



Ples E Grad
RADIONICA IGRE SUZANE VUJOVIĆ

RADIONICA LIČNOG RAZVOJA ZAŠTO NAM JE VAŽAN DUHOVNI RAZVOJ?

Pozivamo vas da nam se pridružite na 11. Radionicu sa temom

ZAŠTO NAM JE VAŽAN DUHOVNI RAZVOJ?

***Termin Radionice je 25. maja od 12 - 15h**

Radionice održavamo svake subote u [Lider klubu](#) na Savi, u prostoru [kafe bara Barža](#).

***Gosti predavači:**

[Vladan Pantelić](#), vidar

[Branislav Grujin](#), joga trener

***Vrednost Radionice:** 3000 rsd i uključuje jedno piće. Uplate su rezervacije!

Kontakt: Whats App 065 5156 244

Mail: kontakt@plesigrad.rs

*Pročitajte nešto više dosadašnjim temama: <https://plesigrad.rs/licni-razvoj/>

ZAŠTO NAM JE VAŽAN DUHOVNI RAZVOJ?

*Duhovni razvoj se definiše kao transformacija opšteg razumevanja sveta i sebe u njemu. Takva transformacija podrazumeva čišćenje svesti od negativnih uverenja i destruktivnih misli i podstiče formiranje **kreativnog stila života**. Visoko duhovna osoba ima duševni mir, prihvata sebe i svoje okruženje i staložena je.*

Duhovnost omogućava oslobađanje i plodonosno korišćenje energetskih rezervi koje su potrošene na negativne osećaje, misli i postupke. Razvijajući se duhovno, krećemo se ka harmoniji i stvaranju.

Kako se duhovno razvijati? Napredak u duhovnom razvoju zavisi od formiranja njegovih osnova: nesebične ljubavi, vere, smislenosti i duševnog mira.

Ovaj razvoj je prirodni proces, prirodni fiziološki mehanizam koji funkcioniše ako stvorimo neophodne uslove za njegovo ispoljavanje.

Odgovore na pitanja:

- ***Kako da naučimo da bezuslovno prihvatamo život, njegovu lepotu i radost?***
 - ***Kako da otvorimo um i okrenemo život u svoju korist?***
 - ***Kako da ne ignorišemo poruke koje nam šalje telo i kako da se sa njima suočimo?***
- ... dobićemo do naših predavača.***

ŠTA JOŠ DOBIJATE UČESTVOVANJEM U RADIONICI?

- * Na praktičnim primerima: učenje o smirivanju uma, jasnoći misli i unutrašnjoj ravnoteži
- * Naučićete kako da koristite konstruktivne misli, ideje, prijatna osećanja
- * Vežbe tehnike disanja, energetskih vežbi i meditacije
- * Mogućnost za pitanja i odgovore 1 na 1 sa predavačima

PROGRAM RADIONICE:

11.30h - Okupljanje

12.00h – Predavanje, Vladan Pantelić

TEME:

1. „Za moj život, niko, niko, niko nije kriv“
2. Rad na lošim navikama ili, svaki pokušaj promene je nova mogućnost
3. Naš unutrašnji svet i naše fizičko telo
4. Kako slušati svoje srce

13h pauza

5. Vera, smisao i svrha života
6. Traženje podrške
7. Meditacija i tihovanje

13.50h Pauza

14h – Praktični deo, Branislav Grujin

TEME:

1. Tehnike disanja i energetskih vežbi
2. Opuštanje sa mantrama

O PREDAVAČIMA:

Vladan Pantelić, narodni iscelitelj i vidar iz porodice jasnovida, homeopata i pesnik.

Branislav Grujin, prvi profesor fizičkog vaspitanja na predmetu joga, koji je angažovan u sistemu osnovnog školskog obrazovanja. Personalni trener joga.