

Rebirthing

Rebirthing je dihalna tehnika, ki izhaja iz starodavne kriya joge. Dihanje našemu telesu doda svežo energijo. Telo je tako dovolj močno, da se (v skladu z našo voljo) osvobodi podzavestnih in tudi zavestnih blokad, travm, neprijetnih spominov, teže in stresa. Zaradi dviganja ravni energije v našem telesu, nam rebirthing omogoča tudi višja stanja zavesti in prisotnosti. Po seansi se ljudje pogosto počutijo, kot da bi se ponovno rodili.

Pri himalaya rebirthing izvajamo skupinske rebirthinge že vrsto leto in zaradi stalne prakse so se pojavile tudi sestavine, ki so ključne, da je seansa uspešna in da je poskrbljeno res za vse. Pred seanso rebirthinga se temeljito pripravimo nanjo. S pomočjo telesnih vaj dosežemo sprostitvev, ki je pomembna za celotno trajanje seanse. Udeleženci so deležni energijske (reiki) podpore med samim procesom, v katerega vstopamo vedno z zelo jasno namero. Gojimo zavedanje in uporabo Axis Mundi in smo na voljo udeležencem tudi po končani sesansi. Rebirthing izvajamo v podpornem naravnem okolju.

Rebirthing pripomore pri:

Čustveni in mentalni razbremenitvi (stresa, napetosti, bremen, nerazumevanja, živčnosti ...)

Telo hitreje obnavlja svoje celice, kar upočasnjuje proces staranja in podpira delovanje organov

Skozi dih se sprošča največ strupov, od zdravil, cepiv, zastrupitev, hrane ipd.

Pospešuje presnovo – odpadne snovi in toksini se s telesa hitreje odstranijo

Odpravljajo se različne energetske blokade, ki so dostikrat vzrok bolezen in neravnovesje v telesu

Izboljšanje koncentracije in intuicije; skozi dih se povežemo z našo izvorno energijo

Možnost globoke transformacije in uvida po potrebi sprememb

Doseganju stanja globoke sprostitve

vzpostavitev globljega stika s seboj, kar hitreje vodi do življenjskih ciljev, želja in spoznanj

Širjenje zavesti – skozi rebirthing dosežemo višja stanja zavesti

Nekateri pridejo tudi v stik svojimi prejšnjimi življenji.
Razrešitev porodne travme – težke okoliščine rojstva

Več o rebirthingu na najini spletni strani: www.himalaya-rebirth.com

Dih je ŽIVLJENJE

Bobnarski krog

Zvoki bobnov in ropotulj ustvarjajo ritem življenja.

Bobnanje pripomore k temu, da se človek izrazi z ritmom, z glasom ali plesom.
Preko konstantnega ritma prihajamo v stik z naravnimi ritmi, z našimi lastnimi ritmi.

Spoznavamo se, opazimo se, zavedamo se, potujemo v času.

Zdivjamo se, umirimo se.

Z bobni in ropotuljami kličemo, molimo in se zahvaljujemo.

Prinesite in izrazite na krogu svoje namere zase, za svet, za svoje bližnje in daljne.

Starodavni inštrumenti sami povedo zgodbo tistim, ki so voljni prisluhniti.

Bobnarski krog je namenjen ljudem, ki uživajo v skupinskem kreiranju ritma in atmosfere.

V potovanju, ki ga tovrstno igranje spodbuja, lahko uživajo tudi plesalci.

Odprt je prostor za izražanje ritma, zvoka, glasu ter giba.

Prosim pridite s svojimi inštrumenti, če jih imate, štejejo kakršni koli bobni, ki se jih igra z
rokami,

šamanski bobni, ropotulje, palčke, itd, ...

Bobnarski krog koordinira in vodi Žiga Hun Caban (www.severinkroj.com)

