



Centre de Méditation thérapeutique Tibétaine

C'est une méthode thérapeutique tibétaine d'ensemble pour obtenir et maintenir une bonne santé. Elle a pour but d'éviter une surconsommation de médicaments et **elle est reconnue par le monde médical en général. La méthode peut vous aider à régler: vos problèmes de fatigue en général; stress, dépression, tension interne, irritabilité, digestifs; problèmes psychosomatiques, dermatologiques dus aux stress.**

Pour plus d'information
Allez sur le site
www.meditation-arcachon.com

Cette forme de méditation permet de s'affranchir du flot de pensées qui traversent sans cesse notre esprit et d'être pleinement éveillé à l'instant présent. Au bout de deux à quatre semaines de méditation, on ressent une transformation interne physique, psychique avec un équilibrage énergétique sur l'ensemble du corps. Bien des scientifiques du monde médical reconnaissent qu'après 3 mois de méditation MTT, on observe un renforcement du système immunitaire, une hausse de 20 à 30 % des anticorps, et une augmentation des cellules souches dans le sang qui contribue à réduire le taux du cholestérol et la tension artérielle.

TARIFS :

1 Séance découverte.....	30 euros
12 séances	180 euros
15 séances	210 euros
21 séances.....	273 euros