

## Обучение Трансцендентальной медитации эффективно



Київ, Україна

Трансцендентальная медитация - это простая умственная техника, которую мы обычно практикуем 15-20 минут дважды в день, утром и вечером. Ей легко обучаться и практиковать.

Повышает осознанность, позволяет раскрыть человеческий потенциал, раскрывает резервы мозга

Снимает усталость, восстанавливает после стресса, повышает стрессоустойчивость и является лучшим средством, как их не накапливать

Улучшает здоровье, сохраняет молодость. Дает прилив энергии, внутренний покой и состояние внутреннего счастья

Повышает уверенность в себе, улучшает способности решать проблемы

Развивает эмоциональный интеллект, лидерские качества, улучшает взаимоотношения в семье, на работе с друзьями

Снижает депрессию, тревожность, .

Занятие проводит высококвалифицированный учитель медитации со стажем более 29 лет

Соучредитель Фундации Махариши в Украине

Преподаватель психологии в Высших учебных заведениях имеющий как огромный опыт практики, так и обучившийся как максимально эффективно научить

Дополнительная информация на сайте [meditation.co.ua](http://meditation.co.ua)

Price: **1 грн.**

Тип оголошення:  
Продам, продаж, продаю

Торг: неуместеннеуместен