



CENTRO AYURVEDA

e discipline complementari

Centro studi di Ayurveda e Yoga

Salita di Santa Brigida 10/4 16126 (GE)

0102471774 3664136658

ayurveda@centroayurveda.it

www.centroayurveda.it



DIADI e AUTOINDAGINE

Come ritrovare Te Stesso usando Meditazione e Comunicazione

a cura di **Sara Salvatico**

L'Autoindagine è l'atto di indagare Sé Stessi, cioè di imparare a portare tutta la nostra attenzione al Vero Sé, per vincere il velo dell'illusione e permettere alla Nostra Vera Natura di rivelarsi, prendendo spazio nel nostro cuore. È un processo di conoscenza ma è anche la Via stessa della Verità ed è la via più diretta per la realizzazione del Sé. La Diade è una tecnica di comunicazione, molto precisa e raffinata, seppur semplice, che racchiude tutti i principi e i mezzi della Comunicazione Corretta. L'utilizzo della Diade abbinata all'Autoindagine, permette di superare in modo sorprendente il problema più diffuso nella pratica della meditazione: il chiasso della nostra mente. Il sostegno del gruppo e la supervisione del conduttore apportano sostegno e consapevolezza alla vita di coloro che ricercano Sé Stessi con onestà e determinazione.

ogni venerdì alle ore 18.00

presentazione e prova gratuita venerdì 10 marzo alle ore 18.00

Sara Salvatico si è formata come conduttore di Incontri di Diadi e come Maestro di Ritiri di Illuminazione negli anni novanta.

per informazioni e prenotazioni: 3284889952