

10. JUBILEUMI
JÓGA ÉS PSZICHODRÁMA TÁBOR
MÁRIAHALMON

2016. augusztus 11 – 14 –ig.

KEDVES RÉGI, ÚJ ÉS LEENDŐ BARÁTAINK!

Szeretettel hívunk Jóga és Pszichodráma Táborunkba: Máriaalomra, 2016 augusztus 11 – 14-ig.

Célunk idén is a pihenés, a harmonizálás, a testi-lelki-szellemi kiegyensúlyozás és megújulás, és egy önismereti utazás is, melyben mindenki a maga igénye és mértéke szerint tud részt venni, teljesen szabadon.

10 évvel ezelőtt indítottuk útjára ezt az akkor még egyedülálló hazai kezdeményezést, hogy ötvözzük a jóga és a pszichodráma módszereit intenzív nyári önismereti kurzusok formájában.

Erre a jubileumi, 10. nyári táborunkra az integrálás, az egységesítés szándékával készülünk.

A táborban olyan **jógagyakorlatokat** végzünk és tanulunk, amelyek kezdők számára is alkalmasak. Nem igényelnek semmilyen előképzettséget, kortól és egészségi állapottól függetlenül gyakorolhatók. Egész lényünket érintő kiegyensúlyozó hatásuk - a hétköznapjaink rendjébe illesztve - a tábor utáni életünket is harmonizálják.

Pszichodráma játékunk inspirálója idén a *Felhőatlasz* c. film. A mélyebb önismereti munka érdekében az a javaslatunk, hogy még a tábor előtt nézzétek meg / olvassátok el ezt a művet, ha tehetitek, az érlelés, a ráhangolódás érdekében. A további ajánlataink is ezt a célt szolgálják.

Kívánjuk, hogy legyen sok örömetök bennük!

Szeretettel várunk Titeket!

Góth Erzsébet
(30) 970 9333
gotherzsebet@gmail.com
www.lelekkor.hu

Kaderják Gyula
(20) 480 3184
kader@freemail.hu
www.csaladallit.hu

A táborral kapcsolatos főbb információk

Elhelyezés:	2- 4 ágyas, fürdőszobás szobákban.
Ellátás:	Napi 3x vegetárius étkezés.
Érkezés:	Augusztus 11-én 9 órától.
Program kezdés:	11-én 11 óra.
Program zárás:	14-én 14 óra.
Részvételi díj:	48.000.-Ft.
Jelentkezés:	Jelentkezni a megadott elérhetőségeken lehet a létszám beteltéig, de legkésőbb június 30-ig, 10.000 Ft előleg befizetésével. (Az utaláshoz szükséges adatokat a jelentkezést követően küldjük.)
Lemondás:	Július 15-i lemondás után csak a befizetett előleg 50%-át tudjuk visszatéríteni.

Szellemi inspiráció:

„A reinkarnációt a keletiek azért találták ki, mert az időt nem értették... Az egész világot együtt és egyszerre tudták látni térben. Ez a nagy világlátvány. De az idővel nem tudtak mit kezdeni. Ezért voltak kénytelenek az újratestetöltés gondolatát kieszelni. A reinkarnáció rossz, mert egymás után nézi azt, ami tulajdonképpen egyszerre van. A tér teljes egészében mindig jelen van. De az idő is. Minden és mindig itt van egyszerre. Az összes világok és minden élet minden korszakával és alakjában és mozzanatával –

A modern fizika egyébként már csaknem nyomon van. Az időt térképletekben ki tudja fejezni, de nemsokára a teret is ki fogják tudni fejezni időképletben. Akkor pedig észre fogják venni, hogy a kettő egymással felcserélhető. Ha az idő nem egyéb, mint a tér negyedik mérete, akkor a tér sem egyéb, mint az idő felszínének és mélységének az a viszonya, amit jelennek nevezünk. Ez az elmúlhatatlan pillanat. A kettő egy. És ha ezt megtalálják, akkor már csak az imagináció tevékenységét kell képletbe foglalni. Tudja, mi ez? Amit az Upanishadok tanítottak. A maya. A káprázatot meg fogjuk tudni különböztetni a valóságtól. Fogunk tudni látni –”

(Hamvas Béla: Karnevál)

Filmajánló:

- FELHŐATLASZ
- CSILLAGOK KÖZÖTT
- VÖRÖS HEGEDŰ

Könyvajánló:

- Hamvas Béla: KARNEVÁL
- Szvami Venkatesananda: A VASZISTHA JÓGA.
(Főként: Lilá hercegnő története 68 – 100.o.)
- David Mitchell: FELHŐATLASZ



JÓGA ÉS PSZICHODRÁMA TÁBOR

2016 AUGUSZTUS 11 – 14

MÁRIAHALOM

A táborról:

Célunk a pihenés, a testi-lelki-szellemi megújulás és kiegyensúlyozás, a kreatív, játékos kikapcsolódás, összekapcsolva egy intenzív önismereti munkával, amelybe mindenki szabadon, saját igénye szerint tud bekapcsolódni. Humorra is szükség lesz.

Kor, egészségi állapot nem akadály,

Főbb információk:

<u>Elhelyezés:</u>	2- 4 ágyas szobákban.
<u>Ellátás:</u>	Napi 3x vegetárius étkezés.
<u>Érkezés:</u>	Augusztus 11-én 9 órától.
<u>Program kezdés:</u>	11-én 11 óra.
<u>Program zárás:</u>	14-én 14 óra.
<u>Részvételi díj:</u>	48.000.-Ft.

Jelentkezés:

Jelentkezni a lenti elérhetőségeken lehet a létszám beteltéig, de legkésőbb **június 30-ig, 10.000 Ft** előleg befizetésével, készpénzben vagy átutalással. (Az utaláshoz szükséges adatokat a jelentkezést követően küldjük.)

Lemondási feltételek: július 15-i lemondás után csak a befizetett előleg 50%-át tudjuk visszafizetni.

Tudnivalók:

- Kérjük, hogy a jógagyakorláshoz hozzatok magatokkal polifoamot és könnyű takarót.
- Minden egyéni igényt kérjük, hogy a jelentkezéssel egy időben jelezzetek.



Szeretettel várunk!

GÓTH ERZSÉBET

pszichológus
pszichodráma vezető
www.lelekkor.hu
(30) 970-93-33
gothertzsebet@gmail.com

KADERJÁK GYULA

jógaoktató
rendszerterapeuta
www.csaladallit.hu
(20) 480-31-84
kader@webhome.hu