

יוסף ענבר - צעדים לאושר - קבוצה להתפתחות אישית ורוחנית



רחוב הכרמל 8, גני תקווה

טלפון: 072-2285761

יוסף ענבר - צעדים לאושר - קבוצה להתפתחות אישית ורוחנית. צעדים לאושר מביאה גישה חדשה

לנושא: איך להיות מאושר

הגישה מבוססת על ידע רוחני עתיק ועכשווי. מפרספקטיבה של כ- 39 שנה בדרכים שונות להתפתחות אישית ורוחנית, יוסף מביא כלים רוחניים המשותפים למסורות הרוחניות הגדולות. כלים שהם: עתיקים אך עכשוויים, יעילים, פשוטים ומעשיים.

צעדים לאושר מציעה קבוצה להתפתחות אישית ורוחנית שבה לומדים ומתרגלים כלים רוחניים המאפשרים להאיץ התעוררות רוחנית, להתחבר ל- אינטואיציה, למצוא כיוון ומשמעות לחיים, לזמן מציאות רצויה, לאהוב את מה שיש, לטפח אהבה עצמית, להשתחרר מרגשות קשים ומתכונות אופי מזיקות, לפתוח את הלב ולהשיג שלוה.

אודות יוסף ענבר:

ב- 39 שנים של מסע להתפתחות אישית ורוחנית למדתי והשתתפתי בעשרות סדנאות וקורסים. למדתי הנחיית קבוצות, אימון אישי ופסיכותרפיה הוליסטית מבוססת מיינדפולנס. אני מדריך מוסמך ליוגה.

למדתי ולימדתי בודהיזם טיבטי וכיום לומד ומתרגל "קריה יוגה"

על פי לימוד של סוואמי יוגנדה.

על תחנות חשובות במסע הרוחני שעבר, יוסף משתף בהרצאה מעניינת ומעוררת השראה על אושר

ועל איך להיות מאושר. תעודות:

בוגר קורס הנחיית קבוצות של מכללת גישות.

מדריך יוגה מוסמך של ארגון שיבנדה ליוגה וודנטה.
בוגר מוסמך של קורס מיומנויות אימון לאורח חיים בריא.
בוגר קורס פסיכותרפיה הוליסטית מבוססת מיינדפולנס בשיטת עדימה.
7 שנות לימוד בודהיזם טיבטי של קלאסיקה בודהיסטית בישראל.
תלמיד קריה יוגה בארגון SRF בלוס אנג'לס על פי לימוד של סוואמי יוגנדה. לפרטים נוספים ושאלות,
צרו קשר טלפוני. בנוסף, ניתן לפנות אלי בכל שעה באמצעות טופס יצירת הקשר.

[אתר אינטרנט](#)
[לפרטים מלאים ויצירת קשר](#)