

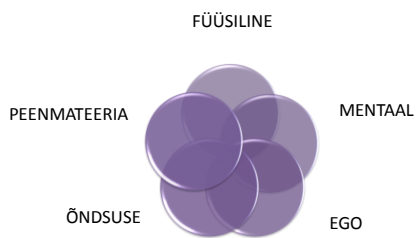
5 KEHA-SFÄÄRI, TEADVUS JA ALATEADVUS

RALF NEEMLAID
WWW.HAGAL.EE

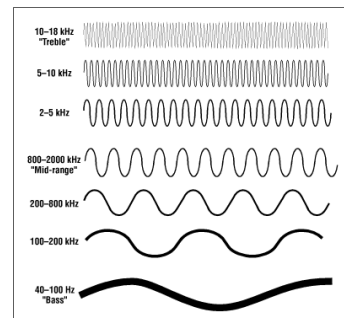
TULEB JUTUKS JA TEGUTSEME

- VÄIKE SIRUTUS, TAOTLUS
- ERINEVAD KEHAD, SFÄÄRID MEIS
- ALATEADVUS–TEADVUS
- MEDITATSIION
- KUIDAS SEE MÕJUTAB MEIE ELU

MEIE KEHAD-SFÄÄRID



VÕNKUMINE



FÜÜSILINE KEHA



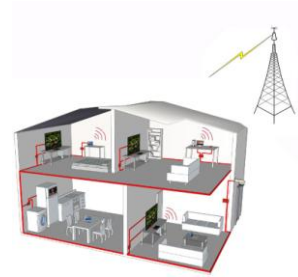
FÜÜSILINE KEHA

- ERALDATUS RUUMIS JA AJAS
- TUNNETUS, ET FÜÜSIS ON KÕIK

FÜÜSILISED HARJUTUSED



PEENMATEERIA KEHA



PEENMATEERIA KEHA

- ÜHENDUS KÕIGEGA
- TUNNETAD SIDET KÕIGE ELAVA JA OLEVAGA
- EESMÄRGIKS TUNNETADA ELU VOOLU

ENERGIAHARJUTUSED, HINGAMINE,



MENTAALKEHA mõtted ,soovid, unistused



MENTAALKEHA



JULGE UNISTADA



JULGE UNISTADA



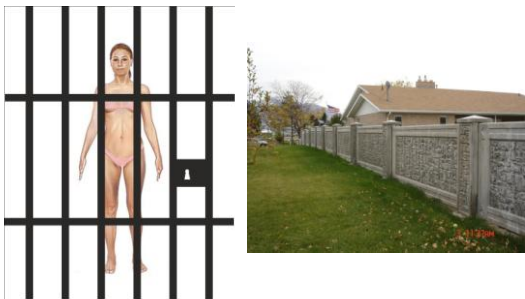
MÕTTED, EMOTSIOONID

- TUNNETAD END MÕTETE, EMOTSIOONIDE, SOOVIDE, UNISTUSTE SUMMANA
- ARENDAMISEKS TEGELE MÕTETE, EMOTSIOONIDE SUUNAMISE JA KONTROLLIGA
- MEDITEERI
- PLANEERI
- MEELE ÜHENDAMINE KOLLEKTIIVSE TEADVUSEGA

MILLIST HUNTI TOIDAD



EGO KEHA



EGO KEHA



AINULAADNE IDENTITEET

- MINA OLEN KÕIGES
- MA EI ÜTLE EI TEISTE ARVAMUSE TÕTTU



VAATENURK ELULE



ÜKSI KÕRGELE EI TÕUSE



SAAN ARENEDA KAASATES TEISI



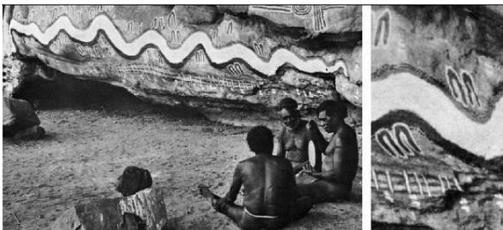
VABANEMINE PIIRANGUTEST



JAH ERIRASSIDELE



JAH ERIKULTUURIDELE



ARENDAMINE

- ÜTLEN JAH ERINEVATELE KULTUURIDELE, RASSIDELE, ELUVORMIDELE
- TUTVUN ERINEVATE RASSIDE, KULTUURIDE SAAVUTUSTEGA
- MEDITATSIOON ENDA JA MAAILMA TEEMADEL

ÕNDSUSE KEHA



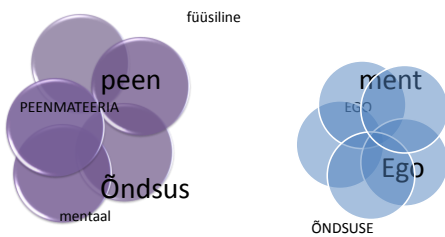
ÜHTE SULAMINE ARMASTUSE JA RÕÕMU KAUDU

- PIKK OLEMINE VAIKUSES – SAMADHI SEISUND.
- TOO ÕNDSUSE VIBRATSIOON OMA TEADVUSSE – TOO KÕIKSUSE SURIN IGAPÄEVA TOIMETUSTESSE
- ALFA TASANDI MEDITATSIOON

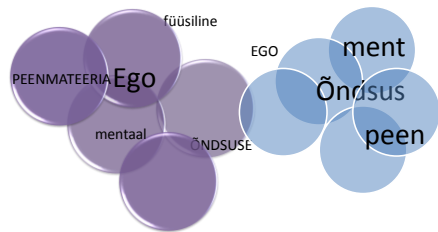
TUNNETUS, ET KANNAME ÜHTE IDENTITEETI

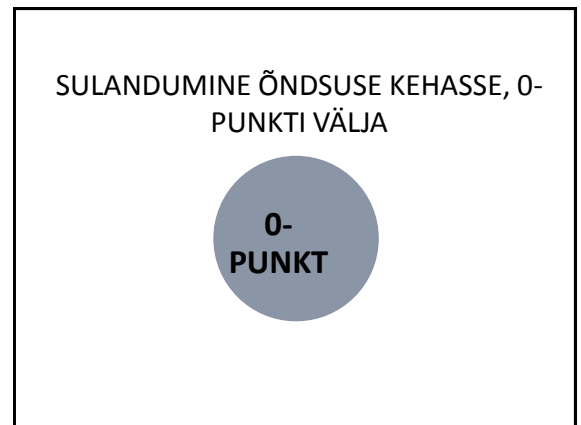
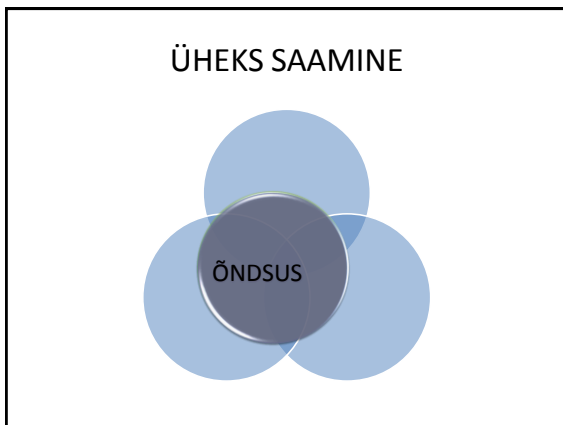
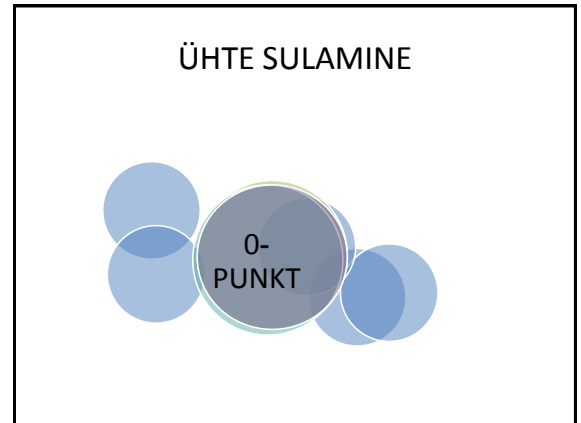
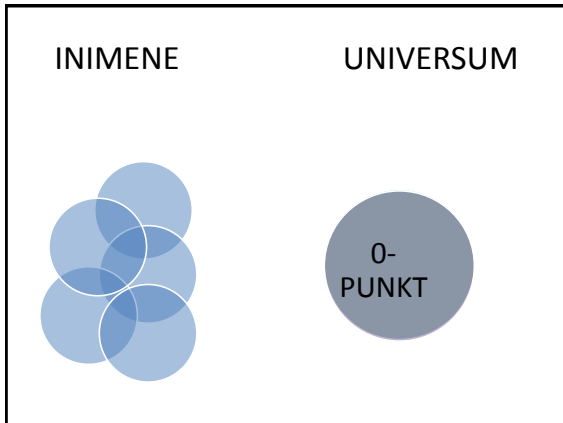
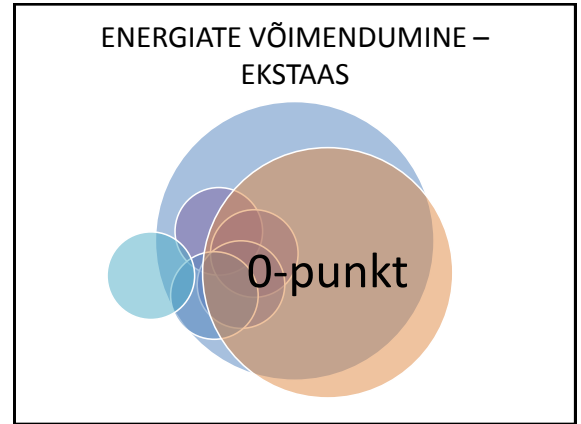
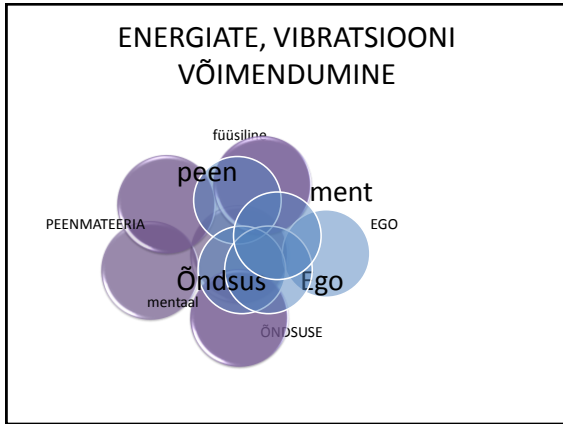


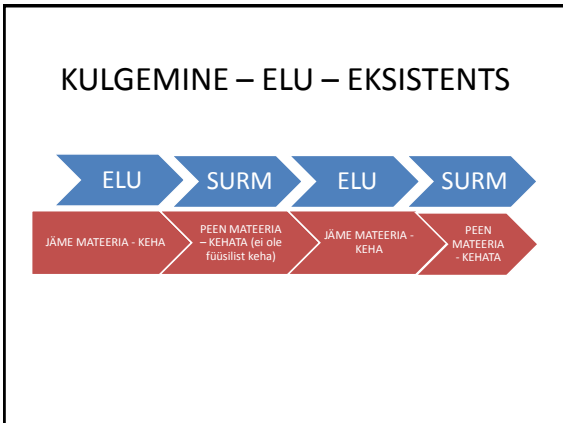
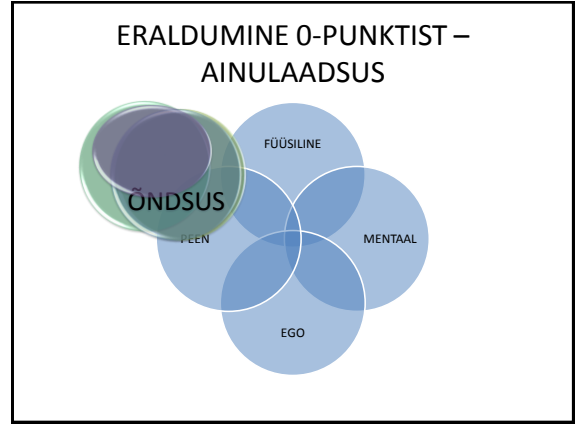
MEIE KEHAD-SFÄÄRID



TÕMME







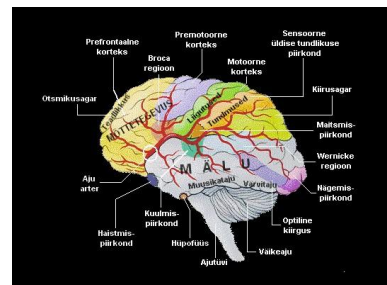
- HIRM – EKSA MIL KÕIK MEELEST



HIRM-STRESS



STRESS



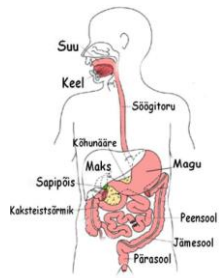
TEADVUS

- MÕTLEMINE
- LOOMING

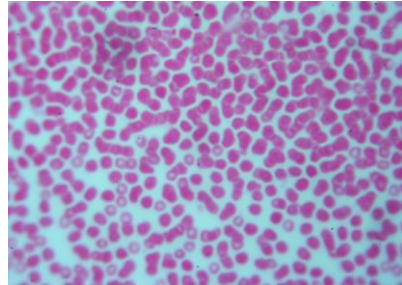
ALATEADVUS

- SOBITAMINE
- ARHIIVIS OTSIMINE

SEEDIMINE



RAKUD



IMMUUNSÜSTEEM, SISEKAITSE



VERI KÄTESSE, JALGADESSE

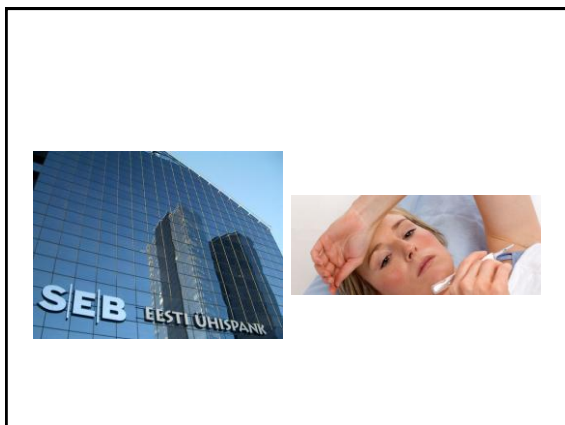
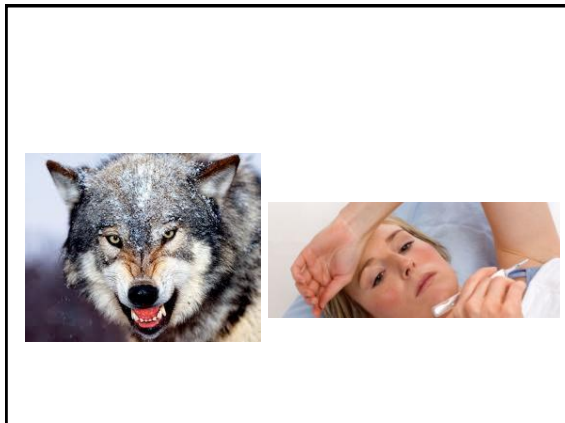
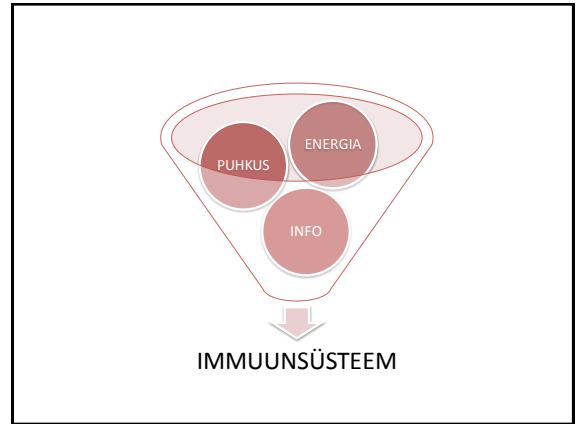
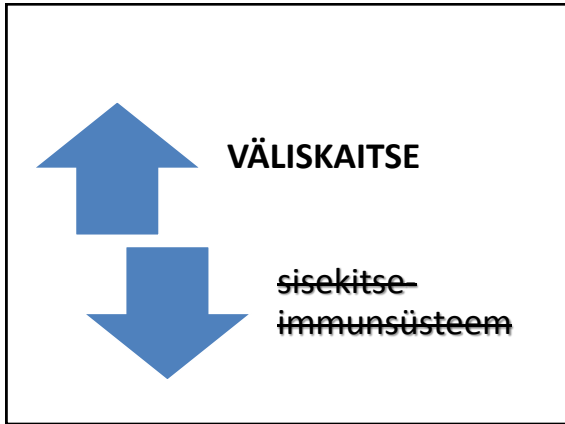


VÕITLE



PÕGENE





LOOMING



CD OTSIMINE

POSITIIVNE
VAATLEJAINSTINKTID JA
KOGEMUS

ÕPPIMINE



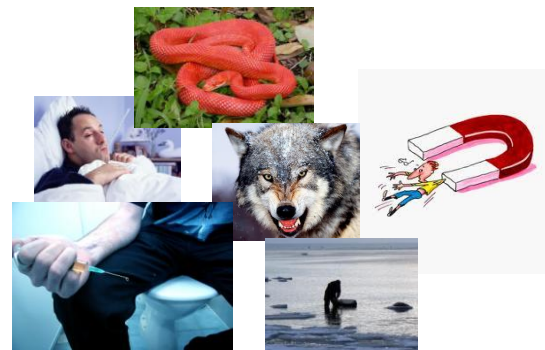
SOBITAMINE

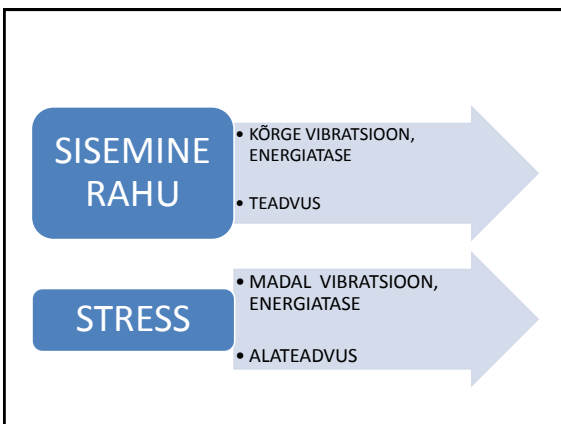
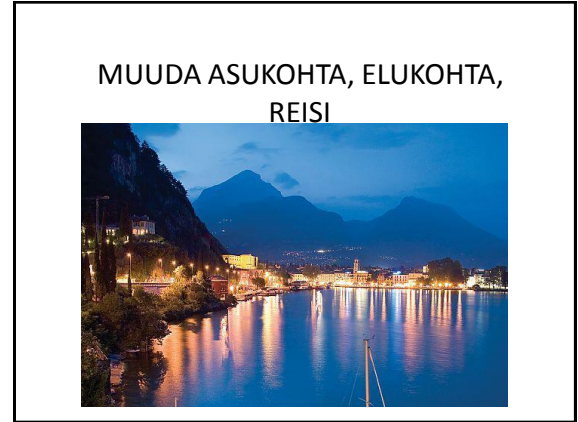


ALATEDVUS – ajast ja arust



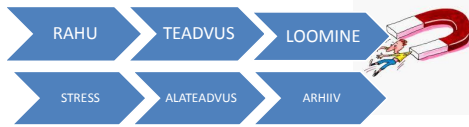
MUUDA SELTSKONDA





- HARMOONIA TEE –
7 SAMMU HARMOONIASSE
- PLANEERI OMA ELU
 - TOITU TERVISLIKULT
 - KORRASTA OMA MÕTLEMINE
 - KULGE SISEMISES RAHUS
 - TÕSTA OMA VIBRATSIIONI, ENERGIATASET
 - LÕÕGASTU, NÄE MUSTREID ELUS
 - JÄLGI ELLUVIIMIST
 - KÄI KOOLITUSTEL, OTSI ABI

2012



SUUR TÄNU PILTIDE EEST
PILDISTAJATELE JA GOOGLILE

HAKKAN TEGUTSEMA TÄNA



• www.hagal.ee

• RALF NEEMLAID