



presenta:

L'arte dell'intimità

Dal corpo addomesticato al corpo risvegliato. Dal corpo facciata al corpo tempio

27-28 maggio 2017 - ore 9:30 - 17:30

con Elsa Masetti - Nityama

Il risveglio è intimità con tutte le cose [Dogen]

Possiamo cominciare dal nostro corpo con cui la coscienza è in continua squisita unione?

L'intimità comincia frequentando con animo aperto e sincerità noi stessi, come fossimo l'Amato o l'Amata. Comincia esplorando le forze vitali del nostro corpo con curiosità e accoglienza.

Inizia osservando il nostro funzionamento.

In questo modo, magari, sarà più facile scoprirsi, scoprire il nostro corpo come dimora più che esca, e avvicinare quell'integrità, di cui poi fare dono all'altro.

- **Il risveglio e l'apertura del campo energetico, dell'intelligenza corporea e della sensorialità.**
- **Una maggiore integrazione della parte alta e bassa del corpo. Il loro scollamento è alla base di molti disturbi di natura sessuale.**
- **L'Amplificazione dell'Ascolto del corpo interiore.**

Questo fine settimana rappresenta la base del percorso IlCorpoRisvegliato© - elsamasetti.it

PERCHÈ?

Sento esista il bisogno di una forma di educazione per adulti che restituisca integrità e potere sacro alla sessualità. Che copra il posto vacante tra quei pochi elementi educativi raccolti in modo sporadico ed emozionale dalle varie figure affettive, sociali, mediche e i troppi elementi diseducativi derivanti dalla cultura mediatica intrisa di messaggi sessuali, seduzione, amore romantico e pornografia.

PER CHI?

Per tutti coloro che desiderano vivere con maggior pienezza il sesso e l'amore, una sessualità libera da copioni permissivi e repressivi, che anelano a un'intimità più vera e appagante. Ma anche per operatori e professionisti nel campo dell'educazione sessuale, della ginecologia, dell'andrologia, delle relazioni di coppia e del relazionarsi in genere.

Programma

- Accogliere e dare il benvenuto al nostro corpo
- Essere il corpo, essere nel corpo. Esplorazione del corpo interiore
- Sentire la vita nel corpo
- Il corpo sentito (e quello pensato), il corpo addomesticato
- I due Latian - ritrovare la spontaneità
- La differenza tra emozione e sensazione
- Esplorazione sensoriale
- Due diverse energie d'amore nel corpo
- Lo stomaco energetico e il plesso solare
- Convinzioni sul corpo e auto indagine
- Tutto il corpo ascolta
- Tecniche dal Vigyan Bhairav Tantra
- L'unione con il tutto: Mahamudra

DOVE:

Centro Olistico Sana - Via Brughiera 44 - Castronno (VA)

info e prenotazioni: Barbara Tel. 393 4038249

associazione.ilgiardinodelre@gmail.com