



Shambhala Praha Vás srdečně zve

na program s Johnem Seexem /Anglie/

26.2. - 27.2.2016

Bytí: rozvíjení důvěry, jak být sami se sebou

"Naše srdce neustále tlučte na buben bytí, pocit, že jsme sami v sobě zcela zabydleni."

Sakyong Mipham Rinpoche

Bytí je spojeno se zemí a pocitem příslušnosti; již nebojujeme se svou existencí, ale jednoduše oceňujeme přítomný okamžik. V bytí posouváme zaměření své meditace z hlavy k srdci: spočíváme v uznání své vlastní hodnoty, což vytváří pocit léčení a radosti. Uvolňujeme se do moudrosti mysli.

Sobotní workshop: bude zahrnovat meditaci, která zdůrazňuje spojení se zemí a uvolnění do bytí, diády a diskusní skupiny, které budou zkoumat "bytí v komunikaci a ve skupinách".

John Seex je studentem Sakyonga Miphama Rinpocheho více než 20 let. Působí jako psychoterapeut se soukromou praxí pro jednotlivce i páry, vyučuje psychoterapeutický kurz v Anglii a je součástí sboru učitelů výcviku Karuna - programu Kontemplativní psychologie v Evropě. Je také aktivní sportovec, hraje v B týmu v divizi 2 Gloucestershire letní mužské tenisové ligy.

Místo konání: Shambhala centrum, Varšavská 13, Praha 2 – Vinohrady

Páteční veřejná přednáška:

Začátek: v 19:30

Vstupné: 150 Kč

Sobotní meditační workshop:

Začátek: 9:30

Konec: cca 19:00

Cena: 900 Kč

Registrace je platná po zaplacení zálohy ve výši 50% ceny na účet Shambhala Praha do 15.2. č.ú.1465743001/5500, do poznámky uveďte Vaše jméno a John Seex 2016. Podmínky placení je možné individuálně domluvit.

Informace a registrace: Pavlína Vedralová 773 651 014 (po 18.00) pavlina.vedralova@seznam.cz

Překlad do češtiny je zajištěn

www.shambhala.cz