

Liberi dallo Stress (Quattro Parti)

INCONTRA L' INSEGNANTE

Rebbetzin Gavriela Frye è la Rebbetzin e moglie del Rabbino Harel Frye con cui serve Yeshua presso la Congregazione Messianica di Beit Shalom, Pozzuoli, Napoli, Italia dove ha insegnato e ispirato con suo marito Harel (Clint) membri e studenti della Congregazione Messianica di Beit Shalom negli ultimi 5 anni. È una pioniera dell'approccio Ebraico Messianico del "Vivere il momento" e ha sviluppato un'efficace alternativa alla Consapevolezza basata sugli insegnamenti del Lubavitcher Rebbe e sviluppati sulla base scritturale della Tora e del Brit Chadashah atti alla Restaurazione del Popolo di Israele attraverso la Salvezza in Yeshua (Il Messia di Israele). Il suo corso ora anche Online ha ottenuto ampio consenso e utilizzo tra gli studenti Online e in aula.

SUL CORSO

Fatica. Ansia. Distrazione. Queste sono tutte malattie della vita del ventunesimo secolo. E se potessi essere più forti di loro? Per secoli, gli insegnamenti chassidici contenuti nella Tora si sono in qualche modo avvicinati alla risposta che solo attraverso Yeshua (Il Messia) può essere conquistata: meditazioni semplici sulle scritture bibliche, facili da ricordare, progettate per farVi vivere pienamente il momento in cui viviamo, unendo questi insegnamenti biblici alla rivelazione di chi è il Messia di Israele nelle scritture e quindi del Brit Chadasha (Nuovo Patto/Nuovo Testamento). In questa serie di quattro lezioni, Vi verranno illustrate le basi della **Consapevolezza Ebraica Messianica**. Ogni corso contiene una breve meditazione di immagini guidate, seguita da istruzioni su come utilizzarle nella vita di tutti i giorni. Siete pronti per iniziare?

PROGRAMMA DEL CORSO

COSI' COME SEI

Meditazioni senza stress, lezione 1 (Lunedì 30 Marzo 2020)

Che cos'è esattamente la Consapevolezza Ebraica Messianica? E, soprattutto, come può essere utilizzata per migliorare la tua vita? In questa prima serie in quattro parti, ti presenteremo le basi della consapevolezza Ebraica Messianica e inizieremo con una meditazione progettata per aiutarti ad attingere al tuo io più profondo, sulla base delle scritture bibliche della Torah / Antico Patto e Brit Chadasha / Nuovo Patto.

OGNI MOMENTO È UNA CHIAMATA AL RISVEGLIO

Meditazioni senza stress, lezione 2 (Lunedì 6 Aprile 2020)

Ti svegli al mattino e per un istante, prima che il peso della vita quotidiana si assesti su di te, sei libero/a. Senza preoccupazioni, senza stress o distrazioni. Sei del tutto presente, in pace e vivi quel preciso istante. Ma come trattiene quella sensazione per il resto della giornata? Sintonizzati sulla lezione di questa settimana e scopriilo.

UN ATTO ALLA VOLTA

Meditazioni senza stress, lezione 3 (Lunedì 13 Aprile 2020)

A che serve vivere nel momento se hai una scadenza da rispettare? Non è sufficiente essere in pace quando sei in vacanza, devi farlo funzionare anche quando torni alla scrivania o magari mentre sei nel mezzo della tua giornata. Nella lezione di questa settimana, copriamo la nostra terza meditazione di immagini guidate, progettate per aiutarti a rimanere ancorato a Yeshua nella confusione intorno a te e della vita quotidiana.

DOMANI SARÀ UN BUON GIORNO

Lezione di Meno Stress 4 (Lunedì 20 Aprile 2020)

Come possiamo sapere cosa riserva il futuro? Domani porterà gioia o dolore? E come possiamo mantenere la serenità, in un mondo di incertezza? In questa quarta e ultima lezione, verrai accompagnato da una meditazione di immagini guidate che ti aiuterà a utilizzare la vita nell' attimo in cui viviamo in Yeshua, per creare un futuro senza preoccupazioni. Come? **Unisciti a noi e scopriilo!**