

AURA CENTRUM

KUKUČÍNOVA 5, PRIEVIDZA, 0905 517 938

UPOKOJTE SA, HARMONIZUJTE MYSEĽ, VYLIETĚTE TELO

Meditácia

Naučíme sa ako meditovať tak, aby sme uvoľnili telo, utíšili myseľ a dali priestor našej vnútornej múdrosti, nech na nás hovorí a dáva nám odpovede na otázky, ktorými sa práve zaoberáme. Nech lieči telo a harmonizuje myseľ.

Naučíme sa vytvoriť si ochranný obal, aby sme v stave meditácie, ako aj v praktickom živote, nepreberali od iných ľudí ich emócie, starosti a problémy. Pravidelná meditácia má blahodárne účinky na celé telo, dostáva nás do stavu pokoja a uvedomovania si, že vieme nájsť riešenie na každú situáciu, ktorá sa na našej ceste vyskytne.

Tiež patríte medzi ľudí, ktorí zatiaľ nevedia meditovať sami? Tak to podte skúsiť so mnou!

Frekvencia: 2x za mesiac

60 min.

7€



www.angelik.sk

