

# MEDITAZIONE PROFONDA e AUTOCONOSCENZA



**Un metodo di meditazione  
per l'uomo occidentale**

# MEDITAZIONE PROFONDA



Il metodo MPA,  
viene offerto ad ogni  
persona che desidera  
essere introdotta alla  
**Meditazione Profonda**



# AUTOCONOSCENZA



...e all'Autoconoscenza,  
cioè ad una maggiore  
conoscenza di sé.



La MPA è un cammino verso il “centro” della persona  
che coinvolge e armonizza tutte le dimensioni dell’uomo:  
fisica, emotiva e mentale.





Tale cammino, implica una progressiva presa di coscienza di se stessi e del proprio essere più profondo, è un viaggio verso il Grande Mistero ineffabile e inesprimibile.

La vera vocazione di ognuno è una sola:  
conoscere sé stessi.

**Hermann Hesse**



# Il metodo MPA

Il metodo è adatto  
ad ogni tipo di persona  
che è alla ricerca  
di una dimensione spirituale.

Si può partecipare  
anche senza nessuna  
nozione  
di cosa sia la meditazione.



# Transconfessionalità della MPA

La MPA  
è transconfessionale  
e quindi è per tutti,  
è indicata per chi  
si trova lontano  
dalla pratica religiosa  
ma anche per chi è  
alla ricerca di un  
metodo da  
adattare alla  
propria spiritualità.



# Avvertenze

L'esperienza è  
**assolutamente sconsigliata**  
alle persone  
con gravi disturbi psichici  
oppure  
a chi si trova in uno stato  
di forte tensione emotiva.

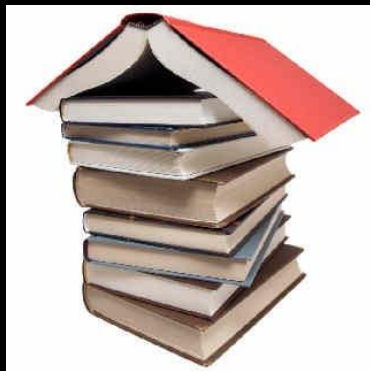




# Incontri MPA



Ogni incontro prevede due momenti:  
una parte **teorica**  
con la spiegazione del metodo  
e una parte **pratica**  
con una meditazione guidata.



I partecipanti riceveranno  
una bibliografia  
con i libri utili  
per approfondire  
i diversi argomenti  
trattati durante l'esperienza.

# LUOGHI E DATE DEGLI INCONTRI MPA



**PRATO** in via Pacchiani, 7  
l'esperienza ha una durata di sette incontri  
tutti i giovedì dalle ore 21:00 alle ore 23:00

Il primo incontro inizierà  
**giovedì 25 gennaio 2018** ore 21.00

Guiderà gli incontri **Mario Rogai**  
a cui è possibile rivolgersi per ulteriori informazioni  
cell.: **333.3242608**  
e-mail: **mario.rogai@alice.it**

# informazioni sulla MPA



**Per avere altre informazioni sulla MPA**

**visita il sito:**

**[www.mpa-net.it](http://www.mpa-net.it)**