Avvisi

L'esperienza è assolutamente sconsigliata alle persone psichicamente ammalate e a chi si trova in uno stato di forte tensione emotiva.

Nella sala di Meditazione sono ammessi solo cuscini e panchetti

Non si può fare alcuna eccezione al silenzio integrale

. Si consigliano:

- Abiti comodi (tuta da ginnastica)
- Cuscino e/o sgabello di meditazione
- Tappetino per yoga
- Penna e quaderno
- Diario MPA
- Sveglia

BIBLIOGRAFIA

M. Ballester: *Verso l'altra riva*, ed Messaggero PD
M. Ballester: *Fratello segno, Sorella vita* ed. Messaggero PD

Seduto con la schiena dritta affidati al silenzio e sperimenta chi sei realmente

Due uccelli, compagni inseparabili,
posati sullo stesso albero.
Uno mangia il frutto, l'altro osserva.

Il primo è l'essenza individuale,
che si ciba dei piaceri e dolori
di questo mondo.

L'altro è l'Essenza universale,
silente testimone di tutto.

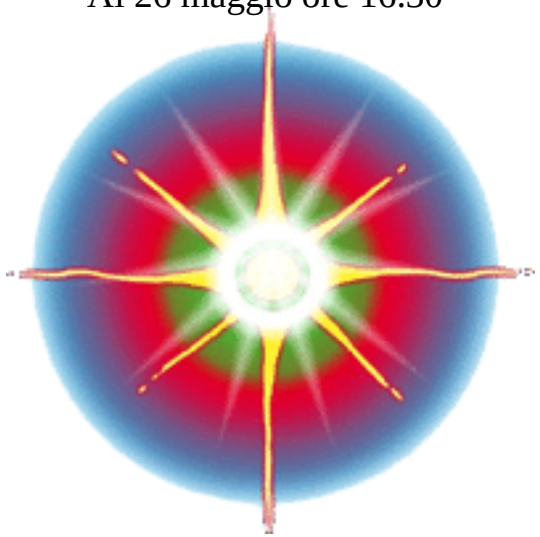
(Mundaka Upanishad)

Associazione Meditazione Profonda e Autoconoscenza

Corso di Approfondimento

Dal 20 maggio ore19.00

Al 26 maggio ore 16.30



Casa S. Cuore
Torreglia (Padova) Via Rina, 2
Tel. 049/5211667

Il corso è residenziale, sistemazione in camere singole con servizi.
Inizia lunedì alle ore 19.30 per terminare domenica alle ore 16.30.
Si svolge in completo silenzio, anche durante i pasti.
Uniche eccezioni saranno gli incontri personali con la guida e l'istruzione data al gruppo in apertura di giornata.

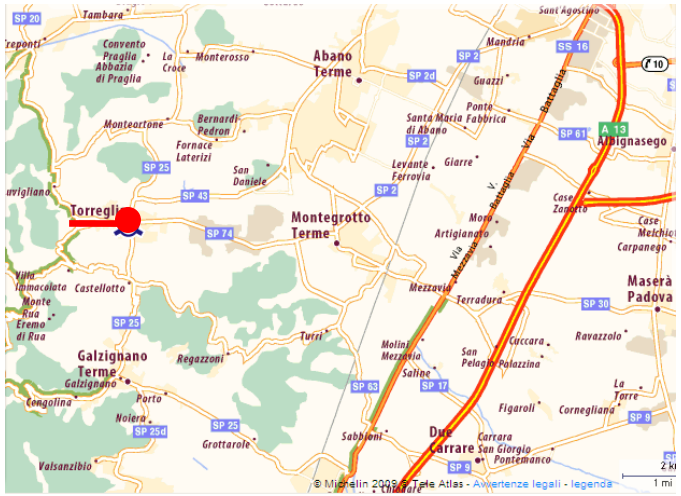
Sveglia alle ore 6.00, seguiranno Yoga possibilmente all'aperto e otto sedute di meditazione distribuite nel corso della giornata. La guida rimarrà sempre disponibile al colloquio e a chiarimenti personali secondo le modalità che verranno indicate.

Il corso di Approfondimento MPA è offerto ad ogni persona che, avendo partecipato al Corso Introduttivo, già medita con regolarità ed aspira sinceramente a continuare il cammino sulla Via che conduce al proprio Centro.

Conduce **Marta Marcuzzo Dei Rossi**, guida MPA.

Richiesta di partecipazione da inviare a:
marta.marcuzzo@virgilio.it
Tel. 041 942376
Cell. 3280019428

Come arrivare: venendo dall'autostrada A13 Padova-Bologna, uscire a "Terme Euganee", direzione Abano. Prima di entrare in Abano, seguire l'indicazione per Montegrotto e qui, alla seconda rotonda, proseguire per Torreglia (4 km circa). Giunti al centro, passare oltre il Municipio e la Chiesa, poi girare a sinistra in via Valderio, direzione Monte Rua. Dopo 200 metri, superata la fabbrica Luxardo, sulla destra c'è l'indicazione, in colore giallo, CASA SACRO CUORE



Per chi viaggia in treno: scendere a Padova e poi nel piazzale antistante la stazione prendere il bus "T" o "AT" per Torreglia.