

JARNÍ OČISTA V DUCHU ARAMEJSKÉHO OTČENÁŠE A POZDRAVU SLUNCI

spojení posvátného slova, zpěvu a jógové sestavy

Zveme vás na zážitek propojení pohybu a modlitby spojený se zpěvem aramejského otčenáše. Projdeme společně výkladem jednotlivých veršů otčenáše z pohledu původního záměru a ukotvíme v sobě jejich význam pomocí zpěvu a meditačních praktik.



Zvědomíme si jednotlivé ásany sestavy Súrja Namaskár (Pozdrav slunci) a propojíme je s prožitkem modlitby do ucelené harmonie a současně návodu, jak dojít k pravdě duše.

19. března, 9:30 – 17:30, sál Kupařovice

Cena: 680 Kč včetně jednoduchého vegetariánského oběda,
coffee breaku s moučником a ovocnou svačinou

Přihlášky: **Martina Turečková, tureckova.martina@gmail.com**

S sebou: pohodlné oblečení na cvičení, karimatku, poznámkový sešit, psací potřeby,
pastelky, přezůvky



Setkáním vás provedou:

RNDr. Jana Koudelová, lektorka jógy
a terapeutka aura-somy a skutečného odpuštění;
www.kvetzivota.eu, fb: Jana Koudelová

Katka Pokorná, lektorka muzikoterapie, tance
a aromaterapie, iniciátorka ženských kruhů a
autorka nápěvu modlitby; www.muzikocesta.cz