

Ciclo: Salute e benessere naturale a Casalecchio di Reno

Lunedì 17 maggio 2010, ore 20.30

Piazza delle Culture – Casa della Conoscenza

YOGA E PSICOLOGIA

Lucia Berardi illustra le componenti psicologiche meno note della diffusa disciplina orientale

Lunedì 17 maggio, alle ore 20.30, alla Casa della Conoscenza (Via Porrettana 360 – Casalecchio di Reno), penultimo incontro del ciclo che orienta i cittadini all'interno delle **medicines non convenzionali.**

Gli aspetti **più spirituali e meno fisici**, e per questo meno noti in Occidente, di una **millenaria pratica orientale**, pure molto diffusa nella nostra società, saranno al centro della conferenza **Yoga e psicologia**, che la psicologa **Lucia Berardi** condurrà **lunedì 17 maggio alle 20.30 in Piazza delle Culture**. Nell'immaginario della maggior parte di chi lo pratica in Occidente, lo *yoga* è spesso associato alle "posizioni" e agli esercizi di controllo del respiro, ovvero alle dimensioni più fisiche di questa dottrina di origine indiana. La **componente psicologica dello yoga**, molto meno nota, è invece di grandissimo interesse, soprattutto per i parallelismi che rivela con le **psicoterapie a mediazione corporea** di tradizione occidentale. Il **superamento della parola** come unico mezzo di guarigione psicologica, che si allarga a tecniche eterogenee di terapia, può così trovare utili spunti nelle diverse **pratiche ascetiche e meditative** che lo *yoga* ha definito, da millenni, nelle sue codificazioni classiche, poi variamente riprese dalle sue versioni contemporanee.

Lucia Berardi, psicologa ed esperta in psicoterapia a mediazione corporea, è da molti anni insegnante di *yoga*. Nel 1996 ha pubblicato per le edizioni Andromeda "Meditazioni come tecniche mentali e corporee". A Casalecchio di Reno, oltre a esercitare la professione, collabora con l'Associazione "Che la festa continui" offrendo gratuitamente corsi anti-stress per italiani e stranieri.

La conferenza chiude gli appuntamenti in Casa della Conoscenza della **decima edizione** del ciclo **Salute e benessere naturale a Casalecchio di Reno**, curato dalle associazioni *Il Fiore d'Oro* e *Il Senso della Vita* in collaborazione con l'Istituzione Casalecchio delle Culture. Lo scopo della rassegna, ormai tradizionale appuntamento casalecchiese in primavera e autunno, è **orientare il cittadino all'interno delle cosiddette medicine non convenzionali**, per favorire scelte consapevoli nel loro utilizzo.

A conclusione di questa edizione di *Salute e benessere naturale a Casalecchio di Reno*, è in programma un incontro straordinario **venerdì 28 maggio alle ore 20.30 in Casa della Solidarietà** (Via del Fanciullo, 6), con la conferenza **Guarire e portare amore nel rapporto di coppia** tenuta dallo psicoterapeuta francese **Gilles Placet**.

Ingresso libero. Per informazioni:

- Ass. "Il Fiore d'Oro" – Cell. 349.7591922 – www.ilfioredoro.org
- Ass. "Il Senso della Vita" – www.ilsensodellavita.info

Casalecchio di Reno – 14/05/2010

Massimiliano Rubbi
(Ufficio Stampa)

Casalecchio delle Culture

Ufficio Stampa e Relazioni Esterne

Massimiliano Rubbi

tel. 051.598268

cell. 338.2388080

email stampa@casalecchiodelleculture.it

web www.casalecchiodelleculture.it