

*“Alt hvad du leder efter
er i dig selv”*

- Prem Rawat

FIND EN BB-FACILITATOR I NÆRHEDEN AF DIG

GRATIS FOREDRAG OG DEMONSTRATION

kl. 19.00 - 21.30 en gang om måneden.
Kan efterfølges af et temakursus eller
kursusrække (6 aftener).

På www.inbody.dk/klinikker kan du
finde en BB-Facilitator eller en BB-elev.

På www.inbody.dk/uddannelse kan du
se mere om kurser og uddannelse.

BOGEN OM KROP, FØLELSER OG BEVIDSTHED

DEN BEVIDSTE KROP

- et sanseredskab til selvforståelse.

Om krop, følel-
ser og bevidst-
hed. Også som
e-bog.



Køb den på:
inbody.dk/bog

BLIV BB-FACILITATOR

- Tag uddannelsen i fritiden og opbyg
din egen klinik i løbet af 1½ - 2 år.
- Tjen penge undervejs og betal evt.
uddannelsen med mindre, rentefri
afdrag over 2 – 5 år.
- Få redskaber, dynamikker, indsigt
og visdom i arbejdet med krop,
berøring og bevidsthed.
- Uddannelsen er 'learning by doing':
1/ ved at øve sig på andre
2/ ved at se demonstrationer og
3/ ved selv at ligge på briksen.
- Oplev hvor hurtigt du finder dit eget
indre mesterskab.

FOR NÆRMERE INFORMATION

DKUC

Dansk Kursus- og UddannelsesCenter
Spørgemarken 10, 2860 Søborg
Tlf.: 41 21 11 26
Mail: dkuc@mail.dk • www.dkuc.dk



Dorrit Langsted Olsen og Bjørn Herold Olsen.
Har arbejdet med krop, følelser og bevidsthed
siden 1991 og ledet DKUC siden 1996.



*Sig goddag
til din krop*



BevidsthedsBerøring



BevidsthedsBerøring (BB) styrker din krops egen evne til at slippe dybe mønstre og viser dig vejen til en fri og harmonisk tilstand.

En BB-facilitator er din krops ven og allierede og din sparringspartner i din personlige udvikling.

BB matcher de senere års forskning i sammenhængene mellem bevidsthed og helbredelse, berøring og nervesystem samt følelser og hormoner.

BB er en totalterapi, som arbejder ressourceorienteret og transformerende med din udvikling og som:

- **frisætter åndedrættet**, som derved giver slip på angst og kontrol. *Fri indånding* er liv, bevidsthed og inspiration - *fri udånding* er overgivelse, befrielse og fred.

- **opløser ubevidste spændinger** i muskler og bindevæv, hvilket åbner for *indsigt og transformation*
- **beroliger nervesystemet**, der herved slipper højt beredskab og uro og udvikler *klarhed og overskud*
- **harmoniserer hormonbalancen** og derved nedtoner stress og sorg og åbner op til *glæde og tilfredshed*
- **revitaliserer skelettet**, hvilket fjerner dyb, eksistentiel usikkerhed og bringer indre *lys og forbundethed*
- **ændrer kroppens attituder**, som til gengæld åbner op til *ny livs- og selvopfattelse*
- **kontakter dit unikke, indre selv** og adresserer dine indre *styrker, kompetencer og virkelyst*.

KROPPENS INDRE DØRE

Din krop kender selv vejen til en optimal tilstand af glæde, bevægelighed og tillid. Selvom du har oplevet afvisning, ulykker, chok og svigt, vil kroppen genkende de nye frisættende impulser, den får fra BB-sessionen.

Når din krop får de informationer, den har brug for, så regulerer den sig selv, og giver plads til dit sande selv.

Indsigt er, når *krop, følelser og tanker* oplever det samme samtidigt. BB harmoniserer kroppens mange lag og systemer og åbner de indre døre.

Bevidsthed er i følge den seneste forskning den mest helbredende faktor – og *eftervirkningerne af medicinsk behandling* udgør i dag den største dødelighedsfaktor!

NON-DOING, FORDYBELSE OG FLOW

Ofte er vi fremmede for os selv og ikke rigtig tilstede i kroppen.

Livets mange krav og udfordringer skaber 'splittelse' i kroppen, så vi er 'gået ud af vores gode skind' i større eller mindre grad. Vi er dissocierede i forhold til vores indre værdier samt naturlige behov og længsler.

En BB-facilitator arbejder med åndedrættet som vejviser og følger kroppens svar, hvilket bevirker, at kroppen føler sig mødt, støttet og anerkendt.

Når kroppen bløder op, så åbnes der til det naturlige flow og skabes kontakt indad til dine indre ressourcer og naturlige væren.

KROPPEN RUMMER ALT

Universet og hele jordens evolution er gemt i vores krop.

De fysiske elementer i kroppen er materiale fra universet, stjernestøv, som er op til 13,2 milliarder år gammelt.

'**Plantehjernen**' (*den sovende krop*) tog sin begyndelse i urhavet for 2 milliarder år siden.

Reptilhjernen (*kamp og flugt*) er 'produktudviklet' gennem 600 millioner år.

Pattedyrhjernen (*det limbiske system*) er udviklet gennem 300 millioner år.

Menneskehjernen, som vi kender den i dag, er kun ca. 150.000 år gammel. Hvis jordens udvikling sættes til 24 timer svarer det til, at der kun har været mennesker i de sidste 6 sekunder.

Når vi arbejder med den enkelte persons historie, så arbejder vi samtidig med universet og hele evolutionen.