

# *“La Danza della Vita”*

## **Viaggio di esplorazione corporea attraverso la Danzamovimentoterapia**

*“... CERCHIAMO DI NON GUARDARCI INDIETRO CON RABBIA O IN AVANTI CON PAURA,  
MA INTORNO CON CONSAPEVOLEZZA ...” (J. Thurber)*



I temi centrali della Vita di ognuno di noi riguardano i cambiamenti, le emozioni che essi suscitano, il prendere ed il lasciare andare, il filo della relazione ... Il corpo in cui abita la nostra anima ci parla di noi, dei nostri voli e delle nostre cadute, dei segni che la vita ci lascia ... E' importante dare voce a tutto ciò .. lasciare che il corpo e l'anima di ognuno di noi comunichino liberamente.. . ascoltarsi e percepirsi ... PERMETTERSI DI ESSERE SEMPLICEMENTE CIO' CHE SI E'. Questo percorso è uno spazio per se stessi, per accogliere ed accogliere ciò che accade, per osservarlo e prenderne atto attraverso il corpo, il suo movimento, la sua danza e la forza del gruppo... Un viaggio attraverso alcune fasi centrali della vita ed i cambiamenti focali che ogni individuo affronta ..

**Si tratta di 4 incontri di 2 ore ciascuno dalle 20.30 alle 22.30**

**Docente: Dott.ssa Jessica Alberti – Iter Formativo in Danzamovimentoterapia.**

- ❖ 9 Marzo 2017: *“NASCITA E RI-NASCITA: la radicalità ed il cambiamento”*
- ❖ 23 Marzo 2017: *“INFANZIA : la dimensione del gioco”*
- ❖ 6 Aprile 2017: *“ADOLESCENZA : il filo della relazione”*
- ❖ 20 Aprile 2017: *“ETA' ADULTA : riequilibrare gli opposti di Maschile e Femminile”*

Max : 10 partecipanti

Costo : 100 euro per l'intero percorso

Richiesto abbigliamento comodo

**ilMacrocosmo.it**

**presso lo Studio Olistico “Il Macrocosmo” - via F.Vivenza, 100 – Mantova,**

**Per Informazioni e Prenotazioni : Chiara 335343289 email: [redazione1@ilmacrocosmo.it](mailto:redazione1@ilmacrocosmo.it)**