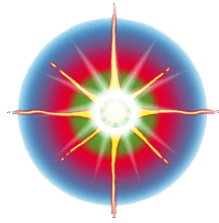


Associazione mpa



MEDITAZIONE PROFONDA e AUTOCONOSCENZA



Corso di Approfondimento
16 - 22 Agosto 2021
ROMA

Il corso di approfondimento è consigliato a quelle persone che, avendo partecipato ad un corso Introduttivo, hanno trovato in esso un cammino adatto alle loro aspirazioni spirituali. È necessario un certo tempo di regolare pratica del metodo MPA altrimenti l'esperienza risulterebbe sicuramente dura e incomprensibile. Il corso 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 personali con il direttore del corso e le istruzioni quotidiane date al gruppo. Si sconsiglia la partecipazione a chi non ha dimestichezza con le posizioni meditative classiche, si può portare il proprio panchetto o cuscino per la meditazione (può andare bene anche uno sgabello ergonomico), abiti comodi, un tappetino e una tuta per la pratica dello Yoga, una sveglia.

Il corso si svolgerà presso la Casa di Esercizi Spirituali
Nostra Signora Madre della Misericordia,
Ancelle di Cristo Re
Via di Monte Cucco, 25 ROMA



Inizierà **lunedì 16 agosto 2021** alle ore 19.00
e terminerà **domenica 22 agosto 2021** alle ore 9.00



Condurrà il corso **Mario Rogai** guida di MPA
a cui è possibile rivolgersi per informazioni
cell.: **333.3242608**
e-mail: rogai.mpa@gmail.com

ISCRIZIONE

Per partecipare al corso di Approfondimento MPA occorre scrivere alla guida una mail a questo indirizzo di posta elettronica: rogai.mpa@gmail.com comunicando il proprio **Nome e Cognome, numero di telefono**. Al partecipante verranno inviate via e-mail delle schede informative da leggere, la partecipazione verrà accettata solamente nel momento della ricezione della scheda di risposta debitamente firmata. Si ricorda inoltre che l'incontro avrà luogo solamente nel caso in cui si raggiunga il numero di 5 partecipanti, per questo motivo prima di acquistare eventuali biglietti (treno, aereo o nave) ci si assicuri, telefonando alla guida, che il numero minimo dei partecipanti è stato raggiunto. Per qualsiasi altra informazione si prega di contattare la guida MPA.

I costi del corso riguardano le spese di vitto e alloggio della struttura ospitante, mentre il corso è gratuito, per chi lo desidera può contribuire alle spese organizzative della guida con un'offerta libera.

INDICAZIONI PRATICHE PER RAGGIUNGERE LA CASA DI ESERCIZI SPIRITUALI:

con l'autobus:

dalla stazione Termini prendere la metropolitana B fino alla Piramide, poi bus 719 e scendere alla fermata di piazza Mosca, (oppure bus H fino alla stazione Trastevere, poi bus 719), a piedi raggiungere via Giovanni Porzio e svoltando a destra percorrerla per m. 200 fino in fondo, alla fine della strada ci sono delle scale e un cancello, suonare il campanello.

con l'automobile:

dal Grande Raccordo Anulare, uscita 31 Ponte Galeria, Magliana, allo stop a sx per Roma centro, seguire via della Magliana e poi percorrere via del Trullo per Km 1,3 girare a destra dove inizia via di Monte Cucco e dopo pochi metri si trova il n° 25.

con l'aeroplano:

dall'aeroporto Fiumicino prendere treno e scendere a Magliana, poi bus 719 e scendere a piazza Mosca (vedi sopra indicazioni bus).

È possibile sostenere l'Associazione MPA con una erogazione liberale tramite un bonifico bancario Intestato a:

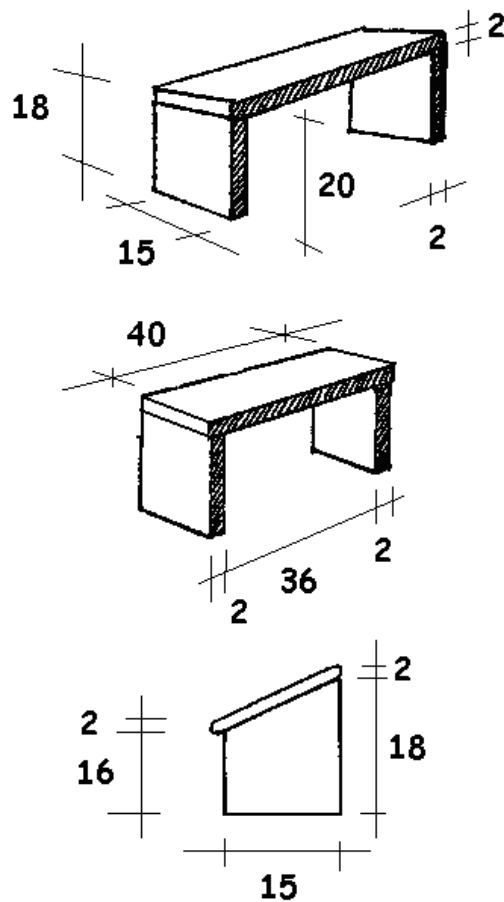
Meditazione Profonda e Autoconoscenza

a questo IBAN: **IT2610306909606100000134794**

Causale: **Erogazione Liberale Roma Rogai**

MISURE PER PANCHETTO

Se non avete ancora lo sgabello di meditazione, vi consigliamo di realizzarne uno utilizzando le misure riportate qui sotto.



Visita il nostro sito: www.mpa-net.it