***THE SACRED CONTACT***
***A CONTATTO CON LA VITA , IL CORPO E LE RELAZIONI

LA CONSAPEVOLEZZA DEL TOCCO E LA PRESENZA NEL MASSAGGIO***

Ideato e condotto da **ELEONORA ZANZI**
25/26 MARZO, 22/23APRILE, 20/21 MAGGIO, 17/18 GIUGNO
DALLE 9.30 DI SABATO ALLE 17.30 DI DOMENICA
PRESSO
****
via cascina ciabattino, 3 Vergiate(VA)

***“THE SACRED CONTACT”*** a contatto con la Vita. Dal Centro del Cuore all’ Infinito.
L’intimità e l’unità sussurrano la loro bellezza e si lasciano contemplare e adorare in un senso di pienezza che caratterizza l’unicità e la totalità. Scopro che partendo da un qualsiasi punto indistinto, affonderò in un oceano più grande e abbandonandomi all’oceano più immenso mi ritroverò in un punto qualsiasi.

Percorso di Massaggio strutturato in 4 MODULI ESPERIENZIALI IN CUI CONOSCERE ED ESPLORARE:
- LA DIMENSIONE INTERNA E LA DIMENSIONE ESTRENA
- Comunicazione e linguaggi del corpo
- Contatto e Consapevolezza

-LA DIMENSIONE DEL DARE E DEL RICEVERE
-Ascolto e Presenza
-Pratiche Massaggio

Il contatto è un fondamentale e necessario nutrimento stimola un sano sviluppo, ci rende sicuri e fiduciosi in noi stessi e nella vita. Contatto e comunicazione sono vie di incontro e connessione con la vita che scorre attraverso ogni cosa e ogni essere. Sentirsi vivo e sentire il piacere di vivere, avviene sulla nostra pelle che è il confine ove si incontrano Spirito e Materia, da qui si può accedere alle porte dei vari strati del nostro essere quelli interni e quelli esterni, chiamati corpi sottili. La pelle è la tela su cui viene dipinta la vita e qui si imprime depositandosi in profondità e viene emanata e irradiata nelle relazioni e nelle esperienze diventando la percezione di chi siamo e del mondo che ci circonda, di noi stessi e degli altri.
**OBBIETTIVI:**
Sviluppare la consapevolezza dell’identità individuale e unitaria e conoscere i corpi e i centri energetici
Integrazioni dei potenziali generatori archetipi primari Amore e Potere, maschile e femminile
Consapevolezza del legame tra pensiero, emozione e azione
Sviluppo della sensibilità, dell’ascolto e della gentilezza, empatia, compassione, avere cura verso sé stessi e gli altri
Senso del Valore, della Sacralità e dell’Inviolabilità della Vita
Mindfulness :meditazione e presenza consapevole del qui e ora
Apprendere il massaggio
Pratica e disciplina

Questo percorso è adatto a chiunque e in particolare alla figura del *Car Giver* a stretto contatto con utenti, pazienti, bambini, anziani che vogliano acquisire una dimensione del contatto consapevole sviluppandone le potenzialità e la gestione, apprendere una visione sistemica dell’interazione e interconnessione con ogni essere e valorizzare, rafforzare l’espressione dei talenti e dei doni. Questa pratica esperienziale integra sia l’aspetto psicofisico che quello socio-relazionale attraverso il tocco, la consapevolezza e la cura del massaggio, dona un senso di pienezza e benessere generale dato dal rilascio di energia stagnante e dagli stimoli che rivitalizzano il piacere di fare le cose, la passionalità, la sensibilità all’ascolto e alla presenza. Verranno utilizzate varie Tecniche e Metodologie tra le quali IN A.MO.RE® e I MOVIMENTI MAESTRI®

info e prenotazioni: ELEONORA 3406134820, eleonora.zanzi@laviadicasa.org