

LA SPIRITUALITA' DEL CORPO

*Un viaggio alla scoperta di sé
attraverso la consapevolezza corporea*

5 - 6 - 7 Giugno

Monastero Fonte Avellana

*“Per ritrovare la propria grazia
occorre sapere dove la si è persa”*

Un seminario intensivo di movimento bioenergetico per tornare a sentire il corpo come guida, spazio sacro e radice del proprio essere. Due giorni per riconnettersi, liberare energia bloccata e riscoprire autenticità e presenza.

Conducono:

Filippo Mondini - Psicologo Psicoterapeuta

Iacopo Curzi - Psicologo

Info e iscrizioni: 3337322892 mondinifilippo@gmail.com

La Spiritualità del Corpo

Intensivo di Movimento | 5-6-7 giugno 2026

Monastero di Fonte Avellana (PU)

“Per ritrovare la propria grazia occorre sapere dove la si è persa.”

Viviamo spesso divisi tra mente e corpo, assorbiti dal fare e scollegati dal sentire. In questa condizione di separazione perdiamo gradualmente la capacità di ascoltarci davvero. Il corpo — che dovrebbe essere guida, radicamento e tempio — diventa uno spazio silenzioso e contratto.

Il seminario intensivo *La spiritualità del corpo* nasce dal desiderio di riavvicinarsi a quella dimensione intima e vitale che il corpo custodisce. Tre giorni di pratiche esperienziali guidate dal movimento, per esplorare le tensioni più profonde, liberare l'energia bloccata e riconnettersi con la propria autenticità.

Un percorso attraverso il corpo per tornare a sé

La spiritualità non è necessariamente altrove: è nelle sensazioni, nel respiro, nei gesti più sottili. In questo lavoro intensivo ci muoveremo dal mentale al corporeo, per incontrare ciò che è vivo dentro di noi — emozioni inascoltate, memorie sedimentate, desideri sopiti.

Attraverso esercizi individuali e di gruppo, momenti di condivisione e spazi di silenzio, il corpo torna a essere uno strumento di consapevolezza e trasformazione. L'obiettivo non è “aggiustare” qualcosa, ma ritrovare la propria grazia: quella qualità profonda che nasce dal sentirsi presenti, integri e connessi.

Il contesto: il Monastero di Fonte Avellana

Immerso nella quiete dell'Appennino marchigiano, il Monastero di Fonte Avellana offre un ambiente raccolto ed essenziale, ideale per il raccoglimento e l'ascolto interiore. Un luogo in cui il tempo rallenta e il corpo può finalmente respirare.


A chi è rivolto


Il seminario è aperto a tutti, anche a chi non ha precedenti esperienze di lavoro corporeo. È pensato per chi sente il bisogno di rallentare, ritrovare stabilità, sciogliere tensioni e riconnettersi a una dimensione più autentica e vitale di sé.


Conducono


Filippo Mondini – Psicologo, psicoterapeuta


Iacopo Curzi – Psicologo

 Luogo: Monastero di Fonte Avellana (PU)

 Date: 5-6-7 Giugno

 Termine iscrizioni: lunedì 1 giugno

 Contatti: 333 7322892

 Email: mondinifilippo@gmail.com