



Здруженито за хармоничен раст и развој на човекот ГАЕА

Организира

Бабаџи Крија Јога Семинар- 8, 9, 10- ти Јуни
Со Ingvar Villido (Ichwarananda)

КРЕИРАЈ ГО СВЕСНО СВОЈОТ ЖИВОТ

Пат до вистинско само-преобразување

Содржина на основниот семинар

Основниот семинар се состои од теоретски вовед во Бабаџи Крија Јога како и интензивна пракса на:

1. **Крија Кундалини Пранајама (Kriya Kundalini Pranayama):**
Шест техники на дишење за будење на латентната енергија во телото и нејзино канализирање низ 7 основни чакри.
2. **Хата Јога Асани (Hatha Yoga Asana):**
18 избрани телесни вежби за здраво тело, опуштање, ревитализирање и будење на енергијата на 7^{те} чакри
3. **Дијана и Џнана Јога (Dhyana & Jnana Yoga):**
Седум медитации за прочистување на содржините од нашата кои ја зголемуваат концентрацијата и визуализацијата, донесуваат јасност на умот.

НА СЕМИНАРОТ:

Во Петок 8 јуни, ќе започне семинарот во 17 часот со иницијација на новите практиканти со пуџа (кое на санскрит значи обожување). На Врховното битие му нудиме овошје и цвеќе, и на сликовит начин преку кршење на кокосов орех го симболизираме отворањето на умот за прием на светото учење на Махаватар Бабаџи.

Семинарот продолжува во Сабота од 09 часот, и трае до 18 часот.

Недела од 09-17 часот. Паузите за ручек ќе ги направиме спонтано.

Учесниците се советуваат за време на семинарот и една недела пред семинарот да јадат лесна храна, да не користат стимуланси (кафе, цигари и алкохол), и да го почитуваат телото со тоа што ќе му го дадат заслужениот одмор во текот на ноќта.

За време на семинарот учесниците се молат да носат удобна облека. Јога душек за вежбање и памучна простирка.

КОТИЗАЦИЈА ЗА СЕМИНАРОТ:

- **3700** денари (60 евра) за пријавените до **01.06.2012**
- **4500** денари за сите кои ќе се пријават подоцна од **01.06.2012**
- **ПРИЈАВУВАЊЕТО Е ВО ТЕК**, Пријавувањето е со уплата на половината од сумата за котизација (или цела сума).

Семинарот ќе се одржи во салата на ОУ „Партение Зографски“, населба Кисела Вода. (Ова важи за деновите 09-10.06.2012).

Иницијацијата на 08.06.2012 ќе се одржи во просториите на здржението ГАЕА на бул. АСНОМ бр 24, локал 3. (Ново Лисиче покрај Вардар, спроти новиот парк со авионот - Аеродром)