

Prisimenant pamirštą kūno-protą kalbą

Praktika atpalaiduoja ir subalansuoja kūną-protą iki gilesnių sąmoninių sluoksnių ir gaivinančių įžvalgų.

Kovo 11-17 d. (VII-VI). Pradžia 2018 m. kovo 11 d. (VII) 11:00 val. (žr. grafiką)

„Kūnas jums tarnauja septyniasdešimt, aštuoniasdešimt, devyniasdešimt, netgi šimtą metų. Ir mokslas nesugebėjo išrasti tokio mechanizmo, kuris prilygtų kūnui. Jis labai sudėtingas, daro jums stebuklus... O jūs jam nė nepadėkote.“

Metas grąžinti skolą kūnui, laikas su juo susidraugauti. Šiuolaikinis medicinos mokslas tik pradeda suvokti, ką visada žinojo išminčiai ir mistikai: kad protas ir kūnas nėra atskiri objektai ar subjektai, bet yra giliai susiję. Protas įtakoja kūną, taip kaip ir kūnas - protą.

Meditacinėje praktikoje kasdien 7 dienas po 1 val. keliasime vis giliau ir giliau į vidų ir į kūną, įsisažmoninsime kūną, jo jautimus ir energijas. Beveik nieko nedarysime, tik gulėdami ar sėdėdami ir relaksuodami vidun, judėsime savo vidaus link. Mokysimės susieti atsipalaidavimą su sąmoningumu. Praktika atpalaiduoja ir subalansuoja kūną-protą daug gilesniuose sluoksniuose ir galima patirti gaivinančių įžvalgų.

Gaivinančiai ir raminančiai veikia papildoma meditacija Ošo Kundalini arba Dinaminė, kurią rekomenduojama medituoti prieš praktiką (žr. grafiką žemiau).

Veda meditacijos gidė Jivan, sertifikuota vesti šią praktiką pagal Ošo Tarptautinio Meditacinio Resorto sertifikatą. Meditacijos mokėsi Meditacijos centre Ojas.

Virš 20 metų medituoja ir taiko meditaciją gyvenime.

„Pamačiau, kaip nuostatos siejasi su kūnu. Praėjo kelio skausmas. Buvo keli gilesni pamatymai, kur aš tikiu ir laikau, kad „tikrai taip turi būti“, bet per praktiką pamačiau, kad visai taip neturi būti...“ Meditacijos gidė Jivan

Meditacinio ciklo (7 d.) indėlis – 50 Eur

Papildomų meditacijų (7 d.) indėlis – 20 Eur

Meditacijos centras Ojas, Pavasario g. 21d, Vilnius

Info: Tel. (8-5) 215 33 98; Mob. (8-685) 115 33, (8-619) 11551

www.ojasmc.eu

Ojas, 2018-02-10





7 dienų Ošo meditacinė praktika
Prisimenant pamirštą kūno-proto kalbą
GRAFIKAS

Pradžia: 2018 m. kovo 11 d. 11:00 val.

Ciklo diena	Data	Sav.d	Laikas	
			Įvykis*	7 dienų Ošo meditacinė praktika
1	03.11	VII	9:30-10:30 Dinaminė	11:10-11:15 pristatymas 11:15-12:00 praktika
2	03.12	I	17:30-18:30 Kundalini	18:45-19:45
3	03.13	II	17:30-18:30 Kundalini	18:45-19:45
4	03.14	III	17:30-18:30 Kundalini	18:45-19:45
5	03.15	IV	17:30-18:30 Kundalini	18:45-19:45
6	03.16	V	17:30-18:30 Kundalini	18:45-19:45
7	03.17	VI	17:30-18:30 Kundalini	18:45-19:45

* - papildomi renginiai, indėlis
Kundalini - Ošo kundalini meditacija;
Dinaminė - Ošo dinaminė meditacija