

T'animes a participar en aquest curs?

“MANTRES O EL PODER SAGRAT DEL SO A L'ANTIGA ÍNDIA. PROPOSTES COGNITIVES PER AFAVORIR L'AUTOESTIMA I DESCOBRIR EL PROPI MANTRA”

Del 10 al 31 de març de 2022 / dijous de 10:00 a 12:00h

Des de l'antiguitat, textos sagrats i vestigis arqueològics ens testimonien una rica i complexa tradició espiritual a l'Índia, i l'ús sonor de la paraula com a instrument del pensament. En la primera part del curs, ens endinsarem en l'arqueologia de l'antiga Índia: de la Vall de l'Indus a la cultura vàdica. Les darreres dues sessions –teòrica i pràctica- estan dedicades exclusivament als mantres. Des del camp de la psicologia es pretén explorar i potenciar les nostres habilitats positives per tal de descobrir, crear i evocar els nostres propis mantres. Un curs per a fomentar l'autoestima i aprendre a relaxar-se.

Professorat: Dra. Gemma Espel Trias i Dra. Victòria Medina Fernando

Lloc: Residència Universitària Maria, Reina de la Pau (C/ Bellafila, 4. 08002 Barcelona)

Preu: 55€ (4 sessions/8h). Dies: 10, 17, 24 i 31 de març de 2022

Modalitat: presencial. Grup reduït. Es lliura documentació. Cursos per a adults. Places limitades.

Aquest curs s'inclou dins el projecte '**Àgora**'. La inscripció al curs dona dret a usar l'Aula d'Acollida Social i Digital (de dilluns a divendres de 10 a 13h i de 15 a 18h) mentre duri l'activitat.



Per a més informació i reserves:

agora@reinadelapau.com / Tel. 933 151 508

www.reinadelapau.com/index.php/agora

#somcultura #culturasegura

