



## COGNITIVE YOGA (VI)

Vi fortsetter arbeidet basert på Yeshayahu Ben-Aharons bok *Cognitive Yoga* og Rudolf Steiners *Frihetens filosofi*, og inviterer til et nytt dagsseminar med korte innlegg, øvelser og samtale.

Lørdag 21. mars, kl. 11-16, i Josefines gate 12, Oslo

Cognitive Yoga dreier seg om å bli bevisst hvordan tenkning og sansning er vevd sammen i vår daglige bevissthet, og arbeide for å skille dem fra hverandre, og intensivere og eterisere/spiritualisere hver av kvalitetene for seg. Vi arbeider med grunnleggende øvelser for å gi en forsmak på hva ren tenkning og ren sansning kan være, og hvor de kan lede oss.

Rigmor Haugen Jensen leder arbeidet sammen med Jeremy Qvick fra Finland. Det er tredje gangen at Jeremy er med oss i dette arbeidet.

Jeremy reiser for tiden rundt og arbeider med venner i Global Event College og Global School. Han holder også foredrag og seminarer, alene eller sammen med flere, innen temaer som Cognitive Yoga, meditasjon og spirituell utvikling.

Plenumspresentasjoner og samtaler foregår på engelsk, vi hjelper hverandre med oversettelse om det trengs.

Vi arbeider dels i plenum, dels i mindre grupper, utfra øvelsenes karakter og antallet deltakere.

Det blir kaffe og te med mer mellom øktene.

Lunsjpause ca 13-14. (Deltakerne sørger for egen mat.)

Pris: Deltakere på tidligere seminar: kr. 200, nye deltakere: kr. 350, inkludert pauseforfriskninger.

Betales til Dynamis, konto: **1254 62 20220** eller kontant v. oppmøte. Kan også vippses til Rigmor H. Jensen (se nedenfor). Merkes med Seminar 21. mars.

Påmelding innen 17. mars til [dynamis.oslo@gmail.com](mailto:dynamis.oslo@gmail.com) eller til Rigmor H. Jensen, mob. 95 795 209

Arrangør: Dynamis forening [www.dynamis-oslo.org](http://www.dynamis-oslo.org)

Hjertelig velkommen!