

www.aikido-yoga.it

Il laboratorio della Meditazione con Egidio

La paura



Domenica 29 Aprile 2018

La paura di vivere si è insediata lentamente in questa società e, allo stato attuale, sono molti gli individui che soffrono di paure nei confronti della vita e del vivere in generale. Esse possono avere cause chiare o tendere a essere imprecise, mobili, elusive, difficili da identificare.

Meditiamo per comprenderne la natura, consapevoli che la mente ha bisogno di sicurezza per funzionare in modo sano ed equilibrato.

Se il cervello non trova sicurezza, si presenta la paura!

E' avvertita come senso di pericolo e di totale isolamento... ma esiste la paura in se stessa, non correlata a qualcosa?

Torino, c. so Vigevano 48 c/o Spazio Up

9.00 - 12.30

Laboratorio: La Paura

Obbligo di prenotazione. Contributo partecipazione al seminario: 30€

Egidio 338 8375671 egidio.minichini@hotmail.it www.aikido-yoga.it