

Jak být stále atraktivní pro svého partnera

Objev Umění kouzla osobnosti

Nauč se udržet si svého partnera pomocí několika moudrých rad a triků pro celý život



Co se v e-booku dozvíš?

Proč člověk ztrácí svoji atraktivitu a kouzlo osobnosti

Největší chybu, kterou člověk zabíjí kouzlo své osobnosti

Jak vyprovokovat zájem a zvědavost partnera

Proč je dobré umět být malým bláznem

Jak změnit pohled partnera na vaše tělo

Jak se stát výzvou pro partnera

Jak na vědomou hádku

Jak se zbavit pokakaného štěstíčka

a další zajímavosti, které jinde nenajdete...

Obsah

I. Jak mít atraktivní život

II. Atraktivita těla

III. Umění zážitku

IV. Umění nálady

V. Sdílení

VI. Umění blízkosti

VII. Umění vědomé hádky

VIII. Umění odpustit

IX. Umění holuba v hrsti aneb Jak se zbavit pokakaného štěstíčka

Proč člověk ztrácí svoji atraktivitu a kouzlo osobnosti

- je unavený a vyhořelý
- je nudný
- dělá stále stejné chyby
- je nemocný
- nemá pozornost na sebe
- nemá pozornost na partnera
- předčasně stárne
- je negativně zaměřený
- je destruktivní
- dělá pouze to, na co je zvyklý
- obětuje se své práci, kariéře
- ztrácí se v životních rolích
- má přehnanou pozornost na partnera, chce ho příliš vychovávat
- je k partnerovi příliš kritický – posuzuje a hodnotí



Atraktivita a kouzlo osobnosti

Každý člověk má kouzlo osobnosti a každý člověk má svoji atraktivitu.

Je potřeba toto kouzlo osobnosti odhalit. Je potřeba objevit svoji unikátnost, je potřeba objevit svůj vlastní talent.

Největší chyba, kterou člověk zabíjí své kouzlo osobnosti



Je příliš fascinován nějakým životním vzorem, příliš uctívá celebrity, přeje si žít jako nějaký jiný člověk. Největší chybou je, když nežije svůj život, ale život někoho jiného.

Staň se pro sebe celebritou

Je potřeba změnit myšlení a naučit se být pro sebe atraktivní. Když bude člověk atraktivní sám pro sebe, bude atraktivní i pro druhé.

I. Jak mít atraktivní život

Když budeš pro sebe celebritou, když nebudeš pokukovat po druhých a budeš sám sobě atraktivní, tak stvoříš pro sebe svůj vlastní atraktivní život.



Měj atraktivní život.

Začni si užívat, bavit se, dělej atraktivní činnosti.

Několik důležitých moudrostí, jak mít atraktivní život:

1. Měj své malé tajemství

Nemusí všichni o tobě všechno vědět, neprozrazuj úplně všechny své intimní věci, city, emoce nebo myšlenky. Nech si něco pro sebe. Už z toho důvodu, že se to mění. Protože potřebuješ osobní kontakt, osobní zkušenost s tím, co se v tobě děje. Měj svůj vlastní intimní prostor, který budeš nabízet pouze při vzácné příležitosti.



Ať tvé okolí ví, že máš tajemství, měj tajemství a klidně dej vědět, že ho máš. Pak to děláš pro svou atraktivitu u druhých a jemně je dráždíš. Ale můžeš mít i svá tajemství, o kterých vědět nedáváš. Pak to děláš kvůli sobě.



Stále platí, že hlavně máš být atraktivní pro sebe, což je tvoje hlavní tajemství.
Pak budeš atraktivní pro druhé.

2. Objevuj nové věci

Život tě bude bavit, když budeš alespoň trochu žít novými věcmi. Objevuj nová místa, nové myšlenky, nové činnosti, nové emoce, nové sporty, nová umění.



Objevuj něco nového v sobě a objevuj něco nového ve svém partnerovi.

3. Buď expertem, mistrem, autoritou ve svém malém světě

Buď dokonalý v nějakých zvláštních dovednostech, které nikdo jiný nezná. Dělej nový sport nebo řemeslo, staň se znalcem nějakého autora, hraj na unikátní nástroj. Objev nějaký nový obor, ve kterém můžeš být nejlepší nebo kde uplatníš unikátní pohled na věc.



Představ si, že můžeš vyhrát olympiádu v novém sportu, který znáš jenom ty nebo pár lidí. Dokonce můžeš pořádat onu olympiádu v oboru, ve kterém ty jsi znalec.

4. Propaguj své slabiny jako umělecké dílo



Něco, za co se stydíš,
co nepřijímáš,
můžeš přijímat a propagovat.

Je to jen změna úhlu pohledu.

Když budeš skrývat to,
co považuješ za slabinu,
tak se slabina zvětšuje
a nabírá katastrofických rozměrů.

Když svoji slabinu budeš propagovat, propagace změní úhel pohledu, lidé slabinu začnou vnímat jako něco zvláštního a ta zvláštnost ze slabiny udělá výhodu a novou atraktivní věc.

5. Provokuj zvědavost

Organizuj události, večírky v nějakém zvláštním duchu.

Měj na svém těle nějaký překvapivý detail.

Udělej nějakou unikátní činnost třeba každý den.

Provokuj zvědavost v sobě, začni být hodně zvědavý, zajímej se o spousty nových věcí, buď posedlý nějakou novinkou.



Tím svým vztahem ke zvědavosti provokuj zvědavost i v druhých lidech.

Staň se „knězem zvědavosti“. Zvědavost není nic jiného než oživení. Je to život sám.

6. Rozmazluj se

Každý den si udělej něco pěkného pro radost. Udělej si něco pěkného pro radost tajně, kvůli sobě a udělej si něco pěkného pro radost jako povzbuzení druhých lidí. Jako osobní příklad seberozmazlování.



Ukazuj druhým, jak je ti dobře. Ukazuj druhým, jak se rozmazluješ a oni po tom rozmazlování začnou toužit.

7. Staň se poslem exotických zpráv

Když se ve tvém městě objeví nová kapela, dej o ní vědět. Když se objeví nové umělecké dílo, historická událost, technický vynález, řekni o tom druhým.

Staň se novinářem nových exotických věcí.



Sděluj, co zajímavého se stalo v blízkém okolí. Sděluj, co exotického se stalo v tobě.

8. Tvoř malá dobrodružství

V životě se můžeš vydat po cestě, která je všední a zaběhaná. Taková cesta je nekonfliktní, bezpečná a nudná. Někdy, když se na to budeš cítit, vydej se po cestě, která není tak zaběhaná, kde se nabízejí různá malá dobrodružství.

Pokud máš čas, vyjed' si třeba autem bez mapy a bez navigace. Neboj se zabloudit. Pokud jdeš na výlet, vezmi si záměrně méně prostředků než potřebuješ na cestu zpátky domů. Vnikne malá dobrodružství, protože budeš muset oslovit nějakého člověka, požádat ho o pomoc.



V milostném životě najdi nějaké malé laskavé překážky, které tě zavedou do dobrodružství. Když budeš tvořit nějaké nové dílo, dej si nesnadnější zadání.

Najdi malé výzvy, velká výzva tě unaví, život bez výzev tě znudí, malá výzva ti dá šťávu.

9. Staň se malým bláznem

V dnešní době vyhrává malý blázen. Velký blázen bývá snadno vytěsněn z lidské společnosti, nudný člověk nemá atraktivitu.

Buď trošku bláznivý, ale tak, ať nikoho neohrožuješ. Když bude tvořit bezpečí pro druhé lidi a při tom budeš bláznivý, budeš zajímavý a atraktivní.



Objev znovu svůj dětský smysl pro nesmysl. Občas se napij z prázdného poháru nebo uspořádej hostinu s imaginárním jídlem. Objev kouzlo zdánlivě nevhodných věcí a jednání. Tam, kde lidé mluví moderně použij archaický jazyk, tam, kde jsou všichni spisovní, buď mírně sprostý. Prostě do všeho vlož malou bláznivost.

Do svého jídla dej neznámé koření, do receptu dej nahodilou ingredienci.



Najdi nějaké zvláštní slovo a začni ho používat při běžném rozhovoru.

Např. kostrhůn.

Dej mu nový význam, nový obsah, všechno ať je kostrhůn. Objev nějaké nové hlášky, nové konverzace. Všichni, kdo si dají kostrhůn, tak se trefí do černého.

Dělej malé bláznivé věci. Takové, které nejsou příliš vidět, ale kterých si všimne člověk pozorný a citlivý. Nedělej věci extrémně bláznivé. Buď bláznivý pro podstatu věci, pro radost z bláznivosti. Nebuď bláznivý jenom pro druhé.



Objev svobodu v bláznění.

10. Do cukru dej špetku soli

Nauč se umění protikladů.

Do jedné velké esence dej trochu malé esence.

Když blízkého člověka dlouho hladíš, tak ho jednou lehce plácní. Do teplého nápoje si dej malou kostku ledu. Do velkého shonu si dej malý odpočinek. Do velké laskavosti přidej malou agresi. Do velkého ano si dej malé ne. Je to umění koření života.



II. Atraktivita těla

Svým tělem a jeho atraktivitou se lidé často trápí. Všichni lidé touží po kráse a skoro každý člověk má strach, že není dostatečně krásný. Celé je to nemoc. Prostě naše těla jsou tlustá, štíhlá, malá, velká, vychrtlá... Naše těla smrdí, potí se a jsou často unavená, sraštělá, stárnou. Bojovat s tímto faktem je pošetilé.



Pečuj o své tělo, ale hledej v něm jinou hodnotu, než je krása, protože krása je pomíjivá. Užívej si svého těla, najdi jeho svébytnou atraktivnost.

Ukaž sobě i druhému, jaké výhody má to tvé specifické tělo.

Nabízej tyto výhody svému partnerovi, nabízej s touto výhodou nějaký zážitek. Když spojíš zážitek s tvým tvarem těla, tak tvé tělo bude uctíváno a milováno, i když tvůj partner si o něm ze začátku mohl myslet, že není atraktivní.



Nehraj hru na krásu, ale přesvědč sebe i svého partnera, že tvé tělo je jedinečné.

Představ si, že tvé tělo je šeredné, odporné, hnusné, těžko o něm můžeš říct, že je krásné, ale když přivedeš svého partnera i sebe na to, že tvé tělo má velkou hodnotu v jedinečnosti, tak je těžké tomu odporovat.

Krása je pomíjivá, mění se subjektivně i objektivně. Můžeš mít klidně staré tělo, tak je pošetilé bojovat s tím, že jsi starý nebo stará. Místo toho propaguj eleganci. Můžeš mít staré tělo a přitom být elegantní.

Změň úhel pohledu, zbav se společenského programování a hraj svoji vlastní hru.

Když už ti pán bůh dal z tvého pohledu špatné karty z hlediska tělesné krásy, tak nabídni sebe jako zvláštní umělecký výtvar. Ukaž, jak tvé podivné tělo zvláště tancuje, jak zvláště rezonuje v nějakém zpěvu. Ukaž sebe jako součást nějakého zvláštního uměleckého obrazu nebo se staň součástí nějaké nové filozofie, nové estetiky. Představ si, že všechno je krásné a ty jsi šeredný/á.

**Když jako šeredný/á budeš špetkou v krásném obraze,
když tvá šerednost bude kořením krásného obrazu, tak se staneš krásným.**

Nabízím ti báječné cvičení.

Řekni tvému partnerovi, ať namaluje tvoji tělesnou slabost.

Máš vrasčitou tvář? Ať ji partner namaluje. Máš malá prsa? Ať je partner namaluje. Máš vyzáblé nohy? Ať je partner namaluje. Tvá tělesně neatraktivní místa se stanou součástí obrazu tvého partnera a ty už nebudeš říkat: "Podívej se, jaké mám krásné nohy", když jsou vyzáblé. Nebudeš říkat, jaká mladá máš prsa, když jsou vrásčitá, ale řekneš: "Ten obraz je zajímavý. Ten celý obraz je krásný. Ten obraz, který ty jsi namaloval, je umělecký."



Je to jako kdybychom pochválili svého partnera, že v naší slabině vidí něco zajímavého a krásného. A to je to, oč bychom se měli vlastně snažit.

Najdi na svém těle něco jiného než krásu, něco zajímavého.

Přesvědč sebe i svého partnera, jak je to zajímavé.

Např. "Podívej se, jakou mám výraznou barvu, podívej se, jak mé tělo probouzí emoce. Podívej se, jak každý člověk má jiný pohled na to, jaký/á jsem."

Udělej ze svého těla novou hodnotu, kterou nejde shodit, kterou nejde oslabit.

Zapoj do této tvorby, do tvorby nové hodnoty, nového úhlu pohledu svého partnera.

Máš špinavá záda? Tak ať ti je partner umyje.

Bude mít zážitek z toho, jak umývá tvá záda a do tvých zad se zamiluje. Máš rozcuchané vlasy? Tak ať ti je partner učeše a bude mít požitek z česání. Jsi nemocná? Tak ať ti partner pomůže se léčit, ať má zážitek své schopnosti léčit. Je to moudrá cesta změny úhlu pohledu

Jsi komplikovaný člověk?

Nabídni sebe jako výzvu.

Jinými slovy neexistuje stav, tvar těla nebo nějaká nedokonalost či slabina, která by nebyla na něco použitelná. Objev svoji podivnost a k čemu je tvé tělo dobré a budeš nesmírně atraktivní a zvláštní. Všechna krásná těla, která nemají tu jedinečnost, uměleckost, budou proti tobě nijaká.



III. Umění zážitku

V dnešní době člověk potřebuje zážitek. Bez zážitku neumí odpočívat. Bez zážitku nemá pocit, že žije. Aby se se zážitkem potkal, často touží po extrému. Ohrožuje sám sebe, aby se zážitku alespoň dotkl. Aby měl pocit, že žije, utíká k drogám, protože má pocit, že mu přinesou zážitek.



Člověk, který umí přinést zážitek sobě nebo druhému je velmi atraktivní.

IV. Umění nálady

Nauč se tvořit náladu. Když se s někým potkáš, tvoř náladu.

Když budeš pořádát večírek, neunavuj se tolik jídlem a vnějšími hmotnými projevy, ale hlavně tvoř náladu.

Jaké nálady lidé potřebují:

tajemno

otevřenost

lehkost

překvapení

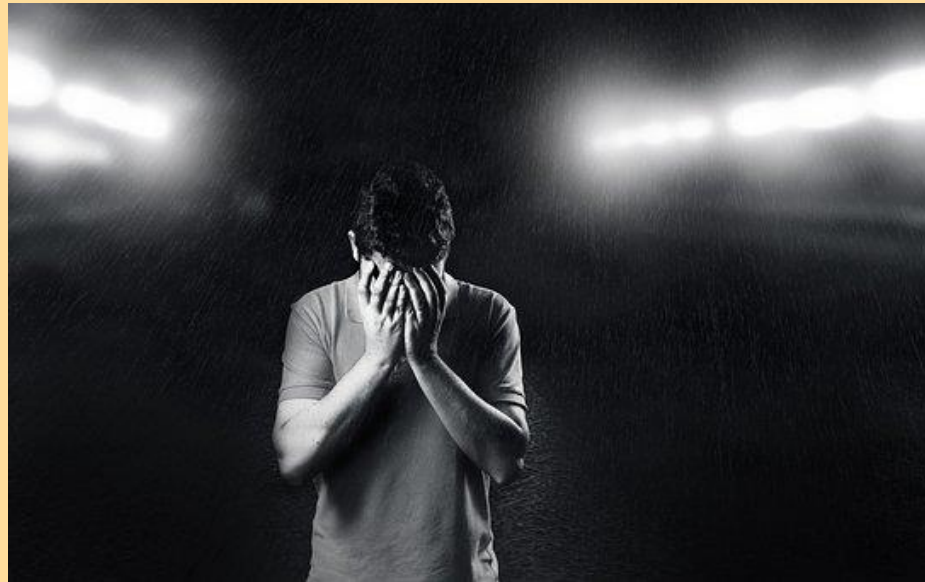
pobavení

laskavé drama



Jakých nálad se máš chránit:

destruktivní nálady
depresivní
psychotické
přehnaně temné nálady



Lidé nahrazují zážitek přemírou intelektuálních činností a informací. Místo zážitku kážou a dělají samovolné přednášky. Nahrazují zážitek přehnanou chytrostí, přetíženou myslí.

V. Sdílení

Sdílení je velké umění a ztraktivňuje člověka pro jeho partnera.

Co je uměním sdílet:

Je to sdílení svých pocitů nebo poslouchání druhého, jak sdílí své pocity.

Je to naslouchání, když druhý mluví o sobě.

Sdílení není, když:

člověk říká teorie

mluví o někom jiném než o sobě

mluví o osobní zkušenosti někoho jiného

je to neosobní

hodnotí, soudí a rozebírá

Sdílení je proud osobních pocitů.

Sdílení je tím účinnější, čím je intimnější.

VI. Umění blízkosti

Nauč se být pro druhého atraktivní tím, že jsi mu blízko. Cizích lidí je hodně, blízkých osob je málo. A skutečně blízký je možná jenom jeden člověk, rozhodně omezené množství. Ten, který je nejbližší, je zároveň nejatraktivnější.

Několik nápadů, jak se stát blízkým druhému člověku:



Bud' poslem dobrých zpráv

Člověk má rád toho, kdo mu přináší dobré zprávy. Na hlubší úrovni se to dá říct jinak, bud' zdrojem naděje. Zvláště ve chvíli, kdy prožívá obtížné životní situace, potřebuje dodávat naději a povzbuzovat.



Pokud umíš povzbuzovat, jsi atraktivní.

Nauč se pravidlo atraktivní komunikace – Čtyři pochvaly, jedna kritika.

Blízký člověk někdy potřebuje nasměrovat, když bloudí. Nikdo nechce poslouchat kritiku, každý chce být chválen. Ovšem, když ti blízký člověk naslouchá, protože ho umíš chválit, a když jej chválíš za věci pravdivé, tak je ochoten čas od času slyšet i kritické slovo.



Dáme tomu takovéto heslo: **Buď laskavě pravdivý/á.**

Najdi si vždy vhodný čas, formu a způsob, který ten blízký člověk může přijmout, když potřebuje slyšet nějakou nepopulární pravdu.

K umění blízkosti patří i schopnost prožívat nálady tvého blízkého člověka.

Prožívej nálady svého blízkého člověka. Někdo by mohl říct, že je to určitý druh soucitu, jiný by se mohl cítit manipulován nebo ponížěn, že se má naladit na nálady, které sám nemá. Ale když tvůj blízký člověk je smutný, tak ta stejná nálada smutek, komunikuje s jeho smutkem. Když se dokážeš vcítit do smutku, tak se mu můžeš přiblížit. Když ten druhý člověk je veselý, tak s ním můžeš sdílet jeho veselost.

Dalo by se to říci ještě jednodušeji, je to otevřenost k náladám blízkého člověka. Dovolíš si, že jeho nálada pronikne i na tebe, ať už je příjemná či nepříjemná.

Aby to bylo ovšem možné, potřebuješ se uvnitř cítit v bezpečí. Nesmí tě nálada blízkého člověka ohrožovat. Pokud tě ohrožuje, tak nejsi na umění blízkosti připraven/a.



VII. Umění vědomé hádky

Hádka tě buď může ovládat nebo ty můžeš ovládat hádku.

Ve chvíli, kdy na ni nejsi připraven, tak se v tobě objeví výbuch. Když spolu dva lidé žijí nebo jsou si blízcí, tak je pravděpodobné, že vzniká přetlak, který potřebuje určitý druh katarze nebo očisty. Buď je člověk té očisty schopen, pak jeho stav je čistý a on je pro partnera atraktivní nebo té očisty není schopen, pak dochází k sebepotlačení a postupnému vyhoření vztahu.

Partnerská očista je důležitá právě proto, aby si partneři byli stále atraktivní.

Aby nevznikaly psychické bloky. Aby v psychice nevznikala „únava materiálu“.

Když je hádka nevědomá, tak si lidé během hádky ubližují a zadělávají na novou ještě větší hádku. Když je hádka nevědomá, tak lidé v hádce ničí svůj vztah.

Vědomá hádka je něco opačného.

Ve vědomé hádce má člověk určitou schopnost hravosti.

Rozhodne se, v jakou chvíli se pohádá. Oba aktéři vědí, že to je hra, která má jediný cíl a tím je očistit vztah.

Ale techniky vědomé hádky umí málokdo, stejně tak málokdo je schopen a ochoten se prostě rozhodnout a určovat, kdy se partneři pohádají. Málokdo se umí preventivně pohádat.

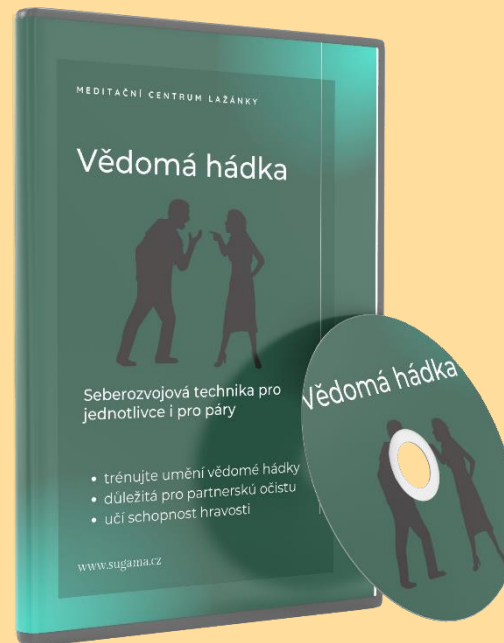


Vědomá hádka není intelektuální boj o tom, kdo je chytřejší a kdo má větší pravdu. Vědomá hádka je o uvolnění, které je hlubší než uvolnění v intelektu, než uvolnění v psychice.

Jak prakticky na vědomou hádku

Existuje nádherná technika, která trénuje umění vědomé hádky. Pracuje skutečně hluboko v lidské psychice. Pracuje na emoční úrovni a dochází k veliké očištění.

Tato technika se jmenuje **Vědomá hádka**.



Člověk ji může dělat jednotlivě nebo i v páru.

Technika Vědomá hádka má čtyři části.

Prvních 15 minut člověk sám se sebou vyjadřuje různá slova a věty, které nemají obsah, které nejsou jazykem, tzv. hatlaninu.

Ve druhé části, která má rovněž 15 minut, vyjadřuje člověk sám se sebou nebo blízkou osobou tutéž hatlaninu propojenou s různými emocemi (může to být smích, nebo hněv – hádka) a třetí část je 15ti minutová hatlanina se smutkem nebo pláčem.

Poslední část je relaxace.

Pokuste se s partnerem spontánně naučit některou z těchto částí, zkuste mezi sebou konverzovat pomocí nesmyslných jazyků, zvuků. Zkuste se mezi sebou hádat pomocí emocí a hatlaniny.

Obvykle je to ale velmi obtížné, protože v současnosti jsou lidé hodně přetíženi v mysli.

Pokud vám to nejde nebo nevíte, jak na to, doporučíme vám vhodný a zábavný trénink.

Umění uměleckého vyjadřování

V partnerském vztahu je člověk atraktivní tím více, čím více se umí umělecky vyjadřovat.

Ta souvislost není na první pohled jasná a zřejmá, ale je známo, že člověk, který se umělecky vyjadřuje, tak probouzí svůj talent, zdokonaluje svou psychiku, je lépe připravený na sdílení s druhým člověkem a umí daleko lépe prožívat.

To vše se projeví třeba v milostném životě, to vše se projeví v citovém životě a ve všem, co je zajímavé, vzrušující a plné zážitků.

Chcete-li být atraktivní pro druhého člověka, a chcete-li aby atraktivita zasáhla vaši podstatu, tak se naučte umělecky vyjadřovat.

Existuje opět nádherná meditace, která se jmenuje Umění uměleckého vyjádření.

Probouzí talent v základních oblastech uměleckého vyjadřování.

Tato meditace má tyto části: 15 minut spontánní malování, 15 minut spontánní zpívání pod vlivem namalovaného obrázku, 15 minut spontánního tance pod vlivem předchozích dvou částí, poslední částí je relaxace.

Tato technika na niterné úrovni probouzí atraktivitu člověka, otevírá talent a umělecké vyjadřování. Je vhodná pro jakýkoliv podprogram nebo úvod k nádhernému večeru, jako naladění na milostný zážitek apod.



Zkoušej spontánně jednotlivé části této meditace. Tato meditace má nádhernou hudbu, která je naladěna na současného člověka, a která velmi podporuje.

Pokud budeš chtít, tuto meditaci se můžeš naučit pod odborným vedením.

VIII. Umění odpustit

Současní lidé nemají nástroj, jak si vědomě odpustit. Během partnerského života se dějí zvláštní životní situace, které druhému nebo oběma ubližují. Někdy za ně neseme vinu, někdy ne, někdy je můžeme ovlivnit, někdy je ovlivnit nemůžeme.

Tím, že člověk žije blízko druhého a objevuje teprve svoji dospělost a moudrost, může při svém vývoji druhému člověku ubližovat. Nikdo to nechce, ale děje se to.

Daleko složitější je objevit umění odpustit.

Protože odpuštění neznamená to, že člověk řekne, že odpouští. K odpuštění nedojde, když si člověk myslí, že odpustil. Odpustit nejde vůlí. Odpustit nejde slibem.

Je známo mnoho případů, kdy partner partnerovi odpustil, ale přitom ho odmítá pro sexuální nebo milostný život, necítí se dobře, když ten partner, kterému „odpustil“ se ho dotýká.

Ve skutečnosti odpustit na té nejhlubší úrovni znamená smazat ten negativní záznam, který je nahrán v intimní vrstvě člověka. Ukazuje se, že je to velmi těžké, ne-li nemožné, udělat pouhým povídáním nebo sdílením. Jen velmi obtížně to partneri zvládnou/udělají sami. Velmi snadno si

lidé jenom myslí nebo představují, že odpustili, ale někde hluboko, v intimitě, v duši je emocionální úraz, který dělá neplechu.

Chcete-li s partnerem alespoň začít s Uměním odpouštět, nabízíme vám nádhernou meditaci, která se jmenuje Umění odpustit.



Umění odpustit vrací člověka do věku nevinosti a do věku dětských let. Protože umění odpustit souvisí i se šťastným nebo nešťastným dětstvím.

Meditace se skládá z těchto částí: 15 minut poslech hudby – sedíš, posloucháš hudbu, vnímáš sebe, 15 minut je žvatlání po vzoru batolátka či malého dítěte, třetí patnáctiminutová část je pokračováním ve žvatlání tentokrát proti sobě v páru, kdy vlastně tímto jazykem prosíš o odpuštění a zároveň hledáš odpuštění v sobě. Čtvrtá část je relaxace.

Chcete-li se naučit tuto meditaci pod odborným vedením, můžete vyzkoušet náš trénink.

IX. Umění Holuba v hrsti aneb Jak se zbavit pokakaného štěstíčka

Je to jedno z velkých umění partnerského vztahu a zároveň je to velké umění, jak být atraktivním nejen pro svého partnera.

Člověk má buď schopnost dělat věci ve velkém, nebo v malém. Člověk má buď schopnost do věcí jít pořádně, a nebo povrchně. Člověk buď má schopnost mít velký cíl, nebo malý cíl. Buď umí investovat a dát velkou pozornost něčemu, co má vzniknout, a nebo to neumí. Člověk je bohatý, když umí bohatě investovat. Člověk je chudý, když je skrblík.



Umění rozeznat pravou chvíli, kdy do něčeho jít naplno, je Uměním holuba v hrsti.

Lidové přísloví říká:

Vyber si mezi holubem na střeše nebo mezi vrabcem v hrsti. Holub je nějakým zvláštním plánem, který může být riskantní nebo může být iluzí, může to být něco nedosažitelného. Vrabcem má být něco malého a jistého.

V životě se však ukazuje, že vrabec v hrsti neboli pokakané štěstíčko je něco velmi nejistého a velmi riskantního. Lidé místo vlastního podnikání, které by mohlo být riskantní, ale byli by nezávislí, jsou zaměstnaní a jsou závislí na vůli někoho jiného. Jsou závislí na podniku, který nemohou ovládat a řídit. Už mockrát se stalo, že tento vrabec v hrsti se ukázal být velmi nejistým. Bohužel je mnoho firem, které v produktivním věku dotyčného využijí, vycucají, člověk zestárne, onemocní a najednou se vrabec v hrsti rozplyne. Třeba se to stane v 50ti letech, kdy bude velmi těžké se něco nového učit, něco nového začínat, vybudovat si nějakou existenci. Snadnější by bylo dříve vybudovat holuba v hrsti, tedy nezávislé své podnikání.

Toto všechno byl příklad, jak pochopit, co je holub v hrsti, vrabec v hrsti a holub na střeše.

Umění holuba v hrsti je umění zaměřit na vyšší cíl, chtít od života více, zažít spokojenost, užít si naplněné poslání v životě, dotknout se a prožít v životě bohatství. Objevit velkorysost. Je to o tom, jak se zbavit pokakaného štěstíčka a místo toho být skutečně šťastný.

Máme pro Vás výzvu...

Jste odhodlaný investovat do svého štěstí a bohatství?

Rádi by jste se naučili všechny tyto partnerské techniky pod profesionálním lektorským vedením?

Přihlaste se spolu se svým partnerem na jedinečný

Zážitkový víkend pro páry



kterým zkvalitníte vztah a budete ho chránit před vyhořením. Naučíte se nádherné techniky, kterými můžete hýčkat vztah doma. Nikdy se už spolu nebudete nudit a budete se těšit jeden na druhého. Zážitkový program víkendu je dán unikátním know-how, které vychází z jednak tradičních starodávných poznatků a jednak z posledních výzkumů transformační psychologie.

Na našich speciálních víkendech si odpočínáte a uvolníte od nashromážděných stresů. Pomocí mistrovských technik tantrické jógy pod vedením zkušených lektorů překonáte povrchní psychické bariéry a znovu prožijete něco pěkného.

Co zde zažijete?

- ✓ speciální techniky na uvolnění psychiky a stresů
- ✓ unikátní párové meditace, masáže a relaxace, které mají kořeny ve starodávné Indii. Programy jsou ale rozvíjeny moderním způsobem pro běžného člověka
- ✓ posvátné pozice, tzv. asány, ve kterých partneři otevírají soulad mužských a ženských aspektů. Získávají tak velkého psychického porozumění
- ✓ získáte jedinečné know-how - návody pro péči o vztah v každodenním životě

Chcete se naučit techniky...



- ✓ **Vědomá hádka**
- ✓ **Umění odpustit**
- ✓ **Umění uměleckého vyjádření**
Pod vedením profesionálního lektora?

Na každém víkendu se také naučíte

- ✓ jeden typ senzuální masáže pro naplněné společné chvíle
- ✓ specifickou léčebnou partnerskou pozici pro společnou relaxaci
- ✓ posvátné pozice - ásány, které otevřou soulad mužských a ženských aspektů
- ✓ mystické párové cvičení, které bude psychicky pomáhat vztahu
- ✓ další speciální techniky pro rozvoj osobnosti a podporu partnerství
- ✓ desatero dovedností, které vám pomůžou pečovat o vztah v každodenním životě

Jak jsou víkendy organizovány

Zařadíme Vás na nejbližší volný termín. **Akce je velmi výjimečná a je pro omezený počet účastníků.** Výjimečnost je mimo jiné dána možnostmi profesionálního lektora, který má mistrovskou úroveň. V případě, že pro Vás termín nebude vhodný, dostanete od nás opakované nabídky termínů. Dostanete rovněž příležitost stanovit si svůj termín po osobní konzultaci.

Pokud nevyužijete příležitost do jednoho roku, vrátíme Vám celou částku.

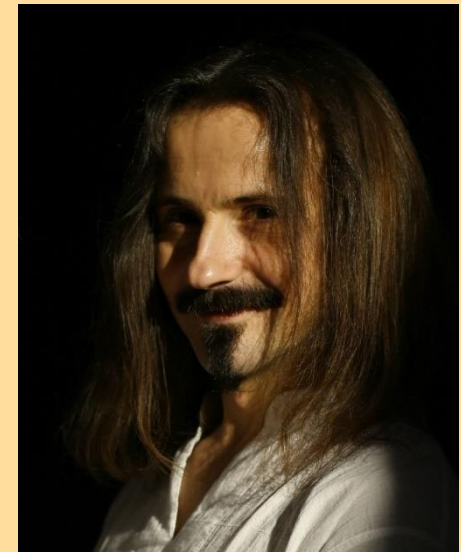
[Přihlášky zde](#)

Případně zde: www.vikendypropary.cz

Lektor víkendů:

MVDr. Martin Tomaško Ph.D.

Martin dlouhodobě podporuje Meditační centrum v Lažánkách. Působí zde jako lektor párové tantry, mužských skupin a jako specialista na katarzní a tranzovní techniky hostuje i na skupinách pro ženy. Tantře se věnuje s nepřetržitým nadšením téměř 20 let . Také absolvoval Reiki školu, No-mind trénink a mnohé art terapeutické programy a semináře pro rozvoj talentu a přirozeného potenciálu člověka.



Autor e-booku:

Igor Samotný

Igor dosáhl stavu Samadhi, ve kterém jsou ženské a mužské vlastnosti vyrovnány v harmonický celek. Igor jako muž je ochránce žen, vědomý rádce a podporovatel. Igor jako žena je velmi hluboký, citlivý a senzitivní. Soudobou ženu jako jeden z mála lidí umí dovést ke skutečným ženským vlastnostem, hloubkám a ženskému štěstí. Igor díky své hloubce vidí tam, kam žena nevidí. Je to jeho talent, dar od Boha. Díky tomu jako jediný muž je zakladatelem Mohendžodára, velmi úspěšným lektorem.

Igor je lektorem smíšené tantry, umí pomoci problémům v partnerských vztazích. Je vědomým průvodcem pro transformaci sexuality. Má tradiční zasvěcení do Tantry a Tantra-jógy v Indii, měl unikátní příležitost sdílet s tantrickou komunitou žijící v matriarchátu.

Pro smíšenou tantru Igor ve svém studiu nahrál projekt unikátních meditací Umění milovat a pro práci s Kundalini energií terapeutickou hudební sérii. Je tvůrcem série relaxací se zaměřením na různé aspekty člověka a osmnácti ženských meditací se zaměřením na ženské aspekty. Jeho život je objevování a tvoření, což je krédo tantrických mistrů.



Kontakt

info@sugama.cz

www.sugama.cz

Meditační centrum Lažánky
Lažánky 133, Veverská Bítýška

Pokud e-book probudil tvoji zvědavost a napadají tě další otázky, neváhej nás kontaktovat. Napiš nám na info@sugama.cz a my ti rádi odpovíme. Jsme tu pro tebe :)
Tým Meditačního centra Lažánky

Texty: Igor Samotný

Spolupráce: Jana Wilczek

All rights reserved © Igor Samotný 2017

Prohlášení: Tento materiál je informačním produktem. Jakékoliv šíření nebo poskytování třetím osobám bez souhlasu autorů je zakázáno a je porušením autorského zákona, které může být stíháno. Děkujeme za pochopení a respektování tohoto sdělení.