

IL CORPO COSCIENTE

Laboratorio psicocorporeo

CORPO, VIOLENZA E BELLEZZA

Per una pratica etica ed estetica di conservazione e di trasformazione del vivente



La fragilità nel proprio senso di identità è alla base di molte sofferenze individuali e sociali e di molti comportamenti distruttivi.

Ogni volta che ci allontaniamo dalla nostra natura più profonda e dal legame con il mondo, con le altre persone e con l'ambiente, rischiamo di perderci, invece che essere, nella armonia e nella bellezza del nostro corpo-mente-spirito.

Occorre nutrire la base corporea della nostra coscienza e presenza, a sé e al mondo, per alimentare il nostro potere di conservazione e trasformazione del vivente.

IL CORPO COSCIENTE è un laboratorio esperienziale strutturato in cicli di incontri, alla sua 7° edizione.

Rivolto a chiunque abbia desiderio di approfondire o iniziare una ricerca su di sé, basata sulla integrazione tra corpo, mente e spirito. Per promuovere risorse di autoregolazione, integrazione tra psiche, corpo, emozioni e spirito e capacità di modulare l'apertura e la strutturazione dei limiti nelle relazioni.

Questa edizione del laboratorio sarà focalizzata sul legame e l'interdipendenza tra la coscienza corporea, la violenza e la ricerca di possibilità alternative nella espressione dei propri bisogni e nella gestione dei conflitti e la bellezza, intesa come espressione armonica e libera della vita in tutte le sue forme.

Non sono necessarie particolari precedenti esperienze né competenze, ma solamente il desiderio di conoscersi e la disponibilità a mettersi in gioco.

Il lavoro sarà centrato su esperienze corporee in gruppo, con momenti di approfondimento individuale e di condivisione.

Presso Cubo - Mondo incantato, Via Zanardi 249 Bologna

venerdì dalle 19,00 alle 21,30 nelle seguenti date: 28/02, 7, 14, 28/03, 11/04

Gli incontri inizieranno puntuali, si chiede quindi di arrivare con alcuni minuti di anticipo.

Non è possibile partecipare a singoli incontri.

Costi: 150 €, 100 € per chi ha già partecipato ad una edizione precedente del laboratorio e per studenti.

Per partecipare è necessario iscriversi entro il 21 febbraio, compilando un modulo che verrà inviato per e-mail e versando l'intera quota di partecipazione o un acconto di 50 €

Per ulteriori informazioni e per iscrizioni pao.ballarin@gmail.com

E' necessario portare un proprio materassino da yoga o da ginnastica, una coperta e un cuscino, meglio se tipo da meditazione o comunque abbastanza spesso

Si consiglia un abbigliamento comodo (ad esempio una tuta da ginnastica)

Paolo Ballarin

Nato a Milano nel 1969, si laurea in psicologia clinica e di comunità a Padova nel 1993. Formato nell'orientamento psicocorporeo dal 1990, partecipando a workshop e programmi di formazione tra gli altri con A.Lowen, J.Liss, G.Downing, R.Hoffman, M.Stupiggia e K. Minton, si specializza in psicoterapia individuale e di gruppo presso IACP, Istituto dell' Approccio Centrato sulla Persona, fondato in Italia da Carl Rogers. Già docente di Psicoterapia di Gruppo per IACP, collabora con IPSO, Istituto di Psicologia Somatorelazionale, come docente nei corsi di formazione in Counseling somato-relazionale. Svolge attività privata di psicoterapia e conduce gruppi di crescita personale ad approccio psico-corporeo.

Co-presidente e operatore di Senza Violenza aps, per il contrasto della violenza di genere. Già direttore tecnico della Accademia di Aikido di Bologna, pratica Aikido Kobayashi ryu e Aikishintaiso da molti anni

<https://paoloballarin.com/paolo-ballarin/>