

haber



Neşah Fidan Hypoxi Kryolan'da

Nefes Eğitmeni ve Yaşam Koçu Neşah Fidan, 26-27 Mayıs'ta Hypoxi Kryolan'da! Neşah Fidan kim mi?



design your body

İstanbul Yıldız Teknik Üniversitesi Mimarlık Fakültesi Mimarlık Bölümü'nü bitirdikten sonra uzun yıllar nefes, yoga ve meditasyon eğitimlerine Türkiye ve Amerika'da devam eden Neşah Fidan, 2000 yılında Türkiye'nin yogayla ilgili ilk yayını Yoga Dergisi'ni yayınlamaya başladı. 2002 yılında İzmir'de ilk yoga okulu olan Living Yoga Yoga ve Meditasyon Okulu'nu kurdu. Bu okulda dünyanın önemli eğitmenleri ve terapistlerini ağırladı. Yaşam dönüşüm metodlarını araştırmaya devam eden Neşah Fidan, birçok "dönüşüm metodunu" Türkiye ile tanıştırdı. 2002 yılında yoga eğitmenliğine devam ederken; nefes konusunda uzmanlık eğitimleri almaya, Nefesin fiziksel, duygusal, mental ve spiritüel seviyelerdeki etkilerini araştırmaya başladı.

Nefes ailesi kısa süre içerisinde büyüdü ve nefesin gücü sayesinde herkes tarafından

bilinir oldu. . Nefes çalışmalarını yoğun bir şekilde yürütürken Nefesin Gücü'nü araştırmaya devam etti ve doğal nefesin tüm nefes tekniklerinin ötesindeki mucizevi gücünü keşfetti.

2007 yılında yurtiçi ve yurtdışından doktorlar, psikologlar, terapistler ve eğitmenlerin bulunduğu bir ekiple birlikte yeni bir adım daha attı ve Türkiye'de NEFES konusunda en profesyonel çalışan ekibi bir araya toplayarak, yine Türkiye'nin ilk ve tek nefes merkezi olan nefes akademisini kurdu.

2008 yılında nefesin yaşamımızdaki önemi, farkındalık ve dönüşüm konularını kendine özgü bir dille anlatan ve başucu kitapları arasına giren "Yansımalar", son yıllarda tüm dünyada yaygınlaşan fırın görmemiş yiyecekler üzerine yazdığı kitabı "Canlı Gıdalar ile Gelen Sağlık" ve seminerlerinin başkahramanı Sipiritüella'nın öykülerini esprili bir dille anlatan "Sipiritüella" adlı kitapları sistem yayımları aracılığı ile okur ile buluştu.

Neşah Fidan'ın Yansımalar, Spiritüella, Ayağımdaki Parmaklar, Canlı gıdalarla gelen sağlık ve Nefes; Mutluluğa giden yol adlı beş kitabı var.

