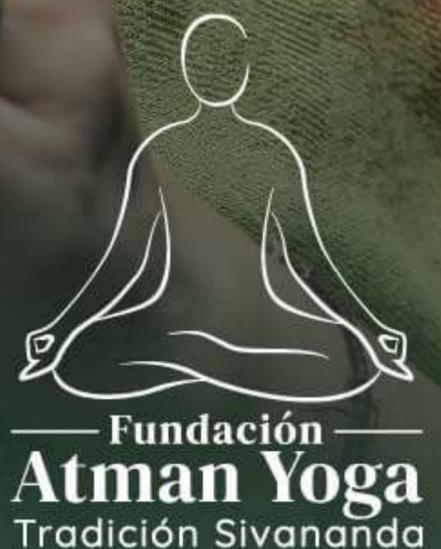


*Curso de*  
**Pensamiento  
Positivo**  
*contenido*



# *¿Qué es el Pensamiento Positivo?*

Es una herramienta con la que podemos ayudar a nuestra mente a combatir el estrés y las frustraciones diarias. Además de ayudarnos a mejorar nuestra salud física, nos aporta optimismo y confianza.



Nos ayuda a enfrentar los desaciertos y errores de una manera diferente, más productiva, y a observarlos como oportunidades de crecimiento.



Brahmāṅganam  
Brahmāgnau  
Brahmāya tene  
Brahmākarmaṣu

# Objetivo del Curso

Aprende a sembrar las semillas correctas en tu mente para cambiar tu propia realidad.

La realidad en la que vivimos es el fruto de las semillas que sembramos en el pasado. Las semillas que sembramos en el presente serán las semillas de la realidad que proyectaremos en el futuro.

# ¿Qué voy a aprender?



- Ser consciente de tu diálogo interno y tus deseos.
- Cuáles son las semillas que debemos sembrar para lograr lo que queremos, y cómo sembrarlas.
- Cómo quitar las malezas del subconsciente.
- Prácticas para abonar y fertilizar el subconsciente.
- Aprende a purificar tu mente y elevar tus vibraciones para **convertirte en un creador consciente de tu propia realidad.**





Este es uno de los *Cursos* que hacen parte de las enseñanzas básicas de nuestra tradición.  
En ellos compartimos:

## 5 Principios

- **Ásanas**  
Ejercicio adecuado
- **Pranayama**  
Respiración adecuada
- **Savásana**  
Relajación adecuada
- **Ayurveda**  
Alimentación saludable
- **Pensamiento Positivo y Meditación**

## 4 Caminos

- **Karma Yoga**  
Yoga de la acción y del servicio desinteresado a la humanidad.
- **Raja Yoga**  
Yoga de la meditación y del control de la mente.
- **Bhakti Yoga**  
Yoga que abre el corazón y desarrolla amor incondicional.
- **Jñāna Yoga**  
Yoga de la sabiduría a través del estudio de las escrituras Sagradas.

Que según Swami Vishnu Devananda son necesarios para mantener en buen estado el cuerpo y la mente para conectarnos con nuestra Alma.

# Costo

**\$ 196.000 COP**

**(4 Clases) Lunes y Miércoles o Martes y Jueves**

Consulta nuestra disponibilidad mensual.

7:00 p.m. - 8:30 p.m.

(Lunes festivo no abrimos nuestra Sede Poblado)

Para tener en cuenta:

**NO MANEJAMOS EFECTIVO, NI DATÁFONO EN NUESTRA SEDE.**

Paga directamente por la página web o consigna el valor total en nuestra cuenta bancaria.

Ahorros Bancolombia, Atman Yoga - 85081592646



*Te esperamos!*  
para compartir en unión y amor