

Taller Práctico

SOMA RASA

Una larga práctica para
experimentar el flujo del
Soma durante las noches
de luna llena

Dr. Rafael Santamaría



**UN TALLER PARA IR DE LA ACTIVIDAD A LA QUIETUD, DE LA
AGITACION AL SILENCIO, DEL RUIDO AL MANTRA, DEL DOLOR A LA
DICHA, DE LA MENTE A LA CONCIENCIA, DEL EGO AL SER.**

El SOMA, es una sustancia física, altamente refinada, que se produce a partir de un funcionamiento óptimo del sistema nervioso y digestivo, cuando la mente se encuentra en SAMADHI o se escuchan ciertos himnos védicos. El flujo del SOMA es la experiencia física de ANANDA, la dicha. Si durante el día de la práctica, o mejor aún los días previos, eres regular en tu practica de Yoga, y tomas una alimentación moderada en cantidad, y satvica en calidad, aumentarás tu posibilidad de experimentar el fluir del SOMA.

PROGRAMA

**ASANA
PRANAYAMA
MEDITACION
RIK VEDA. 9º MANDALA. SOMA
SAMA VEDA.**

Requisitos Experiencia en Yoga / Meditación

PLAZAS LIMITADAS



c/ Segura 21 03004 Alicante



Médico Pascual Pérez, 25, 1º
03001 ALICANTE
www.alaya.institute

FECHAS

Lunes, 14 nov 16 21.45 - 00.45 h
Martes, 13 dic 16 21.45 - 00.45 h
Jueves, 12 ene 17 21.45 - 00.45 h
Viernes, 10 feb 17 21.45 - 00.45 h
Domingo 12 mar 17 21.45 - 00.45 h
Martes 11 abr 17 21.45 - 00.45 h

DONDE

ALAYA CLINICA o PRANA

PRECIO

REDUCIDO 20 € / taller 14 nov

RESERVA E
INSCRIPCIONES

www.pranaescueladeyoga.com

CONTACTO

639 52 09 52
info@pranaescueladeyoga.com