

Samim tim što je ljudsko biće sastavljeno iz više elemenata, nije uvek lako sve to sastaviti u jednu nerazdvojnu celinu. Podele su raznovrsne. Osnovna podela je na yin i yang, žensko i muško ili animu i animusa u nama. Često kod ljudi postoje sukobi unutar njih samih po tom pitanju.

Druga važna podela je na telo, dušu, energiju i duh. Na Istoku su znali da to nije uvek povezano, pa je Bodhidharma smislio vežbu zvanu Sanchin, što u prevodu znači tri konflikta, da objedini telo, enegiju i duh. Ta tri konflikta su između tela i energije, tela i duha i energije i duha. Cilj se postiže posle mnogo godina predanog i upornog vežbanja. To samo pokazuje koliko je to težak zadatak. Još kada se tome pridoda i duša, odnosno nesvesno i emocije, taj zadatak postaje još teži.

Treća podela je astrološka. Svako od nas nosi u sebi 10 različitih astroloških principa koji su kod svakoga drugačije raspoređeni. Kod nekoga su jači neki a slabiji neki drugi, kod drugih obrnuto, ali kod svih je to nekako raštrkano po celom unutrašnjem i spoljašnjem nebu i svako od nas ako hoće da bude celovit i da se oseća integrisano mora dosta da radi na osvešćivanju svega toga, šta te principe u njemu sve razdvaja i kako to može da se spoji.

Na seminaru će se učiti:

Pojam yina i yanga.

Razlikovanje tela, duše, energije i duha

Tehnike samointegracije

yina i yanga - vežbe polarizacije

tela i duše- emocionalno čišćenje

tela i energije-vežbe vraćanja energije u telo

tela i duha-vežbe svesnosti tela u mirovanju i kretanju

duše i energije-chi kung vežbe za dušu

duše i duha-molitve i mantre za dušu i duh

duha i energije- principi Sanchina

Tehnike unutrašnje komunikacije

Seminar se održava subotom i nedeljom od 11 do 17 h

Cena je 80 E

Prijavlivanje putem meila ili na brojeve telefona