

Vivir el camino

Módulo 2: Extraer la esencia

Segunda sesión – Cuestiones

Cuestiones para reflexionar

Se trata de una pequeña lista de cuestiones relacionadas con el tema general que pueden ayudar a los estudiantes y a los profesores a valorar cómo se ha entendido la materia y cómo el estudiante se ha relacionado con ella a nivel personal.

- ¿Cuál de las prácticas de atención en la bodichita ha encontrado más interesante o más adecuada para aplicar en la vida cotidiana?
- ¿Qué es el yoga del baño?
- Describa el yoga del sueño y sus experiencias al practicarlo.