun tilasta huomioiden jokaisen osallistujan ja harjoitukset avautuvat jokaisella kerralla uniikkeina juuri kyseisen tunnin hetkiin.

Tuntien lopussa on hetki jakamiselle – jokaisen osallistujan ainutlaatuiset kokemukset saavat tilan tulla nähdyiksi ja kuulluiksi. Jakaminen luo yhteisöllisyyttä, iloa ja myötätuntoa erilaisuuden rikkaudessa.

Johtotähtinä PranaSoul® sisällöille ovat turvallisuus, aitous ja sydämellisyys. Turvallisen tilan luominen kullekin tunnille ja jokaiseen harjoitukseen on äärettömän merkityksellistä. Jokainen voi olla tunnilla ainutlaatuisena itsenään.

Ohjaukseni maanläheisyys yhdistyy sydäntietoisuuteen – ohjaan harjoitukset selkeästi ja yksinkertaisesti. Maan voima luo tasapainoa, maadoittaa kehoon ja juurruttaa läsnä olevaan hetkeen.

PranaSoul® konseptissa kiteytyy kahdenkymmenenviiden vuoden tietoinen henkinen matkani. Käytän tuntien ohjauksessa apunani vankkaa ja monipuolista ammattitaitoani joogan parissa sekä kokemustani Reikistä ja muusta energiatyöskentelystä, vahvaa intuitiivisuuttani, selväkuuloisuuttani ja tietoisuuttani.

Turvallisen ja luottamuksellisen tilan luomiseksi sama ryhmä kokoontuu kurssien ajan.

”Olemme paljon enemmän kuin fyysinen kehomme – sieluolemuksemme kirkkaus on pyyteetöntä Rakkautta. Kun kaikki turha karsiutuu pois, jää jäljelle vain tämä hetki. Hetken olemus puhtaimmillaan on totuus. Totuuden ytimessä loistavat valo ja vapaus.”

Sitovat ilmoittautumiset: info@sieluolemus.fi
Ilmoittautumisen yhteydessä saat maksutiedot.

Aika: tiistai- ja keskiviikkoisin klo 7.30 – 9.00 11.8. – 29.9.2020
(huom: ti 15.9. ei ole tuntia)

Hinta: 149€

Paikka: Era Nova, Kasarmikatu 2, Helsinki

Ohjaajana toimii PranaSoul kokonaisuuden luoja ja kanava:

Jutta Niala - Elämäkosketus hoitaja, kanavoija, henkinen valmentaja, Reiki Master, Peter Hess® äänimaljametodin harjoittaja, Emily Hess® Sound of Yoga teacher, sertifioitu Vijnana joogaopettaja.

Lisää tietoa jutusta ja hänen elämän polustaan löydät:
www.sieluolemus.fi

