



## Curs de txakres i autoconeixement

Explicarem com s'interrelaciona l'energia que forma el cos físic, el mental i l'espiritual mitjançant les rodes anomenades txakres. Veurem com el cos subtil va prenent forma.

D'ells aprendrem:

- Quan es desenvolupen, especialment, en determinades edats. Quines són i el perquè
- On estan localitzats
- Què passa quan estan equilibrats o bloquejats
- Quin són els arquetips que regeixen cada un d'aquests txakres
- Amb quines qualitats, colors, sentits, òrgans del nostre cos, emocions, etc. es relacionen

Practicarem:

- Com sentim que està cada un dels nostres txakres
- Fent exercicis de ioga específics per cada un d'ells
- Com equilibrar-los amb aliments, mantres, notes musicals, colors, minerals, encens, afirmacions, meditacions, dinàmiques, etc.

*Per tal de conscienciar, aprendre i treballar tots aquests aspectes dedicarem un dia a cada txakre.*

**Els curs consta de 7 dissabtes (un al mes) Horari: de 10 a 2 i de 4 a 7**

**Interessats trucar: 616791888 o per mail: [naturalsent@terapiasenergetiques.es](mailto:naturalsent@terapiasenergetiques.es)**

