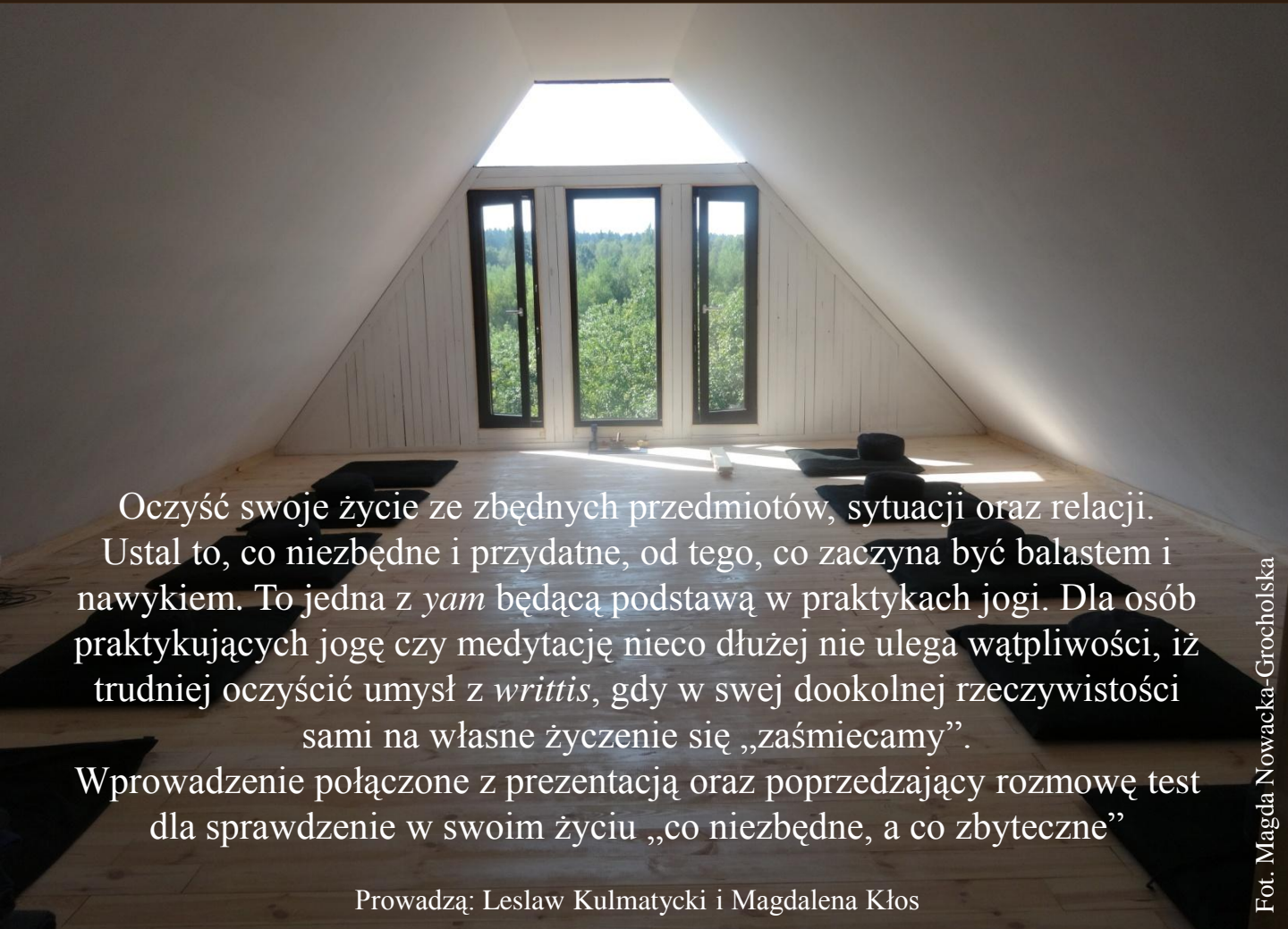


KONWERSATORIA

SPOTKANIE 31

APARIGRAHA sugeruje prostotę



Oczyść swoje życie ze zbędnych przedmiotów, sytuacji oraz relacji. Ustal to, co niezbędne i przydatne, od tego, co zaczyna być balastem i nawykiem. To jedna z *yam* będącą podstawą w praktykach jogi. Dla osób praktykujących jogę czy medytację nieco dłużej nie ulega wątpliwości, iż trudniej oczyścić umysł z *writtis*, gdy w swej dookolnej rzeczywistości sami na własne życzenie się „zaśmiecamy”.

Wprowadzenie połączone z prezentacją oraz poprzedzający rozmowę test dla sprawdzenia w swoim życiu „co niezbędne, a co zbyteczne”

Prowadzą: Lesław Kulmatycki i Magdalena Kłos

Termin spotkania:

sobota 1 października 2016 o godz. 18.15-19.45

Nie ma zapisów, ale mile widziane wcześniejsze zgłoszenie swojej obecności do Magdy Kłos: magdawroc@wp.pl

Zakład Promocji Zdrowia i Relaksacji
Podyplomowe Studia Technik Relaksacyjnych
Podyplomowe Studia Psychosomatycznych Praktyk Jogi
Stowarzyszenie Trenerów i Praktyków Relaksacji 'Przestrzeń'