TALLER

“LA PERSONALIDAD A TRAVÉS DE LOS CHAKRAS”

Organiza: Prana satyanada yoga
Lugar: en el centro
Fecha: sábado 24 febrero

Horario: 10:00-13:00
Aportación: 40 euros
Material: Ropa cómoda y esterilla

YOGA.SATYANANDA

LA PERSONALIDAD A TRAVÉS DE LOS CHAKRAS

Los chakras o centros energéticos regulan Annamaya kosha (dimensión física) y Manomaya kosha (dimensión mental). La evolución de la personalidad humana está determinada por el estado de los diferentes chakras. La Gunas (cualidades de la naturaleza) son las responsables del estado de los chakras. Son tres: Tamas (inercia, ignorancia...), Rajas (egoísmo, arrogancia...) y Satwa (equilibrio, amor...).

Durante el taller podrás descubrir tu personalidad y aprender prácticas concretas para cada chakra que te ayudarán a armonizar las dimensiones física, mental y espiritual.

El camino hacia el desarrollo personal consiste en superar el sufrimiento, comienza con el deseo de encontrar bienestar, continúa con la fuerza de voluntad que nos pone en marcha, el conocimiento que nos lleva a la transformación y el despertar del Bhakti (sentimiento de unidad con todo o amor).