



Žiemos meditacinė garsų kelionė 2025 m. gruodžio 17 d.

Tradicija studijoje susitikti garsų kelionėje baigiantis metams tęsiasi!

Kai Žemė ruošiasi giliam žiemos miegui, kai artėja ypatingosios šventės – Šv. Kalėdos, mes su savo draugais, šeimos nariais ir visomis artimomis sielomis, keliausime garsų galaktikose.

Jau žinome, kad garso galia gydo, išlaisvina. Mūsų kūną ir sielą pasiekę garsų virpesiai kviečia atsipalaiduoti, kviečia susigrąžinti gamtos diktuojamą ritmą, kviečia susiliesti su visata.

Kelionės vedliu bus magiškasis Pluto gongas, jam pritars skambantys tibetietiški dubenys, kochi varpeliai, tingsa, indėniška fleita, šamaniški būgnai ir kiti užburiantys instrumentai.

Palydoje būsiu ir aš, Ramune - jogos ir gydančio garso praktike. Iyengar jogą praktikuojanti beveik 25 metus, į Alicijos ir Ričardo Eiliakų gydančių garsų mokymus ir erdvę įsiliejusi beveik prieš aštuonerius metus, vedanti ne tik jogos užsiėmimus įvairioms grupėms, bet ir garso sesijas grupėms ir individualiai, daranti tibetietiško dubenų masažus.

Kur?

Iyengar joga–Ramunės studija, II aukštas, Slucko g. 3, Vilnius. Spausti skambutį „Iyengar jogos studija“.

Kada?

2025 m. gruodžio 17 d., trečiadienį. Kelionę pradedame 18.00 val. (atvykstame 10-15 min. prieš). Trukmė – apie 2 val. Dalyvaujančių skaičius ribotas, vietas užsiima ankstyvieji.

Kaina – 20 Eurų.

Kaip vyks ši kelionė?

Susibursime į nuostabų ratą, susipažinsime žvelgdami vienas kitam į akis ir žiemos žvarbą išsklaidysime savo šiluma bei karšta žolelių arbata, skanėstais.

Po to gulėsime šiltai įsisupę į antklodes.

Studijos erdvė, prisipildžiusi garsų, yra be galo saugi. Tad mes visa savo esatimi atsiduosime vibracijoms, nersime į garsų pasaulį kiekvienas savo ritmu, savo jausmu, savo pajautimu. Kiekviena ląstelė būsime meile ir meilėje. Garsas keliaus ten, kur šiuo metu jam reikia būti, o mes per kvėpavimą išjausime, paleisime, mėgausimės, priimsime, išmyluosime ir užpildysime šviesa kiekvieną savo ląstelę...Nutilus garsams, liksime tyloje, susikaupime.

Pakilę galėsime pratęsti savo buvimą sukurtoje būsenoje vėl skanaudami arbatą.

Ką pasiimti? Gulėjimui patogią ir šiltą aprangą, šiltas kojines. Jeigu nori, gali atsinešti savo kilimėlį ir mylimą šiltą pledą.

Informacija ir registracija: Ramunė, el. paštu: ramunejoga@gmail.com

mob. tel.: +370 686 24853, www.iyengarjoga-ramunestudija.lt

Facebook paskyroje: <https://www.facebook.com/iyengarjogosstudija/>

<https://www.facebook.com/ramune.zaleskaite/>