

*www.aikido-yoga.it*

# *Seduta di Meditazione SNR*

*c. so Vigevano 48, Torino*

*Sabato 12 Maggio dalle h 15.00 alle h 17.00*



## *Il concetto del "permettere"*

*Permettere, un termine chiave della meditazione Sat Nam Rasayan, un'esperienza mentale attraverso la quale abbandoniamo il controllo, lasciamo che le sensazioni si manifestino completamente, senza fare supposizioni. Il Sat Nam Rasayan è l'arte del "non fare". Quando impariamo a permettere, la mente non accetta e non rifiuta alcun concetto, agendo da un più ampio grado di libertà, sempre coerenti con ciò che stiamo vivendo, liberi dalla morsa del condizionamento.*

*Obbligo di prenotazione. Contributo partecipazione alla seduta: 15€*

*Egidio 338 8375671 [egidio.minichini@hotmail.it](mailto:egidio.minichini@hotmail.it) [www.aikido-yoga.it](http://www.aikido-yoga.it)*