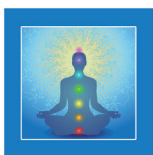


Anche se il termine meditazione è ormai entrato nell'uso comune, non per questo è detto che se ne conoscano veramente i presupposti, gli effetti, i benefici e il giusto modo di praticarla. Questo corso sopperisce a tutte queste mancanze di conoscenza, fornendo, in forma comprensibile a chiunque, tutti 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.



Serata di Presentazione

ingresso libero

Mercoledì 7 Febbraio 2018

alle ore 20.00

c/o Adisesa Yoga

in via Lunga Inferiore, 18/1

Frazione di Cà di Lugo (Ravenna)

per informazioni: Monica Giovannini
e Giorgio Ricci Garotti tel. 335 8143550

adisesa@libero.it

www.adisesayoga.it