

CORSI PRATICI DI MEDITAZIONE A FERRARA E CENTO



Presentazione gratuita

Martedì 25 Settembre 2019, ore 20.30

c/o Factory Grisù

via M. Poledrelli, 21 - Ferrara

Per informazioni: Daniela Dondi

Cell. 338 8721942 - danieladondi7@gmail.com

Presentazione gratuita

accoglienza e piccolo buffet di benvenuto

Martedì 10 Settembre 2019, ore 19.00

c/o Domicilio privato

via Grazia Deledda, 18 - Cento

Per informazioni: Costanza Re

Cell. 338 4344872 - costanzare@libero.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.

www.yogavitaesalute.it