

LE TEMPESTE DELLA PSICHE:

**COME NON ESSERNE TRAVOLTI E COME DISTRICARSI FRA PENSIERI
INVASIVI ED EMOZIONI PERTURBANTI**

**Incontro teorico-pratico
rivolto a tutti gli amanti delle discipline Orientali
tenuto da:**

Marilia Albanese

Venerdì 18 Marzo 2016

18:00 / 20:00 - 20:15 / 21:30

CENTRO IACMA

VIA SONVICO 9 (zona Resega - Cinestar) – LUGANO

Quando i pensieri sfuggono al nostro controllo e ci dominano trascinandoci in gorgi dolorosi, possono aiutarci alcuni spunti che vengono dal mondo indiano. Nell'ambito hindu e in quello buddhista lo studio della struttura della mente e dei suoi meccanismi si è sempre accompagnato a precise indicazioni su come intervenire per disciplinare il mentale e contenere le emozioni, nel tentativo di padroneggiare meglio il tumultuoso mondo psichico che ci condiziona nostro malgrado. Una maggiore consapevolezza e presenza di spirito raffinano la conoscenza del proprio universo interiore, svelando i molti "io" che lo abitano: non siamo "tutti d'un pezzo", siamo "tutti di pezzi".

**La conferenza sarà seguita da un laboratorio esperienziale di pratica
Yoga guidato da Anna Fioravera (www.corsiyoga.ch)**

PER ISCRIZIONI ED INFORMAZIONI

COORDINATORI
M° ISIDORO LI PIRA
ANNA FIORAVERA

TELEFONI
+41 79 409 52 94
+ 41 79 799 04 01

ISCRIZIONI
EMAIL: SEGRETERIA@IACMA.COM
WEB : WWW.IACMA.COM

Marilia Albanese

Laureata con lode in Sanscrito e Indologia e diplomata in Hindi e Cultura Indiana. Insegna Arte Scenica Indiana alla facoltà di Tradizioni Musicali Extra-europee del conservatorio di Vicenza. È direttore scientifico di Asia Teatro, primo sito e rivista "on-line" in lingua italiana sui teatri asiatici. È uno dei maggiori esperti a livello Internazionale di cultura indiana e del sud-est asiatico e autrice di articoli, saggi e libri.

Quote di iscrizione :

Tesserati iacma: Chf. 50.00

Non tesserati: Chf. 60.00

FORMULARIO DI ISCRIZIONE INDIVIDUALE

COMPILARE IN STAMPATELLO E CONSEGNARE UNITAMENTE ALLA QUOTA DI ISCRIZIONE ENTRO

IL 15 MARZO 2016

NOMINATIVO:

TELEFONO:EMAIL:.....

VERSAMENTO:

CONTANTE

BONIFICO

CCP: IACMA Istituto Accademico Arti Marziali Cinesi – Via Sonvico 9 6952 Canobbio

Iban: CH94 0900 0000 8431 9113 0

BIC: POFICHBEXXX