

Sydäntietoisuuskurssi la 24.3



WWW.SELFCON.FI

SYDÄNTIETOISUUSKURSSI
Sydämen tietoisuus ja sieluna eläminen
la 24.3.2012, klo 10-17



Sundsbergin Kartanonranta
Sumeliuksenkuja 4H, 02450 Sundsberg (Kirkkonummi)
Ilmoittautuminen: www.selfcon.fi tai 045 631 3316

HILJENNY
JA KATSO
SISÄÄSI.

SISÄLLÄSI
ON VALO.

SINÄ OLET
VALO,
RAUHA JA
RAKKAUS.

Tämän vuosisadan tärkeimpiä henkisen kasvun asioita on sydämen ulottuvuuden avautuminen. Sydäntietoisuus, joka on heräämässä yhä useammilla ihmisillä, on uusi tietoisuus ihmiskunnan keskuudessa. Se on sydämen rauhassa, ykseydessä ja levollisuudessa lepäämistä.

Sydän eli sielu on ihmisen henkinen keskus, jolla on tärkeä merkityksensä ihmiselämässä. Sielu on olemuspuolena luonnollisella tavalla tunnistettavissa ihmisen tietoisuuden kokonaisuudessa. Sydäntietoisuuskurssilla lähestymme sielua käytännöllisesti ja uskontoriippumattomasti.

Kurssipäivä sopii kaikille, jotka haluavat oivaltaa elämänsä merkityksen syvemmin ja löytää pysyvän sisäisen rauhan. Ihminen, joka on syvemmässä yhteydessä sydämeensä, on löytänyt rauhan ja henkisen täyttymyksen elämässään.

Päivään on koottu kaikki oleellinen tietämys sydämen tietoisuudesta käytännölliseen ja selkeään pakettiin.

Kurssipäivässä käsitellään käytännöllisellä tavalla mielen ja sielun dynamiikkaa, sielun luonnetta, sydäntietoisuutta käytännön elämässä, sieluyhteyden kehittämistä ja sieluna elämistä. Teemme paljon erilaisia sydänmeditaatioita, joiden avulla voit kehittää ja ylläpitää yhteyttä sydämeesi.

Sydäntietoisuuskurssi antaa sinulle eväät itsesi syvempään oivaltamiseen ja sieluna elämiseen. Päivän jälkeen sinulla on ymmärrys henkisen olemuspuoleksi luonteesta. Osaat erottaa mielen ja sydämen viestejä sekä toimia sydäimestäsi käsin. Saat mahdollisuuden kokea syvemmin sielusi

olemuksen sydänmeditaatioiden välityksellä sekä tiedät, kuinka voit voimistaa yhteyttäsi sydämeesi normaalin arkipäivänkin kesellä.

Kurssipäivän hinta on 70 euroa. Hintaan sisältyy kurssimateriaali, meditaatioharjoitukset paperitulos-teina ja valinnainen ruokaisa eväsläipä sekä välipalakeksit. Päivän vetää **Jaakko Muhonen**, jolla on vuosien kokemus henkisen kasvun kouluttajana.

Kurssipäivä pidetään pieniryhmässä rauhallisessa ja idyllisessä Sundsbergissa hyvien kulkuyhteyksien läheisyydessä (katso: www.sundsberg.fi). Käyntiosoite: Sumeliuksenkuja 4H, 02450 Sundsberg (Kirkkonummi)

Voit ilmoittautua **lauantaina 24.3.2012** pidettävälle sydäntietoisuuskurssille internetissä osoitteessa www.selfcon.fi tai soittamalla numeroon **045 631 3316**.

Tervetuloa!

Jaakko Muhonen / Selfcon

OHJELMA

| | |
|------------------------------------|---------------|
| Sielun luonne | 10.00 - 11.00 |
| Sydäntietoisuus | 11.00 - 12.00 |
| Ruokatauko | 12.00 - 13.00 |
| Sydäntietoisuus, jatkuu | 13.00 - 14.00 |
| Sydäntietoisuus käytännön elämässä | 14.00 - 15.30 |
| Teetauko | 15.30 - 16.00 |
| Sieluyhteyden kehittäminen | 16.00 - 17.00 |

KELLO

SISÄLTÖ

| |
|-----------------------------|
| Alustus |
| Alustus ja sydänmeditaatio |
| Omat eväät ja/tai eväsläipä |
| Alustus ja sydänmeditaatio |
| Alustus ja sydänmeditaatio |
| Yrttitee ja välipalakeksit |
| Alustus ja sydänmeditaatio |