

**RIPRENDI IL TUO POTERE,
I TUOI SOGNI E
LA TUA LIBERTA'**



BELLINZONA
c/o Centro Spazio Aperto
domenica 21 febbraio 2016
dalle 09.30 alle 17.00

“Riconosci il tuo lato oscuro e impara ad amarlo, fallo diventare parte della tua vita e smetterai di soffrire, di nasconderti a te stesso e al resto del mondo” Debbi Ford

Il processo “dell’ombra” permette di vedere l’altra persona come lo specchio di noi stessi.

Deepak Chopra descrive meravigliosamente questo processo: l’illuminazione avviene quando abbracciamo la luce e l’ombra dentro di noi, non dice quando noi diventiamo la luce, ma quando abbracciamo e accettiamo entrambi questi lati di noi, a quel punto siamo in pace, e accettiamo il lato spirituale e il lato umano come due parti di un’unica cosa. Come Spirito siamo perfetti, come essere umani siamo sempre nella polarità dello Yin e Yang. Guardando il simbolo dello Yin e Yang, nell’oscurità c’è la luce e nella luce c’è un punto di oscurità, e questo rappresenta noi.

Quando lo Yin e lo Yang si abbracciano l’un l’altro allora diventa il Tao, il Tao è Uno. Quando smettiamo di combattere con le nostre ombre allora c’è di nuovo l’Unità.

Conduce: MONICA MENGHETTI

Contributo per la partecipazione fr. 60.-

Per info e iscrizioni: ilfarodelbenessere@hotmail.com o +41 (0)79 742 50 20

IL FARO DEL BENESSERE / Piazza Indipendenza 6 / 6500 Bellinzona