

# Workshop “L’Espressione del Corpo”

<b>Quando:</b>	<b>Domenica 21 Febbraio 2016 - ore 10-17:30</b>
<b>Dove:</b>	<b>Negozio CreAtzione, via Castelrotto 2a, 6600 Locarno</b>
<b>Costo:</b>	<b>Fr. 155.-</b>
<b>Iscrizioni:</b>	<b>+41(0)78 625 70 73</b>
<b>Conduzione:</b>	<b>Riccardo Roakhan Solaro (<a href="http://www.RicercaTeStesso.com">www.RicercaTeStesso.com</a>)</b>

**Il nostro corpo é la nostra casa. La casa dell’Anima nella quale viviamo su questo bellissimo pianeta. É la somma finale dei nostri pensieri, delle nostre emozioni e delle nostre intenzioni.**

**Il nostro corpo ci parla quotidianamente e lo fa in tanti modi. L’obiettivo e il risultato di questo Workshop é imparare come il nostro corpo si esprime, come comunica, quali sono i suoi segnali e come interagire con esso.**

**Da troppo tempo si é perso il valore del contatto col proprio corpo e questo lo notiamo nel mondo vedendo come le persone siano dipendenti da fattori esterni per il loro benessere.**

**Il nostro corpo racchiude dentro di se delle forze e dei rimedi illimitati di autoguarigione. Ed é conveniente e meritevole accedere a queste nostre forze e conoscenze per avere una vita e una salute migliori.**

**In questo Workshop impari a sentire il tuo corpo in un'altra maniera, a conoscere come funziona e quali sono i modi con cui ti parla e comunica con te. Ti permetterà di comprendere meglio la connessione tra la parte fisica, mentale ed emozionale. Questa connessione é la base del funzionamento di ogni essere umano ed é di fondamentale importanza per una vita di salute e benessere. Il fisico, il mentale e l'emozionale devono vivere in sinergia per potersi completare.**

**Ne “l’Espressione del Corpo” impari che la malattia non esiste ma é soltanto una disarmonia, una disbalance tra questi tre pilastri che formano l’essere umano.**

**Impari anche che c’è un quarto pilastro...quello spirituale... che altro non é che la conoscenza di chi siamo e da dove veniamo. Attraverso delle stupende meditazioni guidate e degli esercizi attivi di consapevolezza, hai la possibilità di conoscere parti di te che aspettano solo di potersi esprimere...Un altro modo di ricreare la tua vita!**

## **Cosa ricevi partecipando al Workshop?**

**Una conoscenza più approfondita del funzionamento del tuo corpo**

**L’interazione tra corpo fisico, mentale ed emozionale**

**Imparare il linguaggio e l’espressione del corpo**

**Tecniche per ristabilire le disarmonie e gli squilibri**

**Come captare i segnali del corpo...cosa fare**

**Abbassare l’autogiudizio e alzare l’autostima**

**L’arte della guarigione...dimenticata...ma insita dentro di te**