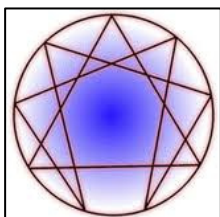




NATURAL-MENTE

"Incontri sul benessere naturale"

Un ciclo di incontri su temi che riguardano l'uomo e le sue relazioni con se stesso e con tutto ciò che lo circonda. Spazieremo tra argomenti apparentemente diversi ma sempre raccontati in maniera semplice ed accessibile in un cerchio dove, a turno, ognuno metterà a disposizione la propria esperienza, cultura e talenti. Dall'omeopatia alla medicina naturale e naturopatia, fino alle discipline bionaturali, spirituali ed artistiche, per aiutarci a recuperare il senso di responsabilità verso noi stessi ed il nostro benessere di cui siamo gli artefici.



Giovedì 9 Febbraio – ore 21:00

Tipi psicologici e pratica spirituale - Guido Rossi

Personalizzare e rendere efficace la propria pratica spirituale è uno dei temi che da sempre ci pongono questioni troppo spesso non risolte. Partendo dal lavoro di base di Claudio Naranjo si introduce il tema di come e perché certe pratiche siano utili solo ad alcuni piuttosto che ad altri e di come nonostante mille sforzi il nostro ricercare possa risultare non molto fecondo. Si illustrerà una mappa teorica delle possibili combinazioni fra tipo di pratica e tipi psicologici facendo riferimento base agli enneatipi.



Venerdì 17 Febbraio – ore 21:00

Neosciamanesimo – Alfredo Rossi

L'arte di entrare in relazione con gli elementi naturali e con l'energia vitale che anima il nostro essere e tutto ciò che ci circonda è stato chiamato dagli antropologi sciamanesimo. È un'arte ed una tradizione che in realtà non ha nome e che ritroviamo in ogni continente, compreso il nostro. Ci è stata tramandata dalla notte dei tempi attraverso le sagge parole degli anziani. Recuperare questa dimensione, unendola e trasferendola nella nostra vita quotidiana, ci consente di equilibrare l'attuale tendenza a vivere separati dalla natura, migliorando le nostre relazioni.



Venerdì 2 marzo - ore 21:00

Kinesiologia applicata – Angelo Giallombardo

La Chiropratica è una medicina non convenzionale che studia e tratta la statica e la dinamica del corpo umano. Si basa sul concetto che un corretto allineamento e funzionamento delle vertebre e dei nervi ad essi associati, sia di fondamentale importanza per la salute. L'operatore usa le sue mani per "aggiustare" le disfunzioni articolari della colonna vertebrale e della pelvi, migliorandone la mobilità e alleviandone il dolore. Lo scopo primario del trattamento è quello di eliminare i sintomi agendo direttamente sulle cause che ne sono responsabili.



Giovedì 15 marzo ore 21:00

Acqua: un elemento così diffuso, un mistero così grande – Alfredo Rossi, Simone Berneschi

L'acqua è l'elemento alla base della vita, noi stessi ne siamo costituiti circa per il 70%, e pur essendo così diffuso racchiude delle proprietà molto particolari, alcune delle quali ancora oggi poco conosciute. Faremo insieme una panoramica sulle principali proprietà fisiche e chimiche dell'acqua e, basandoci su alcuni recenti studi scientifici, tenteremo l'esplorazione delle proprietà più misteriose dell'acqua che la tradizione della medicina naturale da millenni ci ha suggerito sempre di utilizzare.



Venerdì 30 Marzo – ore 21:00

Soffi di vita – Shanti Brancolini

Un aspetto centrale dell'esperienza dello yoga è il respiro. In questo incontro teorico ed esperienziale, riflessioni e stimoli riguardo a questa funzione vitale di primaria importanza a cui sono connessi numerosi aspetti della nostra vita. Si presenterà la relazione tra respiro e salute, respiro ed emozione, respiro e vitalità, respiro e rilassamento, respiro e postura, respiro e volontà, respiro e trascendenza. Una parte dell'incontro sarà dedicata a sperimentare e imparare semplici e fondamentali pratiche di respirazione -pranayama- che rimarranno come strumento concreto e contributo di benessere e sostegno nella crescita personale.

Guido Rossi

Insegnante di Yoga e Tantra da 25 anni, allievo della Ridwan School di A.H. Almaas, si occupa di enneagramma da qualche tempo e lo ha introdotto recentemente anche nella sua pratica spirituale specifica, combinandolo con meditazioni e tecniche classiche al fine di cogliere ancora più profondamente le implicazioni di questo potente strumento.

Alfredo Rossi

Naturopata ad indirizzo bio-energetico ed ambientale e Master Reiki. Alla pratica della bioenergetica, del Qi Cong e della Tensegrità unisce tecniche sciamaniche apprese da Maurizio Balboni e Alessandra Comneno dell'associazione culturale Chakaruna - ponte tra i mondi. Ha conosciuto uomini e donne medicina della tradizione sud americana in Italia, Perù e Messico.

Angelo Giallombardo

Chiropratico, Massofisioterapista, Laureato in Scienze Motorie. Si è specializzato in Chinesiologia Applicata all'IKAK di Londra e Mosca. Opera come libero professionista a Siena.

Simone Berneschi

Affianca l'attività di ricercatore in fisica ottica e fotonica lo studio della tradizione ermetico-alchemica e all'interesse per lo sciamanesimo. Ha completato il percorso di formazione "Cosmovisione e tecniche sciamaniche" condotto da Maurizio Balboni e Alessandra Comneno per l'associazione culturale Chakaruna - ponte tra i mondi.

Shanti Brancolini

Nome di nascita e non d'arte, fin da giovanissima ha avuto modo di avvicinarsi alla pratica dello yoga e al pensiero che ne è alla base. La sua ricerca l'ha portata a numerosi viaggi e soggiorni in India dove ha avuto modo di incontrare l'insegnamento di alcuni Maestri e l'affascinante terra patria dello yoga. Diplomata presso la scuola quadriennale per la formazione di insegnanti Yoga Ratna SIYR a Piacenza diretta dalla Maestra Gabriella Cella Al Chamali, dal 2004 insegna yoga.

Tutti gli incontri si svolgeranno nella sede dell'Associazione in **P.za A.B.Michelangeli 11 - San Leo – Arezzo** e sono aperti a tutti. Sarà gradito un contributo libero per le spese. Per informazioni:

Tel. **327 2832918** oppure mail **info@centroarcoiris.org**.

Visita il sito dell'associazione: **www.centroarcoiris.org**