



*Láska není slovo nebo jen pocit. Je to energie. Je to zdroj síly.  
Láska je nejmocnější silou v celém vesmíru. ♥*

[www.joga-terapie.cz](http://www.joga-terapie.cz)

## Setkání se sebou samým

17. října 2015

### Téma: Láska a radost

Srdečně Vás zveme na naše další setkání - satsang do buddhistického centra Shambhala v Praze. Na začátku roku jsme si řekli, že tento rok bude pro nás rokem uvědomování si lásky a radosti v sobě. A tak v tomto tématu budeme pokračovat a rozvíjet ho i v dalších setkáních, protože všichni chceme být šťastní, tzn. žít v radosti a lásce. (Ve dnech 13. - 15.11. se bude konat víkendový seminář jógy nedaleko Prahy).

Radost a láska je naše přirozenost. Je to energie Zdroje, spojení, je to naše podstata a máme ji zakódovanou v každé buňce našeho těla. Je součástí naší DNA. Vstupní branou k radosti a lásce - tedy k sobě samému, k jednotě, je duchovní srdce.

Povíme si o "*Lidských filtrech*" které nám brání ve spojení se sebou samým a nedovolí nám plně žít v jednotě se vším. Zacvičíme si další sestavu na harmonizaci srdeční čakry, naučíme se meditaci na pomoc rozvíjení zdrojové energie - radosti, světla, lásky v našem těle.

Budeme samozřejmě také sdílet své prožitky, meditovat, recitovat mantry, zpívat ...

**Věřím, že se nám podaří i na tomto satsangu ještě více otevřít své Srdce a spojit se sebou samým. Procítnout nekonečnou Lásku a Radost v sobě a nechat ji plynout do celého světa ke všem bytostem. ♥**

**Místo:** Meditační centrum Shambhala Praha, Varšavská 13, Praha 2 – Vinohrady.

**Čas:** 9:30 – 17:00 hodin (příchod od 9:00)

**Termín:** sobota 17. října 2015

**Cena:** 800 Kč, platba nejlépe na účet (možno i na místě) 2800237435/2010, variabilní symbol 17102015, do zprávy pro příjemce uveďte své jméno a příjmení pro identifikaci platby.

**S sebou:** *podložku na cvičení a pohodlný oděv*, psací potřeby, na místě jsou deky na přikrytí, molitany a polštářky na sezení.

#### **Program:**

9:30 – 13:00 recitace manter, cvičení jógy, lidské filtry, meditace

13:00 – 14:30 oběd

14:30 – 17:00 sdílení, meditace, zpívání ...

**Doporučení:** *V meditační centrum Shambhala, je k dispozici velmi dobře vybavená kuchyň, kde je možné si připravit například zeleninový salát, či ohřát s sebou donesené jídlo, Doporučuji přinést si s sebou lehké jídlo v přiměřeném množství, po kterém nenastane únava, abychom mohli odpoledne také meditovat :o)*

Lektorka: Olga Králíková, [www.joga-terapie.cz](http://www.joga-terapie.cz)

**Přihlášky** zasílejte na e-mail: [olgakralikova@joga-terapie.cz](mailto:olgakralikova@joga-terapie.cz)., v případě dotazů volejte na tel. +420 737 840 647.