

## MANTRAS MEDITACIÓN CON MÚSICA

<b>FACILITADOR:</b>	Miguel Ángel Tapia
<b>HORARIO:</b>	viernes de 17:00 a 19:00 y sábado de 10:00 a 12:00
<b>DURACIÓN:</b>	del 11 de septiembre al 28 de noviembre (48 horas)
<b>CUPO:</b>	30 alumnos
<b>DESCRIPCIÓN:</b>	<p>Mantra: significa onda o proyección de la mente.</p> <p>La Meditación con Mantras son sesiones con música en vivo donde los alumnos participan escuchando y cantando en forma colectiva, aportando una intención específica a cada pieza. Es un espacio para liberar tensiones y ansiedades, encontrándose con la música como Arte Sanador.</p> <p>Todos en ésta época necesitamos ayuda, porque estamos viviendo muchos desafíos en todo el mundo, y la música es el lenguaje universal y de todos los corazones.</p>
<b>CONTENIDO:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción:</li> <li>• ¿Qué es un mantra y para qué sirve?</li> <li>• ¿Qué es un Mudra?</li> <li>• Los 4 centros o cuerpos.</li> <li>• Mantra para la Creatividad.</li> <li>• Mantras de Sanación.</li> <li>• Mantra para la Ansiedad.</li> <li>• Mantra para el Miedo.</li> <li>• Mantra para el Rencor.</li> <li>• Mantra para Abrir el Corazón.</li> <li>• Mantra para la Abundancia y Prosperidad.</li> <li>• Mantra para la Sabiduría.</li> <li>• Mantra para la Paz.</li> <li>• Mantra para la Mente Negativa.</li> <li>• Mantra para la Felicidad.</li> <li>• Mantra para la Intuición.</li> <li>• Mantra para Fortalecer las Relaciones Familiares.</li> <li>• Mantra para la Trascendencia.</li> <li>• Mantra para Conectar con El Maestro Interno.</li> <li>• Mantra para trabajar los Chakras.</li> <li>• Mantra para Dormir Mejor.</li> <li>• Mantra para la Compasión y Paciencia.</li> <li>• Mantra para Romper Adicciones.</li> <li>• Mantra para Eliminar Obstáculos.</li> <li>• Mantra para Activar el Poder de la Palabra.</li> <li>• Mantra para el Cumpleaños.</li> <li>• Mantra para la Muerte.</li> <li>• Mantra para Limpiar Espacios.</li> <li>• Mantra de Protección.</li> <li>• Mantra para Generar Energía.</li> <li>• Mantra para Expandir la Conciencia.</li> <li>• Mantra para Trabajar el Karma.</li> <li>• Mantra para la Voluntad.</li> </ul>
<b>MATERIAL:</b>	<p>Computadora.</p> <p>Conexión a Internet.</p> <p>Ropa Cómoda.</p> <p>Espacio adecuado para la práctica, libre de ruidos externos.</p>