



Centro Holístico de Educación

centroholistico@gmail.com
Facebook.com/centroholisticouy
www.centroholistico.edu.uy



www.centroholistico.edu.uy

Meditación:

Esta técnica milenaria, tiene como objetivo central ayudarnos a aquietar nuestro mundo personal (incluyendo pensamientos, emociones y recuerdos), y gracias a ello, facilita la reconexión con nuestro estado esencial, puro y completo en Sí Mismo, que se encuentra en todo momento latente en nuestro interior, aguardando a que nos aquietemos y redirijamos nuestra atención hacia adentro, para lograr así sentir la plenitud de lo que en silencio aguarda en nuestro interior, como un verdadero tesoro que espera por ser descubierto.

Esta actividad tiene una enorme cantidad de beneficios para nosotros, entre las cuales podemos citar el alivio del stress, la disminución de tensiones corporales, así como también la disolución de variados síntomas que nos aquejan desde el punto de vista emocional y mental.

Por otra parte, luego de entrar en un estado de armonía y verdadera paz Interior, tenemos la oportunidad de sentir vívidamente la Plenitud de nuestra propia esencia, algo que no puede ser expresado en palabras, sino que solamente puede ser experimentado.

Instructor: Ing.: Fernando Santoro.

Frecuencia: una vez por mes.

Fecha de comienzo: 20/4/2017.

Arancel: \$ 290.

Reserva: anticipada.

WhatsApps: 094.754.257

Facebook.com/centroholisticouy