

Desde la Sociedad Teosófica invitan a lo que será un ciclo de Meditación

22/07/2022



La Sociedad Teosófica invita a la realización de un acercamiento, una iniciación a una disciplina como la meditación, que tantos beneficios puede dar a las personas que la practican. Sobre ello dialogó con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael, Iván Siracusa.

Cuando las personas poseen situaciones de estrés, angustia, dolor que pone la vida diaria, tienen a la meditación como una manera de enfrentarlas. “A través de la meditación y un quietamiento de las capacidades emocionales y todo lo que nos trastorna, se puede afrontar mejor los desafíos de la vida diaria”, señaló Siracusa y agregó que “la meditación es una herramienta que puede servir para el autoconocimiento, el conocimiento propio, lo cual es muy importante para tener una

visión de la vida, de la situación, por qué suceden las cosas que suceden, y así estar mejor preparado para afrontar todos esos casos”.

Sin necesidad de contar con conocimientos previos, este ciclo de ocho clases que se dictarán los sábados, comenzará hoy 23. Será en las instalaciones de la Sociedad Teosófica de San Rafael, en avenida Mitre 557, desde las 19, con entrada totalmente libre y gratuita. No es necesario tener conocimientos previos. A lo largo de las clases que estarán a cargo de miembros de la entidad, se irán desarrollando diversas técnicas, para que los asistentes puedan comprender mejor la manera de trabajar con la mente, de cara a mejorar ante las circunstancias complejas a las que nos vemos expuestos constantemente.