

Den	8:30-9:30	snídaně	10:30-11:15	15 minut VOLNO	11:30-12:15	12:30-oběd	16:30-17:30	17:30-večeře	19:30-20:30
5.7, Středa	X		X		X		X	Příjezd 17:00, ubytování, bez večeře	Úvodní seznámení s obsahem semináře, chápání co je MEDITACE, proč TANTRA.
6.7, Čtvrtek	Kultivace základního celotělesného citícího vědomí (individuálně v KRUHU, tělesné protažení-uvolnění- meditace)		Jóga prostoru, ztotožnění s vnějším prostorem jako prostorem vědomí (v páru)		Jóga dechu, rozšíření vnějšího éterického prostoru vědomí (v páru)		Jóga očí a tváře, mudry jako ztělesnění citícího vědomí (v páru)		Jóga naslouchání, meditativní poslech symfonické hudby jako rezonance vnitřní citové hudby duše
7.7, Pátek	Kultivace základního celotělesného citícího vědomí (individuálně v KRUHU, tělesné protažení-uvolnění- meditace)		Jóga prostoru, ztotožnění s vnitřním prostorem jako prostorem vědomí (v páru)		Jóga dechu, rozšíření vnitřního éterického prostoru vědomí (v páru)		Jóga vnitřních zvuků-citónů vědomí, mantry (((A-Áh))), (((Óh))), (((HUM/MU))), (v páru).		Intuitivní tanec jako rezonující ztělesnění vnitřní citové hudby duše (NAGHA jóga) s využitím posvátného "daru bohů" kaka.
8.7, Sobota	Kultivace základního celotělesného citícího vědomí (individuálně v KRUHU, tělesné protažení-uvolnění- meditace)		Jóga prostoru, ztotožnění se se s jednocením polem citícího vědomí zahrnující vnější i vnitřní prostorovost těla (v páru)		Jóga dechu, celotělesné dýchání (HARA dýchání, ztotožnění s oceánem - éterem pole vědomí (v páru)		Jóga vnitřních zvuků-citónů vědomí, mantry duše (((A-E-I-O-U- Ah))), (v páru)		Prostor pro otázky a dialog (jóga myšlení) nebo cokoliv co vzejde ze společného prostoru.
9.7, Neděle	Kultivace základního celotělesného citícího vědomí (individuálně v KRUHU, tělesné protažení-uvolnění- meditace)		Párová meditace jógy prostoru		Párová meditace jógy dechu (maithuna)		X		X