

29/30 settembre ore 10-18.30

Respiro e Polarità Maschile/Femminile

con PREM AGOSTINO

Dentro ogni essere umano ci sono i due mondi maschile/femminile ed è l'incontro tra questi due mondi che crea quell'essere così com'è. Una buona relazione tra queste due polarità permette un naturale flusso di energia e di trasformazione alchemica, rendendo disponibili le risorse e le qualità di questi due mondi dentro di noi, creando le condizioni per una vita piena ed equilibrata.

I conflitti e le difficoltà che incontriamo nel relazionarci all'esterno sono spesso il riflesso della condizione simbolica interiore tra il nostro maschile/femminile e poter guardare a questo costituisce un cambio di prospettiva che può essere determinante nell'integrazione delle nostre esperienze di adulti. Il Respiro è intimamente connesso con tutto ciò e l'equilibrio tra ispirazione ed espirazione somiglia molto a quello tra maschile e femminile.

Alle porte di Milano in un'oasi del Wwf, daremo uno sguardo all'interazione simbolica del gioco delle polarità, utilizzando strumenti come il Respiro, Gestalt, Bioenergetica, Meditazione e attività all'aperto.

Per il gruppo è necessario portare un materassino, un cuscino e una coperta per coprirsi.

Presso il Bosco Wwf di Vanzago (MI) www.boscowwfdivanzago.it

Per informazioni e prenotazioni:

Prem Agostino - respirando@tiscali.it tel. 3498578518

Paki - azzurro_due@yahoo.co.uk tel. 3334066483

È disponibile un servizio di pranzo e pernottamento all'interno dell'oasi