



*Cesta není na nebi, cesta je v srdci.
Gautáma Buddha*

Setkání se sebou samým

10. února 2018

Nový rok 2018 - Nový člověk

Srdečně Vás zveme na naše první setkání v tomto roce. Řekneme si co nás čeká v tomto roce 2018, v čem to bude jiné jak v roce předcházejícím. Stručně řečeno, tento rok bude hlavně o vztazích a o hodnotách. Budeme prověřeni jaký máme vztah sobě, k tomu co doopravdy jsme. Jaký máme vztah ke svému fyzickému tělu, ke své buněčné struktuře, k DNA ke své Akáše. Jaký vztah máme ke Gaie, Matce Zemi, k ostatním bytostem a k Jednotě. Jestli stále "omíláme" své staré vzorce přesvědčení, nebo jsme schopni vystoupit z tohoto "začarovaného" kruhu a rozhodnout se uvěřit, že to může být úplně jinak, nově, tak jak to nikdy nebylo, i když právě teď nevíme přesně jak..... Jak respektujeme své pocity Budeme měnit své hodnoty ... 😊

Zacvičíme si jógovou sestavu na harmonizaci prvních tří spodních čakr, kterou jsme v prosinci nestihli, budeme také meditovat, sdílet a harmonizovat se při OM Chantingu. Jestli bude čas, opět si zazpíváme lemurijské písně na otevření kódů spirituální moudrosti 😊

Vše budeme konat proto, abychom se ještě více spojili sami se sebou, se svojí pravou podstatou a procítili v sobě nekonečné Ticho, Klid, Mír, Lásku a Jednotu ♡

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

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

Termín: sobota 10. února 2018

Cena: 800 Kč, platba nejlépe na účet (možno i na místě) 2800237435/2010, variabilní symbol 1022018, 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 meditace, povídání, cvičení jógy, zpěv

13:00 – 14:30 oběd

14:30 – 17:00 sdílení, meditace ÓM Chanting

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 😊

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

Těším se na Vás ♡ ♡ ♡

Olga

www.joga-terapie.cz