

Septynių dienų budrumo patirtis, Goa

Nesvarbu, kas bus po mirties, svarbu ar buvai gyvas iki jos...

(Rytų išmintis)

ATSIBUSTI GYVENIMUI

Septynių dienų budrumo patirtis

Goa, Indija 2015



Kelionės datos: 2015 spalio 15 – spalio 25 dienomis

Kelionės trukmė iš Vilniaus – 10 dienų.

Būvoje - Septynių dienų patyrimo metu numatyti įvairūs meditacijų būdai, skirti sutvirtinti kūną, apvalyti protą bei emocijas ir ugdyti savistabą bei sąmoningumą, budinti dvasią.



Tyli meditacija saulei kylant, Goa, Indija

Sakoma, kad tylusis džiaugsmas gyvenimui, kylantis be priežasties, yra prigimtinė žmogaus būseną, tereikia panaikinti tai, kas kuria kančią. Pirmasis žingsnis – pripažinti kančią, kaip būties faktą. Tai supratę – kas yra kentėjimas ir kodėl kenčiame, - galime nustoti būti valdomi savo paties reakcijų ir pradėti gyventi darnoje su savimi ir aplinka. Suvokę savo prigimtį galime žengti išsilaisvinimo keliu...



„Kentėjimas su Tavimi neturi nieko bendro. Laimė tai pat neturi su Tavimi nieko bendro. Visa tai vyksta sąmonėje, o Tu stebi, kaip pačią sąmonę ateinant ir praeinant.“/ Šri Nisargadata Maharadž

„Smagu protarpiais užmerkti akis ir tamsoje pasakyti sau: „Aš esu burtininkas ir, kai atsimerksiu, pamatysiu pasaulį, kurį pats sukūriau ir už kurį tiktai aš esu atsakingas“. Paskui iš lėto, lyg teatro užuolaidą pakeliame vokus. Ir ką gi – priešais mūsų pasaulis, lygiai toks, kokį jį padarėme.“/ Ričardas Bachas



Gyvenimo sąlygos

Tikruose „bungalo“ nameliuose su visais „vakarietiškais“ patogumais vos 2 minutės nuo vieno iš gražiausių visame Goa Arabijos jūros paplūdimių.

Vadovai:

R.G. Badri-Narajanas – yogi.lt puslapio rašytojas

Agnietė Laurinaitė, Lietuvos Šokio-judesio terapijos asociacijos vadovė

Haridas (Arnas Kazickas) – studijos YOGA.LT vadovas, jogos ir meditacijos mokytojas

Užsirašymas:

yatra.lt@gmail.com, tel. 8 698 81198, 8 698 37631

www.yatra.lt

