



Quase uma centena de pessoas participou esta terça-feira, na Palestra “Bioenergias”, proferida por Francisco Ávila, na Biblioteca da Madalena.

Assumindo-se como um espaço de reflexão sobre esta área central da conscienciologia, o evento permitiu analisar a importância do autocontrolo energético nas interações humanas e na promoção da saúde holossomática.

Ao longo do encontro foram ainda realizados diversos exercícios bioenergéticos, reduzindo tensões, de forma a estimular a vitalidade, a autoconsciência e autoexpressão, promovendo um reencontro do indivíduo com o seu próprio corpo, de modo a desfrutar inteiramente da vida existente nele.

