

MEDITAZIONE PROFONDA e AUTOCONOSCENZA



Approfondimento del metodo MPA

L'incontro di approfondimento di MPA è consigliato solamente a quelle persone che, avendo partecipato all'incontro Introduttivo di MPA, hanno trovato in esso un cammino adatto alle loro aspirazioni spirituali. È fondamentale un certo tempo (almeno due mesi) di regolare pratica del metodo MPA altrimenti l'esperienza risulterebbe sicuramente dura e incomprensibile.



Impegno al silenzio



L'incontro è residenziale e si svolgerà nel più assoluto silenzio, è richiesto pertanto un totale impegno personale in questo aspetto così essenziale, uniche eccezioni saranno i brevi incontri individuali con la guida e l'istruzioni quotidiane date al gruppo.

Il panchetto e il cuscino per la meditazione



Non è possibile partecipare meditando seduti su una sedia, pertanto si **sconsiglia** la partecipazione a chi non ha dimestichezza con le posizioni meditative classiche.



In alternativa alle posizioni meditative classiche, solamente per chi ha problemi di circolazione, è concesso l'uso di uno sgabello ergonomico.

DATE



L'Incontro di Approfondimento avrà
inizio alle ore 19:00 di **domenica 16 agosto 2020**
e terminerà alle ore 09:00 di **sabato 22 agosto 2020**

LUOGO

Saremo ospitati presso la Casa di Esercizi Spirituali

Nostra Signora Madre della Misericordia

Ancelle di Cristo Re

Via di Monte Cucco, 25 ROMA

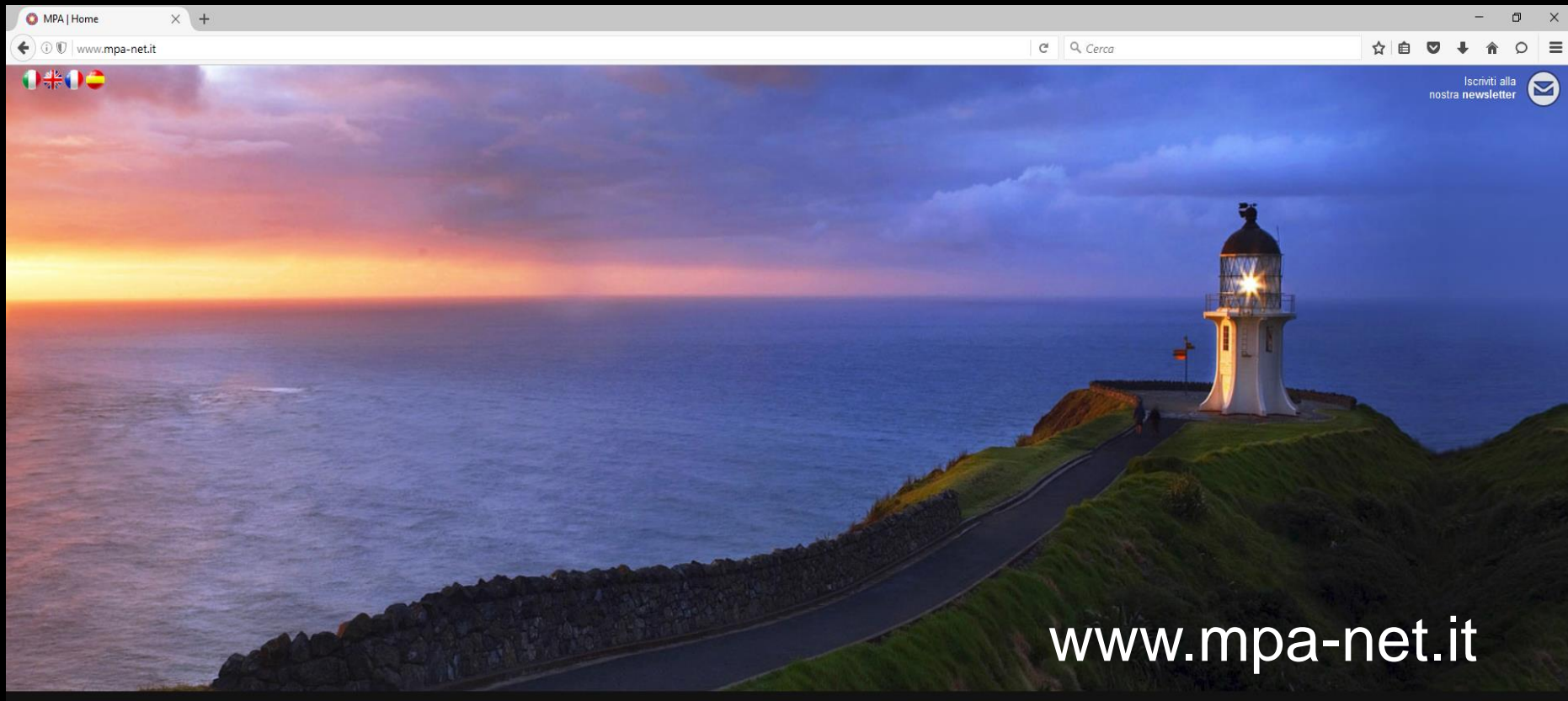


GUIDA

La guida MPA sarà **Mario Rogai** a cui è possibile rivolgersi per partecipare all'esperienza
cell.: **333.3242608** e-mail: rogai.mpa@gmail.com



informazioni sulla MPA



**Per avere altre informazioni sulla MPA
visita il nostro sito**