



*„Jogín, který je uspokojen poznáním a moudrostí,
který zůstává nezměněný a je pánem svých smyslů,
a který staví hroudu, kámen i kus zlata naroveň,
o něm možno říci, že ovládl jógu.“*

Bhagavadgíta VI, 8

www.joga-terapie.cz

Setkání se sebou samým

leden - prosinec 2016

Měsíční jednodenní setkávání - satsangy nazvané "**Setkání se sebou samým**" jsou volným pokračováním z minulého roku a jsou určeny pro vážné zájemce o jógu. Bude to setkávání stejně laděných lidí, kteří se chtějí o sobě sama více dozvědět. Každý z nás jednou dojde do bodu, kdy se začne ptát: Kdo jsem já? Proč tady vlastně jsem? Ucíť touhu poznat sebe sama.

Cílem těchto satsangů je pomoci zodpovědět tyto otázky, blíže pochopit, hlavně procítit a poznat to, co doopravdy jsme. To znamená **setkat se sebou samým - se svým pravým Já**. Pravidelně se budeme setkávat jednu neděli (nebo sobotu) v měsíci. Na jaře a na podzim vyjedeme na víkendový seminář mimo Prahu. Budeme se společně vzdělávat v józe. Vždy budeme cvičit a pak bude následovat přednáška na určité filosofické téma z jógy, či téma, které je právě pro daný čas důležité. O daném tématu budeme během následujícího měsíce přemýšlet a snažit se jej uvést prakticky do svého každodenního života. Jak se to dařilo, či nedařilo a proč, o tom si společně popovídáme při následujícím setkání.

Na satsangu budeme dále meditovat, recitovat, zpívat a poslouchat mantry a povídat si o pocitu Já a o tom, co nás v józe zajímá. Všechny tyto praktiky povedou k našemu většímu pochopení a procítění co doopravdy jsme a co nejsme.

Co vlastně jsme? Jsme Ticho, Klid, Mír, Radost a Láska. Láska, která nemá omezení, nikam neodchází ani nepřichází, je tu neustále a pro každého bez výjimky. Vychází z našeho Srdce, a když si to dovolíme, začne proudit z našeho Srdce do celého světa. A to je úkol každé lidské bytosti, být bezpodmínečnou Láskou, která si nevybírá a "jen Je". Tady a Teď.

Místo celodenních satsangů: Meditační centrum Shambhala Praha, Varšavská 13, Praha 2
Termíny 21. 2., 20. 3., 17. 4., 12.11., 10.12.

Čas: 9:30 – 17:00 hodin.

Víkendový seminář: 13. - 15.5. Meditační centrum Zboř u Pacova

Meditace: Kromě celodenních a víkendových setkávání budou i úterní meditační satsangy, které se uskuteční každé **druhé úterý** v měsíci.

Čas a místo: 18:00 – 20:00 hodin, nám. Bořislavka 2029/4, Praha 6.

Cena: celodenní seminář 800, - Kč, úterní meditace jsou zdarma. Platba je možná hotově na místě nebo na účet 2800237435/2010, variabilní symbol 11552016, do zprávy pro příjemce uveďte své jméno a příjmení pro identifikaci platby.

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

Lektorka: Olga Králíková

www.joga-terapie.cz