

# Dech - pulz života

Tento seminář je příležitostí pro ty z vás, kteří chcete poznat magickou sílu svého dechu.

**„ Když můžeme naplno dýchat, můžeme i naplno žít“.**

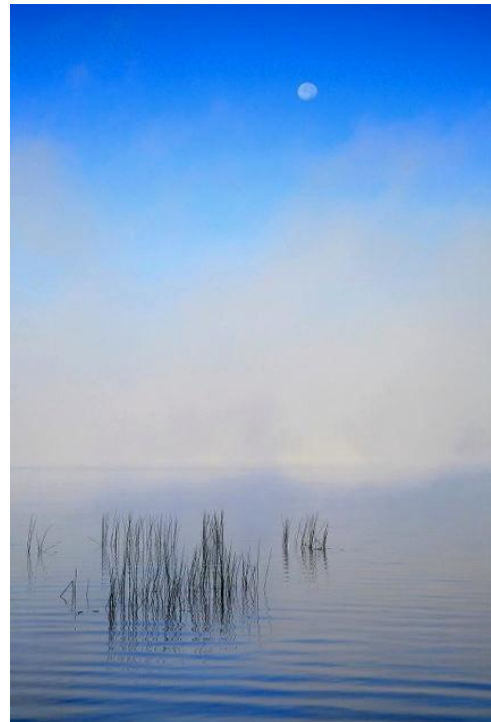
Uvnitř těla máme zdroj živosti a přirozenou schopnost cítit potěšení a radost. Naše návyky z minulosti, které jsme převzali od rodiny, náboženství a společnosti, nás naučily potlačovat vnímání těla, nedůvěřovat svým pocitům, což často vytváří napětí, bolest, pocit otupělosti nebo nechuti do života

Použitím dechové terapie Neo – Reichianova dýchání a práce s bioenergií se zbavíme krunýře, který nosíme ve svalech a znovu otevřeme energetické a fyzické bloky. Vyjádřením starých potlačených pocitů se otevře rezervoár naší energie a můžeme se spojit s vlastním esenciálním jádrem radosti a života.

Seminář vede **Mirek Sidika Kovář**, který pracoval 14 let jako terapeut a učitel meditací.

Ve své současné praxi se soustředí na:

- práci s traumaty „Somatic Experiencing (léčení traumatů dle Dr. Petera Levina)
- dechovou terapii
- sebeprožitkové a sebeobjevující semináře



Místo: ONENESS CENTRUM Rusava

Čas: pá 12.11. od 19,00 hod do ne 14.11. 14,00 hod

Cena: 2100 Kč

Cena zahrnuje také ubytování a plnou vegetariánskou penzi

**přihlášky a informace na email: [onenesscentrum@seznam.cz](mailto:onenesscentrum@seznam.cz),**

**tel: 774 903 056**