

**Sociedad Teosófica**



**Sociedad Teosófica**  
*Sede Buenos Aires*

**Sus objetivos:**

Formar un núcleo de la fraternidad universal sin distinción de raza, sexo, casta o color.

Fomentar el estudio comparativo de filosofía, religión y ciencia.

Investigar las leyes inexplicadas de la naturaleza y los poderes latentes en el hombre.

**Su Lema:**

“No hay religión más elevada que la verdad”



***“Igual que una flor bella y de brillante color,  
pero sin perfume,  
así son de estériles las buenas palabras  
de quien no las pone en práctica.*”**

***Igual que una flor bella y de brillante color,  
y asimismo rebosante de perfume,  
son de fructíferas las buenas palabras  
de quien las pone en práctica.*”**

***Dhammapada.”***

# CURSO DE MEDITACIÓN

a cargo de

***Marcela Pardella***



**Inscripción:**

**de Martes a Viernes de 17:30 a 19:30 hs.**

**Sábados de 17:30 a 19 hs.**

Pje. Florencio Balcarce 71 (Rivadavia 4900)  
Ciudad Autónoma de Buenos Aires  
Tel. 4901-6665

Email: [teosofica.buenosaires@gmail.com](mailto:teosofica.buenosaires@gmail.com)  
[facebook.com/sociedad.teosofica.buenos.aires](https://facebook.com/sociedad.teosofica.buenos.aires)

# CURSO DE MEDITACIÓN

## Objetivo:

Brindar las bases para que puedan conocer no solo las técnicas sino comprender que la meditación es un camino para la auto transformación ya que permite que nuestra conciencia se expanda y podamos experimentar paz interior.

## Forma de trabajo:

45 minutos clase teórica. 15 minutos preguntas y respuestas. 30 minutos meditación práctica.

**Sábados de 17:00 a 18:30 hs.**

**Inicio: sábado 16 de julio de 2016**

**Finalización: sábado 6 de agosto.**

**Duración: 4 clases.**

**Arancel: \$ 400**

## Programa:

### **CLASE N°1: LA MEDITACION Y SU OBJETO**

- El Ser humano. Sus principios constitutivos.
- Meditación. Su propósito.

### **CLASE N°2: ETAPAS PROGRESIVAS**

- Preparación para la Meditación/Métodos: Concentración, Meditación y Contemplación.
- Obstáculos que impiden la meditación. Métodos para una meditación efectiva.

### **CLASE N°3: OBSTACULOS Y AYUDAS**

- Peligros de realizar la meditación en una forma ineficiente.
- Cómo ayudar a otros a través del pensamiento
- Meditaciones grupales.

### **CLASE N°4: MEDITACION GRUPAL. AUXILIO MENTAL.**

- Un acercamiento a la vida espiritual: estudio, meditación y servicio.
- Repaso de todo lo tratado. Espacio para preguntas y consultas.  
Meditaciones prácticas.