



Yoga, corsi gratis per sciogliere tensioni, blocchi e gestire lo stress

“**MEDITIAMO ITALIA**” arriva in Romagna. Fino a domani sarà possibile partecipare alle sessioni gratuite di meditazione che si terranno al seminario nazionale di Sahaja Yoga, in programma fino al 6 marzo al Palacongressi Bellaria Igea Marina (in via Uso 1 a Bellaria, Rimini). A organizzare sono le associazioni Vishwa Nir-mala Dharma e Inner Peace, partner ufficiali dell’Unesco “Center for Peace”, in collaborazione con la compagnia Theatre of Eternal Values (TEV). Continua così il ciclo d’incontri che sta portando in

tutta la Penisola la meditazione per raggiungere assieme uno stato di “unione e pace interiore”.

Per le iscrizioni a “Meditiamo Rimini” consultare il sito Seminario.sahajayoga.it.

Durante gli incontri si potranno provare le tecniche di Sahaja Yoga per sciogliere tensioni e blocchi interiori, e raggiungere uno stato di benessere a livello fisico, mentale ed emozionale. L’esperienza non richiede posizioni o abbigliamento particolari: basta stare comodamente seduti e seguire le semplici meditazioni proposte, per provare un naturale stato di gioia e pace interiore.