

Venerdi 9 GIUGNO 2017

Rilassamento di gruppo con I BAGNI DI GONG

CONDUTTRICE: EVA SARZI PUTTINI

Inizio meditazione ore 21



“Il bagno di Gong, così chiamato perché si crea un campo armonico avvolgente per cui sembra di essere letteralmente immersi nei suoni, è una sorta di seduta meditativa. Le onde cerebrali rallentano e si sperimenta uno stato di coscienza alterato. Si può perdere il senso del tempo e dello spazio, in una parola il senso della realtà, I suoni di Gong e degli altri strumenti (campane tibetane, tamburo sciamanico, arpa angelica, voce ecc.) accompagnano in un viaggio introspettivo molto profondo che, a volte, può far emergere paure e traumi irrisolti, permettendo così di guardare in faccia qualcosa che era stato ricacciato nell'inconscio per riconoscerlo, accoglierlo e infine trasmutarlo.” EVA SARZI PUTTINI

Si raccomanda di indossare abiti comodi, portare materassino da yoga, cuscino e coperta personali.

Costo serata € 20. Prenotazione obbligatoria.

71427321893

ilMacrocosmo.it

via Vivenza, 100 MANTOVA (traversa di strada Chiesanuova- primo piano) tel 335 343289
www.ilmacrocosmo.it mail: redazione1@ilmacrocosmo.it Facebook: ilmacrocosmo