



**Centro Berne**  
L'Analisi Transazionale Relazionale

## ***L'ARTE DEL LASCIAR ANDARE***

**WORKSHOP CONDOTTO DALLA DOTT.SSA NADIA ROTELLI**

*“Il fiume della vita scorre  
tra le sponde del dolore e del piacere.  
Il problema sorge solo  
quando la mente rifiuta di fluire con la vita  
e si arena sulle sponde.  
Per fluire intendo l'accettazione:  
accogliere ciò che viene e lasciare ciò che va.  
Non desiderare, non temere, osserva il presente,  
come e quando accade,  
perché tu non sei ciò che accade  
ma colui al quale accade.”*

*Sri Nisargadatta Maharaj*

**A volte spendiamo così tante energie per sopportare certe situazioni credendo di essere forti, quando invece la scelta più coraggiosa che possiamo fare è proprio quella di lasciar andare.**

**Molto spesso ciò che ci impedisce di compiere determinati gesti, è il vuoto emotivo in cui ci troviamo, ma è proprio da lì che nuova luce può filtrare nella nostra vita.**

**Obiettivo di questa giornata è ascoltare e respirare dentro il fluire del presente.**

**IL WORKSHOP SI TERRA' PRESSO IL CENTRO BERNE,  
PIAZZA VESUVIO 19 – MILANO,  
SABATO 25 MARZO 2017  
DALLE ORE 10,00 ALLE ORE 18,00**

**PREZZO: € 80,00**

**(metà all'iscrizione e saldo entro 10 giorni dalla data del workshop)**

**PER STUDENTI E LAUREANDI IN PSICOLOGIA O MEDICINA: € 30,00**

**LE ISCRIZIONI SI CHIUDERANNO IL 15/03/2017**