

MEDITACINĖ DIENA & ĮVADINIS MEDITACINIS TURAS PABUDINKITE POTYRIUS - TYRINĖJIMĄ - GYVĄ IŠSILAISVINIMĄ!

2018 m. vasario 11 d. (VII) 09:30-14:30 val.

Meditacijos centre Ojas, Pavasario g. 21d, Vilnius

Veda meditacijos mokytoja Šaida



Programa * Laikas	Meditacija
09.30-10.30	Ošo Dinaminė¹ Veda meditacijos meistras Prembuda
11.00-12.00	Čakriniai garsai Meditacija atveria, harmonizuoja energijas čakrose ir <i>statiškai</i> suderina jas nuo kūno iki sielos
12.10-13.10	Čakrinis kvėpavimas Meditacija atveria, vitalizuoja energijas čakrose ir <i>dinamiškai</i> suderina jas nuo kūno iki sielos
13.30-14.30	Įvadinis meditacinis turas (OJAS meditacinės vizijos ir programų pristatymas, meditaciniai dėsniai, filmas apie OJAS Meditacijos mokyklą, klausimai-atsakymai, dalijimasis kt.)

Įvadinis meditacinis turas nurodo į natūralią prigimtine būseną ir šaltinį. Meditacinė diena pamaitina sielą ir gali suderinti kūną su vidumi.

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 meditacijos¹**, kurioje galima lengvai pamatyti kas ir kodėl yra negerai bei kuria dimensija keistis, kad būtų geriau ir ramiau.

Į **Įvadinį meditacinį turą** prašome atvykti prieš 20 min (apie 13:10), kad susipažinti su meditacijos ir darnos dėsniais, tvarka ir sąlygomis.

Atsigerkite ir žinokite. Tai yra skonio rūšis, kurią galima pažinti tik ragaujant. Ošo

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

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

* Programa gali keistis

Info: Tel. (8-5) 215 33 98; Mob. (8-685) 115 33, (8-619) 115 51,

www.ojasmc.eu

Ojas, 2018-01-30