

# Vědomé umírání

Třídenní seminář je určen pro všechny zájemce o sebepoznání a dále pro ty, kteří se setkávají s tématem smrti ve svém povolání, kteří prožívají limitní životní situaci kvůli smrtelné nemoci vlastní nebo někoho blízkého, či pro ty, kteří se ocitli ve slepé uličce vlastní životní cesty a nemohou se pohnout dál.

V teoretické části nahlédneme na proces umírání, na možnost přípravy na vlastní odchod z těla a úskalí, která jednotlivé fáze provázejí. Dozvíme se něco o takzvaných zbloudilých duších, proč zůstávají a jak jim můžeme pomoci odejít. Seminář poskytne informace i pro možné aktivní provázení našich blízkých v průběhu jejich umírání.

V praktické části pomocí meditačních technik nahlédneme do problematiky hlouběji, podíváme se na naši vlastní životní cestu, uvědomíme si naše touhy, viny, křivdy a možnosti jejich odpuštění a opuštění. Dotkneme se konečnosti pozemského života a nesmrtelnosti duše. Můžeme zakusit energie, které jsou léčivé. Dostaneme tak příležitost změnit svůj úhel pohledu na život, když život sám změnit nemůžeme.

Seminář není vhodný pro nervově labilní jedince, například pro ty, kteří mají diagnostikovanou psychózu či jinou vážnou poruchu osobnosti a také pro ty, kteří v současné době užívají psychofarmaka.



Lektor *Míla Lukášová*

**Termín: 5.–7. dubna 2019**

pátek 5. 4. 16:00–20:00

sobota 6. 4. 9:00–18:00

neděle 7. 4. 9:00–13:00

**Místo: Přeštice, objekt MŠ Gagarinova, Gagarinova 202**

Seminář se koná v budově MŠ Gagarinova, která se nachází 200 metrů od autobusové zastávky Na Chmelnicích, 500 metrů od autobusové zastávky Náměstí a 500 metrů od vlakového nádraží. Parkovat lze na veřejném prostranství v přilehlé blízkosti školky. Možnost zajištění ubytování v Hotelu Sport, vzdáleného 250 metrů ve dvou- nebo třílůžkových pokojích, kde se nachází i dvě přilehlé restaurace. V místě konání semináře jsou k dispozici teplé nápoje, stravování je možné v blízkých restauracích, popř. lze řešit nákupem v přilehlých obchodech Penny, Billa.

**Cena:** 2200 Kč

**Kontakt:** Hana Heřmanová, tel.: 604 899 350,  
e-mail: hermanova.hani@seznam.cz

**Přihláška telefonicky či e-mailem**, platná je po zaplacení zálohy ve výši 800 Kč na účet číslo 186 721 016/0300. Jako variabilní symbol uveďte své jméno a příjmení. Záloha je po 22. 3. 2019 nevratná.

**V případě zájmu o ubytování** v Hotelu Sport je možná rezervace rovněž na výše uvedeném telefonním čísle.