

“Ascoltando” l’Energia Vitale INCONTRO ESPERENZIALE



Sabato 23 Aprile 2016
Dalle ore 10:00 alle ore 13:00

Con Laura Stupici -Operatore Shiatsu



“Vi sono tre fattori che determinano i limiti del potenziale umano: il primo fattore è la conoscenza o l’informazione. Il secondo è l’esperienza: ciò che abbiamo imparato e la prospettiva che dà alla nostra vita. Il terzo fattore è il KI: la forza vitale che è in noi e ci dà l’iniziativa per crescere e risolvere i problemi”. William Reed (Dal libro “KI: lo spirito dell’energia vitale)

Definita Prana in India, Qi in Cina, Ki in Giappone: è semplicemente l’energia vitale che ci attraversa a livello fisico, mentale ed emotivo e la possiamo testare anche nella vita di tutti i giorni quando ad esempio “ci sentiamo carichi di energia” o, al contrario, ci possiamo sentire “un po’ scarichi”.

Tramite un “Ascolto” più profondo del nostro corpo avremo l’opportunità di risvegliare una percezione più sottile già insita in ognuno di noi. Grazie a questa percezione potremo cogliere la presenza dell’Energia Vitale e farne esperienza diretta.

Per un valido sviluppo del proprio Ascolto si ha solo bisogno di un **desiderio , quello di risintonizzarsi**. Per questo è consigliabile un atteggiamento mentale rilassato, di apertura e di accoglienza.

E’ necessario portare: una coperta ed una sciarpa di piccole dimensioni (oppure un foulard).

Si astengano coloro che quando si parla di energia pensano solo a quella elettrica ... ;)



A.s.d. Pensare con il corpo