

בריאות המוח, הפנים והרגשות - עיון ותרגול

סילבוס:

- 1. הפנים: המשמעות הפיזית, הרגשית, הפסיכולוגית והרוחנית (2 מפגשים)**
תרגול פנים לשיפור הזרימה האנרגטית-חיונית בפנים, לעור הפנים ולאור וזיו הפנים.
- 2. העיניים: המשמעות הפיזית, הרגשית, הפסיכולוגית והרוחנית (2 מפגשים)**
כמו כן, הקשר בין חלום לעיניים ותפקוד המוח.
תרגול לשיפור הראייה וחדות הראייה, ולסיוע במצבי עייפות וטשטוש הראייה.
- 3. השמיעה: המשמעות הפיזית, הרגשית, הפסיכולוגית והרוחנית**
תרגול לשיפור השמיעה וחדות השמיעה וכן להקשבה.
- 4. מערכת הריח: המשמעות הפיזית, הרגשית, הפסיכולוגית והרוחנית**
תרגול לגילוי התודעה של הריחות.
- 5. הפה והדיבור: המשמעות הפיזית, הרגשית, הפסיכולוגית והרוחנית-יהודית**
(2 מפגשים)

מרצים:



עם ד"ר שלמה שיש, רופא קליני ומומחה ברפואה סינית

והגב' שרה שיש, מרפאית בעיסוק, נציגת הארגון הבינלאומי לתרגילי מוח (Brain Gym)