



SHANTI

ESTATE 2023

SWAMI SHIVASATI SARASWATI (MIRA SERRA)

Via Centrale 61 Fraz. S. Giovanni Castellamonte Tel. 0124.581094 Cell. 348.4502600

www.lordsadashiva.it - e-mail: shanti.mira@libero.it

Cari amici, gentili amiche,

questo calendario inizia, a maggio, con "Anahata chakra", della serie "Le sette stelle", ciclo di seminari che raccomando a tutti di fare, e anche di rifare, perché, lavorando due giorni su ogni chakra, va a toccare tutti gli aspetti della nostra vita portando grandi benefici e maggiore equilibrio su ognuno degli aspetti stessi. Il chakra del cuore, in particolare, rappresenta il collegamento fra i chakra superiori e quelli inferiori, l'equilibrio e la guarigione. Sempre a maggio, ci sarà "Il Mondo di Mezzo", che è possibile frequentare avendo fatto i due primi seminari di sciamanesimo: quando si parla di Mondo di Mezzo, ci si riferisce alla realtà non ordinaria del mondo in cui viviamo, la quale si trova sullo stesso piano della nostra realtà fisica, ma in quello che i Celti chiamavano l'Altro Mondo. Ci sarà anche una serata che è accessibile a tutti, per onorare l'elemento acqua. A giugno trovate i corsi di Swami Gurupuja, uno della durata di un giorno, che si terrà a Strambino, "I componenti della mente", e verterà sui vari aspetti della mente secondo lo Yoga Sutra di Patanjali e le Upanishad. L'altro, "Vijana Bhairava Tantra", derivato da un antico testo tantrico, si svolgerà in ashram, a villa San Secondo, e avrà la durata di due giorni. All'inizio di giugno è in programma anche "Nascere e rinascere", una giornata dedicata all'evento nascita, aperta a tutti quelli che hanno fatto il seminario. Infine a luglio ci saranno i festeggiamenti di Gurupurnima, per tutti i Guru, tutti i Maestri, di tutte le tradizioni. Grazie molte per la vostra attenzione..

Mira

Controlla la tua asana, la tua mente e il tuo corpo, solo così potrai attraversare l'oceano di questo mondo.

Sri Babaji

CALENDARIO DEI SEMINARI E DEGLI INCONTRI

MAGGIO

6 e 7, sabato e domenica
LE SETTE STELLE
ANAHATA CHAKRA
STRAMBINO

11, giovedì sera
SCUOLA BHOLE BABA
Gruppo Herakhandeswari

13 e 14, sabato e domenica
CORSO YOGA
INSEGNANTI
STRAMBINO

17, mercoledì sera
SCUOLA BHOLE BABA
Gruppo Ganesh

20 e 21, sabato e
domenica
LE REALTA' NON
ORDINARIE
IL MONDO DI MEZZO
STRAMBINO

26, venerdì sera
CERIMONIA PER
L'ACQUA.
STRAMBINO

GIUGNO

4, domenica
NASCERE E RINASCERE
Giornata dedicata
all'evento nascita.
STRAMBINO

15, giovedì
I COMPONENTI DELLA
MENTE
Swami Gurupuja
Saraswati
STRAMBINO

17 e 18, sabato e
domenica
VIJNANA BHAIRAVA
TANTRA
Swami Gurupuja
Saraswati
VILLA SAN SECONDO

LUGLIO

1 luglio, sabato
GURUPURNIMA
STRAMBINO

AGOSTO

Dalla sera di venerdì 18
a mercoledì 23
Ritiro della scuola
Bhole Baba
VILLA SAN SECONDO

DESCRIZIONE DEGLI EVENTI

I COMPONENTI DELLA MENTE - Swami Gurupuja Saraswati

La mente è un quantum di energia che ha una sua funzione all'interno di noi. E' la consapevolezza di essere una creatura individuale, ed è presente in ogni essere. Al di sopra della funzione mentale e logica, esiste una mente cosmica che è di natura pura, costante e integrata. Nello yoga si tende a giungere ad un ritiro della mente dai sensi, e alla connessione di questa con la mente cosmica, attraverso pratiche di Dharana.

In questo incontro conosceremo i componenti della mente secondo lo Yoga Sutra di Patanjali e le Upanishads. Verranno incluse pratiche di Dharana con l'uso degli spazi interiori, dei tattwa, del sole, l'uso dei mantra e del simbolo psichico per l'espansione della mente.

VIJNANA BHAIRAVA TANTRA - Swami Gurupuja Saraswati

Il Vijnana Bhairava Tantra è un testo tantrico fondamentale della tradizione Shaiva, che include pratiche per l'espansione della mente, molte delle quali sono insegnate anche nello yoga. Yoga e Tantra non sono poi così diversi, in quanto sono entrambi sistemi che influenzano tutte le dimensioni dell'essere umano: dimensione fisica, mentale, psichica e spirituale. Le pratiche del Vijnana Bhairava Tantra sono metodi altamente evoluti di conoscenza interiore e dharana. Lavorano sul prana, sui chakra e sulla qualità della percezione. Questo può darci una visione più equilibrata ed armoniosa di tutte le cose. L'obiettivo delle pratiche è consapevolezza e l'accesso alla pura conoscenza.

NASCERE E RINASCERE

Giornata dedicata all'approfondimento del lavoro svolto nel seminario che ha per argomento la nascita. Integrare quello che viene chiamato lo schema di nascita è fondamentale, perché questo schema, il periodo che va dal concepimento ai tre anni circa, risulta essere la base della nostra esistenza. Possiamo pensare alla nascita come a un seme e alla vita come all'albero originato dal seme in questione, quindi sembra essere evidente che più lavoriamo sull'argomento nascita, meglio è.

LE SETTE STELLE. ANAHATA CHAKRA

Il quarto chakra si concentra sui temi dell'amore incondizionato e sulla compassione, oltre che sull'elemento aria. L'amore qui è percepito come una condizione dell'essere che parte dal centro e si irradia all'esterno, verso tutto ciò che incontra. Rappresenta anche l'equilibrio e l'armonia: quando entriamo davvero in armonia con noi stessi, con le nostre relazioni e con tutto quello che circonda è inevitabile entrare in uno stato profondo di serenità e di pace. Essendo in equilibrio è più facile per noi aprirci alla compassione e all'amore e sentire un senso di unione con tutto, pur rimanendo completamente centrati. Il quarto chakra, in mezzo ai chakra inferiori e a quelli superiori, rappresenta l'integrazione fra il mondo della materia e quello dello spirito.

LE REALTA' NON ORDINARIE

Lo sciamanesimo è una pratica spirituale molto antica, conosciuta in varie parti del mondo. Sebbene la parola "sciamano" sia un termine siberiano che designa un guaritore spirituale, lo sciamanismo è stato praticato anche in Asia, Europa, Africa, Australia, Groenlandia, Nord e Sud America. Uno degli aspetti più interessanti del viaggio sciamanico è il principio della rivelazione diretta. La pratica di questo viaggio ci aiuta a superare il veli che separano il mondo visibile da quello invisibile e ad accedere ad informazioni che possono aiutarci in vari settori. Lo sciamanesimo ci insegna che tutto ciò che esiste è vivo ed ha uno spirito, e che siamo uniti alla terra e a tutte le forme di vita attraverso un legame spirituale. Come la fisica quantistica descrive un campo di energia attraverso cui tutti gli aspetti della realtà sono interconnessi e il tantra parla della Madre Shakti, così lo sciamanesimo parla di una rete vitale che connette qualsiasi cosa. Molti di noi sono spinti da un profondo desiderio di sperimentare nuovamente l'unità e superare il senso di isolamento. Durante i viaggi si fa esperienza diretta di comunicazione con tutte le forme della natura e della grande rete della vita.

GURUPURNIMA

E' una festa tradizionale di indiani e nepalesi, e la troviamo il giorno della luna piena (purnima) del mese di luglio. I festeggiati sono i Maestri spirituali, i Guru, tutti i Maestri, di qualsiasi tradizione, perché si dice che senza di loro sarebbe davvero impossibile la liberazione.

LEZIONI DI YOGA

STRAMBINO - Lunedì dalle 11 alle 12,30
Mercoledì dalle 19,00 alle 20,30

CIGLIANO - Lunedì dalle 18 alle 19,30
Lunedì dalle 21 alle 22,30

SAN GIORGIO - Lunedì dalle 19,15 alle 20,45.

CALENDARIO DELLE LUNE 2023

GENNAIO	7 - 21	APRILE	6 - 20	LUGLIO	3 - 17	OTTOBRE	14 - 28
FEBBRAIO	5 - 20	MAGGIO	5 - 19	AGOSTO	1 - 16 - 31	NOVEMBRE	13 - 27
MARZO	7 - 21	GIUGNO	4 - 18	SETTEMBRE	15 - 29	DICEMBRE	13 - 27