

# Le Serate del Benessere

L'energia in tutte le sue forme



**Per creare benessere e dare valore alla propria essenza, scopriremo insieme come utilizzare l'energia in tutte le sue forme e migliorare concretamente il nostro equilibrio quotidiano.**

**Aprire i nostri orizzonti ad argomenti affascinanti, legati al mondo energetico, sarà utile e piacevole grazie alle Serate del Benessere, un viaggio dinamico ed interattivo fatto di serate esperienziali, conferenze brevi e mini-seminari su argomenti mirati, per tutti i livelli di esperienza e per tutte le età.**

**Presso "Essenza & Benessere", via Roma 2/A ASSAGO (MI)**



**Giovedì 27 aprile, h 20,50.** La tecnica del REIKI, energia di guarigione fisica e spirituale. Cos'è, come si usa, come impararla, a cosa serve. Serata dinamica con possibilità di sperimentarla personalmente in modo piacevole. Salute – reiki – guarigione.



**Giovedì 11 maggio, h 20,50.** L'energia dei CRISTALLI: nati in seno alla Terra, i cristalli incorporano l'energia e la sapienza di milioni di anni. Sentiremo e scopriremo in modo pratico le frequenze delle pietre con un esercizio di riequilibrio energetico dei chakra. Cristalli – riequilibrio dei chakra con le pietre – benessere fisico e mentale



**Giovedì 25 maggio, h 20,50.** Le VITE PRECEDENTI: conferenza breve interattiva sulle vite precedenti e sui legami karmici tra familiari, amici e "nemici" ai quali sentiamo di essere legati da sempre, spesso in modo inspiegabile. E' facile ricordare le vite passate e perché può essere utile per sciogliere i vecchi traumi. Vite precedenti – guarire il karma – l'anima non muore



**Giovedì 8 giugno, h 20,50.** Entriamo in contatto con l'energia familiare per conoscere la sua forza, il suo sostegno ma anche per prendere le distanze dai "pesi", consci ed inconsapevoli, che abbiamo ereditato. Introduzione dinamica alle Costellazioni Familiari, con esercizi di connessione alle nostre radici e benedizione. Eredità energetica – benedizione dei nostri antenati – costellazioni familiari .



**Giovedì 22 giugno, h 20,50.** Esercizi dinamici di Bioenergetica per scoprire ed usare la nostra energia vitale, valutarne lo stato e la forza, rinforzare il nostro campo energetico e creare un bozzolo di protezione per "prendere le distanze" verso situazioni, relazioni, eventi pesanti che patiamo per troppa sensibilità o eccessiva empatia. Benessere psicofisico – riequilibrio bioenergetico – aura

*... ci rivediamo a settembre, con altre date a calendario!*

**Relatrice: Dott.ssa Alba D'Agostino**



#### **INFO E ISCRIZIONI:**

- **Alba D'Agostino, 339/58.10.708**  
**www.nonsoloreiki.it - info@nonsoloreiki.it**
- **Alessia Abbiati, Essenza e Benessere 02/4884.4524**

*Chi è la Relatrice Alba D'Agostino: operatrice olistica certificata, Reikologa, attualmente Docente ASI Nazionale e insegnante di Reiki metodo Usui dal 2009. Docente Reiki Komyo, Reiki Giapponese, Reiki "la Via del Reiki", Reiki Karuna. Insegnante di Bioenergetica. Lettrice Akashica dal 2010. Docente e operatore Massaggio Metamorfo e Allineatore Allineamento Armonico® dal 2016.*

*Ipnologa Regressore alle vite precedenti e Ipnologa Terapia del dolore dal 2017. Master Campane Tibetane dal 2018. Master in Cristallogia e Costellatrice Familiare dal 2019.*

*Laurea quinquennale specialistica in Scienze della Comunicazione nel 2000, esperienza aziendale decennale nel settore della comunicazione e del marketing. Ex formatrice presso IED, Istituto Europeo del Design. Consulente ambito Comunicazione. Autrice.*

*Essenza e Benessere*

Via Roma 2/A, ASSAGO (MI)