

Cesta Jógy

víkendový seminář 4.- 6. Říjen 2019, Haluzice



Ha-tha joga, pránajáma, meditace...

Cílem jógy je dosažení spojení, napojení, vědomé jednoty. Lépe řečeno znovuoobnovení spojení - aby bylo hned od začátku jasné, že jóga se nesnaží o dosažení něčeho nového, ale o obnovení našeho původního božského stavu. O trvalé spojení s naším pravým Já, které přesahuje tělo i mysl, s kosmickým vědomím, které tu bylo vždy, bude vždy, a je i právě teď!

Seminář je určen Vám, kteří jste rozhodnutí růst a vyvíjet se, v harmonii a souladu se sebou i okolím, inspirovat se druhými a inspirovat druhé. Pomůže vám vybudovat pevné základy a nastartovat Vaši cestu.

Ponoříme se společně do praxe starodávného umění jógy. Zažijeme její blahodárny přínos harmonie, vnitřní vyrovnanosti a světla do každodenního života. Naučíte se správně a vědomě dýchat, citlivě vnímat a posilovat svoje tělo, i svá jemnohmotná těla. Účinně odpočívat, regenerovat svoje síly a propojit se se zdrojem Života.

S sebou : jógamatku, meditační polštářek, zápisník a tužku, oblečení na cvičení i na ven, ručník . Součástí programu je denní karmajoga.



Průvodcem na vaší cestě bude Josef Skuhrovec

kde: Haluzice u Kyjova, přihlášení účastníci obdrží podrobný popis cesty

kdy: 4.- 6. Říjen 2019, začátek: pátek – 18:00, konec: neděle – 16:00

příspěvek: 3000,- zahrnuje: ubytování 2 noci (ve spacáku na pohodlné matraci), vegetariánská satvická strava, kurzovné.

Přihlášky pokládám za závazné, příspěvek se vybírá v hotovosti na místě.

přihlášky a informace: Josef@cestajogy.cz , mobil:776 138 682



www.cestajogy.cz