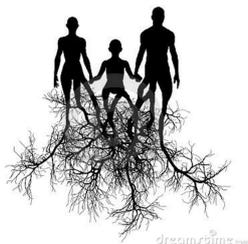


CONOSCERE LA BIOENERGETICA *incontri esperienziali 2019-20*



EUGENIA MICHEL

con l'assistenza di ALESSANDRA STELLA

***martedì 5 maggio 2020 ore 21-23 via Vallazze 82 Milano
presso S.I. -Spazio Interiore- percorsi di crescita personale e psicoterapia corporea-***

ELOGIO ALLE FATICHE

Onorare le nostre fatiche quotidiane come se fossero un dono e non un sacrificio.

Succede spesso di affrontare la vita come una gara ad ostacoli, cercando di mostrarsi privi di paure o debolezze, sempre in lotta con se stessi e con il tempo.

A volte non riusciamo ad accettare la fatica di ascoltare i nostri vissuti e ci rifugiamo nel fare. Perché crediamo che il fare sia vivere. Occupiamo la giornata con mille attività, evitando di sentire anche la gioia della fatica.

Respirare dentro la fatica può renderci più consapevoli di noi e più liberi.

Padronanza e consapevolezza di sé diventano necessarie per vivere la vita in tutta la sua pienezza anche davanti alle fatiche.

Un workshop per imparare ad affrontare la fatica di vivere, perché ciò che conta davvero non è superare gli ostacoli ma vederli e affrontarli, una vittoria autentica sui propri lati oscuri, e su se stessi. Sarà rilasciato un attestato di partecipazione a chi ne farà richiesta.

Si consigliano abiti comodi: è accessibile uno spogliatoio.

eugeniamichel71@gmail.com - 3494450132
alessandra.stella.pds@gmail.com - 3288455910

VIENI AGLI INCONTRI E PORTA CON TE UN'AMICA/O

***sono incontri che affrontano argomenti di base dell'Analisi Bioenergetica rivolti anche a chi vuole cominciare a conoscerne i concetti e a viverne le esperienze:
se un'amica/o, un parente o un conoscente sono incuriositi dall'Analisi Bioenergetica***

**questa è un'occasione
partecipazione gratuita – è possibile prenotarsi**

info e prenotazioni: conferenze.siab.milano@gmail.com - 3355463769