



Save the date
04/11/21

נקודות המפגש בין הגוף לנפש ככלי טיפולי
העשרה מקצועית לנשים המלוות נשים במרחבי
הגוף והנפש

חיבורים

הרפואה בשנים האחרונות הולכת יותר ויותר לכיוון של התמחות, הן ברפואה הקונבנציונלית והן בטיפול רגשי.

רבים מהרופאים והמטפלים בוחרים להתמחות בנישה טיפולית מסוימת ורבים מהמטופלים מחפשים מישהו מומחה שיטפל בבעיה הספציפית שלהם.

יש בזה יתרונות רבים, לקחת נושא מסוים ולהעמיק בו, להתמחות בו, אבל יש לזה גם מחיר: כשאנחנו עסוקים בפרטים הקטנים אנחנו יכולים לפספס את התמונה הגדולה.



אנחנו, בני האדם, מכונה אורגנית מופלאה המורכבת מהמון פרטים, כשאנחנו מתמקדים בפרט אחד יכול להיות שנפספס אותו בהקשרים אחרים (קצת כמו לסדר צד אחד של קובייה הונגרית ולעשות בלאגן בשאר צדדים).

למשל כאב גב יכול להעיד על בעיה מאוד ספציפית בחוליות או במערכת העצבים אבל אם אני מרחיבה את ההתבוננות שלי אני יכולה לגלות את המקור העמוק של הבעיה. כמה האישה מסכימה לשאת עומס, מה קורה במערכות היחסים שלה, מהם גבולות הגזרה שלה



ריפוי מבחינתי הוא איזון,
שחרור מסבל של כל חלקי המערכת (פיזי, רגשי
ומנטלי).

הקורס יפתח לך דרך הסתכלות חדשה, כמו
ממעוף של ציפור.

התרחקות כדי לראות את התמונה הגדולה,
את הפאזל בשלמותו, את הקשרים שמחברים את
הדברים.

משם תגיע הבנה עמוקה.

ראיה רחבה, מיקוד ודיוק

שיעניקו לך כלים מיטיבים לטיפול וריפוי

הנושאים בהם נעמיק בקורס:

1. הגוף, המערכות שלו, התקשורת הפנימית שלו.
2. מרכיבי הנפש והקשרים ביניהם לבין מערכות הגוף.
3. תפקיד הנשימה בחיבור של גוף/נפש.
4. המיינד – שייך לגוף או לנפש?
5. היסודות האנרגטיים (אדמה, מים, אש, אוויר) והקשר ביניהם לגוף/נפש (הצ'אקרות).
6. חיבורים בין הפנים לחוץ, הזכרי לנקבי, המצוי לרצוי, ראש ללב, עבר להווה.
7. ריפוי – לחבק את הכאב בשתי כנפיים (מיינדפולנס והרטפולנס).



אנחנו צועדים לכיוון רפואה
שמטרתה להשיג בריאות כפי
שהוגדרה בארגון הבריאות העולמית:

"מצב של רווחה גופנית, נפשית, רוחנית וחברתית ולא רק היעדר מחלה או חולי." (ד"ר נאדיר בוטו הקוד האנושי)

מחקרים חדשים בתחום הביו פסיכולוגיה (the body&mind connection) מראים שאין הפרדה כלל בין הגוף והנפש, בשל רשת תקשורת שקיימת בין המוח למערכת העצבים, למערכת האנדוקרינית ולמערכת החיסון.

היום המדע כבר יודע, הגוף והנפש אינן ישויות נפרדות כמו שנהוג היה לחשוב. תהליכים כימיים וביולוגיים בגוף משפיעים על התחושות, הרגשות ואפילו המחשבות והאמונות שלנו. המערכת ההורמונלית, המערכת העצבית קשורות למערכת החיסון והן משפיעות על המצב המנטלי שלנו: על מתח, חרדה, דאגה ועל המצב הבריאותי שלנו: מערכת חיסונית חלשה ואף יצירת מחלות כרוניות או אחרות.

למי הקורס הזה מתאים?

1. לנשים מודעות המעוניינות להעמיק את הידע שלהן בחיבור בין גוף נשימה תודעה כדי להתפתח, לתקן ולצמוח בכל תחומי החיים
2. למורות ליוגה וליוגה תרפיה (מדיסציפלינות שונות) שרוצות להרחיב את הכלי הטיפולי שלהן לאזורי הנפש והרגש.
3. למטפלות רגשיות שרוצות להרחיב את הכלי הטיפולי שלהן לחיבור לגוף
4. למטפלות גוף נפש שרוצות להעמיק את החיבור שלהן למטופלות ולקבל עוד כלים טיפוליים.
5. למאמנות אישיות ומנחות קבוצות שרוצות להעמיק את הידע שלהן בחיבור של גוף ונפש

מה הקורס הזה ייתן לך?

1. חיבור לאינטואיציה הפנימית שלך כמטפלת
2. ראייה רחבה על המטופלת שלך: מיהי ומה הצרכים שלה
3. ידע נרחב ועמוק על החיבור של גוף נפש על מנת להעניק את הטיפול הנכון והמדויק למטופלות שלך
4. כלים טיפוליים נוספים שיהפכו אותך למטפלת טובה יותר



אז קצת עלי...
שלום לך,
שמי הילה פיאלקוב,
חוקרת חיבורים בין גוף, נשימה, תודעה.
מטפלת רגשית, מתרגלת, מורה, מטפלת
בתחום היוגה הנשית.
היוגה עבורי היא דרך בה התחלתי
לצעוד לפני 20 שנה בצעדים קטנים
ומהוססים שהלכו והפכו לברורים
ובטוחים יותר עם השנים.
את מכירה את הרגע הזה ששואלים
אותך משהו על חייך? שאלה שמצריכה
עצירה והתבוננות לאחור ואת פתאום
מבינה איזה דרך עשית?
אז ככה:



הגעתי ליוגה אישה שבורה בת 30 עם דיכאון אחרי לידה ורצון שהכל ייגמר.
אני לא מאותן מורות שתמיד עסקו בתרבות הגוף וגם לא מאלה שהיו מחוברות לעצמן עוד מרחם אימן.
הייתי אישה רגילה שרצתה להיות מאושרת ולא ידעה איך.

אישה שעשתה את המסלול הרגיל של לימודים/צבא/חתונה/ילדים מתוך מחשבה שאי שם בסוף המסלול מחכה האושר.
רק אסיים את... רק אתקדם ב... רק אמצא את.. והנה עשיתי הכל לפי הספר והשמחה והאושר רק הלכו והתרחקו.
הסיפור האישי שלי עם היוגה הוא סיפור של ריפוי: היוגה חיזקה אותי, פיזית ונפשית, הדיכאון חלף, מטרות חדשות צצו, ותחושת
חיות מחודשת החלה לתפוס יותר ויותר מקום במערכות היחסים שלי עם עצמי ועם הסביבה.
אחת המטרות שלי הייתה להעמיק את הלימוד.

חקרתי בסקרנות את ההקשרים העמוקים בין גוף, נפש, נשימה, תודעה. העשרתי את ארגז הכלים שלי בידע מעולם היוגה,
היוגה הנשית, מיינדפולנס, הארטפולנס, חשיבה הכרתית, עוצמת הרכות ועולמות טיפוליים אחרים שמתמחים בנשים, אבל אף
שיטה לא נתנה מענה מלא ושלם.

ליקטתי פיסות טלאים מכל מני נשים חכמות, מכל מני שיטות עתיקות וחדשות. תפרתי הכל יחד ונוצרה שמיכת טלאים יפיפייה.

צפיתי בהשתאות בשינויים שהמטופלות שלי עברו: אישה חולת סרטן, הבריאה מהמחלה וגם שיקמה את מערכת היחסים שלה
עם בן הזוג שלה. אישה עם בעיות חרדה עשתה שינוי תעסוקתי ומצאה לעצמה עולם תוכן חדש וממלא. אישה עם בעיות
פוריות, נכנסה להריון וגילתה את אמא שלה מחדש.

הבנתי שהמפתח לריפוי נמצא בחיבורים שם מתרחש הקסם.

את הידע שצברתי אני רוצה לחלוק גם איתך,

כך שגם את, תוכלי במסגרת התחום בו את מתמחה, להעצים את הריפוי של נשים שפונות אלייך לעזרה.

להלן הפרטים הטכניים:
לשאלות, תהיות ופרטים נוספים מוזמנת להתקשר אלי
052-3748857

כל מפגש בן 4 שעות 09:00-13:00

השתלמות בת 12 מפגשים
בימי חמישי בבוקר החל מה- 4/11/21

מיקום: סטודיו יוגמי בכפר יונה

קבוצה קטנה ואינטימית

מחיר – 2400 ש"ח

לנרשמות עד סוף ספטמבר 10% הנחה

יש להעביר דמי רישום בסך 400 ₪ בזמן ההרשמה.
את שאר התשלום ניתן לחלק ל4 תשלומים נוספים.

דמי הרישום לא יוחזרו במקרה של ביטול

לכל מפגש 3 חלקים

חלק מעשי – תרגול גופני מעולם היוגה
שמתכתב עם הנושא

חלק עיוני - הרצאה/שיח בנושא

חלק חוויתי – איך הופכים את זה לריפוי.

