

# Életünk esszenciája



„Az agyunk folyamatosan villámgyors válaszokat ad a környezetünkre, a bennünket körülvevő emberekre, s ezek a válaszok olyan énképet alakítanak ki, mely nagyon is különbözhet attól, akik valójában vagyunk.” – Dr. Menis Yousry

## Az első szemináriumon 25-en lehettünk

A belső hangom vezetett, amikor majd 10 éve, 2007-ben részt vettem az első kurzuson. Akkoriban sokat dolgoztam, beszippantotta az élet, mégis megéreztem, hogy részt kell vennem. 2 év telt el, míg az alapkursus után a haladóra is eljutottam. Sokat dolgoztam, rohantam, gyereket neveltem, folyt a maga medrében az életem, de attól kezdve tudtam, ha bármi történne, ide vissza tudok térni erőt meríteni. Aztán utolért az életközép-válság. Mindent le akartam rázni magamról, és éreztem, hogy nagyobb változásokra van szükség az életemben. Olyanra, amit csak úgy futtában nem tudok megélni. Meg kellett állnom. Így jutottam el Bulgáriába a kurzus 3. fokára, az Életvezetési Esszencia kurzusra. Ez a kurzus megváltoztatta az életem. Tudtam, hogy ahonnan jövök, oda már nem léphetek többé vissza. Itt kért fel Menis a Esszencia Folyamatok magyarországi vezetésére.

## Rátaláltam arra, amiben kiteljesedhetek

Az élet fantasztikus összhangja ért utol. Azelőtt 20 éven át ugyanannak a cégnek dolgoztam, a kereskedelem taposómalmában. Nagyon kellett változnom és váltanom, de kész volt bennem a döntés. Beiratkoztam a Kolozsvári Egyetem pszichológia szakára. Közben az Esszenciát a fejlődés útjára kellett állítanom. Az első lépéseket megtették mások. Aki idehozta ebbe az országba ezt a kurzust, akik elhintették az első magokat. Most rajtam volt a sor. Úgy alakult, hogy az én kezembe került ez a felelősség. Hatalmas feladat állt előttem, és ha úgy vesszük, kezdő voltam a pályán. Ne gondold, hogy nem voltak bizonytalan pillanataim. De voltak megerősítések is, és ezek mentén indultam el. Van az Életvezetési kurzuson egy gyakorlat. 42 résztvevő vezetőket választ egymás közt. Ez a gyakorlat tükröt tartott: sokan választottak vezetőnek, megerősödtem ebben a képességemben.

És ő e sorokkal emlékszik és nyújt inspirációt, a folyamatban, ami maga az élet...

## Az első kurzus, amit szerveztem, sokkémény volt

Olyan veszteséget termeltem, hogy elszégyelltem magam. Egy multinacionális környezet tanított költségni, tervezni, számolni. Először meg kellett tanulnom, hogy egy ilyen kicsi vállalkozásban azt költhetem el, amit megtermeltem. Elbizonytalanodtam. Menis is leült velem beszélni, rámutatott, hogy ezt alapjaiban kell másként átgondolni. Meghívott egy külföldi üzleti szemináriumra, ahol láttam, milyen sokan kíváncsiak rá. 400 résztvevő ült és hallgatta őt. Ekkor döbbsentem rá, ha nem viszem sikerre ezt a módszert Magyarországon, akkor jönnek új országok, és Menis ott lesz, mi kimaradunk. Ekkor határoztam el, hogy mindenképp sikerre viszem ezt a küldetést.

## Kőkemény munka következett

Pénzt kell termelni, a béreket ki kell termelni, költségeket kell fedezni, rentábilissá tenni, működővé tenni, üzleti alapokon elindulni. Tárgyalni azokkal, akik már más országokban sikerre vitték, figyelni arra, mi a folyamat titka, figyelembe venni a helyi adottságokat, és nem változtatni azon, ami működik. Folyamatos figyelem, kitartás, és gazdasági alapokra helyezett működés. Egy ekkora vállalkozás nem áll meg spirituális alapokon. Kőkeményen vittem végig ezt a vonalat. A fenntartáshoz, a fejlődéshez szükséges erőforrásokat elő kellett állítani. Ez volt az első lépés, ami még a mai napig tart.

## A következő kurzus után Menis választás elé állított

Az időpont választás sem volt szerencsés, épp iskolakezdésre esett. 25-30 résztvevővel zajlott a kurzus. A végén Menis csak annyit mondott - ha 50 résztvevő nem jön össze egy kurzusra, akkor várunk, addig nem jövök. Nagyobb sebességre kellett kapcsolnom. Több embert bevonni. És a működő mintákat átvenni. Menis kurzusai meghívásos alapon működnek. Ha az én életemben változást hozott, szólok másoknak is erről. Hitelesség, és intimitás együtt. Ez a kulcs. Szóltam, és szóltunk, és ők is szóltak, és nekik is szólt valaki, és sikerült. És most nektek is szólok. Gyertek!



## Ez a kurzus emberek közötti interakciókra épül

A csoport dinamikájára. Kapcsolódásokra. Egymás előtti való megnyílásokra, gyakorlatokra. Ehhez muszáj, hogy legyen egy bizonyos méretű tömeg. Ahogy az emberek kapcsolódnak, megmutatkoznak a mintáik. Biztonságos közegben tud ránézni: - jé, így működöm. Ha elegen vagyunk, lehetsz passzív is, de passzívan is aktiválódasz. Valaki megszólal, aki hordozza a mintádat. Minden alkalommal vannak bántalmazottak, megcsaltak, szülőkkel, gyerekekkel konfliktusban élők, bántottak, konfliktusban élők, boldogtalanok. Nem vagy egyedül. Menis olyan légkört képes teremteni, amiben ezzel szembesülni tudsz. Szeretet és bizalom vesz körül, amikor a legfájdalmasabb pontjaidal találkozol. A fájdalom ugyanaz, de a légkör megváltozik. Amikor a fájdalom létrejön, a légkör elviselhetetlen, így a fájdalom rögzül. Ha a légkör szeretetteljes, és a fájdalom előjön, akkor kapsz esélyt, hogy megszabadulj tőle.

## Az Esszencia Folyamatok egy utazás a múltból a jövőbe

A résztvevők a gyakorlatok végén megosztják, vagy nem osztják meg, amit átélnek. Így is, úgy is lehetőséged van folyamatos ön-diagnózisra. Képet kapsz magadról. Rendszeres impulzus, és információ ér a kurzus 3 napja alatt. Jó lenne ezt kötelezővé tenni, mert olyan, mint az 1x1. Az életbe belépő iskola. Ha minden fiatal elérné, mielőtt a felnőtt életbe lép, egyszerűbb lenne az élete. Sajnos sokan már csak az első nagy csalódások után jutnak el ide. Amikor elfáradnak a világ és a belső világuk diszharmóniája miatt. Az Esszencia Folyamatok egy utazás. Épp úgy, ahogy az életen át utazunk. Először a múlt örökségét megismerjük, megértjük, és elengedjük. Azután a jelen működésünkkel szembesülünk. Végül az erőforrásainkat birtokba véve felépítjük a jövőt. Megvalósítjuk a céljainkat.

Ez adja a szabadság olyan fokát, amire mindannyian vágyunk.

- pt



[www.esszenciafolyamatok.hu](http://www.esszenciafolyamatok.hu)