

Everness/INTA sátor program 2024.06.25 - 07.01



Az Integrál Akadémia előadói - Everness 2024

Kedd - Jún 25, 2024

Kedd: 17:00-18:10

Stumpf Zsuzsanna

“Belső Gyermek” gyógyítása elméletben és gyakorlatban - Interaktív előadás

Kapcsolatban élsz magányosan? Gombóc van néha a torkodban, szorongás a mellkasodban? Feszültség, düh a gyomrodban? Megszabadulnál a sémáktól, a transzgenerációs traumáktól? Kell-e, lehet-e egyáltalán ezekkel bármit is kezdeni? Mi is a “Belső Gyermek” valójában? A gyógyulási folyamatok pszichológiai és spirituális megközelítése, közös belső gyermek gondozás és szeretés a gyakorlatban (külső zajtól függően párban vagy vezetett meditációban).

Stumpf Zsuzsanna

Integrál Pszichológia hallgató, személyiség- és szervezetfejlesztő, tréner

Integrál Pszichológia hallgató, személyiség- és szervezetfejlesztő, tréner, párkapcsolati és mentálhigiénés tanácsadó, rendszer - és családállító, pszichodráma-vezető, szociálpszichológia hallgató



Kedd: 18:30-19:55

Hontvári Levente, Móra Zita

Együtt Belül és Kívül - Integrál Flow csoport

Neked szól ez a csoport, ha:

- átadnád magad a flownak, az itt és mostnak
- megfigyelnéd, tudatosítanád a pillanatnyi érzelmi állapotaidat
- szeretnél magadban elmélyülni, miközben lehetőség van egyedül is maradni és másokkal is kapcsolódni, ahogy az a legigazabb.

Olyan flow-, áramlás-élményt szeretnénk átadni, ahol szabadon jön egyik állapot, testtartás, mozgás a másik után. Megjelenhet a szenvedély, életerő, tűzenergia. Bekerülhetsz a teljes önkifejezésbe és kapcsolódásba, folyamatossá válhat az alakulás és átalakulás, miközben jobban megfigyelheted, mint az életben. Ez a flow hozhat neked önkifejezést, ellazulást, örömet, teljesen önmagaddá válást a mélyen kielégítő hitelesség megélésével. Találkozhatsz olyan tartalmaiddal, amivel eddig nem tudtál, akár konkrét vagy projektív tartalommal, vagy konkrét tartalom nélküli átéléssel.

Az Integrál Önismereti Csoportokról

Az integrál önismereti csoportban lehetőség van egy védett közegben megfigyelni önmagad, a működésed, a benned a többiektől függetlenül vagy a többiekkel kapcsolódás közben kialakuló dinamikákat, játszmákat, tudatosítani ezeket és gyakorolni az új, már haszontalanná vált berögződésektől mentes működést. A csoport olyan megengedő, elfogadó, biztonságos közeget teremt számodra mely a való élethez képest megkönnyíti hogy időlegesen leengedd az énedet védő pajzsot, megengedd, hogy az lehessen ami van. Ítélet nélkül, saját magad és társaid általi elfogadásban. Ez önmagában is fontos élmény, amelyre mindannyian vágyunk. Egyúttal lehetővé teszi, hogy ráláss a hétköznapiakban többnyire tudattalanul zajló lelki folyamataidra.

Ezekben a csoportokban az elsődleges fókusz az önmagunkhoz és egymáshoz kapcsolódás, a testérzetek és érzelmek csöndes vagy éppen hangos, többnyire szavak nélküli megélése. A beszéd másodlagos, de fontos szerepe a feldolgozás, tudatosítás. A gyakorlatok többnyire mozgásosak, nem igényelnek előképzettséget.

A módszer háttere az Integrál pszichológia, egy Ken Wilber-től eredő elmélet és gyakorlatrendszer, amely összekapcsolja a nyugati tudományt és a keleti spiritualitást. Egységbe rendezi a nyugati pszichológiai ismereteket és a spirituális hagyományok tudatról szóló tanításait. Célja hogy segítsen a személyiségfejlődésben, hogy minél minél többször tudjál egy kiteljesedettebb, önmagad és másokat szeretettel megtartani képes állapotban lenni.

Hontvári Levente

Integrál önismereti csoportvezető

Már hosszú évek óta jártam egyéni terápiába, amikor a terapeutám javaslatára elmentem az első nonverbális fókuszú önismereti csoportba. A még beszélős nyitókör utáni első pillanat, amikor csöndben kapcsolódtunk egymáshoz, hirtelen egy egészen más, igazabb, mélyebb, emberibb világba vitt. Ez az élmény azóta is elkísér és megjelenik a való világban.

2021-ben elvégeztem az Integrál Akadémiát, mely a leginkább Ken Wilber nevével fémjelzett integrál pszichológiát tanítja, mely egységbe foglalja a nyugati pszichológia és a keleti spirituális utak tapasztalatait.



2023-ban Integrál csoportvezető lettem, miközben ezer óra integrál és bodywork csoport sajátélményt is szereztem. A személyes megélesem, hogy az önismereti csoportok és az egyéni terápia nagyszerűen kiegészíti egymást. A testfókuszú csoportokban - mint az integrál csoportok -, lehetőségem van megélni az önmagamhoz és másokhoz való kapcsolódást. Védett térben megfigyelni az eközben bennem kialakuló dinamikákat, tudatosítani a működésem, és gyakorolni az új, már haszontalan berögződésektől mentes működést.

Szívesen kísérlek abban, hogy biztonságos közegben te is megtapasztalhasd milyen az, amikor az lehet ami van, és a növekedési lehetőséget, amit hoz.

Móra Zita

Integrál önismereti csoportvezető

16 éves korom óta foglalkoztat, hogy mi dolgozunk a Földön. Különböző gyógyító és öngyógyító technikákat tanulmányoztam – Reiki, Arolo, Kineziológia, Recall Healing. Jelenleg az Integrál Akadémia végzős hallgatója vagyok és Gánti Bencénél végeztem az integrál csoportvezetést. 5 év egyéni terápia után látom ennek a segítő szakmának a szépségét. Megéreztem a csoport erejét és szeretném, ha minél több ember ízelítőt kapna ebből.



Kedd: 20:15- 21:55

Nagy Ida Aliz

Légszomj - szorongató múlt - Filmvetítés, integrál átbeszélő kör

Gyere és nézz meg jelen-lét élménnyel egy olyan filmet, ami szól karmáról, önismeretről és egy fontos üzenetről!

A film után körbe ülünk és elmondhatod, milyen hatással volt rád, mi a nézőpontod róla.

Magyar rendező, magyar szereplők és valószínűleg vendégünk lesz a forgatókönyvíró, Pálfai Károly.

Nagy Ida Aliz

Integrál pszichológia szemléletű önismereti mentor, csoportvezető
Én Nagy Ida Alíz vagyok, integrál pszichológia szemléletű önismereti mentor és meditációs, valamint relaxációs módszereket tanítok. Személyes konzultációkon és csoportos önismereti folyamatokkal segítek, hogy az elfojtott érzéseid átalakuljanak.

Támogatni tudlak, hogy igaz légy önmagad számára, azaz kapcsolódni tudj magaddal, az érzéseiddel és ami nehéz, az kikönnyülhessen.



Pálfai Károly Forgatókönyvíró



Szerda - Jún 26, 2024

Szerda: 7:30-8:50

Dr. Varga Rita

Meditatív test és gerincémbresztés és azt követő ülő meditáció - **Meditatív mozgás, meditáció**

Reggeli közös napindító meditációt megelőző gyakorlatokra hívlak, melyek segítenek a test ébredésében előkészítve az ülő meditációt. Kezd velem/velünk a napot mozgással majd csendes befelé figyeléssel, rátalálva és kapcsolódva saját belső csenedhez, békédhez.

Dr. Varga Rita

Integrál szemléletű önismereti mentor és csoportvezető, pszichoterapeuta jelölt (integratív és analitikusan orientált pszichodinamikus fókusz módszerekben)

A sport gyermekkorától fontos szerepet töltött be az életében, kamaszként aktív sportoló, élsportoló többszörös Magyar Bajnok alpesi síelés több számában, ami egy sérülés és műtétet követően marad abba. Tanult jógát, pilatest.

Útja az egészség fókuszában a gyógyítás felé vitte: Fogorvos (SOTE 1993), Egyetemi oktató (SEM Szájsebészeti Klinika 1993-2002), saját vállalkozása a Varga Dent Fogászati Kft alapítója és tulajdonosa (1997), Egészségügyi szakmenedzser (SEM 2001), Szájsebész (SEM 2003), Rekreáció és sportoktató



(SZTE 2003), a FULL-TECH Fogászati Implantátum és Műszergyártó Kft alapító tagja és tulajdonosa (2005), Master of Implantology (Münster 2010), Dento-alveoláris sebész (SEM 2012), a fenti szakterületek Igazságügyi Orvosszakértője. A materiális világot egészen jól belakta és mozog benne.

2019 óta rendszeres Everness látogató, 2022 óta az Integrál Akadémia Sátor fő szervezője. Ahogyan Rita hívja: A Rendező a B oldalon az addigi ismereteitől eltérő, egészen más, új területet mutatott a szellem és a lélek szintjén, mégis a gyógyításnál maradva. Elvégezte az Integrál Akadémiát (2021), Integral Flow csoportvezető (2023), spirituális útján a sámánkultúra, szufi-sámán hagyomány útját járja. Pszichoterapeuta jelölt, pszichodráma asszisztens képzésben vesz részt. Egyéni terápiát és önismereti csoportokat vezetve kíséri klienseit, segíti őket a nehézségből kivezető út megtalálásában a könnyebb, teljesebb, örömteliség felé.

Szerda: 9:15-10:25

Fülöp Tibor

Integrál Időmenedzsment - A jelen, a fókusz és a hiedelmek hatalma - Interaktív előadás

Valóban felgyorsult a világ, vagy lehet csak úgy érzed? Hogyan hat a múlton rágódás, vagy a jövőbe vágyakozás a céljaid elérésére? Nehéz folyamatosan kimaradnod valamiből, vagy épp egyedül lenned a tornyosuló kihívásaiddal? Egyszerre szeretnél gondos szerető partner, karriert építő munkatárs, egészséges, energikus és tudatos ember, boldog családtag és önazonosan felelős világpolgár lenni, de nem sikerül mindez napi 24 órában?

Az előadáson megmutatom, hogyan korlátoznak vagy épp segítenek a gyerekkorod eseményei, a hiedelmeid, a félelmeid és a kulturális és társadalmi környezet abban, hogy feszültség nélkül hatékony lehess. Az integrál szemlélettel átgondolt időmenedzsmenten keresztül újrakeretezzük mindazt, amit eddig az időről gondoltál, és a praktikus nézőpontokon, összefüggéseken és tippeken keresztül segíték átgondolnod, mi is igazán fontos az életedben, és hogyan keríthetsz rá időt.

Fülöp Tibor

Integrál tanácsadó, integrál önismereti flow csoportvezető, szervezetfejlesztő és manager, agilis coach, mentor

Fülöp Tibor vagyok, és én is keresésben vagyok úgy, ahogy Te. Azt keresem, hogyan lehet ebben az életben minél több olyan élményt, tapasztalatot és tudást gyűjtenem, amellyel saját magam, és a környezetem is emelhetem. Ezt úgy teszem, hogy introvertált villamosmérnökből indulva végigjártam a kalandos utam a mérnöki szerepkörökön keresztül a csapat és szervezetfejlesztésig, ahol a hatékonyság vált a hobbimmá.



Az eszközök próbálgatása és gyűjtése ahhoz, hogy könnyebb, gyorsabb, egyszerűbb legyen minden a környezetemben bevezetett az önismeret és pszichológia utcájába és kinyitotta az új ötletek kincsesládáját. Ezzel a tudással, tapasztalattal és a rengeteg akár egymástól független nézőponttal mélyebb összefüggések is nyilvánvalóvá váltak a számomra, és úgy érzem könnyebb látnom, melyek voltak azok a kulcsgondolatok és ötletek, tapasztalások az úton, amelyek nélkül biztosan nem tartanék ott, és olyan jó kedvvel, mint ahol most vagyok. Céлом az, hogy átkísérjem a környezetem egy olyan magasabb nézőpontba, ahonnan nézve egyértelművé válik, hogyan legyünk önazonosan a rendszer részei, és hogyan teremtsük olyan helyzeteket ahol mind az egyének, a csapatok, a szervezetek és az egész világ nyer belőle.

Szerda: 10:45-11:55

Sugár Márton

Narancs árnyék és ragyogás - Üzleti siker vs. spiritualitás - Interaktív előadás

Létezik-e az üzlet és a spiritualitás együtt?

Lehetsz-e üzletileg sikeres és spirituális egyszerre?

Segítő, terápiás, spirituális körökben sokan nem tudnak elindulni a vállalkozás, üzlet világában. Majd nem tudnak üzletben, anyagiakban, pénzben, vállalkozói mindsetben gondolkozni. Így elmarad a kiteljesedés és a vágyott új élet sem úgy fog megvalósulni, ha ellenállás van benned az anyagi világgal szemben.

Sokan irtóznak a narancs, w5 minőségektől, gyakorlatilag hasítva vagy tagadva létjogosultságukat belesétálva egy önámításba, egyfajta spiri elkerülésbe.

Mégis miért? Honnan jön ez?

Utáljuk, kerüljük, nem vagyunk jók benne, nem tanultuk?

Tagadjuk, lehasítjuk?

Vakfoltok, családi, transzgenerációs minták?

Elárulok az előadáson jónéhány összefüggést. Bedobok egy-két gondolatébresztőt.

Elindítunk néhány önreflexiós kört. Bemutatok néhány az ön megértést szolgáló modellt.

Majd kérdezel, talán én is... és beszélgetünk elméletről, és akár saját élményről.

Sugár Márton

Integrál Coach, képződő család- és rendszerterapeuta

Ember, Férfi, Apa, Társ, Üzletember...

Sugár Márton, 46 éves Senior practitioner, Integrál coach, Szervezet fejlesztő (OD), Tréner, Képződő Család-rendszer terapeuta, a most kilenc éves Mimi apukája, közgazdász, több kkv-ban vezető szerepet vállaló tulajdonos, befektető. Ember, Férfi, Apa, Társ, Üzletember, és az évek során ezen szerepek mindenféle aspektusán folyamatosan dolgozó Integrált ember.



Szerda: 12:15-13:55

Fülöp Tibor

Itt és Most - Integrál Flow csoport

A rohanó hétköznapokban sokszor csak felületesen, szerepekeinken keresztül kapcsolódunk az emberrel. Lehet, hogy agyalunk azon mi volt a múltban, vagy épp mi lesz a jövőben, és közben a jelen pillanat kisiklik a kezeink közül, vagy csak egyszerűen nem engedjük bele magunkat igazán abba az élménybe ami történni szeretne rajtunk keresztül.

Arra hívlak, hogy az Itt és Most Integrál Flow csoporton megtapasztalhasd, milyen igazán a jelen pillanat, milyen amikor ott vannak veled, látnak téged és úgy vagy jó ahogy vagy.

Szeretetteljes kapcsolódás, sajátélményben viheted haza, milyen is az, amikor maszkok nélkül tényleg együtt vagyunk a jelen pillanatban.

Fülöp Tibor

Integrál tanácsadó, integrál önismereti flow csoportvezető, szervezetfejlesztő és manager, agilis coach, mentor

Fülöp Tibor vagyok, és én is keresésben vagyok úgy, ahogy Te. Azt keresem, hogyan lehet ebben az életben minél több olyan élményt, tapasztalatot és tudást gyűjtenem, amellyel saját magam, és a környezetem is emelhetem. Ezt úgy teszem, hogy introvertált villamosmérnökből indulva végigjártam a kalandos utam a mérnöki szerepkörökön keresztül a csapat és szervezetfejlesztésig, ahol a hatékonyság vált a hobbimmá.



Az eszközök próbálgatása és gyűjtése ahhoz, hogy könnyebb, gyorsabb, egyszerűbb legyen minden a környezetemben bevezetett az önismeret és pszichológia utcájába és kinyitotta az új ötletek kincsesládáját. Ezzel a tudással, tapasztalattal és a rengeteg akár egymástól független nézőponttal mélyebb összefüggések is nyilvánvalóvá váltak a számomra, és úgy érzem könnyebb látnom, melyek voltak azok a kulcsgondolatok és ötletek, tapasztalások az úton, amelyek nélkül biztosan nem tartanék ott, és olyan jó kedvvel, mint ahol most vagyok. Céлом az, hogy átkísérjem a környezetem egy olyan magasabb nézőpontba, ahonnan nézve egyértelművé válik, hogyan legyünk önazonosan a rendszer részei, és hogyan teremtsük olyan helyzeteket ahol mind az egyének, a csapatok, a szervezetek és az egész világ nyer belőle.

Szerda: 14:15-15:55

György Kata, Molnár Károly

Szabadulj ki a szerepek korlátaiból! - érkezz meg a hitelességbe integrál szemléletű pszichodráma eszközeivel

Egy saját élményű pszichodráma workshopra hívunk, amelyen egy testorientált (bodywork) rámelegedés után lehetőséged lesz ránézni arra, hogy az életedben milyen szerepeid erősek, adaptívak, alul-, vagy túl fejlettek, mely szerepeid korlátoznak?

Jacob L. Moreno, a pszichodráma atyja nem foglalkozott a személyiséggel, az egyént a szerepelméleten keresztül definiálta, kapcsolati rendszerein, kapcsolati kontextusain keresztül tekintett rá, melyben az egyén az összes szerepével van jelen. A szerepeink lehetnek adekvátak, de lehetnek túl- vagy alulfejlettek. A pszichodráma egyik célja, hogy kiszabaduljunk a szerepeink korlátaiból, minél több adekvát szerepünk fejlődjön ki, és ezen keresztül lépünk minél mélyebben a hiteles létezésünk felé.

Ezen a workshopon a saját szerepeid mellett betekintést nyerhetsz abba, hogy hogyan dolgozunk a pszichodráma eszközével integrál szemléletben.

György Kata

Pszichodráma vezető, Családállító, Integrál szemléletű Coach, Pármediátor

15 éve vezetek önismereti csoportokat és dolgozom egyéni coaching folyamatokkal integrál szemléletben. Hivatásom során abban segítem az úton járókat, hogy minél közelebb jussanak magukhoz, minél hitelesebb és a hétköznapi életben minőségibb életet alkothassanak meg maguknak.



Munkám során nagy hangsúlyt fektetek az egyén saját felelősségének és hitelességének és ezen keresztül a belső szabadságának megtalálására.

A hitelesség számomra azt jelenti, hogy segítőként nem hagyom fel a saját önismereti utamon járást, és azt a célt követem, hogy védelmi mechanizmusaimat meghaladva megtaláljam és megmutassam valódi lényemet. Így valójában nem az önismeret, hanem az önmeghaladás útját járom, ahol a nehézségek, a problémák nem akadályként, hanem útjelzőként szolgálnak. A Zen-nek is hála a spiritualitás hosszú évek óta átszövi a hétköznapijaimat, lassú lépésekkel ismerem fel a belső csendet és kiteljesedett élet minőségeit.

Molnár Károly

Integrál szemléletű önismereti csoportvezető

Apa, autonóm férfi, egy nő társa

Az Ember és az élet szerelmese, maga az állandó változás és megújulás. Élete egyik legfontosabb feladatának látja a férfi női kapcsolat szentségének gyógyítását.



A következő formákban támogatja klienseit Integrál szemléletben:

Férfi-nő tematikájú intimitás csoport

A nő és férfi új szövetsége workshopok

Férfi önismereti csoportok és workshopok

Cégvezetői önismereti csoport

Általános témájú pszichodráma önismereti csoport

Egyéni és párkapcsolati coaching

Arra törekszik, hogy munkája az emberek érzékelését, személyi erejét és akaratát fejlessze. Vágya, hogy minél több ember álljon autonóm módon a saját tengelyében, miközben mélyen összekapaszodik családjával és embertársaival.

Hiszi, hogy van az életnek olyan síkja, ahol az élettel együtt rezdülve, áramolva, bőségben tudunk együtt létezni gyönyörű bolygónkkal és a rajta lakó embertársainkkal, tisztelve egymás autonómiájának határait.

Szerda: 16:15-17:25

Szikszai Zsuzsanna, Szabó Zoltán

Everness a csillagok tükrében - Interaktív előadás

Mi emberek évezredek óta használjuk az égbolt ősi bölcsességét életünk összefüggéseinek megértéséhez. A csillagok tükrében megláthatjuk önmagunkat, megtapasztalhatjuk az életünkben jelenlévő fejlődési lehetőségeket. De hogyan értelmezhetjük legteljesebb mélységében ezeket az üzeneteket? Hogyan érdemes integrál szemléletben gondolkodni az asztrológia és a csillagfejtés módszeréről? És vajon mit üzennek az aktuális bolygóállások számunkra az itt és mostban?

Egy interaktív programra hívunk, ahol az aktuális konstellációk fényében beszélgetünk élettémáinkról, fejlődési utunkról és a csillagfejtés tudományának integrációs lehetőségeiről, hatásáról önismereti fejlődésünkre.

Szikszai Zsuzsanna

Asztrológus, integrál tanácsadó, újságíró

Zsuzsi 13 éve foglalkozik spirituális önismerettel, 4 éve segíti a hozzá fordulókat integrál szemléletű, intuitív asztrológiai konzultációkkal. Célja, hogy az asztrológia ősi bölcsességét használva támogassa klienseit az önismereti fejlődésben és a felébredésben. Újságíróként a Life and Body online magazin horoszkóp rovatába ír, tolmácsolva az olvasóknak az aktuális időminőség üzenetét.



Szabó Zoltán

Harcművész és Mozgásfejlesztő, Integrál Tanácsadó jelölt

Szabó „Ostor” Zoltán - INTEGRAL PODCAST Stúdió alapító és tulajdonos, INTEGRAL SAGITTA közösség alapító.

A Testnevelési Egyetemet követően, immár több mint 10 éve tanítok gyermekeket és felnőtteket a harcművészeti és mozgáskultúra-fejlesztő foglalkozások során. Az egyéni, és a csoportos alkalmak ideje alatt mint vezető nagy hangsúlyt fektetek az önismeret, a hagyományok-tradíciók értékei és a friss tudományos kutatások eredményeinek felhasználására is.



Jómagam a sikeres hazai és nemzetközi versenyek után, az elmúlt 5 évben a harcművészetek spiritualitása, a szakralitása felé kezdtem el érdeklődni. Tanultam, és tanulok most is a Baranta hagyományos magyar harcművészetéből, a lovasíjászat mestereitől, a csillagbölcséletek és asztrálmítológiák tanítóitól is. Valamint életem egyik legfontosabb döntése révén jelenleg az Integrál Akadémián vagyok végzős hallgató ahol a teljes spektrumú emberkép nagyban segített hozzá a bennem élő harcos működésének mélyebb megismeréséhez.

Szerda: 17:45-19:25

Kóródi Gabriella, Nagy Eszter

Találkozz az erőállatoddal! - Fókuszolás tanítás / bemutató workshop

Az erőállat sok kultúrában és vallásban megtalálható. Ez lehet olyan állat, amelynek tulajdonságai vagy jelentése inspiráló és segítő szerepet játszik az életedben. Képviselet erő, bölcsességet és védelmet. A vele való kapcsolat általában egy mély és személyes kapcsolat, amely segíthet a növekedésedben, fejlődésedben és az élet kihívásainak leküzdésében. Az erőállat fogalma gyakran használatos spirituális és pszichológiai gyakorlatokban is, amelyek segíthetnek az önismeretedben és a személyes fejlődésedben. A fókuszolás módszerével a racionális bal agyféltekés gondolkodás helyett az intuitív, jobb agyféltekés megközelítéssel hívjuk meg az erőállatodat.

Kóródi Gabriella

Coach, Szimbólumdráma képzés, Fókusz tréneri képzés

Az Integrál Akadémián 2020-ban végeztem. Azóta is folyamatosan járom az önismereti utam és segítőként is támogatom a hozzám fordulókat fejlődésükért. Szakmailag hiszek a folyamatos továbbképzésben. Elsajátítottam az évek során több módszert, aminek tapasztalatával még jobban megérthetem és támogathatom a hozzám fordulókat. (Gánti Bence - körvezető képzés, Szimbólumdráma képzés, Coaching, Fókusz tréneri képzés). Hiszek abban, hogy az önismereti út életmóddá formálódhat, mellyel egy teljesebb, gazdagabb élet válik elérhetővé.



Nagy Eszter

Integrál önismereti csoportvezető

Az Integrál Akadémiára jártam 3 évig és most Gánti Bencénél flow csoportvezetőnek képződöm. Az önismereti utam során megtapasztaltam klasszikus és kevésbé klasszikus módszereket, és egy ponton magam is a segítői oldalt választottam. Kineziológusként dolgoztam több évig. Hiszem és tapasztalom, hogy a test-lélek-szellem dolgai kölcsönösen összefüggenek és hatnak egymásra. A testünk sejtmemória szinten emlékszik mindenre, ami valaha velünk történt fogantatásunktól kezdve napjainkig. Ezek az információk előhívhatók és átdolgozhatók. Ezt a gondolatot követve fordult a figyelmem a test-fókuszú módszerek felé az utóbbi években. Segítőként azt vallom, hogy olyan mélységekbe tudlak kísélni, ahol már magam is jártam. A folyamatos szakmai képződésem mellett ezért fontosnak tartom a saját önismereti utamat mind egyéni mind csoportos terápiaikon.



Szerda: 19:45-21:00

Vásári Andrea

EGYÜTT-DOBban - Daltanuló ének- és dobkör, közös éneklés

Daltanuló ének és dobkör; közös éneklés

- Ízelítő a dobdalok világából: rövid, egyszerű dobdalokat tanulunk, hogy együtt tudjuk énekelni, dobolni,
- Körbe-dobkör: te is kérheted a legkedvesebb dalodat vagy aktuális élettémádat segítő dalt, Hozhatsz dobot, csörgőt, de leginkább kíváncsiságot, a közös éneklés örömét, a dobdalok szeretetét.

Vásári Andrea

Örömdobolás, Integrál önismeret és körvezetés

Gyermekkoromtól imádtam énekelni. Meghatározó élményeim közzé tartozik, mikor ezt sokan, együtt, tábortűz mellett tettük. Később, életem örömteli eseményeiben és nehézségeinek feldolgozásában, mindig jelentős szerepe volt a zenének. Sokéves önismereti utam részeként elvégeztem az Integrál Akadémiát és ezzel egy időben megismertem a dobkörök világát. Azt éltem meg, hogy hazataláltam. Mára az önismeret, a spiritualitás és a zene egységgé és az életem szerves részévé vált. Számomra ezt közösségben művelve gyógyító és felszabadító, amikor érezhetően, mindannyiunkban, egyszerre, együtt dobban.



Ahogy az a tavalyi everness után született dalszövegemben is megjelenik:

„A Tűz mi összetart, mely bennünk ég, fellobbant,
a Hely, mi összetart, míg átölel, s egy Kört ad,
A Szív, mi összetart, együtt dobban, egy Dobban,
Hangja összeköt, hisz rólunk szól, értünk van.”

Csütörtök - Jún 27, 2024

Csütörtök: 7:30-8:50

Dr. Varga Rita

Meditatív test és gerincémbresztés és azt követő ülő meditáció - Meditatív mozgás, meditáció

Reggeli közös napindító meditációt megelőző gyakorlatokra hívlak, melyek segítenek a test ébredésében előkészítve az ülő meditációt. Kezd velem/velünk a napot mozgással majd csendes befelé figyeléssel, rátalálva és kapcsolódva saját belső csenedhez, békédhez.

Dr. Varga Rita

**Integrál szemléletű önismereti mentor és csoportvezető,
pszichoterapeuta jelölt (integratív és analitikusan orientált
pszichodinamikus fókusz módszerekben)**

A sport gyermekkorától fontos szerepet töltött be az életében, kamaszként aktív sportoló, élsportoló többszörös Magyar Bajnok alpesi síelés több számában, ami egy sérülés és műtétet követően maradt abba. Tanult jógát, pilatést.



Útja az egészség fókuszában a gyógyítás felé vitte: Fogorvos (SOTE 1993), Egyetemi oktató (SEM Szájsebészeti Klinika 1993-2002), saját vállalkozása a Varga Dent Fogászati Kft alapítója és tulajdonosa (1997), Egészségügyi szakmenedzser (SEM 2001), Szájsebész (SEM 2003), Rekreáció és sportoktató (SZTE 2003), a FULL-TECH Fogászati Implantátum és Műszergyártó Kft alapító tagja és tulajdonosa (2005), Master of Implantology (Münster 2010), Dento-alveoláris sebész (SEM 2012), a fenti szakterületek Igazságügyi Orvosszakértője. A materiális világot egészen jól belakta és mozog benne.

2019 óta rendszeres Everness látogató, 2022 óta az Integrál Akadémia Sátor fő szervezője. Ahogyan Rita hívja: A Rendező a B oldalon az addigi ismereteitől eltérő, egészen más, új területet mutatott a szellem és a lélek szintjén, mégis a gyógyításnál maradva. Elvégezte az Integrál Akadémiát (2021), Integral Flow csoportvezető (2023), spirituális útján a sámánkultúra, szufi-sámán hagyomány útját járja. Pszichoterapeuta jelölt, pszichodráma asszisztens képzésben vesz részt. Egyéni terápiát és önismereti csoportokat vezetve kíséri klienseit, segíti őket a nehézségből kivezető út megtalálásában a könnyebb, teljesebb, örömteliség felé.

Csütörtök: 9:15-10:25

Haas György

Mi az a sétaterápia - Előadás

Walking therapy. Sétaterápia. Új szó Magyarországon.

Sétáló coach képzés 2022 óta folyik hazánkban. De mit jelent a sétaterápia? Miben más, mint egy hétköznapi coaching folyamat?

A terápia szó kezelést, gyógyítást jelent. Mit szól a szakma, ha ezt a szót a sétára alkalmazzuk?

Az előadás a fogalmak tisztázását követően bemutatja a séta keretei között gyakorolt segítő kapcsolat hazai történetét.

Haas György

2022 óta képzésvezetőként jegyzi a Serpaház felnőttképzési intézményeinek keretei között működő sétáló coach és serpaképzést, ahol a serpatanoncok hetedik csoportja szeptember elején kezdi meg a módszerrel való ismerkedést.

2017-ben jelent meg a Sétamesék című, Feldmár András ajánlásával induló és Singer Magdolna módszertani elemzésével záruló könyve, amely 18 eseteírást tartalmaz.

2010 és 2012 között a segítő kapcsolat egyetlen alkalomból álló formáját villámcoaching néven indította el és gyakorolta. 2013-ban ennek a gyakorlatnak tapasztalataira is épített, amikor 2013 nyarán kliens kapcsolatait kivitte a szabadba és a következő években felépítette a sétáló coachingtól a sétaterápiáig ívelő praxisát.



Munkássága 1983 és 2007 között

Kezdeményezőként vett részt a Pszichoteam Mentálhigiénés Módszertani Központ mentálhigiénés modellkísérleteiben. Az Alternatal Alapítvány a háborítatlan szülésért, születésért kuratóriumi elnöke. Országos Bábasövetség (OBSZ) szóvivője. Országos Bábaképző Intézet (OBI) kommunikációs igazgatója. Elindítja munkatársaival a Születés Hete országos tájékoztató, szakmai és kulturális rendezvénysorozatot, majd részt vesz a Magyarországi Dúlák Egyesületének (Module) újjászervezésében. Békés Emőkével, a Module első elnökével kiképző trénerként vett részt a hazai dúlák képzésében. A Holdudvar Bábaház első bábatanoncai között kísér szüléseket. Közreműködik a Perinatális Kerekasztal megvalósulásában. Az Intézeten Kívüli Szülés Szabályozását Előkészítő Bizottság szóvivőjeként segíti a párbeszédet az új jogszabályt előkészítő egészségügyi tárcával /35/2011. (III. 21.) Korm. rendelet Az intézeten kívüli szülés szakmai szabályairól, feltételeiről és kizáró okairól./

Évekig járt pszichoanalízisbe (Hidas György), tranzakcionálisba (Oldal Krisztina), tanult autogén tréninget (Bagdy Emőke), szimbólumterápiát (Szőnyi Magda), Rorschach tesztet (Kapus Gyula). A családállítás a Frankfurti Symbolon Terápiás Intézet és Hellinger Intézet képzésein tanulta, a metaverbális kommunikáció alkalmazását a gyógyításban pedig a Magyar Hipnózis Egyesület és a Semmelweis Egyetem Aneszteziológiai és Intenzív Terápiás Klinika közös szervezésében tartott képzésén sajátította el.

Csütörtök: 10:45-12:25

Horkics Edina Magdolna

Rejtett dinamikák - Hellinger-féle családállítás

A családállítást Bert Hellinger rendszerállító dolgozta ki. Hátterét a transzgenerációs pszichológia adja. Ez a módszer a családi rendszerekben rejlő tudattalanul átvett transzgenerációs sorsok és rejtett dinamikák feltárására és megoldására összpontosít. Célja az, hogy felfedje és rendezze azokat a tudatalattiban működő dinamikákat, amelyek hatással vannak az életedre és a kapcsolataidra.

A Hellinger-féle családállítás egy csoportos munkaforma, amelyben egy csoport résztvevőjeként dolgozol a családi rendszereden. Állítóként a többi résztvevőt kéred fel, hogy személyeket, fogalmakat képviseljenek a családban. A folyamat során rálátsz arra, hogy milyen kapcsolati és érzelmi dinamikák játszódnak a családi rendszeredben. A rendszerállítás során felfedezhetsz olyan szükségtelen, vagy diszfunkcionális kötődéseket, amelyek gátolhatják a boldogságodat és fejlődésedet. Ezeket a dinamikákat rendszerint a rendszerbe való beállítás és elfogadás révén tudod feloldani, így lehetőséget kapsz a változásra és a gyógyulásra.

A Hellinger-féle csoportos családállítás módszerének célja az, hogy megkönnyítse az emlékezés és elfogadás folyamatát, és lehetővé tegye a családi rendszerekben rejlő szeretet és együttérzés mélyebb megértését.

Az alábbi területekkel dolgozom:

- ANYA- és APASEBek kezelése, családi kapcsolatrendezés és tanult SÉMÁK felismerése
- átvett családi és transzgenerációs SORSOK visszaadása
- TRAUMÁK oldása és gyógyítása
- BELSŐ GYERMEK gyógyítása és integrálása
- ENNEAGRAM típusok gyökérsérülésének oldása
- SZÜLETÉSÁLLÍTÁS: indítóprogramok felismerése
- PÁRKAPCSOLAT rendezése, gyógyítása
- testi és lelki BETEGSÉGEK okainak feltárása
- szorongás, depresszió, STRESSZ oldása
- test-lélek-szellem EGYENSÚLY helyreállítása
- ARCHETÍPUSOK és női-férfi lélekreszek harmonizálása
- TRANZGENERÁCIÓS sérülések gyógyítása
- MUNKA területével kapcsolatos konfliktusok oldása
- MESETERÁPIÁS állítás
- HALÁL és veszteség feldolgozása

Zárt állítást tartok, vagyis az állító történetét csak én hallgatom meg. Így az egót minél inkább kizárom a folyamatból, ami segíti a tiszta érzékelést.

Horkics Edina Magdolna

Integrál tanácsadóként és Hellinger-féle családállítóként személyiségfejlesztéssel, karakterfixáció oldással és traumafeldolgozással foglalkozom holisztikus és zen buddhista szemlélettel. Jelenleg Dharma tanítónak tanulok Chong An Szunimnál és a sámánizmus gyógyító technikáit tanulom Sólyomfi-Nagy Zoltántól.

Mi tesz igazán elkötelezetté a munkámban? Mert tudom milyen az, amikor szenvedsz és nem látod a kiutat. Mert tudom milyen ott lenni, lent a mélyben segítség nélkül. Harminchat évesen tettem egy



fogadalmat és tesztek azóta is minden nap, hogy segítek másoknak a szenvedésük csökkentésében és megszüntetésében.

Miben tudok neked segíteni és miért járok a mai napig terápiába, tanulok új technikákat, fejlesztem magam? Mert addig tudlak elvinni, ameddig magam is eljutottam! A közös munkánk során segítelek abban, hogy jobban megismerd önmagad, az örökölt sorsodat, a családi mintáidat, játszmaidat, az életfeladatodat és megszüntesd az azonosulásaidat, begyógyítsd a traumáidat, amelyek valójában a szenvedésedet okozzák.

Több technikát tanultam és saját módszereket is kialakítottam. Ilyen a traumaoldáshoz a hipno-NLP (neuro lingvisztikus programozás) és az egyéni / csoportos családállítás felnőtteknek és gyermekeknek. Önismerethez az alábbiakat használom: ayurvédikus és kronobiológiai típusod megállapítása, asztrológiai képleted elemzése, enneagram típusan szerint a karakterfixációd megtalálása. Elakadás és traumák gyökerének a feltárásához az 'ásás' technikát és a transzgenerációs pszichológia eszközeit alkalmazom. Vezetett meditációkkal és szimbólumokkal való munkával az alap sérülések gyógyulását és az erőforrások felépítését segítem elő. Az álomelemzés és a fókuszolás a belső munka része. Az EFT-vel az érzelmeidet szabadítod fel. Az archetípus technikával integrálsz az énrészeidet. A kapcsolat rendezés módszere, a tiszta és erőszakmentes kommunikáció, az emberi játszmák leleplezése a kapcsolati dinamikák nehézségeit csökkentik.

Mi a legnagyobb sikerem? Saját magam áttranszformálása. Az, hogy eljutottam abból a szomorú szemű kislányból azzá a nővé, aki most vagyok. Az, hogy megtanultam szeretni, kapcsolódni a belső hangomhoz, a lelkemhez. Az, hogy megtanultam felvállalni azt, aki vagyok: egy morfogenetikus adó-vevő. Hiába a sok tanult technika, mit sem érnének az intuícióm nélkül. Ez a legfőbb eszközem. És ki-mi a legnagyobb segítőm? A megnevezhetetlen. Annyi néven hívják (Isten, Allah, Teremtő), mégis nincs rá szó. A munkám elején Őt hívom segítségül. Így gyógyítok általa, és Ő gyógyít általam. És közben a teljes figyelmemet, elfogadásomat és szeretetemet adom.

Csütörtök: 12:45-14:25

Hontvári Levente, Gogolák Anita

Vagyok, aki vagyok - úton a Belső Szabadság felé - Integrál flow csoport

„Nincs jobb, mint amikor szabad vagy, és az lehetsz, akit tényleg vagy... Ha már egyszer szárnya nőtt az embernek, jól teszi, ha használja is.” – mondja a kismadár a főhősnek egy gyermekeknek szóló meseregényben (Matt Haig: Evie és az állatok)

Mindannyian magunkban hordozzuk a szabadság lehetőségét, a Belső Szabadságét, amikor azok lehetünk, akik vagyunk. Amikor nem kontrolláljuk magunkat, amikor nem próbálunk megfelelni a belénk épült szülői mintáknak, a baráti körünk szokásainak, a társadalmi elvárásoknak.

Ezek az minták lehet, hogy valamikor hasznosak voltak, de már nem érvényesek vagy csak bizonyos helyzetekben érvényesek, mégis meghatározzák a működésünket a mostban is. A szabadság lehet az, amikor levetkőzzük ezeket a minket már nem szolgáló mintákat, és megengedjük magunknak, hogy önazonosak legyünk. Azt adjuk, azt mutatjuk, azt cselekedjük, amit a szívünk diktál, miközben tudatosan választjuk a nem ártást, azt ami a saját, a közvetlen környezetünk, a társadalom, a Föld, a világ hasznára válik.

Arra hívunk, hogy gyere és tapasztald meg a saját szabadságodat, tapasztald meg azt, hogy te hogy vagy a szabadsággal. Mit jelent neked a szabadság? Hogyan kapcsolódsz önmagadhoz, hogyan kapcsolódsz a testedhez? Hogyan maradsz szabad akkor, amikor egy másik emberhez kapcsolódsz? Milyen is az, amikor szabad vagy? Amikor vagy, aki vagy.

Ehhez biztonságos teret nyújtunk, keretekkel, elfogadó és empátikus vezetéssel.

Az Integrál Önismereti Csoportokról

Az integrál önismereti csoportban lehetőség van egy védett közegben megfigyelni önmagad, a működésed, a benned a többiektől függetlenül vagy a többiekkel kapcsolódás közben kialakuló dinamikákat, játszmákat, tudatosítani ezeket és gyakorolni az új, már haszontalanná vált berögződésektől mentes működést. A csoport olyan megengedő, elfogadó, biztonságos közeget teremt számodra mely a való élethez képest megkönnyíti hogy időlegesen leengedd az énedet védő pajzsot, megengedd, hogy az lehessen ami van. Ítélet nélkül, saját magad és társaid általi elfogadásban. Ez önmagában is fontos élmény, amelyre mindannyian vágyunk. Egyúttal lehetővé teszi, hogy ráláss a hétköznapokban többnyire tudattalanul zajló lelki folyamataidra.

Ezekben a csoportokban az elsődleges fókusz az önmagunkhoz és egymáshoz kapcsolódás, a testérzetek és érzelmek csöndes vagy éppen hangos, többnyire szavak nélküli megélése. A beszéd másodlagos, de fontos szerepe a feldolgozás, tudatosítás. A gyakorlatok többnyire mozgásosak, nem igényelnek előképzettséget.

A módszer háttere az Integrál pszichológia, egy Ken Wilber-től eredő elmélet és gyakorlatrendszer, amely összekapcsolja a nyugati tudományt és a keleti spiritualitást. Egységbe rendezi a nyugati pszichológiai ismereteket és a spirituális hagyományok tudatról szóló tanításait. Célja hogy segítsen a személyiségfejlődésben, hogy minél minél többször tudjál egy kiteljesedettebb, önmagad és másokat szeretettel megtartani képes állapotban lenni.

Hontvári Levente

Integrál önismereti csoportvezető

Már hosszú évek óta jártam egyéni terápiába, amikor a terapeutám javaslatára elmentem az első nonverbális fókuszú önismereti csoportba. A még beszélős nyitókör utáni első pillanat, amikor csöndben kapcsolódtunk egymáshoz, hirtelen egy egészen más, igazabb, mélyebb, emberibb világba vitt. Ez az élmény azóta is elkísér és megjelenik a való világban.

2021-ben elvégeztem az Integrál Akadémiát, mely a leginkább Ken Wilber nevével fémjelzett integrál pszichológiát tanítja, mely egységbe foglalja a nyugati pszichológia és a keleti spirituális utak tapasztalatait.



2023-ban Integrál csoportvezető lettem, miközben ezer óra integrál és bodywork csoport sajátélményt is szereztem. A személyes megélésem, hogy az önismereti csoportok és az egyéni terápia nagyszerűen kiegészíti egymást. A testfókuszú csoportokban - mint az integrál csoportok -, lehetőségem van megélni az önmagamhoz és másokhoz való kapcsolódást. Védett térben megfigyelni az eközben bennem kialakuló dinamikákat, tudatosítani a működésem, és gyakorolni az új, már haszontalan berögződésektől mentes működést.

Szívesen kísérek abban, hogy biztonságos közegben te is megtapasztalhasd milyen az, amikor az lehet ami van, és a növekedési lehetőséget, amit hoz.

Gogolák Anita

Integrál tanácsadó, integrál önismereti csoportvezető, asztrológus tanácsadó

2023-ban szereztem meg integrál tanácsadói okleveletem az Integrál Akadémián. Ugyancsak 2023-ban szereztem pszichológiai szemléletű asztrológus tanácsadói tanúsítványomat. Elvégeztem Gánti Bence integrál csoportvezetői képzésének első és második szintjét - integrál önismereti csoportvezető vagyok. Emellett is folyamatosan képezem magam és járom saját önismereti utamat.



Eredeti szakmám jogász, ügyvédként a jog útvesztőiben segítettem az embereket. Hosszú utat tettem meg, míg eljutottam oda, hogy az integrál szemléletű lelki segítői tevékenységben megtaláltam a hivatásomat, amelyben önazonosságra leltem és amely egyben a saját önismereti utam folytatása is.

Elfogadással és empátiával kísérek és támogatlak abban, hogy a csoport térben kapcsolódj önmagadhoz, a csoport többi tagjához és tudatos lépéseket tegyél az önismereti utadon. Találkozhatunk egyéni integrál tanácsadás és asztrológiai tanácsadás keretei között is.

Csütörtök: 14:45-16:25

Gyárfás Sándor, Nagy Eszter

Kapcsolódás élmény, nő és férfi - Integrál Flow csoport

Integrál flow dinamikus térben, mozgásos gyakorlatokon keresztül mélyülhetsz el a belső világodban és közben megnyithatod a figyelmed a benned lévő kapcsolódási szándéokra.

A folyamat során, ha megjelenik a kölcsönös igény, elindulhatsz mások felé gesztusokkal, önkifejező mozgással és érintéssel.

Gyárfás Sándor

Integrál flow csoportvezető, Mentálhigiénés szakember vagyok

A világgépeket az Integrál filozófia keretezi és ebben a szemléletben segítem a hozzám fordulókat, egyéni és csoportos alkalmakon. Integrál flow csoportvezető és Mentálhigiénés szakember vagyok.



Nagy Eszter

Integrál önismereti csoportvezető

Az Integrál Akadémiára jártam 3 évig és most Gánti Bencénél flow csoportvezetőnek képződöm. Az önismereti utam során megtapasztaltam klasszikus és kevésbé klasszikus módszereket, és egy ponton magam is a segítői oldalt választottam. Kineziológusként dolgoztam több évig. Hiszem és tapasztalom, hogy a test-lélek-szellem dolgai kölcsönösen összefüggenek és hatnak egymásra. A testünk sejtmemória szinten emlékszik mindenre, ami valaha velünk történt fogantatásunktól kezdve napjainkig. Ezek az információk előhívhatók és átdolgozhatók. Ezt a gondolatot követve fordult a figyelmem a test-fókuszú módszerek felé az utóbbi években.



Segítőként azt vallom, hogy olyan mélységekbe tudlak kíséni, ahol már magam is jártam. A folyamatos szakmai képződésem mellett ezért fontosnak tartom a saját önismereti utamat mind egyéni mind csoportos terápiákon.

Csütörtök: 16:45-17:55

Bilics Tímea

Ki illik hozzám? - A párválasztás pszichológiája - Előadás

A társkeresők szájából elhangzó két leggyakoribb kérdés a „Hol találok a társam, hol ismerkedjek?” és a „Hogyan válasszak, ki illik hozzám?”. Ez az előadás a pszichológia, azon belül is az integrál pszichológia szemszögéből az utóbbi kérdésre hoz válaszokat.

Szó lesz arról, hogy

Mit/kit keresünk ma?

Mi minden motiválja választásainkat és az mennyire tudatos vajon?

Milyen szempontok alapján illünk egymáshoz mi az, ami igazából számít?

Mi lehet az ideális, optimális és reális választás?

Honnan tudhatod, hogy aki vonzó számodra, hosszú távon is megfelelő partner lehet?

A sikeres párválasztás mátrixáról és hogy az hogyan segíthet a választásban.

Bilics Tímea

Társkeresési szakértő, integrál tanácsadó, coach

Bilics Tímea vagyok, integrál tanácsadó, coach, LEMangURIA foglalkozásvezető, önismereti mentor, a tudatos társkeresés szakértője. Praxisomban társkeresők személyiségfejlesztésével, szemlélet formálásával és készségfejlesztésével foglalkozom.

Olyanokkal dolgozom együtt, akik elkötelezettek az önismereti út és fejlődés mellett, annak érdekében, hogy a társuk minél hamarabb megérkezzen az életükbe.



Az egyéni konzultációk mellett, előadások, workshopok, tréningek, önismereti csoportok és társkereső rendezvények keretében találkozhatok velem, tanulhatsz tőlem és dolgozhatsz velem.

Társkeresés és önismeret témában cikket írok és 2023 decemberében másodjára került kiadásra a Tudatos társkeresés című könyvem.

A társkeresőkkel folytatott közös munka középpontjában a tudatos életvezetés és az önismereti munka áll, amely a társkeresési folyamatban az újabb és újabb sikertelen körök helyett lerövidíti az utat a vágyott célig és sok fájdalom elkerülhető általa.

Célunk megtalálni és kihangsúlyozni a társkereső pozitív tulajdonságait, és arra építkezve biztatást nyújtani, hitet, reményt, önbizalmat építeni a hozzám fordulóknak. Megkeressük, ezzel párhuzamosan azt is, mi hiányzik még ahhoz, hogy meg tudjon érkezni a leendő partner a társkereső életébe.

Együtt átnézzük és helyére tesszük az elvárás rendszerüket, feltárjuk, miben lehet vagy kell még fejlődni és megdolgozzuk, fejlesztjük a szükséges területeket, feloldjuk az akadályozó tényezőket, átdolgozzuk az érzelmi blokkokat.

A fenti blokkok eltávolításával, az önismeret fejlesztésével és az önbizalom növelésével a társkereső kiegyensúlyozottabb és elégedettebb életet élhet, jóval nagyobb eséllyel talál rá a remélt társra és párkapcsolatra is. A visszajelzések nagyon pozitívak, a hozzám fordulóknak számos területen fejlődnek, mélyül az önismeretük, az önértékelésük, önbizalmuk is erősödik. Javulnak a társas kapcsolataik, a kommunikációs és kapcsolódási készségeik, kiegyensúlyozottabbak a hétköznapjaik.

A legnagyobb öröm számomra, hogy egyre többen vannak azok is, akik már a sokadik randin vannak túl ígéretes társjelöltekkel, sokan találtak társat és jó pár eljegyzés, házasság és kisgyermek is született a tevékenységem folytán.

Csütörtök: 18:15-19:55

Lévai Brúnó, Kiss Renáta

Integrál Párkapcsolat - Nő és Férfi Szövetsége - Saját élményű workshop

„Az árnyék csak egy másik emberrel való kapcsolaton keresztül mutatkozhat meg, az anima és az animus pedig csak egy ellenkező nemű partnerrel való kapcsolaton keresztül, mert csak ezekben a kapcsolatokban lépnek működésbe a projekciók.”

Carl Gustav Jung

A férfiaktól és nőktől elszenvedett sérülések, bántások tudattalanul erősen hatnak ránk. Ezek gátolnak minket abban, hogy helye legyen az életünkben olyan kapcsolódásoknak, ahol Nő és Férfi egymásra mutogatás helyett egymásnak szövetségese és támasza. Ha a téma megszólít téged, szeretettel hívunk egy biztonságos térbe, amely támogathat téged abban, hogy ehhez minél közelebb kerülj, akár egyedülállóként, akár párkapcsolatban élőként, akár párkeresőként érkezel.

Lévai Brúnó

Önismereti mentor, integrál családjállító, érintésterapeuta

Társ, apa, harcos, útonjáró.

Integrál szemléletben kíséri klienseit önismereti csoportokon, családjállításokon és egyéni alkalmakon keresztül. Küldetése, hogy segítsen egyensúlyt és szövetséget teremteni a nő és férfi között, legyen az az egyén belső része, vagy két ember kapcsolata.

Célja, hogy minden ember felszabadultan élje meg saját erejét, egy magasabb egymást támogató szinten.



Kiss Renáta

Integrál tanácsadó, Integrál párkapcsolati csoport facilitátor, reiki mester

Kiss Renáta, Integrál tanácsadó, Integrál párkapcsolati csoport facilitátor, reiki mester, képződő művészetterapeuta, A Tantrikus Művészeti Akadémia tanulója.

Gyerekkora óta nyitott a fizikai síkon túli, transzcendens világ befogadására és megtapasztalására. Több, mint 20 éve fejleszti önismeretét a kelet-nyugat integrációját megtartva: a kvantum pszichológiai és integrál pszichológiai tanulmányai mellett, a nemzetközi és hazai sámánista elvonulások, a transzélmények, a reiki, a tarot misztériuma valamint a zen buddhizmus beavatottjaként. Emellett szimbólum munkával, művészetterápiával, jógával, tantra filozófiával és tantrikus művészettel foglalkozik.



Az integrál párkapcsolat a gyakorlatban című könyv fordítója, és magyarországi forgalmazója. Jelenleg ezen a területen tervezi további képzések, csoportok megvalósítását, erre a területre fókuszálva felhasználni az eddigi és a folyamatosan megszerzett tudását és tapasztalatát, hogy közösségekben, egymást támogatva, minél többen legyünk, akik a természetünket, a kapcsolatainkat és a földi létezésünket a lehető legigazabbá és a legnagyobb művészetté formáljuk.

Csütörtök: 20:15-21:55

Kerényi-Kiss Zoltán

Ecstatic Dance - Táncoló misztérium - Tudatos tánc, szabad tánc, saját élményű workshop

Az ECSTATIC DANCE® a pillanat teljességének átélésére hívó dinamikus mozgásmeditációs és szabadtánc irányzat, ahol minden taglejtés szabadságot és vitalitást rejt. Csak engedd, hogy a ritmus magával ragadjon és a tested ösztönösen mozduljon lelkiállapotod spontán kifejeződéseként.

Egyesek számára spirituális gyakorlat, fókuszált testmozgás, tudatos kikapcsolódás, nonverbális együttlét, közösségi rituálé. Legtöbbünknek test és lélek természetes gyógyítója. Gyere és teremtsünk közös élményeket ezen az organikus, ősi önkifejezési formán, a kötetlen táncon keresztül!

Kerényi-Kiss Zoltán

Az Ecstatic Dance Budapest társalapítója és csoportvezetője

Kerényi-Kiss Zoltán, az Ecstatic Dance Budapest társalapítója és csoportvezetője, integrál szemléletű önismereti konzulens és csoportvezető, képződő táncterápiás csoportvezető. Célja a mozgáson keresztül felébreszteni ragyogó, szabad, spontán és lenyűgöző természetünket, újra összekapcsolódni a teremtő kreatív életenergiával, mely bennünk és körülöttünk él. Megismerni és belakni bátor és kíváncsi énünket, akik valójában vagyunk.



Péntek - Jún 28, 2024

Péntek: 7:30-8:50

Dr. Varga Rita

Meditatív test és gerincémbresztés és azt követő ülő meditáció - Meditatív mozgás, meditáció

Reggeli közös napindító meditációt megelőző gyakorlatokra hívlak, melyek segítenek a test ébredésében előkészítve az ülő meditációt. Kezd velem/velünk a napot mozgással majd csendes befelé figyeléssel, rátalálva és kapcsolódva saját belső csenedhez, békédhez.

Dr. Varga Rita

Integrál szemléletű önismereti mentor és csoportvezető, pszichoterapeuta jelölt (integratív és analitikusan orientált pszichodinamikus fókusz módszerekben)

A sport gyermekkorától fontos szerepet töltött be az életében, kamaszként aktív sportoló, élsportoló többszörös Magyar Bajnok alpesi síelés több számban, ami egy sérülés és műtétet követően marad abba. Tanult jógát, pilatest.



Útja az egészség fókuszában a gyógyítás felé vitte: Fogorvos (SOTE 1993), Egyetemi oktató (SEM Szájsebészeti Klinika 1993-2002), saját vállalkozása a Varga Dent Fogászati Kft alapítója és tulajdonosa (1997), Egészségügyi szakmenedzser (SEM 2001), Szájsebész (SEM 2003), Rekreáció és sportoktató (SZTE 2003), a FULL-TECH Fogászati Implantátum és Műszergyártó Kft alapító tagja és tulajdonosa (2005), Master of Implantology (Münster 2010), Dento-alveoláris sebész (SEM 2012), a fenti szakterületek Igazságügyi Orvosszakértője. A materiális világot egészen jól belakta és mozog benne.

2019 óta rendszeres Everness látogató, 2022 óta az Integrál Akadémia Sátor fő szervezője. Ahogyan Rita hívja: A Rendező a B oldalon az addigi ismereteitől eltérő, egészen más, új területet mutatott a szellem és a lélek szintjén, mégis a gyógyításnál maradva. Elvégezte az Integrál Akadémiát (2021), Integral Flow csoportvezető (2023), spirituális útján a sámánkultúra, szufi-sámán hagyomány útját járja. Pszichoterapeuta jelölt, pszichodráma asszisztens képzésben vesz részt. Egyéni terápiát és önismereti csoportokat vezetve kíséri klienseit, segíti őket a nehézségből kivezető út megtalálásában a könnyebb, teljesebb, örömteliség felé.

Péntek: 9:15-10:25

Sugár Márton

Integrál coachinggal az Önismereti úton - Integrál coaching vs. Terápia, avagy Mire Jó a coaching? - Interaktív előadás

Hogyan segíti a coaching az Önismereti utadat?

Mitől más, mint a terápia?

Coaching vagy terápia?

Sokan nem tudják mi az a coaching és nem tudják mi az a mély, transzformaív, akár integrál szemléletű coaching és így nem is nyúlnak ehhez a segítséghez, így nem egészítik ki a terápiás sajátélményeiket es fejlődési útjukat egy célirányos , transzformatív coaching modszertannal.

Sokan megragadnak az örök, egy ponton túl talán öncélú terápiázásnál, ahelyett, hogy a terápia, az önfeltárás, gyógyulás mellé, egy hatékony, célirányos, a mélységet és a transzformációt, a terápiás szintet és az integrál szemléletet nem nélkülöző módszertant emelnének be: a coachingot.

A két módszertan kiegészítő, közel áll egymáshoz és jól támogatja egymást.

Az interaktív előadáson elárulok jónéhány részletet. Bedobok egy-két gondolatébresztőt.

Elindítunk néhány önreflexiós kört. Bemutatok néhány az ön megértést szolgáló modellt.

Majd kérdezel, talán én is... és beszélgetünk elméletről, és akár saját élményről.

Sugár Márton

Integrál Coach, képződő család- és rendszerterapeuta

Ember, Férfi, Apa, Társ, Üzletember...

Sugár Márton, 46 éves Senior practitioner, Integrál coach, Szervezet fejlesztő (OD), Tréner, Képződő Család-rendszer terapeuta, a most kilenc éves Mimi apukája, közgazdász, több kkv-ban vezető szerepet vállaló tulajdonos, befektető. Ember, Férfi, Apa, Társ, Üzletember, és az évek során ezen szerepek mindenféle aspektusán folyamatosan dolgozó Integrált ember.



Péntek: 10:45-12:25

Papp Zsuzsanna, Szabó-Veres Anita

Eldobom az agyam! - mozgás alapú önismereti játék - Integrál Flow csoport

Lehet, hogy te is stresszelsz, agyalsz a hétköznapiakban, és időnként túlvállalod magad.

Ezzel a programmal arra hívunk, hogy kilépj a fejedből, kikapcsold a hangokat, és az itt és most jelenlétében kapcsolódj saját gyermeki énedhez és másokéhoz is, hogy átélhesd a játékos önfeledtség élményét.

Ez a te időd arra, hogy ne vedd magad komolyan.

Mozgás által feltöltődve, felszabadultan indulhatsz tovább, közelebb magadhoz.

Gyermeki én – játékoság – energia- önfeledtség - felszabadultság

Papp Zsuzsanna

Integrál tanácsadó, integrál flow csoportvezető

14 éves koromban kerültem kapcsolatba először a spiritualitással és azóta fejtegetem, hogy mi az én és mi van a személyiség burkán túl. Az egyik legmeghatározóbb tanítási rendszer az úton számomra a buddhizmus volt, majd elvégeztem az Integrál Akadémia 3 éves képzését, ami ötvözi a nyugati pszichológia tanításait és a keleti vagy egyéb spirituális irányzatokat.

Az elmúlt pár év alatt az Integrál Akadémián, az egyéb képzéseken, táborokban megélt saját élményű csoportos folyamatok, rájövések inspiráltak leginkább. Hiszem, hogy ezek a mélyülések, kapcsolódások igazi élményt és segítséget adnak az önismeret útján.

Gánti Bencénél tanulok jelenleg is csoportvezetést. Egyéni klienseket kísérek és integrál flow csoportvezetőként önismereti csoportokat viszek. Szeretettel várlak csoportunkon, ahol megtapasztalhatsz egy mélyebb magadhoz és másokhoz kapcsolódást, úgy ahogy az számodra igaz.



Szabó-Veres Anita

Integrál önismereti csoportvezető

Válás után egyedül maradtam 3 gyerekkel, melyet akkor nem éltem meg krízisként, ugyanakkor a testem jelezte, hogy ideje foglalkoznom magammal és ránézni az elnyomott és elfojtott érzelmeimre. Ekkor indultam el igazán intenzíven az önismeret és személyiségfejlődés útján az Integrál Akadémia képzésén keresztül, az egyéni terápiámon és az integrál csoportokon. A fejlődés útján vagyok azóta is, és emellett egyéni üléseken kísérem a hozzám fordulókat hasonló önismereti útjukon.

25 éve hivatásom, hogy emberekkel foglalkozom.

Először tánctanárként, majd fitness edzőként támogattam a fejlődésüket.

A testi kifejeződés azóta is fontos számomra, és testem jelzése a legbiztosabb "mérőeszközöm".

Ezeket a tapasztalataimat remekül tudom alkalmazni az integrál önismereti csoportvezetésben, melyet Gánti Bencétől tanulok, és amelyet csodálatos eszköznek tartok a mély lelki folyamatok megéléséhez.

"Az átút a kiút." - Gánti Bence



Péntek: 12:45-14:15

**Gánti Bence beszélget Kovács Lászlóval (Holló, Fehérholló Öskü)
Sámánizmus, élet halál, transz - **Pszichofotel****

**Kovács László
(Holló, Fehérholló Öskü)**

Fehérholló Öskü vagyok, a Karabaksa magyar szellemi út alapítója. A magyar nép hagyományainak kutatásával foglalkozom. Célom az ősi magyar (sámánisztikus) világkép, szellemiség újraélesztése, és annak mai formában megélhető közvetítése a társadalom felé. Az ősi szellemi módszerek, szertartásformák felelevenítésével egy korunkban használható gyakorlat és szertartásrendszer kialakítása.



Nagyjából 30 évesen léptem rá a szellemi útra, a harcművészetek, az agykontroll és az asztrológia felé fordultam. Elkezdtem beleásni magam a keleti filozófiákba, buddhizmus, bön, taoizmus. Ebben az időszakban találkoztam a sámán dobbal és a megváltozott tudatállapoton alapuló gyakorlatokkal. A Fehérholló nevet egy látomásom során kaptam, mióta szellemi útra léptem, ezt a nevet használom.

Jelenleg elvonulásokat, önismereti csoportokat, izzasztókunyhó szertartásokat, tűzönjárásokat, dobolásokat, előadásokat tartok. Az évek során, sok úton járónak segíthettem és több száz dob készült kezem által.....

**Gánti Bence:
INTEGRÁL PSZICHOLOGUS, M.A.**

Gánti Bence, M.A, integrál szemléletű pszichológus és klinikai szakpszichológus, az integrál szemlélet hazai elterjesztője, nemzetközileg ismert alakja és az Integrál Akadémia alapítója.

1999-ben az ELTE pszichológia szakán végezve további tanulmányait a hazai klinikai és pszichoterápiás képzőhelyek mellett az integrál szemlélet megalapítójánál, Ken Wilbernél az Amerikai Egyesült Államokban, valamint a jóga és buddhista meditációk területén távol-keleten, Indiában, Burmában és Thaiföldön folytatta.



Egyesítve a nyugati és keleti ismereteket és gyakorlatokat, az integrál pszichológiával egy olyan globális, integrált és kultúra-független megközelítést képvisel, mely éppúgy képes támogatni az egészséges ember hétköznapi életének jólétét és az önmegvalósítását (hétköznapi élet), mint a szellemi utkeresők spirituális ébredését (spirituális gyakorlás), vagy éppen a lelki problémák feldolgozását a szenvedőknél (a klinikum területe).

A 2006-ban Budapesten megalapította az Integrál Akadémiát, amely három éves képzésben tanítja az integrál pszichológiát. Emellett, a nemzetközi szakmai élet legfőbb, kétévente megrendezett találkozájának, az Integral European Conference-nek (IEC) is alapítója és igazgatója 2014 óta. Emellett segít más kontinenseken is, Dél-Afrikában az Integrál Afrikai Konferencia (IAC) megteremtésében, valamint az Integrál Latin-Amerikai Konferencia megteremtésében, Kolumbiában, mindezzel támogatva a globális integrál mozgalom főbb akupunktúrás pontjainak a fejlesztését.

Szervezői és tanítási tevékenysége mellett tanárokat képez, személyiségfejlesztő-, terápiás-, és önismereti tréningeket és elvonulásokat tart, melyet itthon Integrál Tábor néven, külföldön Integral Flow Experience workshop és retreat néven szervez.

Magánpraxisban egyéni terápiás üléseket is tart, mint pszichológus Budapesten, és Zoomon. Nemzetközi terepen tanít az Amerikai Egyesült Államokban is, ahol hét évet élt a kaliforniai San Franciscóban, ahol Barack Obama elnöksége alatt szerzett állampolgárságot. A hét év során a Ken Wilbernél folytatott tanulmányok mellett előadóként, integrál pszichológiát tanított a San Francisco State University-n és a Meridián University-n. Csoportvezetőként és szervezőként aktívan részt vett az amerikai integrál konferenciákon és rendezvényeken. Emellett integrálpszichológiai tanítási és csoportvezetési tevékenységei kiterjednek még a következő országokra, ahová meghívták: Mexikó, Németország, Svájc, Ausztria, Olaszország, Portugália, Svédország, Oroszország, Ukrajna, Bulgária, Görögország.

Péntek: 14:45-15:55

Szabó Zoltán, Farkasovszki Viktor

Az erőm fénye és árnyéka - Interaktív előadás

"Az Erő, mit ahogyan a Tűz is egy a létezés alapjelenségei közül. Szubsztancia, mely önmagában nem rendelkezik eleve elrendeléssel. Pusztíthat is, felperzselve a közelében lévő értékeket és teremthet is: meleget, fényt a sötétben és biztonságot is."

Interaktív előadásra és saját élményű önismereti workshopra hívunk, ahol a bennünk lévő erők mederbe tereléséről fogunk beszélni. Fókuszába és irányítva segítő, emelő és teremtő minőségben élhetjük meg, ahogyan erről tanúskodna az ősi tradíciók tanításai és a legújabb tudományos kutatások eredményei is.

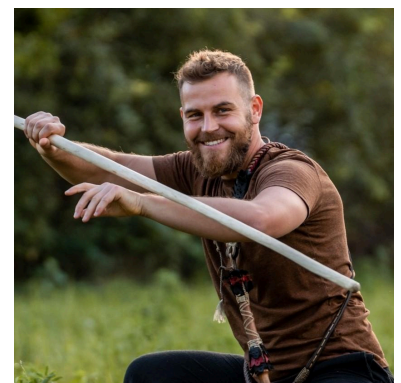
A "hippi-feeling", a NewAges mozgalmak és a posztmodern önismereti világ eseményei során is találkozhatunk azzal a jelenséggel, hogy az erőt, az indulatokat vagy épp a vezetői szerepet negatív minőségként látatják. Fontos felismerés, hogy a teljes transzformációhoz hozzátartozik az indulatok, az agresszió és az emberek-csoportok irányításának magasabb szinteken való működtetési képessége is. Nem kis feladat ez. Szerencsénkre ma már segítségünkre vannak a hős archetipusáról szóló mitológiák, az amazonok beavatási történetei, a vallások és erőistenek mítoszai mellett a legújabb pszichológiai és szociológiai eredmények is. E tanításokon keresztül mélyebben megérthetjük a bennünk is lüktető élet-erő megnyilvánulásait.

Szabó Zoltán

Harcművész és Mozgásfejlesztő, Integrál Tanácsadó jelölt

Szabó „Ostor” Zoltán - INTEGRAL PODCAST Stúdió alapító és tulajdonos, INTEGRAL SAGITTA közösség alapító.

A Testnevelési Egyetemet követően, immár több mint 10 éve tanítok gyermekeket és felnőtteket a harcművészeti és mozgáskultúra-fejlesztő foglalkozások során. Az egyéni, és a csoportos alkalmak ideje alatt mint vezető nagy hangsúlyt fektetek az önismeret, a hagyományok-tradíciók értékei és a friss tudományos kutatások eredményeinek felhasználására is.



Jómagam a sikeres hazai és nemzetközi versenyek után, az elmúlt 5 évben a harcművészetek spiritualitása, a szakralitása felé kezdtem el érdeklődni. Tanultam, és tanulok most is a Baranta hagyományos magyar harcművészetéből, a lovasíjászat mestereitől, a csillagbölcsöleték és

asztrálmítológiai tanítóitól is. Valamint életem egyik legfontosabb döntése révén jelenleg az Integrál Akadémián vagyok végzős hallgató ahol a teljes spektrumú emberkép nagyban segített hozzá a bennem élő harcos működésének mélyebb megismeréséhez.

Farkasovszky Viktor

INTEGRAL PODCAST Stúdió alapító és tulajdonos, INTEGRAL SAGITTA közösség alapító

Vállalkozásépítő és fejlesztő, ingatlan fejlesztő, média tartalomgyártó, Integrál csoportvezető, az Integrál Akadémia végzett hallgatója.

Műszaki területen, gépész és anyagmérnökként kezdetem a tanulmányaim a 90-es évek végén, 24 éve több vállalkozás hoztam létre és vezettem, Magyarországon és külföldön.

Az önismereti és spirituális úton 2000-ben az Agykontrollal indultam el, 2017-től foglalkozom tudatosabban, 2019-től a Transzcendentális Meditáció technikájával kezdtem el mélyíteni, több területtel foglalkoztam, tanultam és 2020-tól az Integrál Akadémián megkezdett tanulmányokkal rendszereztem és integráltam életembe az eddig megszerzett tudást és tapasztalatot.

Szabó Zoltánnal 2023-ban alapítottuk meg az INTEGRAL SAGITTA Szövetséget amiben legfőbb célkitűzésül tűztük ki, hogy támogassuk, szolgáljuk azokat akik a felébredés, felnövés, felemelkedés, önismeret és integrál közösségépítésben indulnak el és haladnak az úton Magyarországon és a nemzetközi térben egyaránt.



Péntek: 16:15-17:55

Bedő Nóra, Kemény Péter

A férfi és a nő bennem - Integrál család- és rendszerállítás

Hol tartasz a benned élő férfi és női minőség megismerésével? Milyen viszonyban vannak egymással? Harcolnak, vagy tudnak szeretetben lenni? Ebben a sajátélményű állítós workshopban, találkozhatasz benned levő férfival és nővel, és megteheted a következő lépést az integrációjuk felé. Ez szolgálhatja a párkapcsolatod és az alapvető viszonyodat önmagaddal és a világgal.

Kemény Péter

Integrál Családállító, csoportvezető, önismereti mentor

Péter 14 éve tart családállításokat és integrál szemléletű önismereti csoportokat. Az integrál családállítás műfajának egyik megalkotója. Ötvözi Ken Wilber emberképét Bert Hellinger rendszerszemléletével, módszerében integrálja a családállításba pszichodráma, a bodywork, és az energetikai munka elemeit. Bedő Nóra kollégájával ezt 3 éves képzésben tanítja, amely a 3. évfolyamánál jár.

Párkapcsolati workshopokat tart. Rendszerszemléletű szupervízióval támogatja a segítő szakmában dolgozók munkáját.

Férfiszövetség keretében, csoportok és workshopok segítségével kutatja férfítársaival, hogy milyen minták szerint érdemes élnie egy 21.

századi férfinak. Küldetésének és munkájának fókuszában az együttérzés és hiteles jelenlét átadása áll. Az Evernessen: Férfiszövetség témában, Ősök tánca - integrál családállítás és párkapcsolati workshop keretében találkozhatasz vele.



Bedő Nóra

Integrál családállító, integrál tanácsadó

Hiszem, hogy tudunk változtatni a saját sorsunkon és környezetünkön, ha készen állunk szembe nézni a tudattalanban meghúzódó erőkkel. Az én utam is eszerint alakult.

Jógával kezdtem 2000-ben, majd az Integrál Akadémia 3 éves integrál pszichológia szakát végeztem el 2011-ben. Közben tanultam terápiás kommunikációt, majd Hellinger-féle családfelállítást és SzomatoDráma csoportvezetést. Önkéntesként dolgoztam egy anyaotthonban 12 éven keresztül.

Segítői munkám alapja egyéni folyamatokban is az Integrál Pszichológia és a hellingeri szemlélet a családi tudattalanból ható erőkről. Csoportokban eleinte hagyományos családfelállítással kezdtem dolgozni, majd tapasztalataimat összegyűrva és továbbfejlesztve kollegámmal, Kemény Péterrel létre hoztuk az Integrál Rendszerállítás módszertanát. Ezt tanítjuk is 2018 óta.



Péntek: 18:15-19:25

Bajzáth Sándor

Szerhasználat és felépülés - Előadás

Drogkarrier - a le - és felépülés szakaszai - egy felépülő szenvedélybeteg személyes életútja tükrében. Az előadás során kitérek a diszfunkcionális család szerepére, a függőséget érintő fontosabb jellemzőkre, a használat módozataira, a fenntartó programokra, a mélypont szerepére, a kórházi kezelésekkkel és a rehabilitációval kapcsolatos kérdésekre.

Az újrakezdéssel járó nehézségekre, az absztinencia, a (visszacsúszás/visszaesés) kérdéskörére, a keresztfüggőségekre, az önsegítő csoportok felépülésben játszó szerepére, az addiktológiai konzultánsként kórházi és egyéb csoportokban szerzett tapasztalataimra, valamint a szerhasználó egyénekkkel és a hozzátartozókkal végzett munkámra.

Bajzáth Sándor

Addiktológiai konzultáns

Bajzáth Sándor (1965-) felépülő függő, szociális munkás, addiktológiai konzulens, gyászcsoporth vezető. Nagyjából 15 év intravénás kábítószerhasználat, több mint tíz kórházi elvonós leállási kísérlet és több rehabilitációs intézetben eltöltött 40 hónap után 2002. szeptember 10-e óta él szer és alkoholmentesen, felépülésben. Drog- és alkoholfüggőkkel, valamint hozzátartozóikkal foglalkozott tizenöt évig egyéni és csoportos formában, intézményi keretek között 2022-ig. 2012-ben kezdte el magánpraxisát, függőkkel és hozzátartozóikkal dolgozik egyéni keretek között, illetve hozzátartozói csoportot vezet.



Évek óta függőség témájú cikkeket publikál (www.addikt.hu), előadásokat tart.

Társszerzője a Repülök a gyógyszerrel és a Pörögnek a fejemben a filmkockák c. köteteknek. 2023. szeptemberétől a SOTE-ETK addiktológiai konzultáns képzésén óraadó tanár.

Péntek: 19:45-21:25

Wojniczky László

Áramlás, szabad tánc - Bodywork

Kapcsolódní önmagaddal, együtt lenni a másikkal lélektől-lélekiig... Szabadon, sémák nélkül... az elme, a gondolatok most pihenni mennek, a tested és az érzéseid kerülnek a középpontba. Mi az ami benned és általad a közös térben születik a jelen pillanatában? Gyere, teremtsünk, tapasztaljunk együtt és élvezzük közösen a gyümölcsét annak, ami rajtunk keresztül most megnyílvánulni akar.

Wojniczky László

Önismereti mentor, Bodywork csoportvezető

A Bodywork módszer számomra a jelenlétet, a kapcsolatot és a biztonságos teret jelenti, ahol a testünkben őrzött mintáinkhoz és működésünket meghatározó lenyomatokhoz férünk hozzá az "itt és mostban", szavak nélkül. Veled vagyok és segítelek hogy személyiséged fejlődésében és spirituális növekedésedben egyensúly és harmónia legyen.



Szombat - Jún 29, 2024

Szombat: 8:00-8:40

Tóth Mónika

Ülő meditáció - meditáció

Hívlak téged, hogy meditaljunk együtt, hiszen a legmélyebb megértéseink, tapasztalásaink a csendben születnek.

Tóth Mónika

Integrál tanácsadó és flow csoportvezető, Integrál családállító

Érdekel az emberi viselkedés, a fejlődés, a személyiség, és hogy ki vagyok a személyiségen túl. Tanulmányaim az Integrál Akadémián végeztem. Segítői munkám során egyéniben kísérem klienseim, hogy megtalálják a belső utat önmagukba. Integrál flow és testorientált, integrál családállítás csoportokat vezetek.



Az évek során fontossá vált számomra a meditáció. A théraváda buddhista hagyomány szerint gyakorlok, Beth Upton (Anuttara) tanításai alapján. A meditáció által közel kerültem önmagamhoz, jelenlétet, és nyugalmat hoz számomra.

Szombat: 9:00-10:25

Kemény Péter, Pócz Adriana

Párkapcsolati workshop - Szeretet vs. függés - Előadás, állítás, sajátélményű workshop

Sok párkapcsolati konfliktusunk abból fakad, hogy nem szabadon szeretjük egymást, hanem függünk egymástól, a játszmáinktól és elvárásainktól - a traumánkból fakadó kötődéseinket működtetjük. Amíg a játszmáinkat ismételjük, addig a saját világunk lencséjén keresztül látjuk a párunkat. Ez még nem az a szeretet, ami szabaddá tesz, se minket, se a másikat.

A workshopon a minket kötő mintázatokkal és az ebből kivezető úttal fogunk foglalkozni elméletben, de főleg gyakorlatban. Minden résztvevőnek lesz saját állító folyamat. Gyere és tegyél egy lépést egy szabadabb párkapcsolati minta felé.

Kemény Péter

Integrál Családállító, csoportvezető, önismereti mentor

Péter 14 éve tart családállításokat és integrál szemléletű önismereti csoportokat. Az integrál családállítás műfajának egyik megalkotója. Ötvözi Ken Wilber emberképét Bert Hellinger rendszerszemléletével, módszerében integrálja a családállításba pszichodráma, a bodywork, és az energetikai munka elemeit. Bedő Nóra kollégájával ezt 3 éves képzésben tanítja, amely a 3. évfolyamánál jár.

Párkapcsolati workshopokat tart. Rendszerszemléletű szupervízióval támogatja a segítő szakmában dolgozók munkáját.



Férfiszövetség keretében, csoportok és workshopok segítségével kutatja férfitársaival, hogy milyen minták szerint érdemes élnie egy 21. századi férfinak. Küldetésének és munkájának fókuszában az együttérzés és hiteles jelenlét átadása áll.

Az Evernessen: Férfiszövetség témában, Ősök tánca - integrál családállítás és párkapcsolati workshop keretében találkozhatasz vele.

Pócz Adriana

Önismereti mentorként és családállítóként abban segíti a hozzá fordulókat, hogy a "jógyerekség" helyett önmaguk hitelesebb rétegeihez kapcsolódjanak, és merjenek a saját útjukon haladni, bármerre is vezesse őket. Az Önazonosság művészete facebook oldalán és azonos nevű youtube csatornáján személyes hangvételű írásokat és videókat oszt meg, amelyekben önismereti meglátásait, vagy éppen saját gyarlóságait tárja az olvasók és nézők elé, annak filozófiáját követve, hogy amit meg merünk nevezni, annak már nincs hatalma felettünk.



Szombat: 10:45-12:15

Gánti Bence

Nyílt Óra Gánti Bencével az Integrál Akadémia vezető pszichológusával:

A spiritualitás és pszichológia szintézise

Miért szükséges a spiritualitást és a pszichológiát összekapcsolni?

Bevezetés az integrál szemléletbe.

Az integrál szemlélet egy szintetizáló szakmai irányzat, amelyet a világhírű amerikai filozófus, író, Ken Wilber alkotott meg és mára több millió képviselője van szerte a világon. A rendkívül izgalmas elmélet- és gyakorlatrendszer szakértői módon szintetizálja a nyugati pszichoterápiás, pszichológiai ismereteket, valamint a spirituális bölcséleti hagyományok tudatról szóló tanításait. Az így kapott teljes spektrumú emberképet alkalmazza az élet minden területére, úgymint a gyógyítás, az orvoslás, a pszichoterápia, a coaching, a közgazdaságtan, az üzleti élet, a jog, az ökológia, a politika és a művészet területeire.

Az integrál szemlélet egyszerre kelet és nyugat szintézise, tudomány és spiritualitás (vallás és misztika) szintézise, test és elme szintézise, egyén és társadalom szintézise. Az ember lelki és szellemi ismeretei mellett kitér az evolúció, a társadalom, a kultúra és az ökológia kérdéseire. Integrálja az ősi évezredek bölcséleti tudást a modern tudomány ismereteivel. Az integrált rendszer háttérében több száz - az előbb említett - rendszer és sok ezer szakirodalom módszeres és szisztematikus összevetése áll

Gánti Bence:

INTEGRÁL PSZICHOLÓGUS, M.A.

Gánti Bence, M.A, integrál szemléletű pszichológus és klinikai szakpszichológus, az integrál szemlélet hazai elterjesztője, nemzetközileg ismert alakja és az Integrál Akadémia alapítója.

1999-ben az ELTE pszichológia szakán végezve további tanulmányait a hazai klinikai és pszichoterápiás képzőhelyek mellett az integrál szemlélet megalapítójánál, Ken Wilbernél az Amerikai Egyesült Államokban, valamint a jóga és buddhista meditációk területén távol-keleten, Indiában, Burmában és Thaiföldön folytatta.



Egyesítve a nyugati és keleti ismereteket és gyakorlatokat, az integrál pszichológiával egy olyan globális, integrált és kultúra-független megközelítést képvisel, mely éppúgy képes támogatni az egészséges ember hétköznapi életének jólétét és az önmegvalósítását (hétköznapi élet), mint a szellemi útkeresők spirituális ébredését (spirituális gyakorlás), vagy éppen a lelki problémák feldolgozását a szenvedőknél (a klinikum területe).

A 2006-ban Budapesten megalapította az Integrál Akadémiát, amely három éves képzésben tanítja az integrál pszichológiát. Emellett, a nemzetközi szakmai élet legfőbb, kétévente megrendezett találkozájának, az Integral European Conference-nek (IEC) is alapítója és igazgatója 2014 óta. Emellett segédkezik más kontinenseken is, Dél-Afrikában az Integrál Afrikai Konferencia (IAC) megteremtésében, valamint az Integrál Latin-Amerikai Konferencia megteremtésében, Kolumbiában, mindezzel támogatva a globális integrál mozgalom főbb akupunktúrás pontjainak a fejlesztését.

Szervezői és tanítási tevékenysége mellett tanárokat képez, személyiségfejlesztő-, terápiás-, és önismereti tréningeket és elvonulásokat tart, melyet itthon Integrál Tábor néven, külföldön Integral Flow Experience workshop és retreat néven szervez.

Magánpraxisban egyéni terápiás üléseket is tart, mint pszichológus Budapesten, és Zoomon. Nemzetközi terepen tanít az Amerikai Egyesült Államokban is, ahol hét évet élt a kaliforniai San Franciscóban, ahol Barack Obama elnöksége alatt szerzett állampolgárságot. A hét év során a Ken Wilbernél folytatott tanulmányok mellett előadóként, integrál pszichológiát tanított a San Francisco State University-n és a Meridián University-n. Csoportvezetőként és szervezőként aktívan részt vett az amerikai integrál konferenciákon és rendezvényeken. Emellett integrál pszichológiai tanítási és csoportvezetési tevékenységei kiterjednek még a következő országokra, ahová meghívták: Mexikó, Németország, Svájc, Ausztria, Olaszország, Portugália, Svédország, Oroszország, Ukrajna, Bulgária, Görögország.

Szombat: 12:45-14:15

Gánti Bence beszélget Dr. Budai Lászlóval

Ultrarövid terapeuta az ultrahosszúval beszélget - Pszichofotel

Dr. Buda László

Orvos vagyok, pszichiáter és pszichoterapeuta

Pályám első éveiben hagyományos elmeosztályokon dolgoztam, ahol ugyan nem éreztem túl jól magam, de visszatekintve, ez az időszak rendkívül hasznosnak bizonyult és különös tapasztalatokhoz juttatott az emberi lélek működésével és zavaraiival kapcsolatban.

Emellett elkezdtem tanítani a Pécsi Orvostudományi Egyetemen, hallgatóból tanárrá válva ekkor kezdődött oktatói és előadói pályafutásom. Pszichológiai és szociológiai jellegű tantárgyakban mélyültem el, és éveket szántam rá, hogy csiszoljam, finomítsam magamban, mit és hogyan érdemes tanítani, hogy annak igazán értelme legyen.

Ezzel párhuzamosan kutatásba fogtam, és közel 8 évnyi anyaggyűjtés, rendszerezés és publikálás után Ph.D. címet szereztem az alternatív/komplementer gyógyászat szociológiai és pszichológiai összefüggéseinek témakörében.

Később megbízást kaptam az egyetemtől, hogy megalapítsam az ország első, komplementer medicinával foglalkozó tanszékét, melyet évekig vezettem.

2005-ben találkoztam a szomato-pszichoterápiával, amelyről csak valamivel később bizonyosodott be, milyen fontos impulzust adott. A szomato-pszichoterápiától már szinte magától értetődően haladt bennem az összerendeződés valamivé, ami aztán a 2009-ben a "SzomatoDráma" nevet kapta.

Időközben fokozatosan érlelődött bennem az "Ultrarövid Terápia" módszertana is, amely 2016-17 tájékán nyerte el mai formáját.

Az elmúlt évek során három könyvet írtam, ebből kettő („Mit üzen a tested?” 2003 és „Mit üzen a lelked?” 2006) kereskedelmi forgalomba került, és hamar bestseller lett.

A harmadik ("A Gyógyító Játék vezetése") tankönyvként segíti a SzomatoDráma módszerével ismerkedőket.



Mostanában elsősorban előadások, tanfolyamok és szakmai továbbképzések tartásával, egyéni konzultációkkal, írással, valamint a SzomatoDráma és Ultrarövid Terápia köré szerveződő szakmai közösség gondozásával töltöm az időmet. Számptalan különleges tapasztalat, mély felismerés, "csodás" gyógyulás és sok barátságos, nyitott, lelkes ember vesz körül, nem is kívánhatnék magamnak szebb, jobb munkát.

Szombat: 14:45-15:55

Kiss József Zsolt

Jelen sorsfordító idők tanulságai, tanításai integrál szemlélettel - Előadás

Hogyan juthatunk mostanság "5-ről a 6"-ra, ahogy a köznyelv mondja, s aki az integrál pszichológiát ismeri, annak ez mást is jelenthet, sőt még azt is, hogy az ún. Wilber tudati létrán és kvadránsokban, milyen integratív lépéseket tehetünk meg. Mindezt, hogy segítheti, emelheti, inspirálhatja, kényszerítheti ki a mostani és a közeljövő időminősége.

Mindezt szeretném, tudat, önismereti szintemnek megfelelően összefoglalni, köznyelven és integrálos ránézéssel egyaránt és természetesen ön-sors, világismereti szempontból láttatni az előadás során. Más megközelítésben hogyan és mit tehetünk most, mint belső mozdulatok, külső tettek, törekvések az emberi fejlődésünk, szellemi, tudati, szeretetbéli emelkedésünk, valódi jól-létünk érdekében.

Kiss József Zsolt

Mentálhigiénés és segítő szakember, asztrológus, televíziós újságíró

Előbb filozófiát majd médiát tanult, később asztrológiában, s végül segítő hivatásban képezte magát, utóbb mint mentálhigiénés szakember és jelenleg is pszichi segítői téren szerez végzettséget. Munkája egyik része televíziós, rádiós szerkesztő-riporter-műsorvezetői tevékenység, másik pedig önismereti, személyiségfejlesztő módszerekkel és az asztrológiával az emberek ön és sorsismeretének, ébredésének segítése, kísérése. Mindkettőben szándéka a tudatosság emelése a világunkban, saját eszmélésem által is.



Működik egy asztrológia iskolája, ahol a cél nem csak és elsősorban asztrológusok képzése hanem egy ön-, sors-, és világismereti alap átadása. Jelenleg van egy közép-kezdő és egy haladó fázisban lévő csoportja, amihez tudásszintnek megfelelően bármikor lehet csatlakozni és jelentkezni, minderről valamennyi információ és jelentkezés a honlapon: kissjosefzsolt.blog.hu

Szombat: 16:15-17:25

Gánti Bence

Hogyan dolgozzunk terápiásan a spirituális élményekkel? - Előadás

Az előadásban, amelyben élő kliens bemutató is lesz, azt járjuk körül, hogyan dolgozzunk az emberek spirituális élményeivel pszichológiailag. A spirituális élmények gyakran megrengetik az egónkat, a világunkat, és sokszor magunkra maradunk a feldolgozással, akkor is ha volt egy megosztó kör a végén. Az nem elég. A spirituális emberek útján általában az egó és a spirituális részünk összefonódik, és egy félkész, vegyes életet élünk, amelyben jelentős előrelépés a hitelessé válás és ébredés útján, ha spirituális szertartások és élmények mellé önfejlesztő célzatú pszichoterápiás átdolgozást is kapunk.

Gánti Bence:

INTEGRÁL PSZICHOLOGUS, M.A.

Gánti Bence, M.A, integrál szemléletű pszichológus és klinikai szakpszichológus, az integrál szemlélet hazai elterjesztője, nemzetközileg ismert alakja és az Integrál Akadémia alapítója.

1999-ben az ELTE pszichológia szakán végezve további tanulmányait a hazai klinikai és pszichoterápiás képzőhelyek mellett az integrál szemlélet megalapítójánál, Ken Wilbernél az Amerikai Egyesült Államokban, valamint a jóga és buddhista meditációk területén távol-keleten, Indiában, Burmában és Thaiföldön folytatta.



Egyesítve a nyugati és keleti ismereteket és gyakorlatokat, az integrál pszichológiával egy olyan globális, integrált és kultúra-független megközelítést képvisel, mely éppúgy képes támogatni az egészséges ember hétköznapi életének jólétét és az önmegvalósítását (hétköznapi élet), mint a szellemi útkeresők spirituális ébredését (spirituális gyakorlás), vagy éppen a lelki problémák feldolgozását a szenvedőknél (a klinikum területe).

A 2006-ban Budapesten megalapította az Integrál Akadémiát, amely három éves képzésben tanítja az integrál pszichológiát. Emellett, a nemzetközi szakmai élet legfőbb, kétévente megrendezett találkozájának, az Integral European Conference-nek (IEC) is alapítója és igazgatója 2014 óta. Emellett segédkezik más kontinenseken is, Dél-Afrikában az Integrál Afrikai Konferencia (IAC) megteremtésében, valamint az Integrál Latin-Amerikai Konferencia megteremtésében, Kolumbiában, mindezzel támogatva a globális integrál mozgalom főbb akupunktúrás pontjainak a fejlesztését.

Szervezői és tanítási tevékenysége mellett tanárokat képez, személyiségfejlesztő-, terápiás-, és önismereti tréningeket és elvonulásokat tart, melyet itthon Integrál Tábor néven, külföldön Integral Flow Experience workshop és retreat néven szervez.

Magánpraxisban egyéni terápiás üléseket is tart, mint pszichológus Budapesten, és Zoomon. Nemzetközi terepen tanít az Amerikai Egyesült Államokban is, ahol hét évet élt a kaliforniai San Franciscóban, ahol Barack Obama elnöksége alatt szerzett állampolgárságot. A hét év során a Ken Wilbernél folytatott tanulmányok mellett előadóként, integrál pszichológiát tanított a San Francisco State University-n és a Meridián University-n. Csoportvezetőként és szervezőként aktívan részt vett az amerikai integrál konferenciákon és rendezvényeken. Emellett integrálpszichológiai tanítási és csoportvezetési tevékenységei kiterjednek még a következő országokra, ahová meghívták: Mexikó, Németország, Svájc, Ausztria, Olaszország, Portugália, Svédország, Oroszország, Ukrajna, Bulgária, Görögország.

Szombat: 17:45-19:25

Bedő Nóra, Dr. Preisz Éva Eszter

Transzgenerációs kaleidoszkóp - Saját élményű workshop

Van olyan ősöd, akinek a története kiemeleten fontos számodra vagy akinek a története mélyen megérint? Lehet, hogy nem is tudod, hogy miért. Saját élményű workshopunkon lehetőséged lesz őhöz kapcsolódni egy téged támogató erő segítségével. Állítós térben, az Integrál Rendszerállítás eszközeivel dolgozunk.

Dr. Preisz Éva Eszter

Pszichiáter, pszichoterapeuta

25 éve támogatja a hozzá forduló klienseket pszichés nehézségeik feloldásában.

Hiszi, hogy minden nehézség mögött egy összetett, kellő odafordulással feltárható történet áll.

Ezért nem csak a tünetekre helyezi a fókuszot, hanem igyekszik megérteni a háttérben húzódó személyes, szocializációs, transzgenerációs hátteret is. Az utóbbi években a transzgenerációs érintettség került érdeklődése fókuszába.



Szombat: 19:45-20:55

Stumpf Zsuzsanna

A bőrünk nem a határunk. A Test-Lélek-Szellem lényege, azaz három az Egyben? - Előadás

Mindig a nagyobb rendszer része a kisebb rendszer - de hogyan épülnek és hogyan hatnak egymásra a rendszerek? Hogyan tud Egy lenni a Három? Hogyan jelenik meg a Test-Lélek-Szellem egysége a különböző hagyományokban, és hogyan szólnak mégis ugyanarról?

Stumpf Zsuzsanna

Integrál Pszichológia hallgató, személyiség- és szervezetfejlesztő, tréner

Integrál Pszichológia hallgató, személyiség- és szervezetfejlesztő, tréner, párkapcsolati és mentálhigiénés tanácsadó, rendszer - és családállító, pszichodráma-vezető, szociálpszichológia hallgató



Vasárnap - Jún 30, 2024

Vasárnap: 8:00-8:40

Tóth Mónika

Ülő meditáció - meditáció

Hívlak téged, hogy meditáljunk együtt, hiszen a legmélyebb megértéseink, tapasztalásaink a csendben születnek.

Tóth Mónika

Integrál tanácsadó és flow csoportvezető, Integrál családállító

Érdekel az emberi viselkedés, a fejlődés, a személyiség, és hogy ki vagyok a személyiségen túl. Tanulmányaim az Integrál Akadémián végeztem. Segítői munkám során egyéniben kísérem klienseim, hogy megtalálják a belső utat önmagukba. Integrál flow és testorientált, integrál családállítás csoportokat vezetek.



Az évek során fontossá vált számomra a meditáció. A théraváda buddhista hagyomány szerint gyakorlok, Beth Upton (Anuttara) tanításai alapján. A meditáció által közel kerültem önmagamhoz, jelenlétet, és nyugalmat hoz számomra.

Vasárnap: 9:00-10:25

Samodai Kati, Lévai Brúnó

Régiből az újba - Integrál család- és rendszerállítás

Olyan korszakot élünk, amikor egyre nagyobb a készletelés a változásra. A régi mintáink, szokásaink, gondolkodásmódunk egy része fenntarthatatlanná válik.

Lehet, hogy te is érzed ezt a nyomást az életed egy-egy területén. Kieleződő konfliktusok, megkerülhetetlen nehézségek emberi kapcsolatokban, hivatásban, anyagiakban, vagy akár testi tünetek formájában hívják fel a figyelmed egyre hangosabban a változtatás szükségességére.

Talán szeretnél továbblépni, elengedni ami már nem szolgál.

Mi segít, támogat ebben a változásban? Mi az, ami inkább visszahúz, akadályoz?

Vajon észreveszed a segítő erőket? Tudod, mered használni őket?

Tisztán látod, mi az akadály? Vagy lehet, hogy nem akarod látni?

Ezzel a csoportos állítással lehetőséget adunk arra, hogy e kérdésekre megtaláld a saját válaszod, és elindulhass, egyre közelebb érhess önmagadhoz a neked most legfontosabb életterületen.

Samodai Kati

Integrál tanácsadó, családállító, Integral Church szertartásvezető

Önismeret és spiritualitás. A kettőt együtt érdemes. Külön-külön mindegyik sántít. Igaz, hozza magával egyik a másikat, előbb-utóbb.

Hiszem, hogy a spiritualitás járhat két lábbal a földön, áthathatja a hétköznapi életet külsőségek nélkül is – ha önismeretet gyakorlunk mellé. Az eredmény öröm az élet mindennapi dolgaiban, könnyedség, hitelesség, önfelvallás, kiteljesedés.

Erre törekszem a saját életemben és ehhez nyújtok támogatást a hozzám fordulóknak. Kinek-kinek a saját, egyéni színei, útja szerint.

Az Integral Church alkalmakon ezt a „földelt” spiritualitás képviseljük, ennek a megéléséhez adunk teret.



Vasárnap: 10:45-11:55

Bőr Róbert

Ölelő figyelem: empátia és határtartás a közelség jegyében - Előadás

“Az empátia annyit tesz, mint a másik szemével látni, a másik fülével hallani, és a másik szívével érezni.”

Alfred Adler

Az empátia hiánya társadalmi szintű jelenség: anélkül élünk a kapcsolatainkban, hogy a társunk igazán látna, értene minket, s hogy tekintettel lenne ránk. Ez a hiány bizalmatlansághoz vezet, a bizalmatlanság pedig az elköteleződés akadályává válik.

Az előadáson felvázolom az empátia három oldalát: az érzelmi (átérzés), az értelmi (a másik nézőpontjának az átvétele) és az akarati empátiát (a másik döntéseinek elfogadása), illetve összehasonlítom az információ- és a kapcsolatorientált kommunikációs modelleket. Sajátos perspektívát adok az empatikus figyelem hatásáról az önismereti munkában.

Szó lesz arról, milyen kapcsolatban áll az Én-idő, Te-idő és Mi-idő, és hogy Te-idő nélkül miért nincs Én-idő, illetve fordítva. Áttekintjük az empatikus válasz valós és vélt akadályait, illetve a tipikus félreértéseket az empatikus kommunikáció körül. Hangsúlyozni fogom, hogy miért vezet a félreértett empátia a megmentő/áldozat szerepekhez, és bemutatom a határhúzást, mint az empátia következményét. Végül áttekintést adok az empátiafejlesztés megközelítéseiről, illetve elérhető módszereiről.

Bőr Róbert

Mentor, tréner, mediátor és író

2009-ben végeztem az Integrál Akadémián, ahol azóta is vendég előadóként tevékenykedem.

Az iskola elvégzését követően az emberi kapcsolatok fejlesztése felé fordultam, így többek között csoportdinamikát, erőszakmentnes kommunikációt, tranzakcióanalízist, transzformatív mediációt, illetve bizalom helyreállítási technikákat tanultam.

Társalapítója vagyok a KapcsolatDinamika rendszerének, amely kapcsolat- és közösségfejlesztő szolgáltatásokat nyújt magánszemélyek és közösségek számára, illetve az Ölelő Figyelem módszerének, amely az intimitás megteremtését célozza a beszélgetésben. Több, mint tíz éve segítek embereknek és pároknak az ismételt viselkedési mintázatok feltárásában és átalakításában. Rendszeresen tartok előadásokat a kapcsolati mintázatok, illetve a kapcsolat tudatos kommunikáció témáiban. Mindezekben túl több, mint három éve vezetek empátia fejlesztő tréningeket, és egy könyvem is megjelent már "Kapcsolatdinamika" címmel.

Jelenleg mentorként, trénerként, mediátorként és íróként tevékenykedek Budapesten, miközben az M. Scott Peck munkásságán alapuló Community Building rendszerében képződöm, illetve asztrológiát tanulok. Munkámban ötvözöm az emberi lét egyéni és társas, érzelmi, értelmi és intuitív oldalait, a minőségi figyelmet és az elmélyülést.



Vasárnap: 12:30-14:00

Gánti Bence beszélget Bajzáth Sándorral

Kiút a pokolból: a heroin addikt, akiből gyógyító lett. - Pszichofotel

Bajzáth Sándor

Addiktológiai konzultáns

Bajzáth Sándor (1965-) felépülő függő, szociális munkás, addiktológiai konzulens, gyászcsoporth vezető. Nagyjából 15 év intravénás kábítószerhasználat, több mint tíz kórházi elvonós leállási kísérlet és több rehabilitációs intézetben eltöltött 40 hónap után 2002. szeptember 10-e óta él szer és alkoholmentesen, felépülésben. Drog- és alkoholfüggőkkel, valamint hozzátartozóikkal foglalkozott tizenöt évig egyéni és csoportos formában, intézményi keretek között 2022-ig. 2012-ben kezdte el magánpraxisát, függőkkel és hozzátartozóikkal dolgozik egyéni keretek között, illetve hozzátartozói csoportot vezet.



Évek óta függőség témájú cikkeket publikál (www.addikt.hu), előadásokat tart. Társszerzője a Repülök a gyógyszerrel és a Pörögnek a fejemben a filmkockák c. köteteknek. 2023. szeptemberétől a SOTE-ETK addiktológiai konzultáns képzésén óraadó tanár.

Gánti Bence:

INTEGRÁL PSZICHOLOGUS, M.A.

Gánti Bence, M.A, integrál szemléletű pszichológus és klinikai szakpszichológus, az integrál szemlélet hazai elterjesztője, nemzetközileg ismert alakja és az Integrál Akadémia alapítója.



1999-ben az ELTE pszichológia szakán végezve további tanulmányait a hazai klinikai és pszichoterápiás képzőhelyek mellett az integrál szemlélet megalapítójánál, Ken Wilbernél az Amerikai Egyesült Államokban, valamint a jóga és buddhista meditációk területén távol-keleten, Indiában, Burmában és Thaiföldön folytatta.

Egyesítve a nyugati és keleti ismereteket és gyakorlatokat, az integrál pszichológiával egy olyan globális, integrált és kultúra-független megközelítést képvisel, mely éppúgy képes támogatni az egészséges ember hétköznapi életének jólétét és az önmegvalósítását (hétköznapi élet), mint a szellemi útkeresők spirituális ébredését (spirituális gyakorlás), vagy éppen a lelki problémák feldolgozását a szenvedőknél (a klinikum területe).

A 2006-ban Budapesten megalapította az Integrál Akadémiát, amely három éves képzésben tanítja az integrál pszichológiát. Emellett, a nemzetközi szakmai élet legfőbb, kétévente megrendezett találkozájának, az Integral European Conference-nek (IEC) is alapítója és igazgatója 2014 óta. Emellett segédkezik más kontinenseken is, Dél-Afrikában az Integrál Afrikai Konferencia (IAC) megteremtésében, valamint az Integrál Latin-Amerikai Konferencia megteremtésében, Kolumbiában, mindezzel támogatva a globális integrál mozgalom főbb akupunktúrás pontjainak a fejlesztését.

Szervezői és tanítási tevékenysége mellett tanárokat képez, személyiségfejlesztő-, terápiás-, és önismereti tréningeket és elvonulásokat tart, melyet itthon Integrál Tábor néven, külföldön Integral Flow Experience workshop és retreat néven szervez.

Magánpraxisban egyéni terápiás üléseket is tart, mint pszichológus Budapesten, és Zoomon. Nemzetközi terepen tanít az Amerikai Egyesült Államokban is, ahol hét évet élt a kaliforniai San

Franciscoban, ahol Barack Obama elnöksége alatt szerzett állampolgárságot. A hét év során a Ken Wilbernél folytatott tanulmányok mellett előadóként, integrál pszichológiát tanított a San Francisco State University-n és a Meridián University-n. Csoportvezetőként és szervezőként aktívan részt vett az amerikai integrál konferenciákon és rendezvényeken. Emellett integrálpszichológiai tanítási és csoportvezetési tevékenységei kiterjednek még a következő országokra, ahová meghívták: Mexikó, Németország, Svájc, Ausztria, Olaszország, Portugália, Svédország, Oroszország, Ukrajna, Bulgária, Görögország.

Vasárnap: 14:30-15:40

Király Tamás

Spirituális segítők és elakadásaik - Előadás

Napjainkban egyre több ember fordul a spiritualitás felé, kiegészítve ezzel az önismereti útjukat. Ezáltal, ez a korszak spirituális ébredéshez vezeti az embereket, amely egyben spirituális segítők is felnevel.

A segítők mennyisége, megesik, hogy a minőség rovására növekszik. Ennek okán sok hiteles spirituális segítő elvész a mennyiségileg növekvő spirituális segítők között. No, de melyek a hiteles segítők ismérvei?

Tekintve, hogy minden segítő emberből van, az Ő elakadásaik miként hatnak a segítői tevékenységükre? Miben más a spirituális segítő fejlődése, az általános fejlődési úthoz képest?

Király Tamás

Aurakutató

Születésemről fogva az auralátás az életem, az egyéniségem része.

Az auralátásomnak kezdetben volt egy gyermekkori tudattalan periódusa. Ekkor azt hittem az aura mindenki számára látható, később ért a realitás, hogy mások nem alkotnak az auráról képet, s mivel az oroszán jegyében születtem, (jellemző rám a radikális elhatározás is) 12 évesen hoztam egy döntést, hogy meg akarom ismerni, fel szeretném használni, szeretném közreadni mindazt, amit az aurában érzékelni vagyok képes.



Megfigyeltem az emberek racionális és az emocionális természetét, majd ezt összevettem az általam az aurákban érzékelt folyamatokkal. Így az elmúlt 17 év alatt a megismert összefüggéseket alkalmazva felépítettem egy olyan rendszerét az aurakutatásnak, amelyen keresztül az aura összefüggései képesek hozzásegíteni az embert a megértéshez.

Az aurakutatás módszere a már ismert önismereti és önfejlesztési módok által nem behatárolható részeinkre képes rávilágítani, ezáltal minden önismereti úton járó ember számára rejtett üzenetekkel szolgál.

Előadásaimat általánosságban az aurakutatás - aurafeltárás kapcsán tartom, megcélózva ezzel az aura és az ember kapcsolatát, az aura szerepét a hétköznapi életben, illetve a személyes és spirituális fejlődésben.

Vasárnap: 16:00-17:30

Abaffy András, Budai Gergely, Kemény Péter, Lévai Brúnó, Molnár Károly, Teszár Balázs, Zám Zoltán (Férfi Szövetség)

A Férfi Útja - Az Integrált Férfi - Gyakorlatorientált workshop bodywork és családállító elemekkel

Az Integrált Férfi az, aki már éli a teremtő erejét, nem pusztításra használja, de rombolja azt, ami már nem szolgál. Kapcsolódva van az érzéseivel, lehet hozzá is kapcsolódni, másokra egyenlőként, nem vetélytársként tekint. Szolgálja önmagát és a világot, mindezt önazonosan.

A workshop alatt lehetőség lesz meglátni Férfitársaidat, valamint Önmagad a másik tükrében és éld meg a fent említett minőségeket a gyakorlatban. Ez a workshop ízelítőt ad a nyári 4 napos, 100 fős Férfi beavató elvonulásról, ahol megszületik benned az új Integrált Férfi minőség.

Abaffy András

férfikör vezető, integrál önismereti csoportvezető

Küldetése, hogy találkozni lehessen azzal a mélységgel, amiben elfojtás, eltemetés vagy elfeledés történt. Örök meg nem értettként keresi az önazonos kapcsolódás útját, a szégyen ellenszerét, az egyenrangúság biztonságát. Ebben a transzformatív utazásban kíséri a hozzá fordulókat egyéniben és csoportban a biztonság, az értékesség és az önazonosság felé.



Budai Gergely

Spirituális tanító, készségfejlesztő tréner, vezetői coach

Az Energy of Consciousness spirituális irányzat egyik vezetője, oktatója, hazánkban és külföldön egyaránt. Lassan két évtizede foglalkozik a tudat, a lélek és a készségek fejlesztésével, több ezer főt volt már lehetősége segíteni. Célja az egyének, a közösségek és a társadalmunk tudatosságának emelése, ehhez a modern, nyugati és az ősi, keleti módszertanok és hagyományok ismereteit és megértéseit igyekszik szintetizálni.

Hisz abban, hogy jelen világunk kollektív kihívásait az egyén tudatosságának fejlesztésével lehet megoldani, ennek lehetőségeit igyekszik megragadni élete során.



Lévai Brúnó

Önismereti mentor, integrál családállító, érintésterapeuta

Társ, apa, harcos, útonjáró.

Integrál szemléletben kíséri klienseit önismereti csoportokon, családállításokon és egyéni alkalmakon keresztül. Küldetése, hogy segítsen egyensúlyt és szövetséget teremteni a nő és férfi között, legyen az az egyén belső része, vagy két ember kapcsolata.

Célja, hogy minden ember felszabadultan élje meg saját erejét, egy magasabb egymást támogató szinten.



Teszár Balázs

Önismereti csoportvezető, Férfikör vezető

Balázs küldetése, hogy támogassa a hozzá fordulókat a szűkösségből a terességbe, a megfelelési kényszerből az önazonosságba.



Kemény Péter

Integrál Családállító, csoportvezető, önismereti mentor

Péter 14 éve tart családállításokat és integrál szemléletű önismereti csoportokat. Az integrál családállítás műfajának egyik megalkotója. Ötvözi Ken Wilber emberképét Bert Hellinger rendszerszemléletével, módszerében integrálja a családállításba pszichodráma, a bodywork, és az energetikai munka elemeit. Bedő Nóra kollégájával ezt 3 éves képzésben tanítja, amely a 3. évfolyamánál jár.

Párkapcsolati workshopokat tart. Rendszerszemléletű szupervízióval támogatja a segítő szakmában dolgozók munkáját.



Férfiszövetség keretében, csoportok és workshopok segítségével kutatja férfitársaival, hogy milyen minták szerint érdemes élnie egy 21. századi férfinak. Küldetésének és munkájának fókuszában az együttérzés és hiteles jelenlét átadása áll.

Az Evernessen: Férfiszövetség témában, Ősök tánca - integrál családállítás és párkapcsolati workshop keretében találkozhatasz vele.

Molnár Károly

Integrál szemléletű önismereti csoportvezető

Apa, autonóm férfi, egy nő társa

Az Ember és az élet szerelmese, maga az állandó változás és megújulás. Élete egyik legfontosabb feladatának látja a férfi női kapcsolat szentségének gyógyítását.

A következő formákban támogatja klienseit Integrál szemléletben:

Férfi-nő tematikájú intimitás csoport

A nő és férfi új szövetsége workshopok

Férfi önismereti csoportok és workshopok

Cégvezetői önismereti csoport

Általános témájú pszichodráma önismereti csoport

Egyéni és párkapcsolati coaching



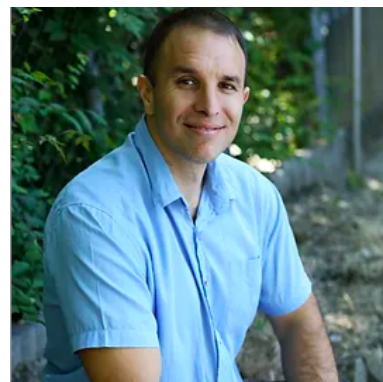
Arra törekszik, hogy munkája az emberek érzékelését, személyi erejét és akaratát fejlessze. Vágya, hogy minél több ember álljon autonóm módon a saját tengelyében, miközben mélyen összekapaszkodik családjával és embertársaival.

Hiszi, hogy van az életnek olyan síkja, ahol az étellel együtt rezdülve, áramolva, bőségben tudunk együtt létezni gyönyörű bolygónkkal és a rajta lakó embertársainkkal, tisztelve egymás autonómiájának határait.

Zám Zoltán

**Erőbresztő, önismereti tréner, intergál szemléletű coach,
holisztikus túravezető**

Műszaki egyetem után, 8 évig dolgoztam Egerben multinacionális környezetben, az autópárhelyben folyamat mérnökként. Mérnökként erősségemmé vált az analitikus gondolkodás, különböző területek átlátása, összefogása, ezáltal új megoldások kidolgozása. Aktívan sportoltam fiatal koromtól kezdve, ennek ellenére gyakran voltam beteg.



Az egészségügyi állapotom miatt elkezdtem már az egyetemi éveim alatt is az alternatív gyógyászati irányokba érdeklődni.

Miután nem kaptam kielégítő válaszokat a nyugati orvoslás útján, elkezdtem keresni a megoldásokat a magam módján. Ez a keresés vitt az agykontroll, a tai chi, a masszázs, és az energiagyógyászat irányába.

Férfiszövetség

Célunk, hogy a 21. századi változó világ kihívásaira készen álló Férfimintát teremtsünk, aki éli a teremtő erejét miközben kapcsolódva van önmagához és a világhoz.

