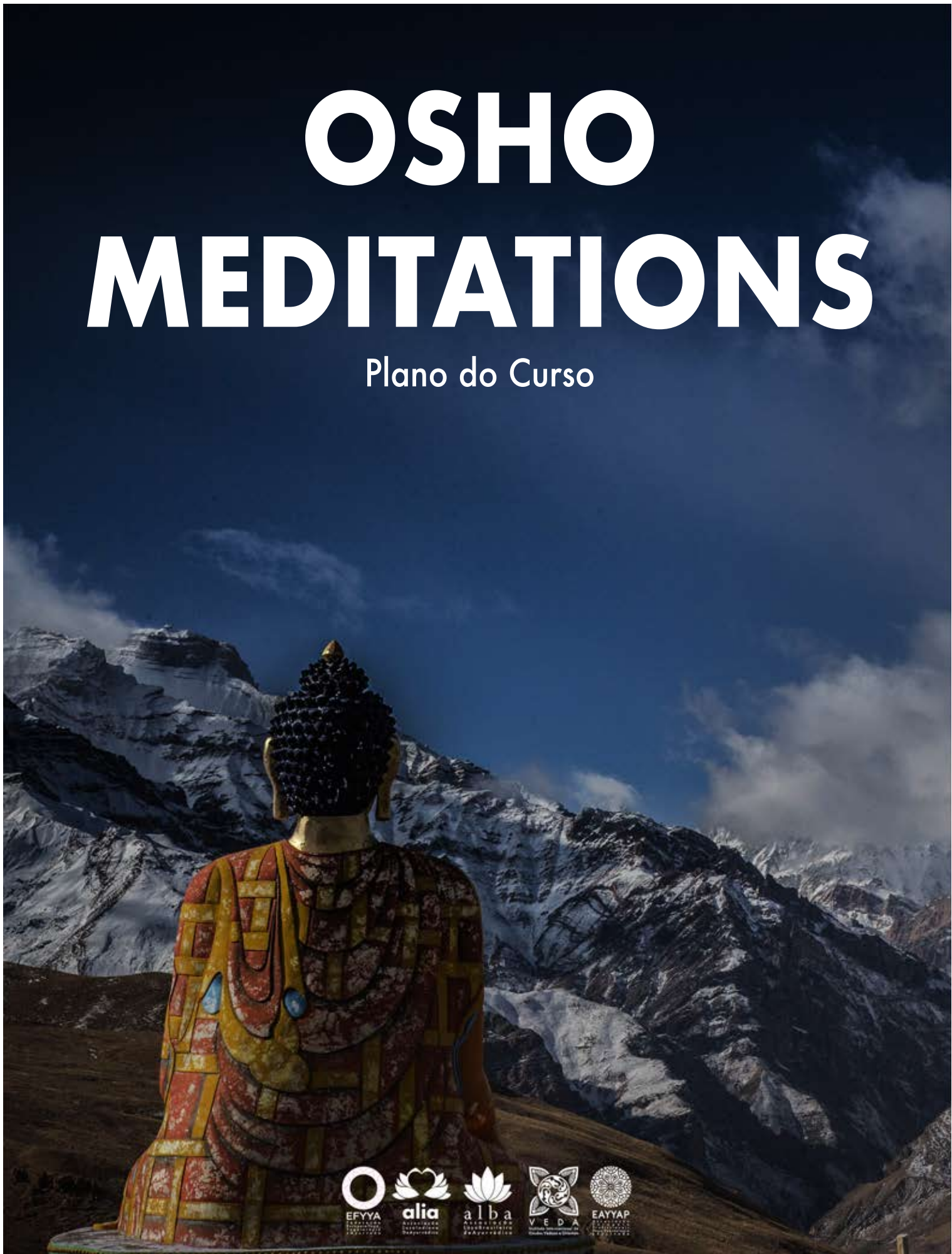


OSHO MEDITATIONS

Plano do Curso



OSHO MEDITATIONS

DIRIGIDO

Alunos e Profissionais da área da saúde, Massoterapeutas, Esteticistas, Praticantes de Yoga, Público em geral

DETALHES

A meditação é a técnica mais avançada para a auto-descoberta. Todos nós sentimos que somos algo mais. Que podíamos ser mais felizes, mais realizados a todos os níveis na nossa vida. Muitas vezes sentimos que nos falta algo.

O corpo que nós vemos é apenas uma parte daquilo que nós somos realmente. Através dos sentidos deste corpo apreendemos a realidade que alcançamos. Mas existe muito mais Amor, Alegria, Paz; para além do corpo, para além da mente.

Existe no nosso coração algo mais profundo, que preenche mais. A forma mais eficiente de trazer essas qualidades para as nossas acções é através da prática regular da meditação.

Sozinhos, nem sempre temos a inspiração para ter uma prática regular. E é isso que é proposto nestas sessões: meditando em grupo, somos mais fortes e as experiências são mais intensas, motivando-nos.

Através da utilização de variadas técnicas universais desenvolvidas pelo Mestre Osho para o homem ocidental, que envolvem a respiração, movimentos, entoação de mantras, etc., os participantes poderão experienciar o profundo mundo da meditação, trazendo para a vida de todos e de quem vos rodeia mais Harmonia, Paz e Amor.

- INFO -

Preço: Participação Gratuita

Dirigente: Swami Gyanesh é discípulo de Osho (Rajneesh) desde 1980. Participou em vários workshops e tem formação em meditação e terapia corporal na Rajneesh Foundation International (Oregon- USA), na Osho Multiversity (Poona – Índia) e também no Instituto “Corpo” e “Soma” de São Paulo. Pioneiro na introdução dos trabalhos corporais e meditações de Osho em Portugal, tem ministrado seminários e workshops desde 1990.

INSCRIÇÕES E ATENDIMENTO

Morada: Rua Alexandre Herculano, 9 - 1º - 1150-005 - Lisboa

Horário da secretaria: das 10h as 19h30

Contacto: 212 467 740 / 960 448 999 / 919 075 904

E-mails: info@ayurvedica.org / lisboa@ayurvedica.org