

Método Essaya

Segredos da Co-criação consciente



O Método Essaya tem como propósito levar a cada um, o conhecimento necessário à cura integral do seu ser. Conhecendo a sua multidimensionalidade, cada um tem a oportunidade de decidir escolher ter, ser e fazer o que ama, pois ser saudável e feliz é um percurso acessível a quem assim o decide. O caminho a percorrer até este estágio, está na tomada de consciência da situação do momento presente e quão distante se encontra do desejado.

A Metodologia Essaya propõe a conjugação de um conjunto de práticas terapêuticas complementares em conformidade com a necessidade de cada um, que uma vez integradas nos conduzem à nossa essência e consequente cura .

Metodologias como o Coaching, PNL, Meditação Regressiva, Cura Prânica e Time Line Therapy, fazem parte integrante deste workshop. Ao conhecermos o todo que compõe o nosso ser, assumimos a responsabilidade de decidir o estilo de vida que queremos ter nesta breve passagem, em concordância com a nossa alma.

Quando percebemos paradigmas e propósitos que não são nossos e que não nos servem, chegamos ao início do nosso processo de cura, pois é nesse momento que estamos em plena capacidade de tomar a decisão de os libertarmos.

É assim que cada um encontrará o destino ... que desejar!

Ana Cristina Martins

Onde?

Alcobaça

Quando?

29 de Março – 19:30h -Receção, jantar e alojamento

30 de Março – 7.00h – atividade ao ar livre ,formação

31 de Março – 7.00h – atividade ao ar livre, formação

Trage: Muito confortável.

Afinal vai conhecer a pessoa mais importante da sua vida...

Você!!

Método Essaya

Programa Encontro-Me

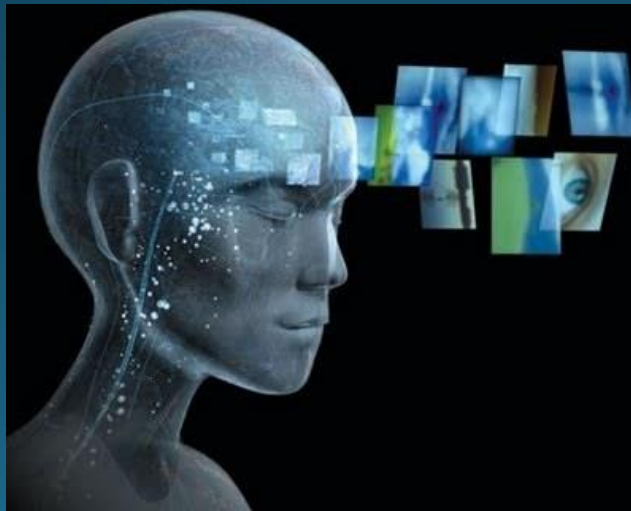
Ações meditativas



Atividades ao ar livre



Formação



Programa Método Essaya

Dia 1

- ☐ 19.30h Receção & Check in
- ☐ 20.30h Jantar
- ☐ 22.00h Ação meditativa

e...

Uma Santa Noite!

Dia 2

- ☐ 07.00h Caminhada Meditativa
- ☐ 8.00h Pequeno almoço
- ☐ 9.30h / 13.00 Formação
- ☐ 13.00h Almoço
- ☐ 14.00h Atividade ao ar livre (surpresa)
- ☐ 16.00h / 19.30h Formação
- ☐ 20.30h Jantar
- ☐ 22.00h Meditação

e....

Uma Santa Noite!

Dia 3

- ☐ 7.00h Atividade na natureza (surpresa)
- ☐ 10.00h / 13.00h Formação
- ☐ 13.00h Almoço
- ☐ 14.00h / 17.00h Formação com Entrega diplomas
- ☐ 17.15h Lanche Especialidades do convento

e...

Uma Excelente Viagem

Conteúdos Programáticos

Dia 1

- 19:30h – Receção formandos
- 20:30 – Jantar de boas vindas
- 22:00h – Ação meditativa
(noturna ao ar livre)



Conteúdos Programáticos

Dia 2



- Superbrain Yoga
- O que sou eu?
- Campo e corpos quânticos
- Leis Universais da Criação vs Vibração
- Consciente vs Subconsciente
- SAR – Sistema de Ativação Reticular
- Mudança de Hábitos & Crenças
- Exercícios práticos
- Meditação regressiva
(ancoramento de conhecimentos)

Conteúdos Programáticos

Dia 3

A Vida e a Mente/Corpo são processos sistémicos. Os sistemas são auto-organizadores e procuram naturalmente estados de equilíbrio e estabilidade

- Super Brain Yoga
- Desaprender a ser EU
- Gestão da multidimensionalidade
- Construir um NOVO EU
- Sonhos / Metas / Objetivos & Planos
- Gestão da Cocriação Consciente
- Os Segredos da Vibração
- Meditação Final
- Entrega Diplomas

Criei este programa especialmente para si, que se encontra em auto- descoberta.

Decidir conhecer a sua melhor versão e escolher viver a partir dela, é uma experiência única, que abre portas que estiveram desde sempre fechadas e que a partir de agora se abrirão... para sempre!

Neste programa abraçará uma experiência única em que uma nova visão da sua vida será uma constante, desde o início até....onde tiver a coragem de chegar!

A. Cristina Martins