

La Sociedad Teosófica en San Rafael invita a la actividad pública: “Introducción a la meditación”

14/07/2022



INTRODUCCIÓN A LA MEDITACIÓN

Invita Sociedad Teosófica

Casa San Rafael 

- Viernes 15 de julio
- 18.30hs
- Av. Mitre 557
- San Rafael

Ingreso libre y gratuito

Emilse Barrera - Martín Paz
Disertantes

La Sociedad Teosófica en San Rafael invita a la actividad pública “Introducción a la meditación” a realizarse en su Sede de avenida Mitre 557, este viernes 15 de julio a las 18.30. El ingreso es abierto a todo interesado en esta temática y de carácter gratuito.

Al respecto, Vilma González, integrante de la entidad, dijo a FM Vos (94.5) y Diario San Rafael que “vamos a abrir nuestra casa, ya que hemos estado sin actividades al público durante bastante tiempo. Ahora hemos reanudado y en esta ocasión vamos a desarrollar una actividad que llevarán adelante dos invitados, ellos son miembros de la Sociedad Teosófica de Rosario que están en San Rafael. Son Emilse Barrera y Martín Paz, de larga trayectoria en la institución.

Van a abordar esta temática sobre qué es la meditación, sobre el por qué sirve y cómo incide en nuestra vida y salud. Habrá interacción con los presentes y proyección de algunas imágenes para apoyar los temas. Como cierre habrá una práctica de meditación. También, van a hablar de algunas técnicas de meditación Mindfulness, qué es la que más fácil podemos practicar si no tenemos experiencia”.

Agregó que “la propuesta es abierta al público, donde se espera la interacción con los presentes y al final se prevé una parte práctica que consiste en una meditación”.

En las semanas siguientes los días sábados a las 19hs, a partir del sábado 23, se seguirá ahondando sobre meditación con todos los interesados en un ciclo de ocho encuentros.