

Silvia

La testimonianza di Silvia

Il **corso Pnemed** è stata una bellissima opportunità per esplorare parti più intime di me e al tempo stesso sperimentare la bellezza di dividerlo con le compagne di viaggio accompagnate dalla guida appassionata di **Emanuela**.

Mi è piaciuta molto la possibilità di vedere la **connessione tra corpo e mente** dal punto di vista biologico, filosofico e di meditazione: realizzare che piano piano questi sono diventati spunti molto pratici da applicare nella vita di tutti i giorni è stata un'ulteriore gratificante scoperta!