

A person with dark hair tied back, wearing a blue long-sleeved shirt and dark pants, is sitting in a meditative pose on a rocky cliff. They are looking out over a vast landscape of clouds and a bright sunset sky. The sun is low on the horizon, creating a warm orange glow. In the foreground, there are some dark rocks and a small evergreen tree. The overall scene is peaceful and contemplative.

Incontri di MPA | *Meditazione Profonda e Autoconoscenza*

Incontri sulla Meditazione

Gli incontri sono offerti a coloro che hanno partecipato ad un Corso Introduttivo

Incontri di **MPA** | *Meditazione Profonda e Autoconoscenza*

Lo scopo di questi cinque incontri è quello di affrontare alcune tematiche sulla Meditazione Profonda che possono aiutare la pratica della MPA



Incontri di **MPA** | *Meditazione Profonda e Autoconoscenza*



Il 1° incontro ha lo scopo di conoscere l'uso dei Nomi Divini nelle varie tradizioni religiose.

Incontri di **MPA** | *Meditazione Profonda e Autoconoscenza*



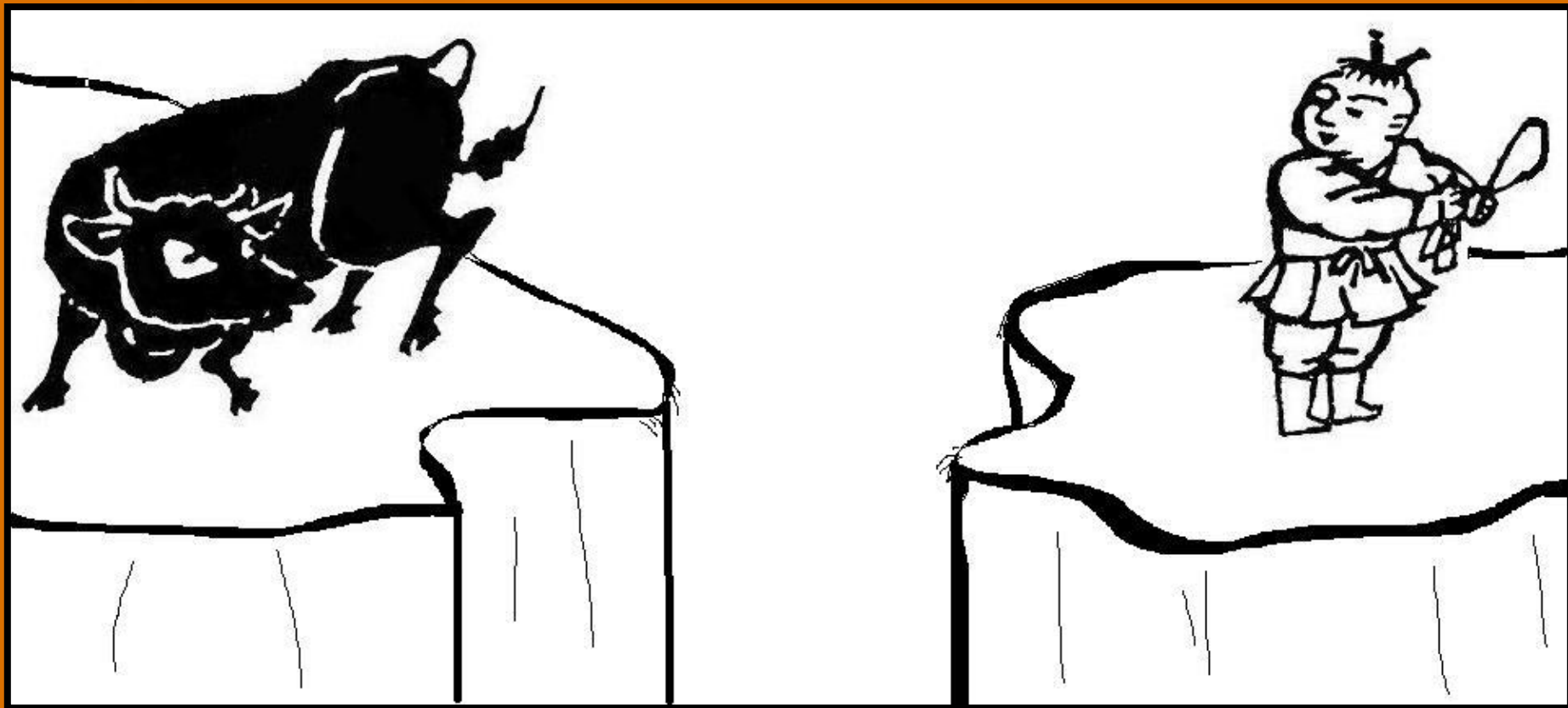
*Il 2° incontro sarà dedicato al Nome Supremo,
agli inganni della mente
ed i trucchi per fermare le distrazioni.*

Incontri di **MPA** | *Meditazione Profonda e Autoconoscenza*



Il 3° incontro approfondirà l'importanza del respiro nella Meditazione per arrivare al silenzio profondo.

Incontri di MPA | *Meditazione Profonda e Autoconoscenza*



*Nel 4° incontro Mediteremo
con le 10 icone dei Tori*



Incontri di MPA | *Meditazione Profonda e Autoconoscenza*



*Nel 5° incontro vedremo come il cinema e la televisione
hanno affrontato il tema dell'illuminazione*



Incontri di **MPA** | *Meditazione Profonda e Autoconoscenza*

**Gli incontri si svolgeranno ONLINE in 5 serate,
il lunedì e venerdì a partire dal 2 marzo 2026
dalle ore 21:00 alle ore 22:30**



Ogni
incontro
consiste in
una parte
teorica...

...e una
parte di
pratica
meditativa

Gli incontri saranno guidati da Mario Rogai
per partecipare occorre scrivere a questa e-mail:
rogai.mpa@gmail.com