



# Meditacinis kursas GYVENIMO TRANSFORMACIJA PER MEDITACIJĄ IR KONSTELIACIJAS

Veda meditacijos mokytoja Šaida

2017 m. liepos 28 - 30 d. (V-VII) Pradžia V 18:00 val.

Meditacijos centro Ojas Resorte,  
Miškinių k. 8, Nemenčinės sen., Vilniaus r.



„Amžių dulkės yra užklojusios mūsų protus. Mus uždengė tradicijos, papročiai, prietarai. Kaip ir apleistas namas yra padengtas voratinkliais ir apgyvendintas šikšnosparnių, taip ir mes esame pilni minčių, kurias pasiskolinome iš kitų.

Išsivalykite visą informaciją, kurią paėmėte iš kitų, iš tradicijų, panašiai, kaip nupurtote dulkes nuo skrybėlės. Atsiras švarumas ir tiesos nuo savasties daugiau nebeskirs jokia uždanga. Dabar minčių minia stovi tarpe kaip siena.” Ošo

**Meditacija** – gyvenimo transformacijos metodas, kuris gali transformuoti jus iki nuostabiausių aukščių.

Šis metodas įgalina suderinti kasdienę veiklą, grožį ir laimę su kūnu ir gilumine sąsąmone. Pradžioje budinsime inteligentiškumą per šokį, judesį, žvilgsnį, vėliau - per pojūčius, konsteliacijas, įžvalgą ir meditaciją.

Balansuosimės ir transformuosime sukauptas problemas, ieškosime jų kilimo priežasčių ir inteligentiškų išraiškos priemonių, padedančių labiau atskleisti vidinį potencialą ir leidžiančių buityje bei profesijoje jį išreikšti gausiau ir subtiliau.



Per atidumą ir budrų inteligentiškumą judėsime nuo nedarnos link centruotumo ir balanso. Prisijunkite!



Meditacijos mokytoja Šaida (Ingrida Ivancė) – subalansuoja darbą, mokslą, meną ir meditaciją su gyvenimu – viduje ir išorėje. Iš to gimsta išorinė, materialinė gerovė ir gera savijauta, vidinės ir išorinės darnos balansas. Šaida nuo 1994-ųjų metų medituoja Ojas meditacijos centre.

Atvykite 15-20 min. anksčiau, turėkite lengvą, patogią higienišką aprangą, kilimėlį. Bendru atveju prieš meditacijas patartina 2-3 valandas nevalgyti. Indėlis 100 €.

Tel. (8-5) 215 33 98; Mob. (8-685) 115 33

[www.ojasmc.eu](http://www.ojasmc.eu)