

Pozvánka na novoročný metodický kurz 26. – 27. januára v BA

ZÁKLADY TAO I. a II. časť



Jedná sa o vstupný kurz do Systému Univerzálne Liečivé Tao podľa Majstra Mantak Chiu zameraný na objavovanie esencie zdravia, vitality a dlhovekosti pomocou jedinečných taoistických techník. Všetky taoistické techniky a cvičenia, ktoré budete na kurze vykonávať, budú zamerané na oživovanie, posilnenie a uzdravenie fyzickej, emočnej, mentálnej a duchovnej úrovne. Aplikáciou techník budete plný energie, naučíte sa načerpať chýbajúce sily pre seba. Budete zdravší, pokojnejší, naučíte sa ako sa zbavovať toxínov z tela. Zmysel každej techniky je podrobne vysvetlený z duchovného aj medicínskeho hľadiska.



Náplň kurzu Základy TAO 1. časť „objavovanie vnútorného svetla v nás“ - sobota

- **Teória** - vysvetlenie podstaty taoistických meditácií a cvičení; filozofia taoizmu; zdravotné účinky Tao praktík; aplikácie Tao princípov a techník v každodennom živote.
- **Meditácia vnútorného úsmevu** - práca s piatimi hlavnými jinovými orgánmi, s nimi súvisiacimi jangovými orgánmi a zmyslovými orgánmi (napríklad: obličky-močový mechúr-uši), pomocou ktorej sa posilňujú vnútorné orgány., dochádza k harmonizácii srdca, upokojeniu celej nervovo-vegetatívnej sústavy, zbaveniu sa toxínov z tela a načerpanie chýbajúcich síl.
- **Meditácia so zvukom - technika šiestich liečivých zvukov** na transformáciu a zbavenie sa negatívnych energií a emócií z tela.
- **Technika brušného dýchania a reverzného dýchania** na posilnenie tráviaceho, zažívacieho a vylučovacieho systému tela, ktorá veľmi intenzívne prispieva k uvoľneniu stresu a napätia.
- **Jednoduchá technika seba masáže** vnútorných orgánov brucha, tváre, hlavy, rúk a chodidiel pre získanie nástroja na detoxikáciu organizmu, omladenie a postupné rozpustenie energetických blokov a napätí, ktoré sú zodpovedné za ochorenia a starnutie.
- **Meditácia otváranie "Mikrokozmickej obežnej dráhy"** - čiže hlavného akupunktúrneho kanála. (Malého nebeského okruhu).
- **Technika Aktivizácia Tantienu** – energie brucha, na budovanie energie stredu
- Cvičenie jednoduchý Čikung - **vybrané cviky na stoličkách pre uvoľnenie napätia chrbtového svalstva** a následnú energetizáciu chrbtice, čím zvýšime flexibilitu tela, znásobíme energiu a harmóniu.

Náplň kurzu Základy TAO 2. časť „expansionia do priestoru“ - nedeľa:

- Poslucháč sa zoznámí s technikou **Zjednotenie troch myslí**. Jedná sa o techniku ako zjednotiť, ustredniť a ukotviť ducha. Aplikácia tejto techniky je základ pre komplexné vnímanie okolia a vnútornú harmóniu, využíva sa aj v bojovom umení, v umení jednania a v živote. Účastník zacíti silu ducha, pocíti energetický svet a jeho vplyv na náš život.
- Technika **Zjednotenie troch ohňov** umožní účastníkovi, zjednotiť svoj tvorivý oheň ducha, naučí sa ako ho nerozptyľovať a naopak posilňovať ho. Jednoduchá technika má mimoriadny

dopad na jednotu duše človeka, ktorú začne aplikáciou techniky vnímať. Cítením vlastných energií, vlastnej duše človek dokáže precítiť svoje okolie, vie sa viac zorientovať a zaujať správny postoj v interakcii.

- Následne sa naučíme aktivizovať a rozprúdiť energiu v **Makrokozmickej dráhe** a pripravíme sa na energetickú expanziu do priestoru
- **Účastník sa zoznámi s vonkajšími silami** a s technikami ako sa uzemniť pomocou **zemskej energie**, napojiť na **kozmicкую energiu** a nebeské energie - **Polárku a Veľkú medvedicu**
- naučíme sa spoločne napájať na **energiu šiestich smerov**. Takto sa naučíme precítiť vonkajšie okolité energie, pomocou svojho vnútra, naučíme sa rozlišovať a charakterizovať sily pôsobiace zvonka.

Kurz predstavuje úvodné vnorenie sa do systému Univerzálne Liečivé Tao. Je určený rovnako pre začiatočníkov ako aj pre mierne pokročilých. Kurz je súčasťou Inštruktorskej školy Taojogy a zapisuje sa do indexu.

Cena: 150 Eur - pri registrácii do konca roku 2018 zľava 25%

Kedy: sobota 26 – 27. január 2019

Kde: Taocentrum, Kremnická 26, Bratislava - Petržalka

Lektorka: Mgr. Martina Medvecká,



Medzinárodne certifikovaná inštruktorka Taojogy a certifikovaná praktička a učiteľka Čchi Nei Tsang masáže Systému Univerzálne Liečivé Tao . V Taojoga Slovakia sa podieľa na vedení, príprave a organizácii kurzov Školy Taojogy a ako **lektor aktívne vedie kurzy Taojogy.**

Taojoge sa venuje viac ako 16 rokov a posledných 6 rokov pracuje profesionálne ako inštruktorka Taojogy na plný úväzok.

Svoje poznatky a taoistickú prax si stále rozširuje účasťou na nadstavbových kurzoch doma pod vedením senior inštruktora Júliusa Masaroviča i v zahraničí Thajsku, Rakúsku, Nemecku a Švajčiarsku pod vedením Taoistického Majstra Mantak Chiu, senior inštruktora Tao Rentaa Ravasia, Veetao Hogan, Jutty a Waltera Kellenbergerg.

Vyštudovala Pedagogickú fakultu UK v Bratislave a následne 15 rokov pracovala na vedúcich manažérskych pozíciách v CK a v súkromnej obchodnej firme s IT technológiami, má diplom certifikovaného kouča.

V posledných 25 rokoch sa intenzívne venuje alternatívnym metódam liečenia a sebaliečenia. Vo svojej každodennej praxi využíva metódu LSVJ - liečenie prostredníctvom Vyššieho Ja. Je certifikovanou absolventkou metódy IZI LLC pod vedením Dr. Hew Lena (poznávanie vlastného Ja prostredníctvom techniky Hooponopono), vyvinutou Dr. Hew Lenem. Je absolventkou kurzu Joga v každodennom živote, kurzu Silvovej metódy ovládania mysli a Anjelske liečenie, Anjelsky channeling. Má zasvätenie Reiky až po majstra Reiky a Imara Reiky atď..

Registrácia:

NA KURZ JE POTREBNÉ SA ZAREGISTROVAŤ SPATNE MAILOM, TELEFONICKY ALEBO OSOBNĚ.

Mobil: 0917 974 551, e-mail: taojogask@gmail.com, www.taojoga.sk