

PULSATION

CORPO . RESPIRO . MOVIMENTO

con Leela Federica Araco



Presentazione gratuita mercoledì 6 aprile

h.19,00-21,30

PULSATION è un metodo di autoindagine e crescita personale attraverso il corpo ispirato alle scoperte di Wilhelm Reich e ad alcune delle “mappe” da lui create per spiegare i movimenti e i blocchi del flusso energetico nel nostro sistema.

Integrando strumenti diversi, come la bioenergetica di Alexander Lowen, il radicamento e il lavoro sul proposito di Charles Kelley e le tecniche di meditazione e presenza introdotte da Aneesha L. Dillon, **PULSATION** permette di esplorare e sciogliere le nostre tensioni muscolari ripristinando la naturale funzione di “carica” e “scarica” energetica con rilasci fisici ed emozionali.

L'energia che viene liberata ammorbidisce i segmenti della corazza muscolare lasciando andare antiche tensioni ed emozioni represses come paura, rabbia e dolore. Allentando 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.

Dopo l'evento di presentazione, gratuito e aperto a tutti, seguiranno cinque incontri a cadenza settimanale il 13, 20 e 27 aprile il 4 e 11 maggio, dalle 19,00 alle 21,30. Al momento dell'iscrizione è richiesto l'impegno a partecipare a tutti gli appuntamenti, il costo complessivo è 80€.

Leela Federica ARACO

Nata a Roma nel 1980, si è formata in "Neo-Reichian- Bodywork" con Aneesha L. Dillon (Radix ed Esalen Institute) e fa parte dello staff di Osho Pulsation in Italia. Counselor a mediazione corporea e indirizzo bioenergetico diplomata presso la S.I.A.B. (Società Italiana di Analisi Bioenergetica) di Roma, è conduttrice di classi di esercizi di bioenergetica secondo il modello di A.Lowen. Master di Reiki e pratica yoga e meditazione da più di dieci anni. Nel 2007 ha creato il centro di crescita personale Liber@mente di Roma (www.libermente.eu), dove conduce e organizza corsi e seminari.

INFO e CONTATTI:

Associazione Liber@mente via Frassinoro, 38 Roma (Vitinia-EUR) 338 1846831 – 06