

L'ASSOCIAZIONE IL MACROCOSMO PROPONE:

Martedì 9 gennaio: meditazione guidata "Il Vortice D'amore".

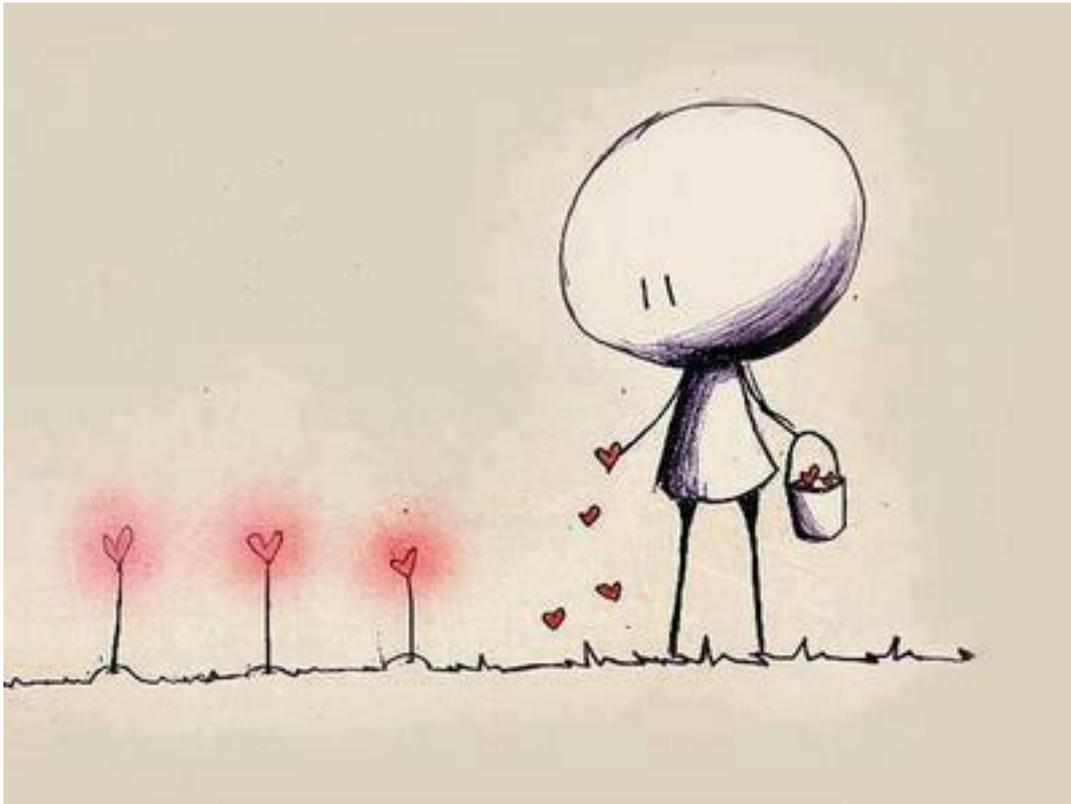
Martedì 16 gennaio: "Osho Kundalini Meditation"

Martedì 23 gennaio: "Meditazione dei cuori gemelli"

Martedì 30 gennaio: "Dillo con un grazie e sii felice"

DALLE ORE 20.45 ALLE ORE 22.00 DEGLI INCONTRI ESPERIENZIALI DI ASCOLTO INTERIORE, RISVEGLIO DELLA COSCIENZA, INDUZIONE A STATI DI RILASSAMENTO.

Per info e prenotazioni telefonare a Wanda al [+39 391 1037410](tel:+393911037410)  
oppure via mail: [redazione1@ilmacrocosmo.it](mailto:redazione1@ilmacrocosmo.it)



***Imparare a calmare la mente attraverso la meditazione significa che impariamo a diminuire il flusso dei pensieri e a fare silenzio; impariamo in modo consapevole quali tipi di pensieri vogliamo fare, impariamo a lasciare andare i pensieri che non ci servono, li lasciamo andare senza rimanerci attaccati, come delle nuvole nel cielo. Impariamo a stare fermi e ad ascoltare, essere presenti a noi stessi.***

Pasolini Wanda, counsellor transpersonale, propone delle serate di ascolto interiore attraverso svariate tecniche.

Meditazioni guidate

Meditazioni attive di Osho

Bagni sonori con ciotole tibetane e strumenti ancestrali

***Nel sedersi ogni giorno nel silenzio della meditazione diamo a noi stessi il regalo più grande che ci sia: semplicemente ESSERE. Rilasciamo lo stress, miglioriamo la nostra capacità di attenzione, miglioriamo la nostra capacità di gestione delle nostre attività, ascoltiamo di più la nostra intuizione e di conseguenza miglioriamo la nostra vita. Ad una vita con meno stress, più vitalità e più gioia!!***

***Contattare il silenzio, raggiungere la quiete, la calma, significa avvicinarsi alla propria essenza profonda e vera: è là che nasce la nostra capacità di comunicare con noi stessi e con il mondo. È nel silenzio che possiamo riconoscerci, ritrovarci, sentirci a casa.***