

2018 m. sausio 14 d. (VII) 09:30-14:30 val.

Meditacijos centre Ojas, Pavasario g. 21d, Vilnius

Veda meditacijos mokytoja Šaيدا

Programa* Laikas	Meditacija
09.30-10.30	Ošo Dinaminė Veda meditacijos meistras Prembuda
11.00-12.00	Nadabrahma Senovės Tibeto meditacija
12.10-13.10	 Be-dimensijos Galingas metodas energijai centruoti į harą
13.30-14.30	Įvadinis meditacinis turas (OJAS meditacinės vizijos ir programų pristatymas, meditaciniai dėsniai, filmas apie OJAS Meditacijos mokyklą, klausimai-atsakymai, dalijimasis kt.)

Meditacinė diena pamaitina sielą, įvadinis meditacinis turas – nurodo šaltinį.

Į Meditacinę dieną atvykite bent 15 min. iki meditacijos, turėkite lengvą, patogią higienišką aprangą, kilimėlį. Prieš meditacijas patartina 2–3 valandas nevalgyti, o prieš Ošo Dinaminę geriau visai nevalgyti.

Susipažinti su meditacijomis bei pradėti medituoti Oje geriausia nuo meditacijos meistro vedamos **Dinaminės meditacijos**, nes ji parodo kas ir kodėl yra bei kaip yra ir kuria dimensija judėti, kad būtų geriau ir ramiau.

Į **įvadinį meditacinį turą** prašome atvykti prieš 20 min, kad susipažinti su

meditacijos ir darnos kūrimo dėsniais, tvarka ir sąlygomis.

Jeį atrišite savo valtį, pamatysite, kad dieviškumo vėjai jau pučia ir kad jie neša jus link tolimų krantų. Meditacija reiškia valtį atrišimą. Ošo

	Dinaminė meditacija	Meditacija 11:00-13:10	ĮMT+ 1-2 meditacijos	ĮMT
Indėlis, € \ Salygos	5	6	10	0-10

Meditacinis indėlis atitinka vidaus-išorės ir dalijimosi balansą. Balansas yra relaksacijos, ramybės ir tylos bei gėrio pamatas.

Naujais 2018 metais pradėkime naują geresnį ir laimingesnį gyvenimą!

* Programa gali keistis

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

www.ojasmc.eu