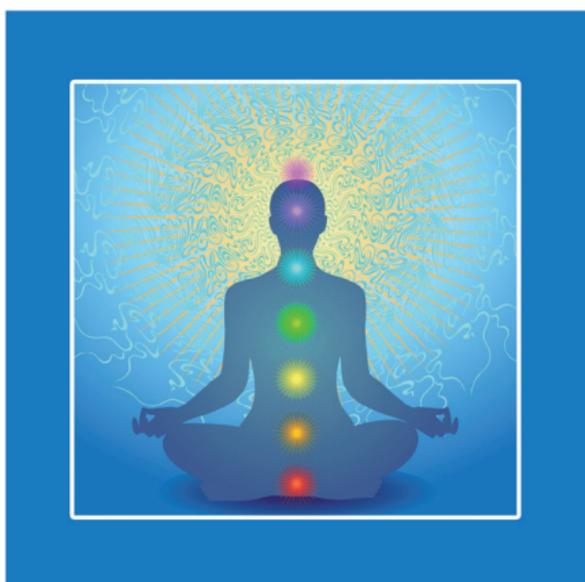




ATMAN

La luce dell' Anima
Associazione per lo studio del raja yoga
e dell'esoterismo.



CORSO PRATICO DI MEDITAZIONE

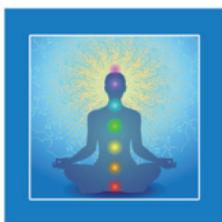
La psicologia dello yoga
In 12 lezioni

trattiamo i seguenti argomenti

- Tutta la scienza del mondo non basta per capire se stessi
- Che cos'è il subconscio e dove si trova
- Come nasce veramente un trauma
- Come funziona la personalità
- Noi siamo il nostro pensiero
- Impariamo a conoscerci
- Prendiamo contatto con ciò che ci fa soffrire
- Comprendere i propri limiti
- Accettarsi
- Voglio guarire
- La forza di cambiare
- Amare la vita

www.yogavitaesalute.it

Anche se il termine meditazione è ormai entrato nell'uso comune, non per questo è detto che se ne conoscano veramente i presupposti, gli effetti, i benefici e il giusto modo di praticarla. Questo corso sopperisce a tutte queste mancanze di conoscenza, fornendo, in forma comprensibile a chiunque, tutti gli elementi utili e necessari per una corretta ed efficace pratica della meditazione. Solo in questo modo si possono cogliere tutti i frutti positivi che la meditazione produce nel campo della salute e dell'equilibrio psicologico. L'essere umano, purtroppo è abituato a non capirsi e a soffrire, solo perché non conosce veramente se stesso e le leggi della vita, la pratica della meditazione è un ottimo sostegno per comprendersi meglio ed uscire dalla sofferenza, vieni a imparare come si fa.



CORSO PRATICO DI MEDITAZIONE AD ANCONA

presentazione gratuita:

lunedì 9 gennaio 2017 alle ore 18.15

inizio corso:

lunedì 16 gennaio alle ore 18.15

c/o Libreria del Benessere

corso Amendola, 8/a

per informazioni: Alessandro Tulli

tel. 335 429716 – alexTulli75@gmail.com