



El Grupo de Mujeres del Municipio
de Elburgo

Te invita a acudir a la

Charla

"Lo que mueve tu cuerpo"



Impartida por Ruth Baier

Jueves 12 de febrero a las 19:00hrs

Ayuntamiento de Elburgo

Otsailak 12, osteguna, 19:00etan

Burgeluko Udaletxean

Tu cuerpo quiere que seas feliz

Por eso te habla

¿Quieres saber cómo se expresa?

¿Quieres aprender a entenderlo?

Ruth Baier

Nació en Hamburgo (Alemania) en 1961. Estudió Filología Hispánica, y posteriormente se diplomó en fisioterapia. Es profesora de yoga y terapeuta sicocorporal, y trabaja como periodista y autora en diferentes publicaciones tanto alemanas como españolas, actividad que combina con conferencias y talleres.

Lo que mueve tu cuerpo, editado por la propia autora, es un libro de salud innovador que combina:

- Aspectos apasionantes de la vida de nuestro organismo.
- La anatomía básica del aparato locomotor y sus lesiones más frecuentes.
- La interpretación de las emociones reprimidas que se muestran por medio del dolor.
- Ejercicios terapéuticos recogidos de una gran variedad de enfoques.

"Lo que mueve el cuerpo es el deseo. Cuando buscamos el pecho materno que huele tan bien, cuando extendemos la mano para alcanzar esa cosa que brilla, cuando corremos hacia el ser querido que nos llama.

Nuestro cuerpo descubre el mundo mediante los sentidos. A la vez, graba todas las experiencias en algún rincón para que puedan guiarlo en su camino. Pero hay experiencias que, en algún momento, ponen limitaciones. Hablan con la voz del dolor. Representan aquellas vivencias que quieren soltarse, pero que no se dejan. Puede que sólo quieran dar aviso de que están ahí o que, desesperadas por llevar demasiado tiempo encerradas, hayan empezado a causar daño en alguna parte. Y pinchan. Y retumban. Y cortan. El aparato locomotor refleja de manera inmediata cómo nos movemos por la vida. El esqueleto representa nuestro núcleo firme y estable, las articulaciones expresan la coherencia del Yo y los músculos contienen el ser y lo relacionan con su entorno. Todos ellos tienen un lenguaje propio, y anhelan que seamos felices."

Ruth Baier

Organiza:



**Grupo de Mujeres del
Municipio de Elburgo**

Con la colaboración de:



**Ayuntamiento de Elburgo
Burgeluko Udala**



**Arabako Foru Aldundia
Diputación Foral de Álava**