

Workshop di Bioenergetica "L'energia dentro di noi"

Francesco Padrini



Workshop, 25 Maggio 2013 dalle ore 10:00 alle ore 18:00 a Reggio Emilia

Una giornata per tutti, teorico-pratica per conoscere, imparare e utilizzare alcune principali tecniche dell'analisi bioenergetica per cercare l'energia dentro di noi, farla crescere, mantenerla ed equilibrarla.

Partendo dalla lettura del corpo utilizzeremo particolari esercizi bioenergetici messi a punto dal dott. Padrini per interrompere la curva dello stress, che ci aiuteranno a individuare le tensioni e la via per scioglierle.

Se riusciremo a vivere più piacevolmente il nostro corpo, saremo in grado di cogliere anche in quello degli altri, non solo i limiti e le tensioni, ma anche la vita, la vivacità e l'armonia.

Su richiesta, saranno anche indicati per alcuni partecipanti, esercizi "su misura" in funzione della loro tipologia caratteriale.

"Gli uomini pensano di risolvere tutto con la mente invece di "sentire". Ma il sentire non ha a che fare con l'intelligenza o con la forza": così diceva Alexander Lowen, medico e psicoterapeuta americano fondatore della bioenergetica, partendo dalla constatazione che tutti noi siamo prima di tutto il nostro corpo. E il corpo esprime il nostro modo di essere nel mondo anche quando non ne siamo consapevoli o ne abbiamo una percezione molto superficiale.

SEDE: Reggio Emilia

Per Info: frapadri@tin.it – Tel. 333.68.63.888 – 02.83.60.695