

In movimento verso la Voce
“CANTARE L'EROS”

Laboratorio di autoconoscenza

PROGRAMMA

Sabato 29 maggio

Inizio ore 9:00 - riscoprire il corpo attraverso il movimento e la voce

Pranzo ore 13:00

Ripresa lavori ore 15:00 - incontro con il mito

Fine lavori ore 19:00

Domenica 30 maggio

Inizio ore 9:00 - celebrazione dei sensi nel movimento e nella voce

Pranzo ore 13:00

Ripresa lavori ore 15:00 - cocreazione del proprio mito

Fine lavori ore 18:30

A CHI è RIVOLTO

Questo finesettimana è rivolto a tutte quelle persone che sono alla ricerca di un modo per *ricaricarsi*, a tutti quelli che vogliono imparare o perfezionare la sottile *comunicazione* tra il *corpo e la voce*, e scoprirne le potenzialità.

FINALITA' DEL LABORATORIO

Da secoli la nostra società ha dedicato la quasi totalità dello sforzo allo sviluppo del piano intellettuale, perdendo il contatto con gli istinti e le emozioni, che molto spesso vengono giudicati e condannati. Questa sproporzione marcata, ci porta a vivere oggi un livello di isolamento psico-sociale senza precedenti, e a generare di riflesso mondi in cui abitare, governati dalla paura, sempre più lontani dalla terra e dalla natura che dalla notte dei tempi ci accoglie e nutre.

Accompagnati dall'eco dell'antica favola di Eros e Psiche, in cui Apuleio ha magnificamente narrato uno dei possibili cammini verso l'amore adulto, e lo sviluppo della coscienza, vi proponiamo di prendere contatto con la vostra energia vitale.

Una voce cosciente che vibra in un corpo consapevole è armonia e grazia, vitalità e forza, qualsiasi siano le emozioni o sentimenti espressi.

Quello che vi offriamo in questa giornata è un breve percorso che tocca i sensi e la sfera emotiva, perché possiamo assaporare il gusto della forza vibrante e piena di bellezza che si esprime e libera nel movimento che diventa Voce!!

METODOLOGIA

Useremo:

- * danza
- * espressioni vocali libere e guidate
- * meditazioni guidate
- * condivisione delle esperienze

OCCORRENTE

Si consigliano abiti e scarpe comodi.
Cuscino da meditazione, coperta.

ORGANIZZAZIONE E ISCRIZIONE

Iscrizione: Paolo Loss 040 944484
Luisa Negrini 335 8057642

COSTO DEL CORSO 120 € + SOGGIORNO

PER 2 NOTTI I COSTI A PERSONA SONO I SEGUENTI:
€ .20,00 CON SOLO LE LENZUOLA;
€ .22,00 CON LE LENZUOLA E GLI ASCIUGAMANI;
€ .12,00 CON SACCO A PELO;

PER 1 NOTTE:
€ .25,00 CON SOLO LE LENZUOLA;
€ .27,00 CON LE LENZUOLA E GLI ASCIUGAMANI;
€ .12,00 CON SACCO A PELO
PER LA PRIMA COLAZIONE € .3,00

COSTO DEI PASTI DA ANCORA CONCORDARE

ACCONTO NON RIMBORSABILE DI 40 € DA VERSARE ENTRO E NON OLTRE IL 14 MAGGIO

Paolo Loss:

Ha frequentato la Facoltà di Magistero di Trieste ed ha studiato canto lirico e da camera, svolgendo, dal 1972, attività professionale corale e solistica, presso l'Ente Lirico Triestino e in complessi da camera.

Ha studiato Canto Gregoriano e diretto cori fin dal 1958. Dal 1997 si dedica allo studio di tecniche corporee e mentali atte a sviluppare consapevolezza, tra queste il metodo Feldenkrais, il Qi Kung ed il Thai Chi Chuan.

Ha seguito alcuni corsi di respiro e voce del M° Serge Wilfart ed ha completato la formazione in psicofonia con Elisa Benassi. Dirige il gruppo corale "Amici del Canto Gregoriano" ed insegna tecnica vocale.

Luisa Negrini:

Si laurea in Scienze della Terra e consegue il diploma di Dottorato partecipando ad un progetto di ricerca internazionale. Lascia poi la carriera universitaria orientandosi verso la famiglia. Per molti anni pratica un metodo di Raja Yoga, lo Yoga della mente. Nel 2003 si diploma in Gestalt Counseling presso l'Istituto Gestalt Trieste. Nel 2005 consegue il Master presso l'Istituto Gestalt Firenze. Da anni promuove attività rivolte alle donne e al recupero del loro "essere femminili". E' facilitatore di Costellazioni Familiari secondo il metodo di Bert Hellinger. Svolge attività di counseling privata e collabora con l'Istituto Gestalt Trieste in veste di formatore, assistente, counselor.

Informazioni

Paolo Loss

040 944484

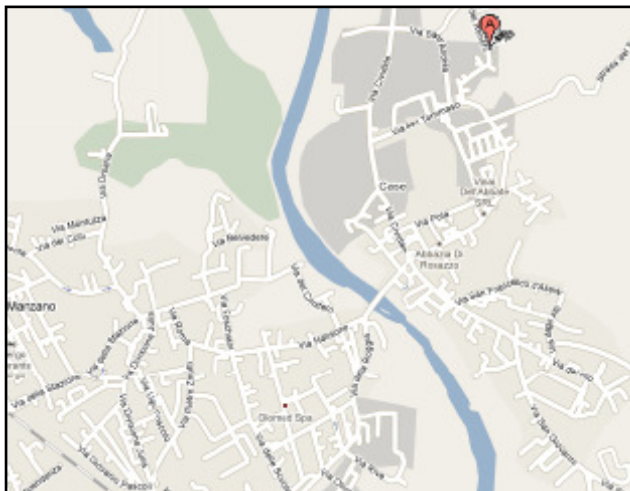
(dalle 8 alle 9 - e dalle 13 alle 14)

Luisa Negrini

Cell num 335 80 57642

Dove:

**Casa Forte Nussi Deciani, Case - Cjasis
(Manzano), in via dei Ronchi n.12**



Scrive Pierrakos in Amore e Sessualità:

“L'Eros fa vibrare l'intero corpo, permettendo all'energia di fluire con forza ma anche con dolcezza in ogni suo fibra. Il rilassamento e la morbidezza che ne conseguono migliorano la vita sessuale di uomini pressoché impotenti e di donne pressoché frigide. Le persone che vivono l'incantesimo dell'Eros sono raggianti - i loro occhi brillano, la loro pelle splende, i loro corpi trasudano forza e gioia. Sorridono continuamente e si ritrovano a cantare per la strada. Calde correnti di sentimento inondano i loro tessuti, lo stomaco è vivo e vibrante, il cuore tenero e caldo. I loro corpi cercano contatto e fusione. L'eros è una potente esperienza fisica” (da Eros, Amore e Sessualità di John C. Pierrakos, ed. Crisalide, pg. 50)

**In movimento verso la Voce
“CANTARE L'EROS”**



**A cura di:
Paolo Loss e Luisa Negrini**