

# Meditační setkání

## Vyčerpanost vs. Vitalita

Na tomto meditačním semináři se zaměříme na téma životní energie. Zamysleme se nad tím, proč jsme unavení a vyčerpaní a zkusíme se dotknout skrytých zdrojů vnitřní energie. O tomto tématu si budeme nejenom povídat, ale především se mu budeme věnovat v několika meditacích a vizualizačních léčebných technikách. Vstoupíme do prostoru vnitřního ticha, ve spojení se sebou. To vše v příjemně naladěné skupince blízkých duší.

---

**Kdy:**            **neděle 21. dubna 2024 od 9.30 do 15.30 hodin**

**Kde:**            **Mníšek pod Brdy, centrum Ještěrka Mníšek**

**S kým:**        **Gabriela Benešová, [www.gaaba.cz](http://www.gaaba.cz)**

**Za kolik:**      **1000 Kč – studující, důchodci a MD sleva 25 %**

**Přihlášky:**    **Alena: [ada.kurzy@seznam.cz](mailto:ada.kurzy@seznam.cz), tel. 732 368 003**