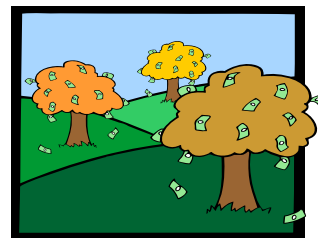


Domenica 22 maggio



Giornata di Arteterapia tra didattica e manodopera

Una giornata di crescita personale e di allineamento coerente e armonico della nostra energia vitale ed informata.

Nel seminario verranno comunicate informazioni chiare ed esperienziali per vivere in armonia con se stessi, con il proprio nucleo familiare e per una maggiore comprensione della coscienza planetaria in atto.

Programma

Mattino dalle ore 10

Stage di salute globale. Respirazione sul cuore, psicosomatica, esercizi di percezione ed espansione

A seguire

Meditazione Vipassana. Allineamento e centratura.

Costruzione ed analisi del proprio albero (gli archetipi). Le radici: il corpo – il passato – la famiglia. Il tronco: le relazioni – il presente – la comunità. I rami: il futuro – le realizzazioni – l'ottimismo. Considerazioni e risultati

Pausa pranzo ore 13

Pomeriggio dalle ore 14,15

Ricerca del ritmo: il corpo e le emozioni.

Fisica delle energie multidimensionali.

Rilassamento guidato, cristalli e pittura dei chakra.

I colori e le forme che costruiremo saranno il materiale base di verifica in laboratorio per il bilanciamento energetico, cristalli, meditazione. Disegno libero e analisi insieme all'istruttore.

Considerazioni finali e meditazione.

Fine lavori ore 18

Alla fine della giornata i partecipanti porteranno con sé il materiale prodotto come indicazione di studio successivo.

La giornata di lavoro presso "Nel Castello di Carta"

Via Giorberti 61/d 10128 Torino Tel./Fax 011-5681340 e-mail:info@nelcastellodicarta.it

Condotto da

Umberto Sardi: operatore olistico Sicool, pittore, artista della nuova energia emergente. Formazione professionale in psicosomatica. Personali e percorsi di arte e arte dell'anima. Conduttore di seminari di meditazione, yoga, terapia creativa dell'essere e crescita personale e di comunicazione per gruppi e scuole di formazione. Collabora con varie associazioni culturali per la crescita umana, la cultura della pace e della coscienza planetaria.

