



kjer je  
**LJUBEZEN,**  
NI VPRAŠANJ

Shakti  Dance®



# FESTIVAL KUNDALINI JOGE IN SHAKTI DANCE® - JOGE PLESA

**3. in 4. december 2021**  
Center Zana, Velenje

# 2021

Festival bo potekal v Velenju in na spletni povezavi\*

## Petek, 3. december 2021

**17:00–18:45** Obilje / Kundalini joga / *Monika Valetič Samsa*

V življenju se lahko za blaginjo trudimo in borimo. Ali pa prečistimo svojo podzavest negativnih vzorcev, prepričanj in navad in z zaupanjem v življenje počakamo, da blaginja pride sama do nas. Ko smo do sebe in do sveta pozitivno naravnani, postanejo pozitivne tudi naše projekcije in življenje. Ko smo pozitivno naravnani, nas imajo ljudje radi in dobre stvari same od sebe pridejo do nas. Na delavnici bomo naredili krijo za krepitev in uravnotežanje pozitivnega uma in meditacijo za aktivacijo pozitivnega uma.

**19:00–20:00** Večer petja Kundalini manter / Kundalini joga / *Gian Dharam Singh (Gorazd Kurent)*

Te mantre nosijo vibracijo miru, blagostanja, povezave in še mnogih kvalitete. Razumemo in doživljamo jih po njihovem učinku, zato tudi to, da ne razumemo vsake besede nima bistvenega pomena, čeprav to doda še en sloj njihovemu učinkovanju. Mantrali bomo ob spremljavi različnih instrumentov, povezovali pa se bomo preko naših glasov, medsebojno in s sabo. Mantra se bo pelo večinoma v Gurmukhiju (svetem indijskem jeziku), občasno pa tudi v angleščini.

**20:00–21:00** Večerja

## Sobota, 4. december 2021

**5:00–7:30** Vodnarjeva Sadhana / *Sant Saroop Kaur (Dobriča Pazlar)*

**7:30–8:30** Zajtrk

**8:30–9:00** Otvoritev festivala / *Dunia Mladenic in organizacijski odbor festivala*

**9:00–11:00** Neskončen tok ljubezni / Kundalini joga / *Dunia Mladenic*

Ljubezen je neskončen tok. Bolj ko se odpremo in dovolimo, da teče skozi nas, več ljubezni lahko delimo z drugimi in več lahko dobimo. Ko se odpremo resnični ljubezni, se nas ta dotakne na nepredvidljive načine. Skozi to odkrivamo neznane dele sebe, ki jih lahko integriramo v celoto tega, kar smo. To pomeni, da kot duhovna bitja rastemo, razširjamo zavest in v življenju izražamo več svojega resničnega bistva.

**11:00–13:00** Srce ne dvomi, srce zaupa / Shakti Dance® - joga plesa / *Meher Atma Kaur (Saša Krušnik)*

Ko se zazremo v svoje srce, razjasnimo svoj pogled, začnemo zaupati življenu in uživati v izkustvu telesa – človeškem izkustvu. Srce ne razmišlja, ampak čuti. Prislunhimo tihemu glasu, ki je uglašen z našimi občutki in mu zaupajmo. Skozi pozornost in pretočnost telesa vrnimo srcu svojo moč. Začutimo njegov ritem!

**13:00–14:00** Kosilo

**14:00–15:00** Kako si nadeti krono? / kundalini joga / *Pavan Atma Kaur (Maja Lešnik)*

Zakaj turban in kako ga vezati? Srčno vabljeni na delavnico o tem, kako si nadeti krono, kaj to pomeni, zakaj to počnemo, kako se to občuti, tehnike vezanja ...

**15:00–16:00** Odpreti svoje srce / Meditacija / *Ananda Devi Kaur (Stanka Mlakar)*

Pomembno je, da svoje srce odpremo za ljubezen in meditacija je najboljši način za to. Z mogočno meditacijo SAT KARTAR in gibanjem rok odpremo srce in razvijemo ljubeč odnos do sebe ter drugih. Odpremo se ranljivosti, potrpežljivosti in empatiji. Ko imaš odprto srce, si bolj avtentičen in prisoten tukaj in sedaj. SAT pomeni resnica – Resnični zvok duše. KARTAR pa pomeni oseba, ki manifestira. Ko to mantra ponavljamo, se odpiramo, širimo in usmerjamo tok energije iz izvora preko središča srca. S to mantra odpremo svoje zaupanje, da Božanska energija lahko ustvarja neskončne čudeže v našem življenju.

**16:15–17:15** Kjer je ljubezen, ni smrti / Kundalini joga / *Bhajan Nam Kaur (Franceska Žumer)*  
Podelimo izkušnje kundalini prakse ob fizični smrti karmičnega ljubezenskega odnosa na poti v večnost dušne ljubezni. Lupim žalost in se osvobojam z največjo hvaležnostjo za vse izkušnje v zavestno podarjeno življenje tu in zdaj v kundalini svetlobi.

**17:15–17:45** Zaključek festivala / *Dunia Mladenic in organizacijski odbor festivala*

lokacija: Center Zana, Ljubljanska cesta 25, Velenje // **cenik velja tudi za spletno povezavo**

cenik delavnic: Predprijava do 18. 11. 2021 z vplačilom na račun: člani društva 30 € / ostali 50 €  
Prijava po 18. 11. 2021 z vplačilom na račun ali osebno na festivalu:  
člani društva 40 € / ostali 60 €  
Cena posamezne delavnice: člani društva 15 € / ostali 25 €

cenik bivanja: Hrana: 5 €/obrok, nočitev: 10 €/osebo

prijave: [društvo.kundalini@gmail.com](mailto:društvo.kundalini@gmail.com), z zadevo 'prijava na festival'. **Navedite, ali se boste udeležili dogodka v Velenju ali po spletni povezavi.**

vplačila: na TRR račun: ZDRUŽENJE UČITELJEV KUNDALINI JOGE SLOVENIJE, Ellerjeva ul. 55, 1000 Ljubljana, IBAN: SI56 0400 1004 8617 844, NKBM.

\*Organizator Zdrženje učiteljev Kundalini Joge si pridržuje pravico do spremembe programa in - v primeru omejitev - izvedbe samo preko spleta (aplikacije ZOOM).

