

## 12 kuu coaching Crystaliga

Siin on väike ülevaade mil moel kursus välja näeb.

### 1. KIS online kursus.

Saate KIS 6 kuise koolituse sisukokkuvõtte ülevaate, et aru saada mis sisu endast kujutab.

### 2. Lisamaterjalide läbitöötlemine järgneva 6. kuu jooksul

Loe lähemalt detailidest sisukorra lõpust.

-----

## Kiirtee Iseendasse Online Seikluskoolitus

### Sissejuhatus

Kuude sisu ülevaade

1 KUU

VANA KAARDISTUS JA PUHASTUS

2 KUU

SUHETE KAARDISTUS – PUHASTUS – MUUNDUMINE + SEKSUAALSUS

3 KUU

SUHTED ENDA JA TEISTEGA; ANDESTUSMEETOD; SUHTENIPID KOKKULEPPED

4 KUU TERVIS

5 KUU

SINU MISSIOON JA ELUÜLESANNE NING KÕIKVÕIMSUS

6 KUU

KÜLLUSE RATTAKTIVEERIMINE JA KÜLLUSE VUNDAMENT

### 1. Kuu, 1.Nädal

Sinu vana elu kaardistuse sissejuhatus

Vana elu kaardistus. 5 sektorit: Seksuaalsus; Suhted; Tervis; Eneseteostus, äri ja töö; Küllus ja raha

Kuidas vana kaardistada?

Kollektiivteadvusest puhastamise sissejuhatus

Kollektiivteadvusest puhastamine

Harjutused: Kuidas mittetoimivat puhastada?

Pooluste neutraliseerimine

Küsi oma keha käest

Kas KÕIK ON HÄSTI PÄEVIK võiks su elule panustada?

Mis rolli mängivad alateadvus, tavateadvus ja üliteadvus sinu elu loomisel?

3 teadvuse puhastamine ja koostöö sissejuhatus

3 teadvuse puhastamine ja koostöö

Tegelik 3 teadvuse päritolu? Võibolla hoopiski Hawaii ja Huna?

3 teadvuse töö on vaid üks väike osa Huna teadvusest, kuid loodan, et see pakub toredaid tööriistu! Kuidas panna alateadvus, tavateadvus ja üliteadvus koostööd tegema?

Harjutus

Lõdvestumine ja meditatsioon

Kohtumine kolme teadvusega Harjutus

Kuidas loomist taotleda kolme teadvuse abiga

Harjutus

Kollektiivsetest mallidest puhastamine

Kas need on tuttavad mallid?

Isiklikud kogemused ja näited

Kuidas mediteerida ja lõdvestuda sissejuhatus

Kuidas mediteerida?

Kerge meditatsioon

Mõtlemise tähtsus loomises ja kuidas muuta maailma sissejuhatus

Mõtlemise tähtsus

Loomise peamine valem: MÖTE+ SÕNA+TEGU+TULEMUS

## **1. Kuu, 2. Nädal**

Varjude Kaardistuse sissejuhatus

Varjude kaardistamine

Isiklikud kogemused ja näited

Varju mõiste päritolu

Varju Protsess Debbie Ford

Mis on Vari?

Varju embamine Debbie Fordi protsessiga

Varjude 3-2-1 Protsessi sissejuhatus

Varjude protsess 3-2-1

3-2-1 Varjutöö Protsess

1) Varju kaardistamine

2) Dialoog Varjuga

3) Varju Taasomamine Kokkuvõte

Varjude kallistamine

Kohtumine jumalannade Kali ja Pelega sissejuhatus

Kohtumine Kali ja Pelega

Esimene neist on jumalanna Kali

Jumalanna Pele

Pele lugu Hawaii mütoloogias

Minu isiklik lugu Pelega

Harjutus

Kohtumine Kali ja Pelega

Harjutus Kaliga koostööks

Enesele vastutõotamise ja sisemise kriitiku kaardistuse ja puhastamise sissejuhatus

1. Enesesabotaazi kaardistus

Mis asi on enesesabotaaz?

2. Enesesabotaazist väljatulemise harjutused

Enesesabotaazi peamised võtted

Sisemine kriitik

Harjutus

Harjutus ankruga

Mittevajalike uskumuste ja harjumuste puhastuse sissejuhatus

Mittevajalike uskumuste ja harjumuste puhastus

Mittevajalike harjumuste puhastus

Võtmeprogrammid: harjumus ja ettekujutus!

## **1. Kuu, 3. Nädal**

Sissejuhatus

Hukkamõistu kaardistuse ja muundamise sissejuhatus

Mis asi on hukkamõist?

Hukkamõist oma kehadele?

Teiste inimeste ja keskkonna hukkamõist?

Hukkamõist lükkab teie keha teist endast välja koos teie potentsiaaliga!

Küsimused kehale!

Kuidas lahustada hukkamõistu?

Hukkamõistu harjutused

Vastuvõtmise selgitus

Vastuvõtmine võiks alata iseendaga

Enesekindluse lüliti

Enesekindluseni samm sammult

Rob Yeungil on 10 soovitus: Tõeline enesekindlus tuleb iseenda, mitte kellegi teise unistuste järgimisest

Aleksander Pulveri nõuanded

Mõned väiksed nipid välise käitumise kohta, millega enesekindlust tõsta

Kuidas suhtumine loob sinu maailma

Negatiivne suhtumine teiste inimeste suhtes

Töötamine teadliku suhtumisega

Tellimus suhtumisega

Harjutused

## **1. Kuu, 4. Nädal**

Naisenergia äris sissejuhatus

Käsi pidur maha!

Naiseks olemine äris

Naisenergiad äris

Nais- ja meesenergiad äris

Uue aja äri – vaimu ja mateeria kokkusulamise projekt Harjutused

Mees- ja naisenergiad sinus?

Käsi pidur maha! Eellugu

Küsimused enne kõne:

Probleem – rahata tehingud

Omal platvormil olemine Intuitsioon

Probleem: Motivatsioonikriis

Probleem: hirm ja turvalisuse puudus peatavad loomingu

Meditatsioon ja keskmes olemine

Äraütlemine ja kaitse Kopeerimine

Plaan; küsimus; tahtejõud

Tühja deali välistamine

Probleem: varjude mäng

Probleem: Ülioptimism

Probleem: keha ja liikumine

Probleem: keskkond

Probleem: suhted

Harjutus - katse

Küsimused päeva alguseks

Puhastus

## **2. Kuu, 1. Nädal**

Sissejuhatus 4 V süsteemi

4 V süsteem – sinu suhete ja koostöö vundament

V süsteemi selgitus

Näited

Vaatenurgad

Vajadused

Väärtused

Varjud

Harjutused

Vaatenurgad

Vajadused

Väärtused Varjud

## **2. Kuu, 2. Nädal**

Seksuaalsuse ja Tantra sissejuhatus

Mis on Seksuaalsus?

Mida sina tead?

Kultuurilised ja sotsiaalsed seksuaalsed tingimused

Ei ütlemine hea südametunnistusega

Meeste naiste erinevused

Lahke suhtlemine

Terve teadlik seksuaalsus

Seksuaalsuse kaardistamise küsimused

Mis on tantra?

Tantra ajalugu

Harjutused

## **2. Kuu, 3. nädal**

Sissejuhatus

5 armastuse keele praktika Harjutused

Meesenergia maandumisplatvorm

Kuidas seda platvormi siis endast välja tõmmata?

Harjutused

Naisenergia vabastav ärkamine

Harjutused

Lisaharjutus

Kohtamine oma sisemise poolega

## **2. Kuu, 4. Nädal**

Sissejuhatus

Seksuaalsuse ja raha suhe

Esimene sild – enesekindel seksuaalsus

Teine sild – võim

Mis on võim?

Kolmas sild – vägi. Mis on vägi?

Sildade põletaja HIRM Harjutused

Usaldus ja Intuitsioon Usaldus

Vee roll usaldusel ja intuitsioonil

Usaldus ja intuitsioon seksuaalsuses

Usalduse ja intuitsiooni osa äris

Harjutused

Eesmärgipõhisest kohalolu protsessi nautlevaks seksuaal-kogemuseks

Harjutused

### **3. Kuu, 1. Nädal**

Sissejuhatus

Suhe iseendaga

Harjutused

Suhe teistega

Suhe maailmaga Peegeleffekt

Hawaii andustusmeetodi sissejuhatus

### **3. Kuu, 2. Nädal**

Sissejuhatus 4. kokkuleppele

1. Ole Laitmatu oma sõnades

2. Ära võta midagi isiklikult

3. Ole oletustest vaba

4. Annan alati endast parima

5. Milline sõnumitooja oled sina?

Harjutused

Hawaii Andustusmeetod HO' OPONOPONO

HO' OPONOPONO Joe Vitale

Ho'oponopono - Dr. Ihaleakala Hew Len

Hawaii andustusmeetodi selgitus ja harjutused

### **3. Kuu, 3. Nädal**

Sissejuhatus

Teadlike ja jätkusuutlike suhete kuldsed nõuanded Harjutused

KUU LISA: Loomingulise Kirjutamise Kursus

Loomingulise Kirjutamise Kursus Inspiratsioon

LEPING Kuupäev \_\_\_\_

Kogemused Londonis

Ettevalmistus

Takistuste eemaldamine

Vaba voolamisega kirjutamine

Esimene tund Soojendustrenn

Teine tund

Musklite trenn

Kolmas tund

Valmistus hüppeks

Neljas tund

Loome tulemuse

### **3. Kuu, 4. Nädal**

Sissejuhatus

Uue Ajastu Suhted

Uue aja 'suhted' – 'ühendumised'

Soovitused uue aja suhetele Küsimused

Ühiskonna tasandite avardamiseks küsimused

### **4. Kuu, 1. Nädal**

Sissejuhatus Tervisele

Mis sinu jaoks on tervis?

Füüsilise tervise võtmed

Harjutused

### **4. Kuu, 2. Nädal**

Sissejuhatus

Hinge, vaimu ja keha muutumised

Indigolapsed

Kristalllapsed ja kuldlapsed ja- energiad

Inglid

Iniminglid

Vaimenergia

Harjutused

Vaimu ja hinge kokkusulamine

Iseenda energeetiline tasakaalustamine

Makrotasandi mõju meie tervisele

Siin teile mõtisklused küsimustena

Makrotasandi töö tervise hävitamisel

Makrotasandi lahustumine seestpoolt väljaspoole

Makrotasandi abimees MASU

Makrotasandiit eemaldatakse loorid

Makrotasandi lagunemine

Makrotasandist välja võtmed

Makrotasandist välja - võti number kaks - Seisa silmitsi oma hirmudega

Makrotasandist välja - võti number kolm - Kehade lõdvestumine

Makrotasandist välja – võti number neli – suhtevormide muutumine

Makrotasandist välja – võti number viis – vanast lahtilaskmine

Läbi mikrotasandi muutuste surfata uude maailma Kokkuvõte

Polaarsuste muundumine meie kehaes

Krooniline vastupidine polaarsus

Polaarsuste teema kokkuvõte

### **4. Kuu, 3. Nädal**

Sissejuhatus

Puudutusteraapia

Harjutus

Enesekehtestamine

Vana

Uus

## Harjutused

Energeetiline puhastumine ja puhastamine

Praktiline harjutus – kuidas jääda tasakaalu igas olukorras

Praktiline harjutus – kuidas negatiivsusest välja tulla kiirelt ja kergelt

Praktiline harjutus – energiatega puhastumine ja puhastamine uues energias

Praktiline harjutus – kolm kuldset puhastuslauset iseenda energiatega puhastuseks!

Praktiline harjutus – teadlik mõtlemine ja rääkimine

## 4. Kuu, 4. Nädal

Sissejuhatus

Tasakaalustamine ja teadlikkus ning küllus läbi 4 elemendi Näide

4. elemendi tasakaalustus ja tähtsus - 4 elementi sinu võtmed

Elementide osa külluse loomisel

Seksuaalsuse tasandil on juhtiv element Tuli

Suhte tasandil on juhtiv element Vesi

Tervise tasandil on juhtiv element Maa

Eneseteostuse tasandil on juhtiv element Tuli

Külluse tasandil on juhtiv element Maa element

Praktiline elementide tasakaalustusharjutus

## 5. Kuu, 1. Nädal

Sissejuhatus

Talentide ja oskuste kaardistumäng

Uue aja eneseteostuse võtmed Sissejuhatus

Kui see mis meeldis ei sobi mingi aja pärast, mis siis?

Norra võimaluste läbi oma oskuste ja talentide avastamine

Talentide ja oskuste kaardistamise harjutus

Uue ajastus eneseteostuse võtmed

Eneseteostuse võtmete harjutused

## 5. Kuu, 2. Nädal

Sissejuhatus

Eneseteostus – sinu maja vundament Harjutused

Soovitused oma elu disainimisel

Masloui püramiid uue nurga alt Harjutus

## 5. Kuu, 3. Nädal

Sissejuhatus

Tutvumine sinu sisemise lapsega

Sisemise lapse kaardistus ja mängud

Naisenergiatega lugemine

Harjutused

## 5. Kuu, 3. Nädal

Lisamaterjal

Enesesabotaaz Geoff Jowett 'Body Trim Advantage'

Katrin Haiba soovitus Joanne Friday materjalidele

Pat Henry soovitus enesesabotaazi suhtes

## **5. Kuu, 4. Nädal**

Sissejuhatus

Elamine Avatud Võimalustes

Nõuanded kuidas elada avatud võimalustega elu

Kõikvõimsuse potentsiaali käivitamine

Harjutused

Iga valiku tähtsus edasises kaardistuses

## **6. Kuu, 1. Nädal**

Sissejuhatus

Külluse Vundament

Kuidas on lood sinu eneseväärikusega?

Kirjalik koostööleping

Uurimustöö koostööpartneri kohta

Kas oskad ütelda EI?

Kuidas taluda teiste EI-d?

Kas oled enesekindel? Kui sa ei ole, siis mida oleks vaja sinu elus muuta, et seda luua?

Kas tõused iga päev innustunult ülesse ja lood seda mis sulle naudingut pakub?

Kas - mis on su sihtmärgid? Isiklikud ja loomisega seoses?

Kas keskkond kus elad on sulle inspireeriv ja toetav?

Kas täidad oma missiooni?

Kui palju on sul oskusi 'inimesi 'lugeda' ja nendega suhelda'? Kuidas võib see kaasa aidata su tugeva külluse vundamendi loomisele?

Kas oled sisse lülitanud oma mõlemad tiivad?

Kui teed otsuseid, kas hüppad lihtsalt pea ees tundmatuses vette või uurid enne maad?

## **6. Kuu, 2. Nädal**

Sissejuhatus

Ohvriroll kui sinu suurim takistusmüür küllusele

Minu ohvrirolli kogemused

Mida ohvriroll võib sinuga teha?

Ohvrite ringtee

Kuidas ohvrirollist välja tulla?

Kokkuvõte

Kodune töö

Mees ja naisaspektide tähtsus külluse loomisel

Sissejuhatus

Harjutus

Sinu külluse peamine võti

Esimesed sammud

Numeroloogiline ja planetaarne muundumine

Meesenergia tervendamine

Iseenda meesenergia tervendamine

Meesenergiate tervendamine 2

Sisemise naise tervendamine

Sisemise mehe ja naise kohtumine ja kokkusulamine

Näiteid minu mees ja naisaspekti tervendamisest



## **6. Kuu, 3. Nädal**

Sissejuhatus

Külluse test

Tulemuste tõlgendamine

Külluse nipid

Rahamagneti toote lugu

Edasijõudnute rahamagnetid

Rahamagnet 1

## **6. Kuu, 4.Nädal**

Sissejuhatus

Külluse Ratta Kokkuvõte

Külluse ratta kordus

Seksuaalsus

Suhted Tervis

Elu missioon Küllus

Koostöö uues ajas

Koostöö kahe inimese vahel loob esimese kuldvõrgustiku alge

Vaimu ja keha kokkusulamine

Sinu Uus Käsitööri

Lõpueksam

Tänu

Tagasiside

## **Järgneva 6. kuu jooksul toimub lisamaterjalide läbitöötlus (võivad muutuda vastavalt vajadusele)**

1. Sinu uue ajastu surfilaud – 4 elementi
2. Kuidas suhelda asjade, vaimude ja energiatega ning kuidas see võib muuta su elu?
3. Suhte ja energiapõhine marketing ehk kuidas teadlikult läbi südame ja inimeste luua oma unistust maapealseks paradiisiks?
4. 20 saladuslikku võtit uues ajastus liikumiseks ja liiklemiseks
5. Uue Ajastu Võlurite Kursus
6. Iga osaleja teemadepohane fookuskuu ja kodused ülesanded vastavalt sellele

## **Online coachingu ülesehitus**

Esimesed kuus kuud saadab osaleja iga nädala lõpus mulle emailile oma nädala kodutööd. Mina annan kuu lõpus ülevaate ja tagasiside meili teel.

Viimased kuus kuud annan iga kuu alguses nipiiraamatu ja see saab olema kuu fookuseks.

Vastavalt vajadusele võib lisanduda isiklike teemade kohaseid fookuspunkte või ülesandeid igal viimasel kuul. Iga kuu lõpus esitab osaleja kokkuvõtte ja mina annan tagasisideme.

Viimase kuu lõpus teeb osaleja läbi eksami olenevalt tema paikapandud eemsärgidest. Vajadusel ja soovil saab iga osaleja ka tunnistuse.

Kui juhtun tulema järgneva aasta jooksul Eestisse võib lisanduda isiklik seanss minuga või siis skype kõne mõnel kuul vastavalt võimalustele.

## **Praktilised detailid**

Iga osaleja kirjutab alla 12 kuu koostööleppetele, mida katkestada pole võimalik. Iga kuu kannab osaleja OÜ New Flow firma arvele osalemistasu. Vajadusel esitan arve. Kursusetasu tagastamise võimalust ei anna, kuna ma panustan teie eludesse 100% ja sooviksin seda saada ka vastu osalejatelt. Iga inimesega tegelen iganädalaselt mitmeid tunde ja pakun väga isiklikku lähenemist ja pühendumist.

## **Tulemused**

Sõltuvad iga isiku panusest. Mida rohkem teooria praktikasse pannakse ja harjutusi tehakse, seda paremad tulemused. Kogu teie elu, mõttemaailm ja ka teie vaim, keha ja meel muunduvad. Tagasiteed vanasse enam ei ole. Kuna olete ka minuga väga tihedas suhtlemises, saate päris palju pähkleid ja tõukeid, mis ei lase oma segaduses kaua käärida. Pakun erinevaid vaatenurki ja juhatan vastavalt sinu oma vaimu juhatusele. Kuna ma kogu aeg ka reisin, siis mu energiad on väga elavad ja aktiivsed ning annavad kindlasti ka palju inspiratsiooni läbi seikluste ja kogemuste igale osalejale.

## Võimalikud tulemused:

- \* Tunned, et su keha, vaim ja meel on muundunud ja transformeerunud. Saad aru, et sa ise lood oma elu ja reaalsust ning oled lõpetanud teiste süüdistamise ja astud oma väesse ja võtad lõpuks ometi vastutuse oma elu eest iseenda kätte.
- \* Oled muundunud meistriks Külluse Ratta pöörlema panemiseks – alates suhetest, seksuaalsusest, tervisest, eneseteostusest ja küllusest.
- \* Oled enesekindlam ja teokam kui varem. Tead kes oled, kuhu lähed ja kust tuled.
- \* Saad teadlikuks oma muustritest. Hetkel kui teadvustad oma muustriid, on sul võimatu neid uuesti korrata.
- \* Paned iseennast esimeseks, kuid lahkuse ja armastusega.
- \* Oled muundumas seksuaalse tasakaalu jumalannaks või jumalaks.
- \* Oskad oma tervist ise tasakaalus hoida ja enda keha, vaimu ja meele eest kogu aeg iseseisvalt hoolitseda.
- \* Kuulad eelkõige iseenda süda ja vaimu ning teiste soovitusi filtreerid alati läbi.
- \* Saad selgema pildi, mis on su elu eesmärk siinsel planeedil ja kust alustada ning mida luua ja kuidas seda teed alustada.
- \* Saad aru ja teostad küllust igal tasandil – finantsiliselt, emotsionaalselt, füüsiliselt ja intellektuaalselt ning muul moel.
- \* Oled lõpuks ometi iseenda keha ja elu meister ning mitte keegi ei saa sind enam ümber pöörata või mutta tampida.
- \* Kõnnid läbi hirmudest ja seisad nendega silmitsi.
- \* Paned praktikasse palju nippe igapäevaselt ning lood tasakaaluka ja harmoonilise elu just sellise nagu oled ise unistanud ning kus kõik on võimalik.
- \* Oskad suhelda inimestega tasakaalukalt ja teadlikult.
- \* Oskad lugeda energiad ja kuidas suhelda asjade ning inimestega või ka loomadega.
- \* Muundud just täpselt nii palju kui sa julged.
- \* Astud oma kõikvõimsusesse ja lood oma uue elu just sel kujul nagu oled unistanud.
- \* Oled endale saanud uue sõbra – Crystali, kes võib ka tulevikus jätkata su inspireerimist moel, mis sina valid.
- \* Ja palju muud vastavalt sinu enda valupunktiledele.

**Need muutused tood esile sina ise. Mina olen vaid ruumi hoidja ja suunaja. Minuga koostöös pole võimalik valetamine, isegi kui enamus koostööst seisneb kirja teel suhtlemisest. Energiatel pole riigipiire ja ma loen energiad väga võimsalt. Mida ausam ja avatum oled, seda suuremaid ja sügavamaid tulemusi saad.**

## Osalusmaksed

Osalusmaksed tuleb teha igakuiselt New Flow Oü arvele.

Võimalusi on kaks.

1. Maksa iga kuu 60 eurot arvele (arve kuupäev oleneb su alguse kuupäevast).
2. Maksa kogu aasta eest ette ühe maksena 600 eurot (võidada 120 eurot).

Vajadusel esitan arve.

## Programmi läbiviija Crystal Ra Laksmi



Mul on kaks kõrgemat haridust – Bakalaureuse kraad antropoloogias ja magistrikraad visuaalses antropoloogias erinevatest rahvusvahelistest ülikoolidest. Peamise elupagasi olen aga saanud oma reisidelt. Olen reisinud maailmas viimase 14. aasta jooksul ning elanud Eestist väljaspool nüüdseks pea pool oma täiskasvanu eest. Aastal 2007 asutasin Eestis firma New Flow Oü, mis kogus kiirelt populaarsust ja edu igal tasandil. 2008. aasta keskpaigaks olin oma firmaga saavutanud kolme aasta plaani. Järgnevate aastate jooksul töin Eestisse Auratransformatsiooni, Watsu veeteraapia, tantra kogemuslikud kursused erinevate maailmatasemel õpetajatega, aitasin tuua maale ka Access Consciousnessi ja nüüd valmistan ette Wantra (minu enda veemooduli) toomist. Aastatel 2009 – 2012 juhtisin seiklusgruppe Hawaiiil, Big Islandil. Ma olen inimestega tegelenud üle terve maailma ca 14 aastat ja kogemused on seinast seinä. Ma võin sisse lülitada kõik oma võimed ja talendid ning riigipiiridel või kaugustel ei ole võimalik mind peatada.

Viimane aasta olen elanud Mehhikos ja tegelenud oma elu ümber muundamise ja iseenda muundumisega, nii et saaksin taas kord täisvõimsusel alustada oma uue alguse loomist. See programm siin on üks võimalikest nurgakividest, mis annab mulle võimaluse püsida rajal, ning samal ajal luua uuel platvormil.

Olen 100% kohal ja olemas programmis osalejatele ning olen alati põnevil lugemaks uutest avastustest ja muundumistest. Minu kõige suurem rõõm on see, kui ma näen või kogen, et inimene kõnnib läbi oma hirmudest või muundab ise oma elu läbi valikute või muundumiste, millele olen saanud kaasa panustada. Näha inimesi tagasi astumas rõõmu, küllusesse ja võimaluste maailma, on ütlemlata suur rõõm. Ja läbi ühe inimese muundumise muundubki ka suurem maailm!

## Info

Uued osalejad registreerin võimalusel terve juuliku jooksul 2014. Huvist anna märku [newflowinfo@gmail.com](mailto:newflowinfo@gmail.com)