

PŘELOŽENO: Brána emocí - Jan Velek - Kalendář akcí - Litoměřice-info.cz

Litoměřice-info.cz > [Kalendář akcí](#)

PŘELOŽENO: Brána emocí - Jan Velek



GPS: 50°32'5.045"N, 14°7'51.693"E

Datum konání: 03.11.2020

Začátek: 17:00

Konec: 19:00

Vzdálenost od centra: 0.08 km

Bod zájmu: Ostatní

Praktické informace:

Knihovna Karla Hynka Máchy v Litoměřicích

Mírové náměstí 26

412 01 Litoměřice

Cena: 40 Kč

Web: www.knihovnalitomeri...

E-mail: info@knihovnalitomerice.cz

Telefon: +420416732453

Adresa: Mírové náměstí 26

Zdroj: www.knihovnalitomeri...

Cyklus Devětbran

Devítidílný cyklus o transformaci a expanzi lidského vědomí. Každá z devíti bran je jakýmsi vstupním uzlem k nejvyššímu potenciálu člověka, k jeho pravému já. Každým průchodem se proces probuzení urychluje a obraz toho, kým jsme, se zvětšuje až do velikosti nekonečného vědomí.

#2

Brána emocí

Obáváme se skutečně cítit a vyjadřovat své emoce. Často je potlačujeme a tím se emoční bolesti bráníme. Jenomže tahle energie potřebuje vyjít ven, což nakonec udělá v podobě bolesti, nemoci či duševního onemocnění. Jaký je původ emocí? **Jak využívat emoci jako nástroje transformace**, nikoli jako hrozby? Jak plně uznat a obejmout emoce způsobem, jež je transformativní a posilující?

Přednes / otázky & odpovědi / meditace.

Jan Velek

ilustrace: Alexandra Haynak