

# Taller de Meditación y Actitud Positiva

**26 de enero, 23 de febrero y  
23 de marzo de 2013**



**Imparte:** Raquel Valverde (Urvasi), profesora de Yoga y Meditación

**Horario:** de 10'30 a 14'00 h.

**Precio de los tres días:** 75€

(Alumnos de Yoga Devi 65€)

Si hiciste el taller y quieres repetirlo: 45€

## INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

Calle Fuente el Sol, 65

Barrio de La Victoria

47009 Valladolid

☎ 620 672 895



[www.yogadevi.es](http://www.yogadevi.es)

[raquel.yogadevi@gmail.com](mailto:raquel.yogadevi@gmail.com)

**El objetivo** de este taller teórico-práctico es que te concientes de la importancia que tiene meditar, que te pongas a ello todos los días, que **adquieras un compromiso contigo** para que experimentes los resultados.

Estamos en tiempos de cambios de maneras de actuar y de pensar. Tu actitud y tu pensamiento pueden cambiar tu futuro y ayudar al de los demás, "*cambia tú para que el mundo cambie*".

Cambiar la actitud ante lo que te ocurre y ocurre a tu alrededor, ver de otra manera diferente a como quieren que veamos.

Para meditar usamos la mente, esta herramienta tan poderosa que tenemos que aprender a utilizar adecuadamente. Esto se puede aprender, si estas dispuest@ a cambiar y a hacer un trabajo diario.

