

CZEŚĆ

Jestem Michał



Jestem pasjonatem rozwoju osobistego i praktyki uważności. Moja życiowa droga prowadziła mnie przez wiele wyzwań i traumatycznych przeżyć, ale dzięki wieloletniej terapii oraz pracy nad sobą nabyłem nie tylko umiejętności, ale przede wszystkim zdobyłem narzędzia pozwalające na wgląd w ludzką psychikę.

Moje doświadczenia, w terapii mikro dozowania psylocybiny, jak i udział w ceremonii ayahuaski w holenderskim ośrodku terapeutycznym OM Mij, otworzyły przede mną nowe horyzonty i pomogły zrozumieć mi głębsze warstwy mojego umysłu. Dzięki temu mogę teraz dzielić się swoją wiedzą i doświadczeniem, pomagając innym na ich własnej drodze rozwoju.

Moje warsztaty wyróżniają się holistycznym podejściem, które uwzględnia różne aspekty życia, stawiam na prostotę i dostępność praktyk uważności na co dzień. Moim celem jest inspirować innych do głębszego zrozumienia siebie, radzenia sobie ze stresem i budowania zdrowszych nawyków życiowych.

Zapraszam Cię do odkrywania potencjału swojego umysłu, do przewycięzania trudności życiowych i do tworzenia pozytywnych zmian w swoim życiu poprzez moje warsztaty z rozwoju osobistego oraz praktyki uważności. Razem możemy podążać w kierunku pełniejszego i bardziej satysfakcjonującego życia.



OFFLINE

WARSZTATY

PRAKTYKA UWAŻNOŚCI

PRAKTYKA UWAŻNOŚCI TO MEDYTACYJNA TECHNIKA, KTÓRA POMAGA W POPRAWIENIU KONCENTRACJI, A TAKŻE W ZWIĘKSZENIU SAMOŚWIADOMOŚCI.

NA MOICH WARSZTATACH NAUCZYSZ SIĘ, JAK BYĆ BARDZIEJ OBECNYM W CODZIENNYM ŻYCIU, RADZIĆ SOBIE Z NEGATYWNYMI MYŚLAMI I UCZUCIAMI, ORAZ ZNALEŻĆ SPOKÓJ W PĘDZĄCYM ŚWIECIE.

ROZWÓJ OSOBISTY

ROZWÓJ TO PROCES CIĄGŁY. NAUCZ SIĘ OKREŚLAĆ CELE I KROKI, KTÓRE POMOGĄ CI OSIĄGNĄĆ SUKCES W RÓŻNYCH OBSZARACH ŻYCIA.

STWÓRZ PLAN DZIAŁANIA I ZACZNIJ REALIZOWAĆ SWOJE MARZENIA.



WARSZTATY Z ROZWOJU OSOBISTEGO POZWALAJĄ UCZESTNIKOM:

GŁĘBIEJ POZNAĆ SIEBIE I SWOJE CELE ŻYCIOWE.

ROZWINĄĆ UMIEJĘTNOŚCI RADZENIA SOBIE ZE STRESEM
I WYZWANIAMİ ŻYCIOWYMI.

OSIĄGNAĆ WYŻSZY POZIOM ŚWIADOMOŚCI I SAMOŚWIADOMOŚCI.

ROZWINĄĆ ZDROWE NAWYKI I WPROWADZIĆ POZYTYWNE ZMIANY
W ŻYCIU.



CENNIK WARSZTATÓW:

"ROZWÓJ OSOBISTY"

KONSULTACJE (1 GODZINA):

CENA: 200 ZŁ NETTO

WARSZTATY Z "PRAKTYKI UWAŻNOŚCI"

TO WARSZTATY, NA KTÓRYCH SKUPIAMY SIĘ NA DAŻENIU DO HARMONII WEWNĘTRZNEJ I ZWIĘKSZANIU SWOJEJ ŚWIADOMOŚCI POPRZEZ TECHNIKI MEDYTACJI I UWAŻNOŚCI, KTÓRE CZERPIĄ INSPIRACJE Z RÓŻNYCH ŹRÓDEŁ, W TYM INSPIRACJE OD DR JOE DISPENZY.

CO OFERUJE:

W RAMACH NASZYCH WARSZTATÓW Z PRAKTYKI UWAŻNOŚCI UCZESTNICY:

 DOSKONALĄ UMIEJĘTNOŚĆ KONCENTRACJI I OBECNOŚCI W TERAŻNIEJSZYM MOMENCIE.

 ZNAJDUJĄ SPOKÓJ WEWNĘTRZNY I RADZĄ SOBIE ZE STRESEM.

 WZMACNIAJĄ SWOJĄ ZDOLNOŚĆ DO ZARZĄDZANIA EMOCJAMI.

 ROZWIJAJĄ UMIEJĘTNOŚĆ WPROWADZANIA POZYTYWNYCH ZMIAN W SWOIM ŻYCIU POPRZEZ GŁĘBSZĄ SAMOŚWIADOMOŚĆ.

KONSULTACJE INDYWIDUALNE W ZAKRESIE PRAKTYKI UWAŻNOŚCI (1 GODZINA):

CENA: 180 ZŁ NETTO
PRYWATNA SESJA Z PROWADZĄCYM, DOSTOSOWANA DO TWOICH POTRZEB W OBSZARZE UWAŻNOŚCI.



OFFLINE



KONTAKT/ZAPISY

E-MAIL

offlinelublin@gmail.com

SOCIAL MEDIA

[@offline_lubin](#)

TELEFON

+48 539 642 773

"Odkryj Siebie. Realizuj Marzenia. Transformuj Życie!"

OFFLINE

