

Bagno di suoni

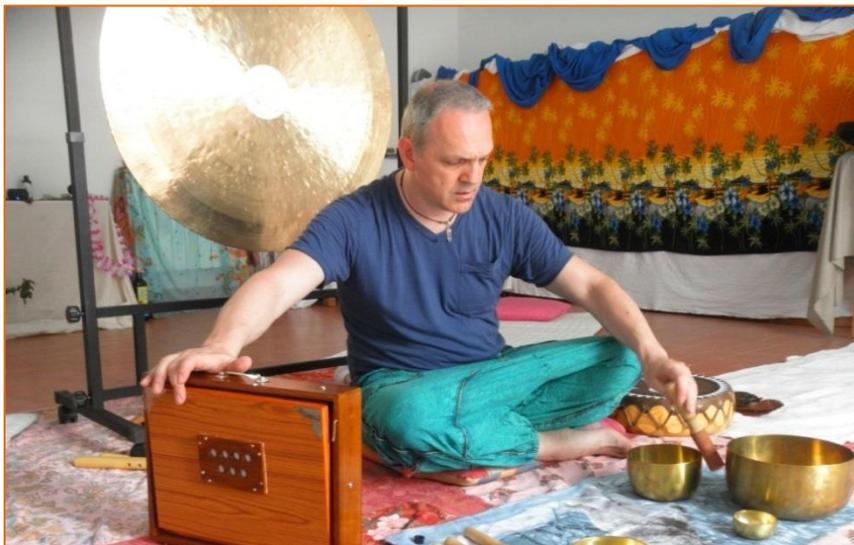
Il “**Bagno di suoni**” è un’esperienza di immersione totale in un campo energetico creato da suoni e vibrazioni.

L’esperienza inizia con una fase di rilassamento indotto da una meditazione guidata, prosegue con il bagno di suoni vero e proprio e termina con un ritorno graduale al momento presente, dove c’è spazio per una eventuale condivisione.

I partecipanti, preferibilmente sdraiati su tappetini, sono avvolti dai suoni prodotti da vari strumenti a fiato e a percussione, dal canto di overtones e mantra e soprattutto dalle intense sonorità del gong. La caratteristica del suo suono, ricco di armonici, e il suo potere vibrante hanno un effetto attivante, rigenerante, trasformativo.

Le vibrazioni che emana agiscono sul corpo fisico in ogni sua cellula, ma anche sui nostri 'corpi' più sottili: emotivo, mentale e spirituale.

Si risveglia un’intensa energia vitale, possono riemergere vissuti, sciogliersi tensioni ed emozioni cristallizzate per lasciare spazio a possibili intuizioni dai nostri livelli più profondi.



La serata sarà condotta da **Massimiliano Tosi**, terapeuta del suono ed esperto di shiatsu e massaggio hawaiano.

L’evento di Bagno di suoni avrà luogo a Milano, in via Cesare Balbo 10 (MM3- Porta Romana, linee 9, 90/91), nelle seguenti date:

- sabato 26 settembre ore 21 (evento aperto a tutti, **prenotazione necessaria**)
- domenica 27 settembre ore 9 (solo per i partecipanti al corso di massaggio hawaiano)

Per informazioni e prenotazioni: **Apeksha Enrica Dubini**, tel. 02-5469907, 335-6639834
www.untoccodalcuore.com; e-mail: enrica.dubini@alice.it