



- L'espai de meditació que oferim, Saviesa Interna i espai ku, va adreçada a totes aquelles persones que volem aprendre a:
El espacio de meditación que ofrecemos, Saviesa Interna i espai ku, va dirigida a todas aquellas personas que queremos aprender a:
- estar en l'aquí i ara, completament connectades amb la realitat i amb la nostra experiència.
- estar en el aquí i ahora, completamente conectadas con la realidad y con nuestra experiència.
- deixar de lluitar contra el nostre, cos, els nostres pensaments o les nostres emocions, per acceptar-les i així acceptar-nos tal i com som.
- dejar de luchar contra nuestro cuerpo, nuestros pensamientos o nuestras emociones, para aceptarlas i así aceptarnos tal y como somos.
- deixar de tenir conflictes amb la nostra família, la nostra feina, la nostra societat i el món en general.
- Dejar de tener conflictos con nuestra familia, nuestro trabajo, nuestra sociedad y con el mundo en general.
- acceptar, de la mateixa manera, el que rebutgem com el que ens agrada.
- aceptar, de la misma manera, lo que rechazamos como lo que nos gusta.
- respirar i relaxar-nos amb el que és.
- respirar y relajarnos con lo que és.

APORTACIÓ VOLUNTÀRIA
APORTACIÓN VOLUNTARIA

OBERT A TOTS ELS NIVELLS DE PRACTICANTS!!

DIA 6 DE MAIG d'11 del matí a 2 de la tarda
DIA 6 DE MAYO DE 11 de la mañana hasta las 2 de la tarde

inscripcions:



saviesainterna@gmail.com
chisatoceramica@yahoo.es

saviesainterna.blogspot.com

espai ku