

## **Iulian Zonenstain**

De formație medic, Iulian practică medicină alternativă și tradițională, bazată pe abordare holistică. Iulian este de părere că, forța vitală existentă în fiecare dintre noi, este singura capabilă să determine modalitatea de restabilire a echilibrului de regenerare și vindecare a ființei. Preocupat timp de 30 de ani de felul în care funcționează mintea omenească, a învățat și practicat diverse metode pentru a-și înțelege și transforma conștiința.

A întâlnit Eliberarea Interioară Conștientă – Metoda Sedona în anul 2017 și s-a simțit îndemnat să o dea mai departe sub forma unor cursuri, workshopuri și webinare. Iulian susține un grup de lucru online, săptămânal, sâmbătă de la ora 19:00 – Sesiuni online de alinare și vindecare sufletească, folosind această metodă, la care sunt invitați atât cei care au participat la cursul introductiv, cât și cei care doresc să descopere Metoda Sedona.

### **Despre Eliberarea Interioară Conștientă - Metoda Sedona**

Eliberarea Interioară Conștientă, numită și Metoda Sedona de către cel care a adus-o lumii, Lester Levenson, este un proces natural al minții, care odată devenit conștient, reprezintă o modalitate ușoară și practică de reglaj interior. Ca și ființe complete (anasamblu aparent corp-minte-suflet) suntem traversați continuu de un flux de senzații corporale, emoții și gânduri. Această traversare presupune o prezență limitată în timp a acestui conținut în ființă. Altfel spus, tot ceea ce se află în fiecare dintre noi, la un moment dat, vine și pleacă. Eliberarea Interioară Conștientă presupune două aspecte:

1. A vedea că ești traversat de o senzație, emoție, gând și a conștientiza că acel ceva care te traversează este doar o parte din tine (conții acel ceva, tu ești mai mare) și doar pentru un timp limitat.
2. A permite cu încredință să fii traversat de acel ceva, a decide conștient să permiți această trecere, fără să opui rezistență.

Această metodă simplă poate fi deprinsă, redescoperită și apoi practică cu multă ușurință, în timp scurt, de către oricine.

### **Despre Enalogos**

Enalogos este vehiculul prin care Eliberarea Interioară Conștientă este dată mai departe prin Iulian Zonenstain. Enalogos exprimă întoarcerea la unitate prin dizolvarea conștientă a dualității, prin sublimarea dialogului (comunicare între două părți) într-un monolog interior (eu cu mine spre unitate). Enalogos – Eliberare Interioară Conștientă reprezintă cadrul de manifestare al unui demers de promovare practică, experiențială a conștiinței prin: webinare, cursuri și workshopuri, față în față și online, retreat-uri și tabere, consultanță personalizată – life coaching.