



La via delle perline

Condotta da Simona Consonni Bianchi

Seminario per migliorare la vista secondo il metodo sviluppato da Willi Maurer.

Un seminario per prendere coscienza dei fattori che impediscono una vista ottimale

Per scoprire le possibilità di vedere in modi diversi e quindi poter scegliere quello migliore per se.

Utilizziamo "la doppia corda di perline", uno strumento ideato e realizzato da Willi Maurer; riceverete le indicazioni per poter fare esercizi individualizzati e modificare o ampliare il vostro modo di vedere, per trovare una buona centratura psicofisica ed aprirvi a nuovi orizzonti, sempre utile anche se avete una vista "normale".

Sabato 6 e domenica 7 maggio 2017 - ore 9:30 - 12.00 - 14:00-16:30

Studio di terapie naturali - Via al Chioso 3 - 6900 Lugano - Cassarate

Costo: Fr 270.-- / € a persona, corda di perline inclusa

Massimo 8 partecipanti

Iscrizioni: simoconsonni@yahoo.it , +41 79 692 65 87, entro il 17.03.2017

L'esplorazione della propria modalità visiva spesso libera anche da schemi comportamentali, dipendenti dalla psiche, che a loro volta influenzano la percezione.

La catena di perline è uno strumento che da un feedback visivo immediato sul tipo e la qualità della vista.

Basta lasciar scorrere lo sguardo lungo la fila di perline e "passeggiare" per così dire con gli occhi lungo la riga di perline, mettendo a fuoco via via, in soluzione di continuità, dalla perlina più distante fino a quella giusto davanti alla punta del naso.

All'inizio chi soffre di deficit visivi trova questo esercizio enormemente impegnativo e faticoso, esso infatti provoca lo stiramento di quei muscoli oculari che, a seguito della limitazione visiva, hanno perduto elasticità, oppure sono contratti.

Grazie all'esercizio di stiramento e rilasciamento essi recuperano piena libertà di movimento, come succede ai muscoli scheletrici, che si sono irrigiditi dopo essere stati usati per anni in modo unilaterale. È importante per non provocare un ulteriore irrigidimento, interrompere di frequente queste passeggiate con esercizi di rilassamento che verranno proposti durante il seminario.

Simona Consonni Bianchi, terapeuta, gennaio 2017