

ingresso libero - orario 20.30—22.00

14 aprile 2016 - Vedere e guardare.

Gli occhi: specchio dell'anima, finestre sul mondo

“Gli occhi sono lo **specchio dell'anima** perché riflettono direttamente e immediatamente i processi energetici del corpo e la ricchezza di vita interiore di un organismo.

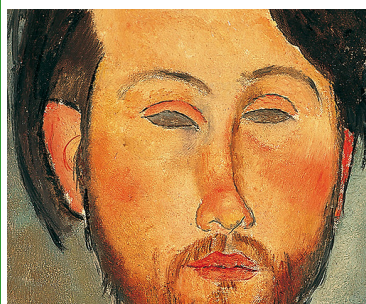
Possiamo dire anche che gli occhi sono le **finestre del corpo** perché rivelano le sensazioni interiori.”

Alexander Lowen

“Ci sono anche occhi ridenti, scintillanti, sfavillanti. Ma *più spesso, negli occhi della gente, si vede la tristezza e la paura.*

Gli occhi hanno una doppia funzione: sono organi della vista, ma servono anche a stabilire un contatto. La **qualità di questo contatto dipende dallo sguardo degli occhi.** Può essere duro e forte tanto da dare la sensazione di uno schiaffo in viso o talmente morbido da sembrare una carezza”

Alexander Lowen, Bioenergetica



Lo sguardo riflette i nostri sentimenti o la difficoltà incontrata nel percepirla. Più siamo radicati nel nostro corpo e nella terra, più abbiamo “**grounding**” e più i nostri occhi sono vivi e presenti, specchi trasparenti delle nostre sensazioni e finestre aperte sul mondo in cui viviamo.

Uno degli **obiettivi della personalità integrata** è **essere sempre più consapevole del messaggio** inviato agli altri con il proprio sguardo e, nel contempo, maturare una visione della realtà esterna il più possibile libera da proiezioni personali.

Nel corso dell'incontro alterneremo *contributi teorici e momenti esperienziali* nell'esplorazione delle differenze tra **vedere** e **guardare**. Focalizzeremo, anche con esercizi di radicamento e scioglimento, le tensioni che ostacolano il libero flusso dell'energia nelle *aree corporee* più interessate alla funzione del vedere (spalle, collo, occhi, mascella) e alcuni *disturbi somatici* relativi.



Prossimo appuntamento:

5 maggio 2016:

Il limite come possibilità

**con Maria Rosaria
Riccio**

Psicologa

Specializzazione in
analisi bioenergetica

www.spaziopsiche.com

È richiesta la prenotazione al 346 6315670

noesismn@yahoo.it - www.noesismn.it