



Poradenství a terapie
Rozvojové kurzy, vzdělávání a diagnostika
Preventivní a psychologické služby školám

Pomáháme růst...



**Elio, o. s. pořádá praktický týden zaměřený na každodenní uplatnění
Zen buddhismu**

Týden se Zen buddhismem

(Akreditace MŠMT ČR instituce k provádění vzdělávacích programů.)

Termín konání	19. - 23. 8. 2013	místo: Chrám Ticha, Železná Ruda
Termín podání přihlášky	do 12. 8. 2013	
Cena	3 000 Kč (v ceně je lektorné, Osvědčení o absolvování, ubytování a plná penze)	

Co se dozvím?

- kurz ukáže využívání principu zenu v každodenní realitě
- vyzkoušíte si pravidla a obsah zenového ústraní (meditace, ticho, mantry, sútry, kong-any, poklony apod.) s psychologickým výkladem významu a možnosti využití jednotlivých částí v běžném životě i duchovním rozvoji
- cesta přiblížení se k „bdělé plné přítomnosti“ a „vnímání věcí takových, jaké jsou“

Co se účastník naučí?

- jak si „vyčistit hlavu“ od zbytečných myšlenek, emocí, strachů a předsudků
- jak využívat princip „bdělé přítomnosti“ v každodenním životě (jak vám pomůže ve vztazích, práci i ve schopnosti práce se sebou samým)
- meditace

Co s sebou?

- vezměte si s sebou příjemné netěsné oblečení, karimatku a spacák (není podmínkou, ale může ulehčit meditaci)
- Kdo chce, může vzít i zbytek rodiny, kteří mohou být ubytováni ve stejném penzionu a mít svůj volný program. Obsluha penzionu i okolní prostředí jsou velice příjemní a poradí jim s programem, když nebudou s námi

S jakým lektorem se setkám?

- Se sympatickým Lukášem Dastlíkem, ředitelem Elio, o. s., více o něm najdeš v seznamu lektorů...

Jak se mohu přihlásit?

- E- mailem na kurzy@elio.cz nebo na telefonu 775 545 003

Elio, o. s., Vršovické náměstí 2/111, Praha 10

www.elio.cz, tel.: + 420 775 545 003, e-mail: kurzy@elio.cz