

# KUNDALINI YOGA

## *a Castelnuovo di Porto*



## Oltre le strutture

Forme dell'esistenza, strutture mentali, modelli emotivi, pattern fisici: ogni manifestazione ha il suo aspetto. Con il Kundalini Yoga possiamo osservarli, comprenderli e, a volte, trascenderli, per viverli nella consapevolezza.



**ogni giovedì ore 19-20,30**  
**in presenza** presso Il filo del Sé  
e **online** su piattaforma Zoom  
**info\_392 98 98 961**

**con Giorgia Nirankar De Filippis**

Allieva diretta di GuruDev Singh e Daya Singh. Unisce al Kundalini Yoga e al Sat Nam Rasayan competenze di Yoga Mindfulness e una formazione nel campo della ricerca personale e interiore buddista e non duale.