



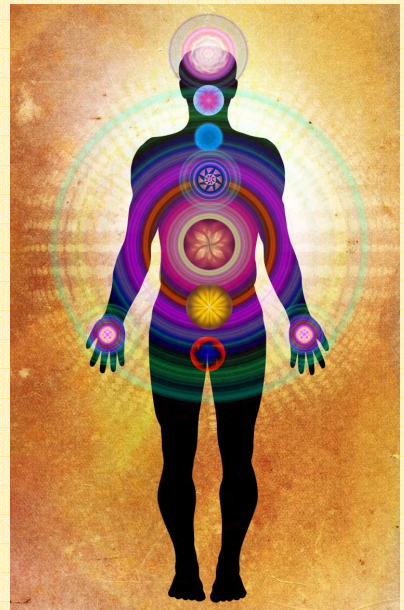
MENTALIA

Curso humanístico de Crecimiento Personal

"El pensamiento positivo como instrumento de crecimiento personal y servicio"

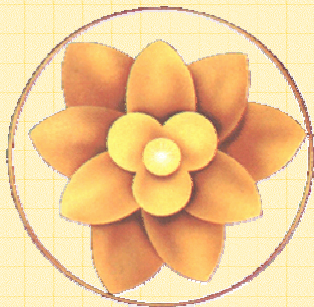
Introducción del curso:

El conocimiento de nuestro potencial mental viene a ser una formidable herramienta, tanto de crecimiento personal como de servicio a la sociedad. La correcta respiración, el desbloqueo emocional y el "Pensamiento Positivo" favorecen el reestablecimiento del equilibrio energético, la alegría de vivir, la salud y la plenitud creativa en el día a día.



La Mente:

La Mente es ese órgano que define a una persona. La actitud ante las circunstancias de la vida, la formación personal, las tendencias y los temperamentos individuales crean el devenir de nuestras circunstancias, de nuestras relaciones y de nuestro futuro.



Siempre se ha hablado de la importancia de nuestra mente, del poder del pensamiento sostenido, de la concentración y la meditación. Pero todavía no se ha puesto suficiente énfasis.

En este curso profundizaremos en la naturaleza de la mente, del pensamiento, de sus cualidades y secciones. Comprender primero "¿Qué es la mente?", y después utilizar su potencial.

La mente afecta de manera completa tanto nuestro estado emotivo como la salud física. El efecto "**psicosomático**" (mente sobre cuerpo) determina un sinnúmero de reacciones orgánicas. Un correcto uso del pensamiento positivo no sólo favorece un equilibrio emocional, sino también una equilibrada salud.

Línea teórica - Práctica

El curso de "**Mentalia**" constará de **10 clases**, en las cuales abordaremos de una forma concreta y práctica algunos de los siguientes temas:

- La naturaleza de la Mente y la energía.
- El poder del pensamiento positivo.
- La Meditación creativa.
- Imaginación, visualización y concentración.
- la Ciencia de la respiración integral.
- Comprendiendo nuestra psique.
- Aprendiendo a vivir en plenitud.
- Desbloqueo de las emociones, temores y miedos.
- Trascendencia: del intelecto a la Intuición



Sintetizando:

Si hay algo necesario y esencial que todo ser humano necesita saber es su propia naturaleza psíquica. Dentro de ese conocimiento englobamos a su contraparte física (de la cual la ciencia nos tiene muy bien informados), pero aún más importante es conocer nuestra naturaleza psíquica (emocional y mental) así como la "espiritual". Todo esfuerzo que se haga en ese sentido servirá para desarrollarnos y crecer ampliamente, desplegándose ante nosotros ciertas potencias y cualidades latentes, superiores y desconocidas para muchos, pero muy reales para otros.

El conocimiento y la experimentación en este terreno son ya muy amplios y abarcan numerosas corrientes positivistas, como la psicología transpersonal, el **yoga** y la filosofía trascendental.



Impartido por:

Francisco Redondo Segura "*Mithila*"

Profesor de Raja-Yoga y Metafísica, Terapeuta en Psicología y patrocinador en España de las Meditaciones Grupales de Servicio.

Contacto: Tel. 647444931

E-mail: institutomithila@ono.com

Web: www.institutomithila.com