

Sunyoga

Meditationskurs med Umasankar Sunyogi från Lachipur, Indien



I juni förra sommaren reste jag till Indien för att gå en kurs i Sunyoga. Umasankar var mannen som lärde ut meditationen, sungazing, att meditera och se på solen. Jag har aldrig någonsin i mitt liv mått så bra, jag öppnade upp mig själv, i kropp, sinne och själ och allt föll på sin naturliga plats, så det är ämnat att vara. När jag träffade Umasankar fann jag min mästare, en vän, en förebild. Jag höjer honom väldigt gärna till skyarna, men tro mig, det handlar om mig, då han är en mycket anspråkslös man, han lever ett mycket enkelt liv, han talar inte om sig själv, han talar om 'the guru within' den gurun som lever inom oss alla. Ditt sanna jag.

Han bedriver ett Universal Peace Center i byn Lachipur som ligger ca 12 mil utanför Calcutta, där han hjälper de allra fattigaste med vård, hälsa och utbildning.

Jag har nu bjudit min vän Umasankar till Sverige, jag har bett honom att komma till Dalarna och hålla en kurs i Sunyoga. Jag vill att energin från Indien får möta energin från norr och har placerat kursen vid Siljans strand, på Stiftsgården i Rättvik.

Under de tre dagarna kommer vi njuta av meditationer och givetvis meditationen Sunyoga, som inte är en fysisk form av yoga, utan en meditation. Han kommer att hålla workshop om sin personliga resa och berätta om sin visdom.

Jag själv är med och arrangerar kursen och kommer hålla en lätt yoga klass varje dag. Jag vill dock poängtera att jag själv också kommer att betala min kursavgift, jag vill inte och kommer inte att tjäna något på denna kurs, utan vill att all förtjänst oavkortat går till Sunyogi och hans Universal Peacecenter. I kursavgiften ingår helpension på Stiftsgården.

NÄR: 16-18 sep 2011, (fredag kl 11.00-söndag kl 14.00)

VART: Stiftsgården Rättvik

KOSTNAD: Kursavgift inkl helpension och boende (del i dubbelrum) 4 900 kr (exkl boende 3 900 kr)

Mer information: www.sunyoga.info & www.inspirelife.se

Anmälan senast 31 aug till: mail@sofianorgren.se Anmälan är bindande och återbetalas ej.

Begränsat antal platser. Kursen är på engelska, och vi hjälps åt att översätta åt varandra för att underlätta.

Du kanske som jag, känner i hjärtat om det är rätt för dig. Men tveka inte att kontakta mig och du har frågor och fundering, jag svarar gärna så gott jag kan.

Önskar dig varmt välkommen till ett oförglömligt möte med Umasankar, solen och dig själv.

Namaste/ Sofia