



. PULSATION .

RESPIRO . SUONO . MOVIMENTO

8 febbraio 2014

dalle 10,00 alle 18,00

con Bodhi Gaya & Federica

PULSATION è un metodo di crescita personale che lavora sul corpo e sull'energia per aiutarci a ritrovare la nostra naturale vitalità ed espressività.

Il lavoro si ispira alle scoperte di **Wilhelm Reich** e su alcune delle "mappe" da lui create per spiegare i movimenti e i blocchi del flusso energetico nel nostro corpo.

PULSATION integra diverse tecniche come la **bioenergetica** di **Alexander Lowen**, il **radicamento** e il lavoro sul **proposito** di **Charles Kelley** e le tecniche di **meditazione** e sulla **presenza** introdotte da **Aneesha L. Dillon**.

Con respiro, suono e movimento **PULSATION** permette di esplorare le tensioni muscolari presenti nel nostro corpo ripristinando la naturale funzione di "carica" e "scarica" energetica con rilasci fisici ed emotivi. Il flusso di energia che viene liberato sollecita i segmenti della corazza muscolare che, secondo Reich, trattengono antiche tensioni ed emozioni represses come paura, rabbia e dolore. Ammorbidendo la nostra "armatura" possiamo riaprirci al sentire del corpo ripristinando il contatto profondo con noi stessi per far spazio a rilassamento, forza, fiducia e vitalità.

Bodhi Gaya: si è formata a Pune (India) in Osho Divine Healing nel 1999 e ha partecipato a diversi gruppi e seminari di crescita personale con terapeuti Gestalt all'Esalen Institute (USA) e alla Humaniversity (Olanda). Si è specializzata in "watsu" all'Harbin Hot Springs con Harold Dull, Ninakshi e Michelle Chelenza (California, USA) e in Shiatsu presso la Scuola Internazionale di Shiatsu (Vicenza). È Counsellor a mediazione corporea ad indirizzo bioenergetico e conduttrice di classi di esercizi secondo il modello di A.Lowen (presso la Società Italiana di Analisi Bioenergetica - SIAB - di Milano) e si è formata in "Neo-Reichian-Bodywork" con Aneesha L. Dillon. Attualmente lavora a Vicenza e fa parte dello Staff di Osho Pulsation in Italia.

Federica Araco: si è formata in "Neo-Reichian-Bodywork" nel 2010 con Aneesha L. Dillon (Radix ed Esalen Institute) e fa parte dello staff di Osho Pulsation in Italia. Sta completando la

formazione in Counseling a mediazione corporea e indirizzo bioenergetico presso la SIAB (Società Italiana di Analisi Bioenergetica) di Roma e come conduttrice di classi di esercizi secondo il modello di A.Lowen. Master di Reiki, pratica yoga e meditazione da più di dieci anni e nel 2007 ha fondato il centro di crescita personale Liber@mente di Roma (www.libermente.eu) dove conduce e organizza diversi corsi e seminari.

COSTO: 60 euro per gli iscritti alle attività settimanali di Liber@mente, 75 per gli esterni. Il contributo per il pranzo (vegetariano e biologico) è di 10 euro.

ISCRIZIONI: Per confermare la propria adesione è necessario versare un acconto del 50% del totale entro il 4 febbraio. Le quote delle iscrizioni annullate dopo il 5 febbraio non potranno essere rimborsate.

INFORMAZIONI e CONTATTI: 06 52373322, 338 1846831, info@libermente.eu
Associazione Liber@mente, Via Frassinoro, 38 Roma - www.libermente.eu