

Manipura Chakra con BEPPE PARODI

Domenica 28 novembre ore 10 – 13 e 14,30 – 17,30

Manipura Chakra: *la città dei gioielli, gemma rilucente*. Ecco nascere l'elemento fuoco che porta il calore, la trasformazione, il potere e l'azione. Siamo saliti a livello dell'energia del metabolismo, fisico e mentale. Qui dimora la capacità di *digerire* e trasformare ogni cosa, di usare la volontà per agire il potere che sentiamo nei visceri, l'entusiasmo per l'azione. I nostri vecchi schemi vengono *bruciati* dall'energia di Manipura. Si crea un ciclo virtuoso che ci dona l'autostima, siamo in grado di indirizzare la nostra vita verso ciò che amiamo. Scopriamo il *vero potere* che non è basato sul dominio esterno e sulla forza dell'ego ma sulla scoperta della consapevolezza del Sé e del proprio valore. Impariamo a *mettere il confine*, a comprendere l'energia della rabbia e a renderla creativa e liberatoria.

Forgiati dal sacro fuoco saremo pronti per passare all'amore del quarto chakra.....

L'obiettivo è conoscersi meglio comprendendo come funziona questo Chakra. Il seminario intende fornire gli strumenti pratici e teorici per capire come comunica questo chakra con noi e come si manifesta nella vita di tutti i giorni. Il metodo di lavoro integra l'approfondimento teorico con pratiche esperienziali quali meditazioni, lavoro corporeo, posizioni yoga, danza, movimenti di bioenergetica, espressione con la voce, tecniche di respiro. L'incontro è corredato da dispensa. **Il seminario è aperto a tutti.** *“Credo non si arrivi mai a caso a partecipare ad una esperienza di questo genere, ognuno potrà prendere da questo seminario ciò che gli è più utile per farlo maturare dentro di sé”.*



Beppe Parodi è insegnante Yoga diplomato presso ISYCO di Torino e ha una formazione Tantrica. Nel 2003 fonda l'associazione Yoganataraja (AT) di cui è presidente <http://centroyoganataraja.wordpress.com>. Tiene seminari yoga, corsi di meditazione, corsi di massaggio ayurvedico. Nel suo centro dedica la sua vita alla ricerca e alla condivisione. Creare un ambiente vivo, che si rinnovi, dove il mistero dell'esistenza venga percepito con il cuore e i sensi risvegliati, sono al centro del suo lavoro.

QUOTA D'ISCRIZIONE: € 70 (prezzo riservato ai soci), € 15 tessera socio. Termine iscrizioni 20 novembre, versare la quota direttamente a Il Mondo YogaStudio - Eugenia Calunga cell. 328.2115946 info@associazioneilmondo.it - o a mezzo bonifico bancario IBAN IT45V0316501600000110466801 intestato a ASSOCIAZIONE CULTURALE IL MONDO indicando nella causale **Manipura**, portate con voi la ricevuta bancaria.

SEDE DEL SEMINARIO: Il MondoYogaStudio, Strada Mezzo Moletolo, 17 - Parma

Info/Iscrizioni: Il Mondo YogaStudio - Eugenia Calunga - cell. 328.2115946

www.associazioneilmondo.it; info@associazioneilmondo.it