

KVIETIMAS Į GARSŲ KELIONĘ! VESIU AŠ, RAMUNĖ

kiekvienas iš mūsų garsų kelionę įvardijame savaip: gongų maudynės, sesija, seansas, mediacija ar dar kaip nors. Kas jau esame pabuvoję panašioje kelionėje, žinome, kad joje randame nusiramimą, atsipalaidavimą, sugrįžimą į savo prigimtį, atsinaujinimą, o kartais susitinkame ir su baimėmis.

Tai - individualu.

Šioje garsų kelionėje skambės nuostabus gongas, „dainuojantys“ (tibetietiški) dubenys, kochi varpeliai, tingsa ir kiti senieji muzikos instrumentai. Ypač stiprų poveikį turi gongai ir „dainuojantys“ dubenys, padedantys mums susiliesti su visata, padedantys susigražinti gamtos diktuojamą ritmą.

Kur vyks kelionė?

Iyengar joga–Ramunės studija, Slucko g. 3, II aukštas

Kada vyks kelionė?

2020 m. rugpjūčio 26 d., trečiadienį. Pradžią 18.00 val., atvykstame ir pasiruošiame anksčiau. Vėlavimas negalimas 😊 Trukmė – apie 1 val.

Kaip vyks ši kelionė?

Skambant gongui ir kitiems archaiškiems instrumentams, šiuo metu plačiai naudojamiems garso terapijoje, užsimerkę gulėsime beveik valandą. Sklindant garsų vibracijoms atsipalaiduosime, nersime į garsų pasaulį kiekvienas savo ritmu, savo jausmu, savo paleidimu ar susitikimu. Tiesiog leisime sau būti čia ir dabar, atsiduodami konkrečiai būsenai be jokių išankstinių vertinimų ar nusistatymų. Garsas ves mus ten, kur šiuo metu jam reikia būti. Kiekvienam savas kelias, savas patyrimas, nevertinant nei savo, nei šalia gulinčio, būsenos. Atsiduosime garsams 😊.

Po sesijos liksime tyloje, susikaupime ir ramybėje kiek mums norėsis. Jeigu bus noras, prie arbatos puodelio pasidalinsime savo patirtimi, suvokimu kas gi įvyko.

Energetiniai mainai - savanoriška auka

Su savimi turėti: 1 pleduką (arba miegmaišį), šiltą aprangą/kojines ir savo mylimą puodelį arbatai.

Registracija: Ramunė, el. paštu ramunejoga@gmail.com, dalyvaujančių skaičius ribojamas.

