29, 30 APRILE,
1 MAGGIO '23

Prenditi per mano

Workshop esperienziale
di lettura piano dell'anima
pulizia della mente, yoga, movimento corporeo

Agriturismo Olistico ATMAN
Monzambano (Lago di Garda)

Con Federica Keller e
Morena Cirillo

Prenditi per mano

Workshop esperienziale

29,30 aprile 1 maggio '23 - Agriturismo Olistico ATMAN

Quante volte hai provato la sensazione di non sapere quale **direzione** prendere nella vita? Che sia nelle piccole scelte o nei grandi progetti, nelle relazioni, nel lavoro o in questioni esistenziali, nei sogni che, magari, avevi in mente da molti anni e che per un motivo o per l'altro non hai mai realizzato. Anche quando la strada è chiara ed è **nelle nostre mani**, sembra spesso che ci sia qualcosa che "rema contro", ci fa sentire a disagio e non ci permette di andare con forza, chiarezza e serenità verso i nostri obiettivi.
A volte non riusciamo a contattare noi stessi e non riusciamo quindi a sentire profondamente quello che farebbe esprimere la parte più vera di noi, quello che ci farebbe sentire che.. sì, così sono davvero felice!
Altre volte la direzione è chiara ed è allineata alla nostra anima, ma arrivano idee limitanti su noi stessi, traumi e ostacoli inaspettati a "sbarrarci la strada".

Federica Keller, con l'**Analisi moderna delle mani** e Morena Cirillo, con tecniche di **Pulizia della mente, movimento corporeo** e **attività sensoriali**, ci accompagneranno in un percorso alla riscoperta della nostra vera missione, quella che è proprio scritta lì dove non andremmo mai a guardare: **nelle nostre mani.**

Saranno giorni di profondo ascolto del corpo, della mente e dello spirito in uno spazio incantevole, lontano da distrazioni, completamente immerso nella bellezza della natura, nella cura dei dettagli e nel silenzio, per dare spazio alla nostra **ANIMA.**
Il luogo ne prende proprio il nome: l'**Agriturismo olistico ATMAN.**
La condivisione, la condizione di rilassamento e l'energia del gruppo saranno quei valori aggiunti che ci faranno vivere momenti indimenticabili. E allora, che sia perché queste parole ti risuonano o perché senti che hai bisogno di un fine settimana di relax tutto tuo, il seminario è proprio rivolto a te e noi ti aspettiamo con gioia per prenderti e prenderci per mano!

Federica & Morena

Metodi diversi ma complementari per:
identificare "il problema"
scioglierlo profondamente
tornare a fluire con la vita

L'ANALISI MODERNA DELLE MANI:
Il piano dell'anima viene letto dalle impronte digitali che si formano 5 mesi prima di nascere e restano immutate per tutta la vita. Interpretarle ci permette di vedere i nostri temi più profondi, quelle energie o dinamiche ricorrenti che inconsciamente si attivano e condizionano la nostra quotidianità. Riconoscerle ci aiuta a comprendere e guardare noi stessi e il prossimo da un nuovo punto di vista.

TECNICHE DI PULIZIA MENTALE:
La diade e la comunicazione cosciente saranno gli strumenti che ci permetteranno di svuotare la mente da tutti i limiti che mettiamo fra noi stessi e quel piano dell'anima che le nostre mani ci avranno mostrato tanto chiaramente. Scoprire il potere della comunicazione cosciente ci permetterà inoltre di trovare un modo nuovo di ascoltare l'altro e di vivere in modo più armonioso le nostre relazioni.

YOGA, DANZA LIBERA E ATTIVITA' SENSORIALI:
Il nostro corpo somatizza tutte quelle che sono le informazioni che arrivano dalla nostra mente e dalle nostre emozioni. Contattarlo, scioglierlo, muoverlo, "respirarlo" e viverlo, ci permetterà di far tornare a scorrere in noi le forze della vita.

Federica Keller
Facilitatrice dei processi evolutivi attraverso l'analisi delle mani metodo Life Prints®
Operatrice Reiki

Morena Cirillo
Counselor olistico
Operatrice PMP
Insegnante Yoga e respiro consapevole
Costellatrice familiare

Tel. +41 79 371 27 06
info@analisidellemani.ch
www.analisidellemani.ch

Tel. +39 347 91 94 111
morena.cirillo@gmail.com
FB: Morena Yoga e Consapevolezza

Contattaci per ricevere le informazioni pratiche, il programma dettagliato e il modulo di iscrizione.
Il seminario si terrà presso Atman, strada nuvolino, 24 Monzambano MN Italy (Lago di Garda)
www.agriturismoatman.com FB Agriturismo Olistico Atman