

## WCZASY LIPCOWE (II) 2012

Zapraszamy Was – wspólnie z Iwonką Grzesicką i Moniką Borchulską – na letni wypoczynek, wczasy, które odbędą się w terminie **od 21 do 29 lipca 2012 w Ustroniu – Jaszowcu**, w Ośrodku LEŚNIK.

Tematem tegorocznych wczasów „POZNAJ SIEBIE” będzie harmonizowanie trzech aspektów naszej osobowości: **Wewnętrznego Dziecka, Okrutnego Krytyka, Racjonalnego Dorosłego**. Każda z tych części jest potrzebna, każda spełnia istotną rolę. **Dziecko** jest aspektem naszej wewnętrznej swobody, radości, spontaniczności i niczym nie ograniczonej kreatywności. **Krytyk** chroni nas przed nieuzasadnioną brawurą, przed nadmiernym folgowaniem sobie, przed „szaleństwami”. Jednak jego wypaczona postać blokuje i sabotuje prawie wszystkie nasze działania, niszczy nasze plany, projekty, marzenia. **Dorosły** próbuje nadać naszemu życiu rozsądny kierunek, stara się abyśmy sprościli wymaganiom życia, ale bez radości Dziecka i ochrony Krytyka, często czuje się bezradny i zablokowany.

Kiedy znamy te trzy części siebie, kiedy ofiarujemy im wewnętrzną przestrzeń, kiedy uczymy je harmonijnego współdziałania – nasze życie staje się radosne i spełnione.

W czasie trwania naszego letniego wypoczynku będziemy przyglądać się tym częściom w sobie, ale także w innych osobach – tak, aby móc wchodzić w dobre relacje lub naprawić te, w których obecnie jesteśmy.

Iwona Grzesicka przedstawi innowacyjne metody zarządzania własnym czasem i przesuwania energii między różnymi aspektami naszego życia. To niezwykle, że zablokowanie energii w jednym polu życia powoduje problemy we wszystkich innych dziedzinach. O tym właśnie będzie mówić Iwonka!

Część „ruchową” poprowadzi Monika Borchulska – która poprzez taniec, proste ćwiczenia fizyczne i zabawy ruchowe zadba o kondycję i piękno naszych ciał.

Oprócz tego jak zwykle będziemy witać dzień medytacją i pokłonami, a wieczorem łączyć się ze Świętą Przestrzenią Serca.

W czasie trwania wczasów przypada zakończenie mijającego roku majańskiego i rozpoczęcie Nowego Cyklu (26 lipca 2012 rozpoczyna się Nowy Rok Majański Niebieskim Rezonansowym Wichrem). Wspólnie połączymy się z tym nowym nurtem Życia.

Wczasy rozpoczynają się **21 lipca 2012 w sobotę** – do Ośrodka można przyjeżdżać od godziny 11.00.

Koszt wczasów (noclegi, wyżywienie, pełny program) to 1450 zł.

Aby znaleźć się na liście należy zgłosić mailem swoje uczestnictwo, podając nr telefonu kontaktowego ([melesb@wp.pl](mailto:melesb@wp.pl) lub [gaka@op.pl](mailto:gaka@op.pl)) i wpłacić zaliczkę w wysokości 450 zł na konto Iwony Grzesickiej

**ING BANK ŚLĄSKI 20 1050 1096 1000 0022 5734 9742**

**Iwona Grzesicka**

**ul Hoża 6**

**43 - 382 Bielsko – Biała**

**Z tytułem wpłaty „Zaliczka na wczasy lipcowe”**

**WAŻNE!!! Zaliczka nie podlega zwrotowi (wpłacamy ją w ośrodku na poczet wczasów).**

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY WAS DO WSPÓLNEJ ZABAWY, POZNAWANIA SIEBIE, DOŚWIADCZANIA CUDU ŻYCIA!**

Maria Kerth, Iwona Grzesicka, Monika Borchulska