



Resistere o Esistere?

andare oltre le ferite per vivere pienamente

2 Dicembre dalle 9,30 alle 18,30 a Castenaso (Bo)

per info

Cinzia 3356334750

Ivano 3316002266

Quanto sentiamo di esistere vivendo pienamente la vita e i nostri talenti...
... e quanto invece è come se resistessimo a *qualcosa*?

Quel "*qualcosa*" è ciò che non si riesce a lasciare andare e che ci condiziona profondamente, facendoci resistere, facendoci rimanere attaccati a ciò che non ci serve più: e resistere in questo modo è opporsi al fluire stesso della nostra vita, è la paura di essere liberi di volare.

In questo workshop vedremo 5 schemi particolari, 5 "ferite" che portiamo nel nostro animo: rifiuto, abbandono, umiliazione, ingiustizia, tradimento.

Ogni schema, ogni ferita sono retaggi di un passato che non c'è più, ma che sono divenuti **maschere** con le quali ci siamo abituati ad identificarci.

Ma noi certamente non siamo solo questo, siamo molto di più!

In questa giornata, attraverso **varie tecniche creative** (dalla scrittura all'uso di immagini, visualizzazioni guidate, lavori col corpo) vedremo come queste ferite manifestano il loro potere su di noi e successivamente, attraverso la **Biodanza (sistema Rolando Toro)**, esploreremo la possibilità di riaffrancare quello spazio del "qui ed ora" che è il nostro **ADESSO**, con il piacere e la libertà di essere interamente vivi nel nostro corpo, oltre giudizi, pensieri, timori.

Vi condurranno **Cinzia**, counselor ad indirizzo gestaltico ed energetico ed **Ivano**, facilitatore di Biodanza SRT, in un'esperienza ricca di possibilità di trasformazione.

Orari: 9:30-18:30 con pausa pranzo

Sede: via Santa Caterina 2, Castenaso (Bologna)

Costo: 90 euro