

„Hier ist mein Geheimnis. Ein ganz einfaches Geheimnis. Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.“

ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY

Zu meiner Person:

- Lidia Glas
- 37 Jahre alt
- Ursprünglich aus Kasachstan – aufgewachsen in Donauwörth



Kursvorschläge:

1. Reiki – mit Lidia Glas (für Frau und Mann geeignet)

Was ist Reiki?

Reiki ist eine sehr alte Entspannungs- und Heilkunst. Wiederentdeckt im Jahr 1930 in Japan. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass jedes Lebewesen aus 99,9999998% Energie besteht.

Rei – Geist, Seele

Ki – Kraft, Lebensenergie

Reiki ist Lebensenergie, die durch sanftes Handauflegen übertragen wird.

Durch Reiki entsteht Tiefenentspannung, diese verstärkt die ureigenen Selbstheilungskräfte.

Die „Gesundung“ wird auf eine sanfte Art und Weise unterstützt.

Durch Reiki kannst du deinen Körper, Geist und Seele sanft in die Balance bringen. Deine Energieblockaden lösen. Dein Immunsystem stärken.

Ich sehe Reiki als Ergänzung und Unterstützung der modernen Medizin für Mensch und Tier. Die Energiearbeit mit Reiki ist ein alternativer Weg, der zusätzlich zu der modernen Medizin dient.

Ich möchte das Altvergessene und das Moderne miteinander kombinieren, damit alle davon profitieren. Unter anderem wird Reiki auch in z.B. Mutter-Kind-Kuren, oder Reha-Kliniken eingesetzt.

Dauer des Kurses ca. 60 – 75 Min, für ca. 10 – 15 Personen

2. Thema – Weiblichkeit (mentale, körperliche, seelische Gesundheit)

Mein Herzenthema sind die Frauen, der Austausch miteinander ist immer sehr wertvoll, vorallem in verschiedenen Altersstufen.

Das Thema ist sehr vielschichtig und ich würde mich freuen, im Kneipp-Verein-Donauwörth meine Frauen-Kurse, Rituale und Vorträge anzubieten, wie z.B.

- Mutter & Tochter-Ritual/Kurs (von Mädchen zur Frau)
- Für Mädchen ab 10/11 Jahre (Teeniealter) einen Frauenkreis als Austausch
- Schwangere Frauen zu begleiten (Ängste, Sorgen, Fragen erst zu nehmen)
- Gefühl-Gesprächs-Runden – gemeinsam sich bestärken (emotionaler, naher Kontakt)
- Thema Sexualität (in jedem Alter)

Dauer jeweils unterschiedlich, Gespräche ca. 60 Min, Kurse/Rituale ca. 75 Min.