

“IL BAMBINO DENTRO DI NOI”

INTENSIVO YOGA IN GRAVIDANZA RIVOLTO A MAMME E COPPIE

Con Maria Flisi ginecologa ed Eugenia Calunga insegnante Yoga

SABATO 19 GIUGNO ORE 9 -13

Negli Intensivi diamo valore a quella concatenazione di atti/sentimenti/esperienze che portano a vivere da protagonisti l'Esperienza della Nascita, dal concepimento al parto. Comprendiamo concretamente attraverso gli esercizi e la condivisione quanto faccia bene prenderci cura consapevolmente di noi stessi e dei nostri figli.

Ogni volta che una donna e un uomo si riconnettono consapevolmente con il proprio bambino interiore realizzano un contatto molto profondo con il bambino che si sta formando. La forza e il potere che vengono messi in circolo dalla coppia in questo intensivo mette i partecipanti nelle condizioni di sapere di cosa hanno veramente bisogno, di conoscere di cosa realmente dispongono e di utilizzare le risorse endogene nel mettere al mondo i propri figli. La coppia apprende esperienzialmente da sé stessa qualcosa che prima non sapeva e neppure immaginava. La riconnessione con il nostro bambino interiore ci farà godere di una vivace sensibilità nella cura dei nostri figli e ci consentirà di maturare un'attitudine diversa verso il dolore, la malattia, il disagio, la fatica e le situazioni difficili della vita.

CONTENUTI E OBIETTIVI

Creazione del climax: intimità, rispetto e amore in un cerchio di Madri e di Padri;

Metodologie attive globali: esercizi yoga, respiro, Voicing e Canto Carnatico;

Individuare e dare spazio alla voce del bambino al nostro interno;

Le risorse del bambino;

Fiducia nel proprio corpo, nel proprio istinto e nelle conoscenze del Bambino;

Spazio alla creatività;

Vivere pienamente questa profonda esperienza emozionale;

Dialogo interiore, visualizzazione, comunicazione e legame profondo tra madre, padre e bambino;

Condivisione e contemplazione nel Cerchio dei nostri strumenti di forza e di potere.

Se, relativamente alla nascita, considerate le donne e gli uomini che seguono questi percorsi di consapevolezza come degli esseri particolari, allora la vostra risposta non potrà che essere negativa. Ma se ne comprendete il valore e l'opportunità evolutiva che state offrendo a voi stessi e ai vostri figli, - allora, gli apprendimenti che potete trarre da questi intensivi sono “lezioni” che possono fornirvi la forza per dare voce al vostro bambino interiore e farlo rinascere e così partorire il vostro Bambino nella grande luce della Consapevolezza.

Quota d'iscrizione soci: per la mamma € 40; per la coppia: € 70. Tessera socio € 15. Iscrizioni entro il 16 giugno, prenotatevi comunicando i vostri dati a: Il Mondo YogaStudio - Eugenia Calunga cell. 328.2115946, info@associazioneilmondo.it, versate la quota d'iscrizione direttamente presso la sede o tramite bonifico bancario IBAN IT45V0316501600000110466801 intestato a ASSOCIAZIONE CULTURALE IL MONDO indicando nella causale **INTENSIVO**. Portate con voi la ricevuta bancaria.

Info e iscrizioni: Il Mondo YogaStudio - Eugenia Calunga - cell. 328.2115946

www.associazioneilmondo.it; info@associazioneilmondo.it