

КОНСУЛТАТИВЕН ЦЕНТЪР ЗА
ХАРМОНИЧНО ЗДРАВЕ

ХЕЛА

ВИ ПОЖЕЛАВА
ВЕСЕЛО ПОСРЕЩАНЕ
НА КОЛЕДНИТЕ И НОВОГОДИШНИ
ПРАЗНИЦИ



12/2015
МЕСЕЧЕН БЮЛЕТИН

Уважаеми родители, свидетели сме на еволюционен процес и е прекрасно да бъдем горди и щастливи с децата си, да отхвърлим старите и ненужни модели на мислене и поведение, да уважаваме себе си и другите и да създадем максимално добри условия за живот на нашите деца.

ИЗБРАНИ ХАРАКТЕРИСТИКИ НА СЪВРЕМЕННИТЕ ДЕЦА

- Притежават вътрешно знание за истините в живота.
- Не могат да бъдат накарани да извършат нещо, в което не вярват.
- Не позволяват да бъдат ограничавани с отживели идеали и догми.
- Не се оставят да ги ръководят хора, чиито етически възгледи се отличават от техните; дори натискът на обществото не може да ги принуди да им се подчинят.
- Жадни са за знания, **НО НЕ ГО ЛИ РАЗБИРАМ, НЕ МЕ ИНТЕРЕСУВА.**
- Агресивните възпитателни подходи и наказанията не постигат трайни резултати.



- Те са честни, искрени и независими. Добре е да получават такъв пример и от околните. Те прекрасно знаят кога ги лъжат и в резултат на това се отдръпват и повече не проявяват **НИКАКВО** доверие.

• **РЕАГИРАТ ИНТУИТИВНО НА ВЪЗНИКВАЩИТЕ В СЕМЕЙСТВОТО СИТУАЦИИ, ТЪЙ КАТО ИСКАТ ДА БЪДАТ РАВНОСТОЙНА ЧАСТ ОТ СЕМЕЙСТВОТО, ДОРИ КОГАТО СА НА 4 ИЛИ 5 ГОДИНИ.** Подхождате ли с уважение към детето, то ще се успокои.

- Петте им сетива – очи, уши, обоняние, слух, допир са твърде чувствителни и поради това лесно се превъзбуждат и изтощават.

- Те общуват без проблем с животните, с другите деца и с природата като цяло.
- Най-подходяща за тях е непреработената и растителна храна. Не ги тъпчете с консерванти, стабилизатори, емулгатори, които се съдържат в пакетираните храни и напитки. Постепенно изграждайте правилните модели за хранене, като разбира се, давайте личен пример. Не можете да им наложите нещо, в което вие самите не сте убедени или не правите.

**ОЧАКВАЙТЕ
НОВИТЕ ПРОГРАМИ,
МОДУЛИ И КУРСОВЕ
НА
ЦЕНТЪР "ХЕЛА"
ЗА 2016г.**

**ИМА С КАКВО
ДА ВИ ИЗНЕНАДАМЕ!**

ИЗБРАНИ ХАРАКТЕРИСТИКИ НА СЪВРЕМЕННИТЕ ДЕЦА



- Можете да ги заварите да си контактуват с „невидими“ приятели. Не го превръщайте в драма и не ги превръщайте в атракция за околните. Отнесете се към това мъдро и зряло.
- Не придават прекалено голямо значение на предметите, а ценят съдържанието им.
- Те не гледат на играта, възпитанието, отношенията между хората като на отделни неща. За тях всички тези аспекти на живота се допълват взаимно и представляват цялостно изживяване.
- Ако родителите и всички възрастни около тях не им позволят да действат според убежденията си, предизвикват сериозна съпротива у тях.
- Те са много любознателни и не желаят, нито пък се задоволяват с дежурни отговори. Отговорите трябва да им създадат усещането за истинност.
- Притежават изострено чувство за справедливост.

- Много често ги смятат за твърдоглави, упорити и трудни, но ако към тях се отнасяме с разбиране, те ще си изградят нормално самочувствие и ще се интегрират в средата си.
- Когато си изградят нормална самооценка и им се доверим, те стават уверени в себе си, дисциплинирани, с голям организаторски талант и способност за планиране.
- Притежават способността да влияят на другите и да ги вдъхновяват.
- Когато не зачитаме истинската им природа, те развиват негативните черти от характера си и така обременяват още повече семейството си и околните, стават агресивни и се бунтуват.
- Те притежават дарбата да казват правилното нещо в подходящия момент, независимо дали това се харесва на околните.
- Отсъствие на страх по отношение на себе си.
- Съвременните деца навлизат в пубертета значително по-рано и обикновено това при тях се случва преди да са станали на 10 години.

Понякога, в забързания си живот, забелязваме децата си само тогава, когато се държат лошо. Ние винаги сме там, за да им направим забележка, когато не слушат, допускат грешки, получават слаби оценки, вдигат силен шум. Но често забравяме, че доброто поведение също трябва да бъде отчитано. Не трябва просто да ги хвалим, а да оценяваме конструктивните им качества и уменията им да бъдат самите себе си.

Нека си признаем, че всички имаме своите добри и лоши дни. Никой не е идеален и не трябва да очакваме това както от себе си, така и от децата си.



С готовност ще приемем партньорство с Вас по всички въпроси, касаещи отглеждането, възпитанието и здравето на Вашето дете.

НОВИ ЗАКАЧКИ

Отговор на въпроса от предишния брой:

Кои са най-важните добавки при вирусни заболявания?

За сезона на вирусните инфекции е добре да имате в аптеките си:

- > Pau d'Arco (Кора от мравчено дърво)
- > Рибено масло
- > Капсули чесново масло
- > Витамин С
- > Витамин D3
- > Цинк
- > Етерично масло от чаено дърво (за ароматерапия)

Декември е месецът, в който е добре да преосмислим изминалата година, да се освободим от емоционалните си товари, да продължим напред с нов ентусиазъм и с извлечена поука от грешките си.

1. Кой е цветът на срещите и освобождаването на преградите и ограниченията?

Оранжевият цвят - способността да бъдеш свободен, да изследваш; цветът на срещите и събиранията, разрушава преградите и освобождава. Гордите и амбициозни хора излъчват оранжево.

2. Коя е есенцията за освобождаване от остарели мисловни нагласи?

Австралийската цветна есенция, която ни освобождава от остарелите мисловни нагласи и ни помага да продължим напред е Voab.



Коя е есенцията, която ще ни помогне да не повтаряме грешките си?



Отговорът ще намерите в следващия ни бюлетин.

ГОДИШНИ МОДУЛИ В ЦЕНТЪР „ХЕЛА“

СЕЗОН 2015/2016

МОДУЛ „ФИЛОСОФИЯ НА ЗДРАВЕТО“

1. Многомерна човешка анатомия. Как сме устроени - видимото и невидимото в нас.
2. Физическо ниво - основните показатели за здраве. Четирите причини за възникването на болестите и можем ли да ги контролираме.
3. Как да определим нашия конституционален тип и индивидуалните ни особености чрез системата на аюрведа и астрологията.
4. Съобразяване с природните цикли – денонощни, сезонни, годишни.
5. Превенция – значение, изготвяне на индивидуален дневен режим, определяне на типовете полезни за всеки човек храни, подправки, билки и спорт.
6. Системата на ендокринните ни жлези.
7. Сърцето.
8. Сетивните ни органи.
9. Пранично ниво - системата на чакрите, енергийни меридиани. Как работи енергийната система чрез методи за повлияване на болката (су-джок).
10. Астрално ниво - есенции за самоизцеление.
11. Ароматерапия.
12. Клетъчно хранене - биологично-активни добавки, микроелементи.
13. Начини за приготвяне на храната - практическо занятие.

МОДУЛ „ДЕТСКО ЗДРАВЕ“

1. Различното - детето не е малък възрастен.
2. Навици - хранене, закаляване.
3. Химия или енергия - кога какво да приложим.
4. Най-честите детски заболявания и как да ги профилактираме.
5. Възпитание - как да подходим, какво означава, къде бъркаме? Защо възпитаваме консуматори и егоисти?
6. Духовни насоки в детското развитие.
7. Творческият процес - какво дава на детето и как да се научим да го разбираме.
8. Астрологията в помощ на детето - възпитание, заложи, характер.
9. Неудобните въпроси - как да им отговорим?
10. Страхове в детска възраст.
11. Как да подпомогнем концентрацията и уменията за учене?
12. Австралийски цветни есенции, подходящи в детска възраст.

МОДУЛ „ЕМОЦИОНАЛНО ЗДРАВЕ“

1. Победете тъгата.
2. Конкретни есенции, цветове, методи, които могат да ни помогнат да променим неправилни мисловни нагласи, да се освободим от емоционални товари, да премахнем блокажите си.
3. Методи за релаксация, визуализация, съхраняване на енергията.
4. Техники за редуциране на стреса: ТЕС, творчество, природа, есенции.
5. Енергийни техники и методи за центриране и осъзнаване.
6. Психоматика - езикът на тялото.

МОДУЛ „ДЕТОКСИКАЦИЯ“

1. Токсини – определение, къде се отлагат, как се обезвреждат. Петте детоксикационни системи.
 2. Черен дроб.
 3. Бял дроб.
 4. Храносмилателна система.
 5. Бъбреци.
 6. Кожа.
- За всеки един орган ще бъде разгледано: как функционират от холистична гледна точка, връзката им с другите органи и системи, както и с емоциите и умствените ни нагласи; тестове за определяне нивото им на здраве; микроелементи, храни, цветове, аромати и т.н., които ги подкрепят; как да ги детоксикираме.
7. Видове детоксикации.

МОДУЛ „РАЖДАНЕТО НА СОБСТВЕНИЯ НИ ДУХОВЕН ЖИВОТ: ТАТ ТВАМ АСИ (ТИ СИ ТОВА)“

1. Цялостната личност - какво е това.
2. Личният мит - как да го открием.
3. Смисълът на странстването ни.
4. Символите, говорещи непосредствено на душата.
5. Източна философия.
6. Древногръцка философия.
7. Религия и обреди. Какво означава да си вярващ.
8. Философски учения от древността до наши дни.
9. Силата на звука, мантри, песнопения.
10. Силата на цветовете, мандалата.
11. Идеите за космическия цикъл.
12. Развитие на душата и съзнанието.
13. Пътят към мъдростта.

За повече информация относно обучителните модули, електронния бюлетин, съботно-неделните курсове и др. следете сайта на център Хела.

<http://hela-bg.net>

<http://www.helashop-bg.net/>

МАГАЗИН ЗА ПРИРОДОЛЕЧЕНИЕ, КНИГИ, СТАТИИ И СЪВЕТИ

ГР. СОФИЯ, КВ. РЕДУТА, УЛ. „БЛАГА ДИМИТРОВА“ №16
ТЕЛ.: 02/418 36 05 или + 359 898/ 344 916

SKYPE: centur_hela TWITTER: CentyrHela
FACEBOOK: Консултативен център „ХЕЛА“

ХЕЛА

КОНСУЛТАТИВЕН ЦЕНТЪР ЗА
ХАРМОНИЧНО ЗДРАВЕ

