

Círculos Presenciales de Silencio Mental

Percibir lo Imperceptible. Concienciar lo inconsciente.

Medita conmigo

*Sepultado bajo nuestra existencia humana
se halla el Templo de la Grandeza Interna.*

*Desde allí, una misma vida se percibe muy distinta:
más amorosa, más amplia, más bella, más significativa.*

¿Entras conmigo?

– *Natàlia Eres*



Medita conmigo

Introducción con Natàlia Eres

Te invito a participar en este Círculo Experiencial de 4 Sesiones. Es un módulo introductorio que comparto contigo, tanto si nunca has meditado antes como si quieres retomar este valiosísimo hábito en pequeña comunidad.

En estos 4 encuentros comentaremos aspectos esenciales de la meditación, y sobre todo, practicaremos juntos.

-
01. Nos adentraremos en el **Bosque de la Interioridad**, sin ninguna pretensión, en la aventura de:
- **Percibir** nuestro **Cuerpo Interno** físico y energético - el que habitualmente no habitamos.
 - **Tocar** nuestro **Crisol Álmico** -esa caja negra que llevamos instalada, y que registra todo lo que acontece durante nuestro vuelo por la vida.
 - **Conocer** a nuestro **Ser Interior** -el auténtico protagonista de nuestra existencia y el custodiador de nuestro verdadero propósito vital.

-
02. Nos las veremos con **Lo Espontáneo**: aquello que esté vivo en nosotr@s a cada momento.

-
03. Utilizaremos 3 recursos fundamentales: **el Silencio, la Presencia y la Simplejidad**.



Medita conmigo

Introducción con Natàlia Eres

¿Cuándo?

Los lunes 9, 16, 23, y 30 de mayo a las 19 horas

¿Dónde?

imohe - C/Císter 2, bajos (Barcelona)

Precio:

150 €

Confirmar asistencia en: imohe@imohe.es

Reserva de plaza: 50 € al número de cuenta que te proporcionaremos.

Traed:

Vuestro “tal como sois”, ropa cómoda y vuestro cojín de meditación si lo tenéis.

Dejad en casa:

Expectativas.

Para l@s que realicen este introductorio tendrán un espacio de práctica de silencio gratuito cada lunes a las 19 horas, los meses de junio, julio y agosto que estemos operativ@s.

Natàlia Eres se define como una buscadora sin destino. Formada en distintos campos de la espiritualidad práctica y la meditación, ha estudiado y practicado de manera irregular durante años, descubriendo que sigue sin llegar a ningún lugar, excepto hacia sí misma. En sus ratos libres se dedica a la Oncología Holística, y también a la Homeopatía, la Medicina China, la Medicina Ayurveda, la Sanación Energética y la Botánica Medicinal, entre otras distracciones. Es fundadora y directora del Instituto para la Salud Holística imohê. www.imohe.es

