

Workshops door Dirk Gysels

bij KREAKATAU

In deze sessies ga je via begeleide oefeningen op verkenning in jezelf naar de meer subtiele lagen van je lichaam. Doel is de levensenergie (prana) in jezelf te gaan ontdekken en aan te wenden voor het creëren van meer vitaliteit, welzijn en bewustzijns-groei. Je vertrekt bij je lichaam van vlees en bloed en eindigt bij de chakra's en de kundalini.

De oefeningen zijn diep relaxerend en tegelijk prana (levensenergie) activerend. De reeks wordt gegeven volgens de instructies van de Himalaya Yoga Meditatie Traditie (Swami Veda was Dirks leraar).

Dirk Gysels heeft een brede kennis van de Indiase spirituele tradities, is yogi en auteur.

Praktisch:

Er is geen enkele voorkennis nodig. Iedereen heel welkom.

Meenemen: gemakkelijke kledij

De workshops gaan door op zaterdagmiddagen van 14u tot 17u bij Kreakatau in Korbeek-Dijle.

Een eerste reeks gaat door op 12, 19 en 26 oktober.

Volgend lesjaar, 2019 – 2020, zullen er 3 reeksen van 3 opeenvolgende zaterdagen gegeven worden.

Updates volgen. Consulteer deze website en webpagina.

VOLLE MAANMEDITATIES

Maanlicht is aangenaam, koel en zacht, of 'saumya'. Meditatie maakt de geest ook 'saumya'. Om die reden zitten we op elke 'purnima' of avond van volle maan wereldwijd samen op hetzelfde uur. Voor west-europa is dat om 21.00.

Geef een seintje als je graag een uur komt mee mediteren. Indien nodig worden er specifieke instructies en begeleiding gegeven.

Waar? Paardenmarktstraat, 14, 3080 teruren.

Wanneer? 14 september, 13 oktober en 12 november.

Klik [hier](#) voor alle informatie over de Volle Maanmeditatie (Global Full Moon Meditation), gegeven door Swami Veda Bharati zelf.

Swami Veda nodigt uit!