



Ojas meditacijos centro meditacinė aktyvietė Sadhaka

VĖL GIMTI

Ošo septynių dienų meditacinis ciklas dvasiai auginti

Kiekvienas ilgisi vaikystės, nes tuomet buvo taip gera ir linksma. Bet kažkas atsitiko... Dingo džiaugsmas, nustojome jausti esybę ir praradome save. Niekas netrukdo ją atgauti! Pasinaudokite šia proga vėl atrasti save sąmoningai!

2016 m. kovo 9-15 d.

Kęstučio g. 83, Kaunas



rizikuokite.” Ošo

Medituodami ir būdami žaismingi mes atveriamė užslopintas energijas ir jos vėl pradeda mus gaivinti ir džiuginti, mes vėl pajuntame savo esybę, pilnatvę, širdį ir į mus vėl sugrįžta gerumas, juokas, daina.

“Būkite žaismingi, ir vaikystė sugrįš. Tai bus sunku, nes jums teks palikti nuošalyje kaukes, veidmainystę; jums teks atsisakyti asmenybės. Bet atsiminkite, jūsų esybė gali pasireikšti tik tuomet, kai asmenybė palikta, nes jūsų asmenybė yra jūsų kalėjimas. Palikite ją nuošalyje! Tai bus skausminga, bet verta, nes tuomet jūs atgimsite. Gimimo nebūna be skausmo. Jei iš tikrųjų nusprendėte vėl gimti,

Medituosime Ošo kundalini arba dinaminę meditaciją, po jos - 2 val. meditacinė praktika: pirmą valandą elgsimės kaip vaikai, grįšime į vaikystę išoriškai, antrą valandą tyliai sėdint judėsime tiesiog vidun.

Veda meditacijos mokytoja Šantam. Ji atrado kaip meditaciją ir praktikas sujungti su gyvenimu, medituodama meditacijos centre Ojas. Šantam medituoja ir praktikuoja įvairias meditacines praktikas kasdien, veda meditacinius vakarus, ciklus, sufijų praktikas, organizuoja ezoterikos mokyklą, meditacinius kursus. Ji kuria ir palaiko saugią, nuoširdžią meditacinę erdvę kiekvienam ieškančiam savęs.



Atsiliepiamas 2010-06-14 „Vėl gimti“, vedė meditacijos mokytoja Šaida:



„Per kursus, kiek mano sąmoningumas leido, atsipalaidavau. Atsipalaidavus, kvėpavimas giliai atsipalaiduoja ir kiekvienas įkvėpimas atneša džiaugsmą. Kai įkrentu į mintį - kūnas, kvėpavimas įsitempia – tai kaip rodiklis, kad esu prote. Su kvėpavimo atpalaidavimu, atsipalaiduoja mintys, iš to kyla džiaugsmas.

Žaidžiant juntasi, į kokį veiksmą teka energija, padarau ir dar daugiau teka, nesibaigia.

Šeštą dieną dalyviai, aplinka buvo labai uždegantys, pakylėti. Labai atsipalaidavo kojos.

Smagu, kad pasibaigus praktikai, galiu likti atsipalaidavęs, negrįžti į susitraukimą, į pozavimą ir su tuo atsipalaidavimu eiti į gyvenimą...” Povilas

Informacija ir registracija: tel. 8-686-52078

Plačiau ir giliau apie meditaciją skaitykite Ojas meditacijos centro tinklalapyje www.ojasmc.eu



Meditacinio ciklo "Vėl gimti" grafikas

Demo/info – kovo 9 d. 17:30 – 18:00 val.

Pradžia – 2016 m. kovo 9 d. 19:00 val.

Ciklo diena	Data	Sav.d.	Laikas	
			Įvykis*	Vėl gimti
1	2016.03.09	III	Kundalini 18:00- 19:00	19:00 - 21:00
2	2016.03.10	IV	Kundalini 18:00- 19:00	19:00 - 21:00
3	2016.03.11	V	Kundalini 18:00- 19:00	19:00 - 21:00
4	2016.03.12	VI	Kundalini 18:00- 19:00	19:00 - 21:00
5	2016.03.13	VII	Kundalini 16:00- 17:00	17:00 - 19:00
6	2016.03.14	I	Kundalini 18:00- 19:00	19:00 - 21:00
7	2016.03.15	II	Kundalini 18:00- 19:00	19:00 - 21:00

* - papildomi renginiai,
indėlis

Kundalini - Ošo kundalini meditacija;

Vyksta Meditacinėje aktyvietėje Sadhaka, Kęstučio g. 83, Kaunas

Info: tel. 8-686-52078

Veda meditacijos mokytoja Šantam