

Meditación Advaita

Encuentros Gratuitos

Os ofrecemos en AQYRA **un día a la semana** para la práctica meditativa.
Los encuentros estarán dirigidos por **Jorge y/o Estrella**.

FECHAS:

de Enero a Junio de 2020

INICIO:

Viernes 17 de enero 2020

- ❖ Los encuentros serán semanales y siempre en viernes.
- ❖ Algunas semanas no habrá encuentro pero avisaremos con tiempo a través del grupo de wasap, del mismo modo que avisamos de cada encuentro semanalmente.
- ❖ Si no recibes nuestro recordatorio, solicítalo y te incluiremos en el grupo al que lo mandamos.

HORARIO:

De 19:00 a 21:00

La **práctica meditativa** interna y externa es una magnífica vía para la maduración de nuestra capacidad de Atención y Conocimiento.

La **Atención Eficiente** y continua al **Presente** es el camino para las formas más coherentes de cognición y para la **Meditación**.

Es, además, una práctica que promueve el autoconocimiento, el orden en el pensar, el sentir y la eficiencia en la vida cotidiana, así como para el descubrimiento y potenciación de las habilidades de cada individuo.

Si deseas conocer este modelo y/o practicar con nosotros, puedes acudir a nuestro centro, previo aviso por wasap: 672224911.

Centro Aqyra. c/Barrondo 3-primero (Etxebarri 48450)

