

# Přijetí mužských kvalit

(seminář pro muže)

Khushru Gregor Steinmaurer a Martin Švihla

9. – 11. 10. 2009, Nesměň u Ločenic

Kvality jako rozhodnost, záměr, síla, jasné konání a přítomné vědomí se často označují jako mužské kvality. Při pohledu na současný svět se však zdá, že muži mají těžkosti přijmout a žít tyto kvality. Následkem je často předstíraný přebytek mužství a dominance, nebo úplná rezignace na mužskou energii, pasivita a submisivita. Na tomto semináři budeme společně hledat vědomé a pozitivní způsoby použití mužské energie a porozumění kořenům našeho mužství. Náš postoj k mužské energii totiž podmiňuje náš postoj k otci či autoritám, vztah k ženám, k jiným mužům i k našim potomkům. Přijetí našich mužských kvalit tak může nejen osvětlit naši vlastní cestu životem, ale umožní nám být ke prospěchu našim nejbližším i celému světu.



## Martin Švihla

Martin Švihla se věnuje bojovým uměním od roku 1988, absolvoval také tříleté studium japonské masáže shiatsu. Jako učitel aikidó se zabývá konfliktem a komunikací a jejich možným přínosem pro rozvoj lidských kvalit. V poslední době v kontextu konfliktu zkoumá i tému mužství a mužské energie – ne ze sociologického či psychologického pohledu, ale z hlediska lidské přirozenosti.

Se svými studenty aikidó hledá způsob jak stát vzpřímeně a na vlastních nohách, jak se svobodně pohybovat, být vnitřně vyrovnaný a komunikovat s ostatními otevřeně a bez strachu. Tyto aspekty pak přenáší do své práce při vedení různých seminářů pro širší veřejnost.



## Khushru Gregor Steinmaurer

Khushru Steinmaurer se narodil v Rakousku a intenzivně se zabývá otázkou vnitřního hledání pomocí zkoumání a praktikování různých meditačních technik a terapií zaměřených na práci s tělem. Praktikuje Tibetskou pulsující jógu, Tai Chi, Chi Kung, masážní terapie a práci s energií. V posledních letech pracuje a žije v indické Puně, v Oshově meditačním centru. Vytvořil dílny "Tantra, energie a vědomí" a "Kdo tančí", pracuje s tématy mužství, ženskosti a vztahů a také vede retreaty intenzivního vědomí "Kdo je uvnitř" a "Satori".

Ve své práci s potěšením kombinuje zmíněné techniky s prvky práce s tělem, tance a meditace. Již několik let navštěvuje Českou republiku.

Centrum Nesměň

Abychom se naučili žít s větší radostí a více vědomě teď a tady.

[www.centrum-nesmen.cz](http://www.centrum-nesmen.cz) [info@centrum-nesmen.cz](mailto:info@centrum-nesmen.cz) 603 207 273

Kurs začíná v pátek 9. 10. v 20:00 hod. a končí v neděli odpoledne. Vezměte si sebou spací pytel, pohodlné oblečení, ponožky na pobyt v sále, přezůvky po domě (chcete-li, i polštářek). Spí se v sále, kde je krb a plynové topení, je možné spát nahoře v místnosti, kde se netopí (máte-li dobrý spacák). Další možností je zeptat se na ubytování v penzionu, 776 621012 Ing. Dobeš.

Cenu kursu - 2400 Kč - můžete zaplatit v hotovosti na místě nebo převodem na účet 151743231/0100. Při platbě na účet zašlete na [info@centrum-nesmen.cz](mailto:info@centrum-nesmen.cz) zprávu ve formátu „název akce, číslo Vašeho účtu, jméno“ (např.: Holotropní dýchání, 333333333/0100, Novák).

Podmínky zrušení účasti: Pokud se odhlásíte méně než 14 dní před začátkem kursu stornoplatek je 700 Kč. Pokud místo sebe pošlete jinou osobu, není třeba stornoplatek platit.

Do Nesměně se dostanete autem přes Č. Budějovice, buď na Velešín, Sv. Ján n/Malší, nebo na Roudné, Plav, před Římovem přes most doleva, v Ločenicích směr Besednice a po průjezdu Nesmění u hostince doleva u šipky Nadace, asi za 400 m uvidíte světle osamělého domu s velkým týpí. Napište prosím, pojedete-li autem a máte-li zájem vzít spolucestující (nabídky spolujízdy posíláme cca týden před kursem všem účastníkům). Nebo autobusem z Č. Budějovic směr Besednice, v 17.15 nebo v 18.35 h, poslední autobus jede ve 22.40 h. Aktuální jízdní řády si prosíme ověřte.



více na:

[www.centrum-nesmen.cz](http://www.centrum-nesmen.cz)

[info@centrum-nesmen.cz](mailto:info@centrum-nesmen.cz)

603 207 273