Corsi e Conferenze
per accrescere la conoscenza di noi stessi
e la consapevolezza della nostra vera natura

Swadhisthana Chakra

con BEPPE PARODI

Domenica 31 ottobre ore 10 – 13 e 14,30 – 17,30

Swadhisthana Chakra, "la dimora del sé"- "dolcezza", siamo nel Chakra collegato all'elemento acqua, al movimento, al contatto. I temi sono l'attrazione, l'emozione, la sessualità, il piacere, la vita come movimento – flusso - esperienza, l'intimità e l'empatia.

Se l'energia così densa del primo Chakra ha creato la struttura, nel secondo Chakra l'energia si muove verso il nuovo, l'esperienza e il cambiamento. L'emozione è lo stimolo profondo che ci fa muovere e incontrare l'altro. Il piacere di soddisfare i bisogni primari ci dà salute e benessere. Arrivano l'intimità stabilita dal contatto e dalla carezza e la liberazione sessuale. La capacità di sentirsi a casa nel corpo, nel piacere di abbandonarsi al flusso della vita, sono i segni di equilibrio di questo 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 ottobre, 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 *Muladhara,* portate con voi la ricevuta.

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