

# RESUMO AULA #1 - O CAMINHO DO YOGA

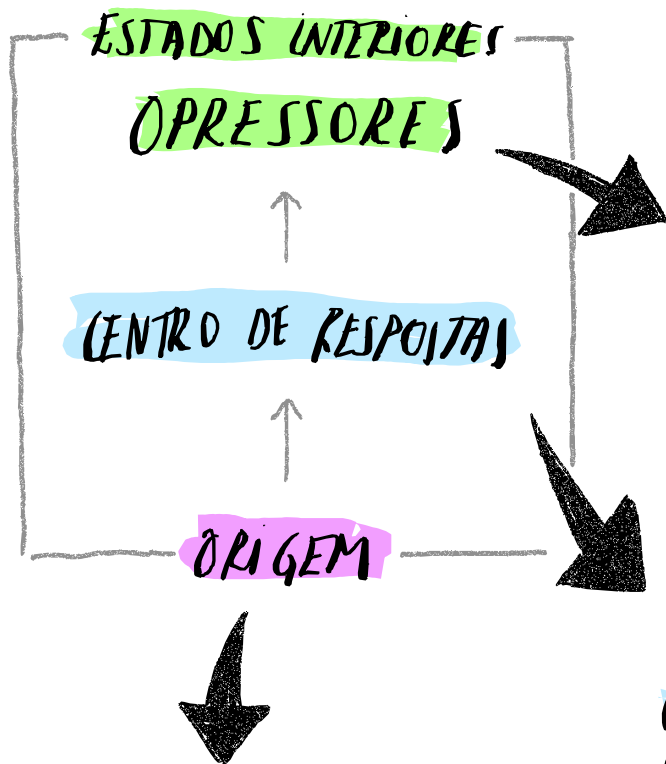
TEMA: OS MECANISMOS OCULTOS DO SOFRIMENTO

## DEFINIÇÃO:

SÃO ESTADOS DE DESEQUILÍBRIO DO CORPO-MENTE QUE TORNAM A EXISTÊNCIA MAIS DIFÍCIL E SOFRIDA.

PROVOCAM 3 NÍVEIS DE **SOFRIMENTO**

• ESTAR • REZAÇÃO • DESTINO



AS 4 ORIGENS DO CENTRO DE RESPOSTAS:

- CRENÇAS
- HERANÇA PSICOLÓGICA
- TRAUMAS
- LIVRE ESCOLHA

COMO LIBERTAR-SE DO QUE TE APRISIONA?  
QUARTA 9/4 ÀS 20h, AULA #2  
TÁ ESPERO LÁ!

É O CONJUNTO DE **CONDICIONAMENTOS** QUE FORMA O

**MODO DE SER**

DO INDIVÍDUO E QUE PODE

SER **TRANSFORMADO**

- ① EVENTO
- ② SENTIDOS
- ③ PERCEPÇÃO
- ④ MOVIM. INTERNO
- ⑤ IDENTIFICAÇÃO
- ⑥ AÇÃO
- ⑦ CRIAÇÃO/FORTALECIMENTO DO CONDICIONAMENTO

CARLO GUARAGNA