

**Открытые уроки Ароматерапии
в холистическом центре Лиелземенес
с 26 января 2018 г.**

Уроки - жизнь по законам природы.

Знания о первоэлементах - качествах энергий в которых мы живем!
Ваше незнание – это ваша ответственность за ваше здоровье!

Для кого: для женщин/мужчин всех возрастов, желающих понимать законы Природы.

Мы - часть живой природы. Знание законов природы помогает нам понять самих себя и причины различных недугов.

При изучении простых правил придет понимание о собственном здоровье. И чем здоровее вы сами, тем более счастливые и здоровые люди окружают вас - срабатывает закон подобия, к нам приходят такие, как мы сами - радостные и благополучные.

Тайны серебряной поры. Зима.

- Зима для души и для тела;
- Где брать силу и вдохновение;
- О любимых и нелюбимых эфирных маслах для этого времени года. Рецептики и методики.

Подробнее:

- К чему приводит недостаток меди;
- Почему любое лечение надо начинать с укрепления почек;
- Как отличить почечную колику от спазмов, связанных с болезнью половых органов;
- Зачем почкам столько кислорода;
- Почему почки, как орган, в котором оседают все наши переживания, для сохранения жизни сегодня на первом месте;
- Какие витамины и минералы нужны нашему организму зимой (дозировки, рецепты);
- Почему антибиотики, назначенные от цистита, приводят к инвалидности;
- Почему не усваивается кальций и возникает остеопороз.

Наши практики включают понимание:

- Что правильное поведение зимой - профилактика простуд и вирусов для детей и взрослых.
- О чем печалимся в это время года, или куда девается наша жизненная сила?
- Что мы можем сделать сами, а что доверить специалистам- массажи, ингаляции, ванны, бани
- Что нужно есть зимой?
- Активность для нашего тела;
- Много советов и рецептов, включая методы самотестирования своего состояния.

Время нежности. Весна.

- Весна для души и для тела;
- Где брать силу и вдохновение;
- О любимых и нелюбимых эфирных маслах для этого времени года. Рецептики и методики.

Подробнее:

- О весенних обострениях;
- Об особенностях питания и профилактике сезонных аллергий;
- Что лучше добавлять к питанию – витамины, минералы и не только;
- О физических нагрузках и что лучше в это время года;
- Делать ли генеральную уборку в организме и если ДА, то с чего начинать?

Наши практики включают понимание:

- Что лучше делать весной;
- Если вы решились - как правильно начинать и проводить очищение;
- Об эфирных маслах и других возможных препаратах - дозировки, методики;
- Наша опора или как уберечь кости и связки от травм во время весенних работ;
- О чем рекомендуется переживать весной. :)
- Пищевые весенние «радости» для нашего тела

Травное разноцветье. Лето.

- Лето для души и для тела;
- Летнее вдохновение, где оно?
- О любимых и нелюбимых эфирных маслах для этого времени года. Рецептики и методики.

Подробнее:

- Любимый летний орган - Сердце. Что любит и не любит наше сердце летом;
- Гипертоники, аллергики и Лето;
- Запасы жизненной силы для других времен года;
- Работа с «летними» эфирными маслами, создание ароматных смесей, методики и дозировки.

Чему вы научитесь:

- «Летняя» еда и физические нагрузки;
- Что делать летом самому, а за чем идти к специалисту - массажи, втирания, обливания, купания;
- Какие эфирные масла / гидролаты и в какой форме, дозировках, сочетаниях лучше всего применять при болезнях;
- Узнаете все об эмоциональном состоянии в летний период.

Спелое Золото. Осень.

- Осень для души и для тела;
- Осеннее вдохновение, где оно?
- О любимых и нелюбимых эфирных маслах для этого времени года. Рецептики и методики.

Подробнее:

- Какие органы страдают осенью;
- Как восстановить и поддержать жизнеспособность их силу;
- Как справиться с осенней усталостью;
- Сезонная еда, что едим сами, а что отдаем врагу;
- Любимые и нелюбимые «осенние» эфирные масла - составление смесей, методики, дозировки;
- Правильные физические нагрузки и другие осенние радости.

Когда не осень, не зима, не лето и не весна... Пора между чем-то и чем-то...

А в теле и душе:

- Что-то «не ТО»;
- 100 начатых дел...
- «Круговорот» мыслей голове;
- Все есть, но ничего не радует.

Это хороший сигнал к тому, что пора узнать:

- В теле надо делать ТО!
- Круговорот надо прекратить;
- Дела лучше доделать;
- Радость и счастье - почувствовать!

Мы будем разбираться с тем:

- Что для тела и души период «ни то, ни сё»?
- Что со всем этим делать? Что есть, как спать, куда бежать, или от чего? :)
А, может, что-то из гимнастики?
- Как НЕ нужно причинять добро людям?
- Куда девать обычную хронику?
- Продолжать плакать по каждому поводу или уже начинать смеяться...
- Чем лучше лакомиться в эти периоды или где растут витамины...
- Что лучше пахнет в это время - эфирные масла, дозировки, методики...