

**Un grazie all'Arcangelo  
GABRIELE**  
**Per la sua presenza il suo aiuto e la sua  
pazienza**  
**E a tutte le anime di luce che ci circondano.**



Un grazie a voi tutti di esistere!  
Tutti voi che fate parte della mia storia.

Qualsiasi cosa vi accada  
**RICORDATEVI**  
che non siete mai soli!

*Corso di approfondimento a avvicinamento alla propria personale meditazione!  
Da giovedì 1 ottobre a giovedì 17 dicembre dalle ore 20.00 alle ore 21.00.*

1. Giovedì 1/10/09	<b>Il "qui e ora", ovvero il momento presente.</b>	<b>La mente "piena"</b>
2. Giovedì 8/10/09		<b>Il respiro</b>
3. Giovedì 15/10/09		<b>Il cuore</b>
4. Giovedì 22/10/09		<b>Il silenzio</b>
5. Giovedì 29/10/09		<b>La mente "vuota"</b>
6. Giovedì 5/11/09	<b>E' nel presente che dovete vivere: ciò che è passato è irrevocabilmente finito; ciò che è futuro non si può raggiungere, fino a che non diventa presente.</b>	<b>Il pensiero</b>
7. Giovedì 12/11/09		<b>La concentrazione</b>
8. Giovedì 19/11/09		<b>La visualizzazione</b>
9. Giovedì 26/11/09		<b>La percezione</b>
10. Giovedì 3/12/09	<b>La consapevolezza ovvero conoscere se stessi.</b>	<b>I 5 sensi</b>
11. Giovedì 10/12/09		<b>I 5 elementi</b>
12. Giovedì 17/12/09		<b>Il 6 senso</b>



**17/12/2009**  
**dopo la meditazione**  
**Pizza di fine corso ore 21.30**

**Materiale necessario: abbigliamento comodo (calzettoni) coperta.**

**Costo del corso € 80,00 (max 16 iscritti).**