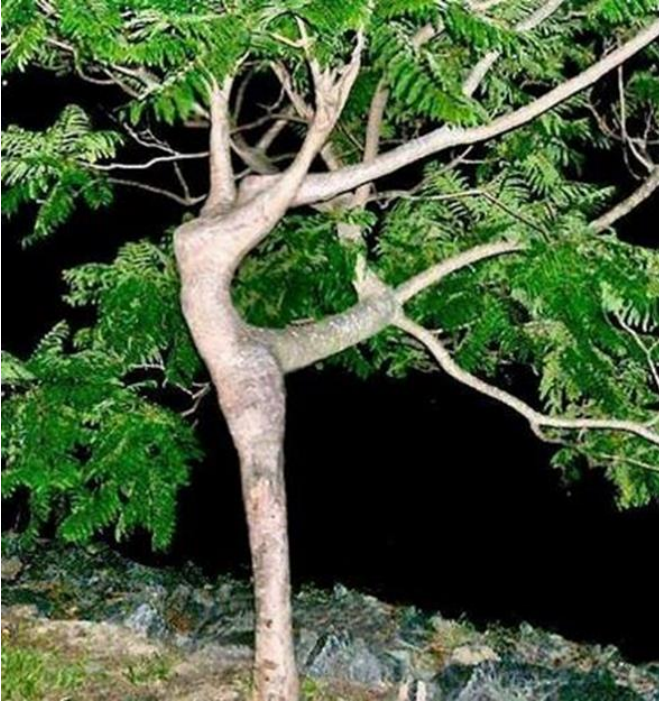




## *Il corpo: dall'armonia la gioia del movimento*

**LUNEDÌ 14 MAGGIO h 20.30**



*“Se il vento si fa troppo forte,  
ritagliati qualche momento di  
tenerezza nel mondo della  
fantasia e il freddo della pelle si  
trasformerà in una dolce carezza  
di zefiro, per la tua mente  
offuscata dalla stanchezza”.*

*MaBo*

Dopo una carriera come danzatrice, da molti anni **mi dedico a trattare il sistema mente-corpo in modo dinamico ed espressivo** con me stessa e nella relazione d'aiuto con gli altri.

In **Dinamiche della Mente e del Comportamento** si parla dei quattro livelli dell'essere e di come l'uomo consapevolmente cerca di integrarli. Attraverso il **rilassamento fisico** prendiamo consapevolezza delle percezioni corporee, dello stato emotivo e del grado di agio o tensione dei nostri pensieri.

**Armonia è anche la capacità di produrre movimento a partire dal proprio** corpo e dalla relazione con quello altrui, di rispettarlo, di esprimersi e di comunicare attraverso di esso.

Attraverso il movimento del corpo noi diveniamo protagonisti: **conosciamo direttamente le nostre emozioni** e in modo dinamico portiamo allo scoperto **qualità e limiti** che ci permettono di cambiare. Il corpo è uno strumento che attiva energia e ci rende capaci di esprimerci.

Un essere umano che si conosce in modo completo, può intrecciare **nuove relazioni** sane e cooperanti verso il **Futuro**.

**Relatrice: Irene Pulzoni**

**Professional Counselor, Formatrice in Counseling Dinamico Relazionale e Corporeo presso I.S.I.,  
Danzatrice Coreografa, socia I.S.I.**