



SHANTI

ESTATE 2024

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,

vi mando il notiziario dell'estate, che inizia con una domenica pomeriggio dedicata al Bagno di Gong. L'immersione nelle vibrazioni del suono dei gong è un momento davvero speciale, direi quasi magico, che ha la facoltà di raggiungere tutte le cellule del corpo e, gradualmente, riportarle in equilibrio. Ci saranno due bagni di gong, in questo calendario, uno ad inizio maggio e uno verso fine giugno. Seguirà il seminario che riguarda ajna chakra, della serie "Le sette stelle": questo chakra rappresenta, fra le altre cose, la mente, l'intuizione e gli stati più sottili della visione. Ancora a maggio il seminario sciamanico "Spiriti di Natura", per poter entrare in contatto con la parte più sottile del mondo naturale: questo seminario è accessibile a chi abbia frequentato il Mondo di Mezzo. A giugno avremo le "Costellazioni familiari spirituali", per una migliore comprensione delle nostre relazioni e delle nostre esperienze di vita, e una giornata dedicata al Reiki Chiara Luce, in cui potremo fare e ricevere trattamenti reiki ed avere nuove informazioni che possano rendere i nostri trattamenti sempre più funzionali. Questa giornata è aperta a tutti i livelli del Reiki Chiara Luce.

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.

SHRI BABAJI

CALENDARIO DEI SEMINARI E DEGLI INCONTRI

MAGGIO

1, mercoledì
BAGNO DI GONG
STRAMBINO

4 e 5, sabato e domenica
LE SETTE STELLE
AJNA CHAKRA
STRAMBINO

11 e 12, sabato e domenica
LE REALTA' NON
ORDINARIE
SPIRITI DI NATURA
STRAMBINO

14, martedì sera
SCUOLA BHOLE BABA
Gruppo Hairakhan Baba

15, mercoledì sera
SCUOLA BHOLE BABA
Gruppo Ganesh

18 e 19, sabato e domenica
CORSO YOGA
INSEGNANTI
STRAMBINO

GIUGNO

2, domenica
COSTELLAZIONI
FAMILIARI SPIRITUALI
STRAMBINO

4, martedì sera
SCUOLA BHOLE BABA
Gruppo Hairakhan Baba

5, mercoledì sera
SCUOLA BHOLE BABA
Gruppo Ganesh

9, domenica
ENERGIA E BENESSERE
Giornata dedicata al Reiki
Chiara Luce.
STRAMBINO

23, domenica
BAGNO DI GONG
STRAMBINO

LUGLIO

21 luglio, domenica sera
GURUPURNIMA
STRAMBINO

AGOSTO

Dalla sera di venerdì 16 a
mercoledì 21
Ritiro della scuola Bhole
Baba
VILLA SAN SECONDO

DESCRIZIONE DEGLI EVENTI

BAGNO DI GONG

E' un pomeriggio dedicato ad un'immersione nei suoni, dei Gong, per l'appunto. E' un'esperienza profonda e avvolgente, in cui le intense vibrazioni sonore del Gong attraversano il corpo fisico per raggiungere i suoi strati più profondi, favorendo sia i processi di rigenerazione che un profondo stato di rilassamento. Tutte le cellule del corpo verranno stimulate da questo bagno nei suoni, allo scopo di riportarle in uno stato di equilibrio e di armonia con tutto il resto dell'organismo e da questo ne deriva la sensazione di leggerezza e benessere che si prova alla fine della pratica. Il bagno di gong agisce sul corpo fisico, ma anche sui corpi più sottili, portando effetti benefici a livello mentale, emotivo e spirituale, effetti che si possono apprezzare anche nei giorni successivi all'esperienza.

LE SETTE STELLE. AJNA CHAKRA.

I sette chakra sono centri di energia situati lungo la colonna vertebrale e che hanno delle corrispondenze sul corpo fisico, pur appartenendo ai corpi sottili. Chakra significa ruota o disco e indica dell'energia che ruota, a somiglianza di un vortice. Questi sette centri di energia riflettono anche tutti gli aspetti della nostra esistenza: dalla sopravvivenza ai sentimenti ed emozioni, al potere personale e l'amore incondizionato, dalla comunicazione e creatività, al pensiero e l'immaginazione e la spiritualità. Se un chakra è fuori equilibrio ha un funzionamento alterato e alterati ne risultano anche gli aspetti corrispondenti. In questi sette seminari si prendono in esame tutti gli aspetti e anche il modo per riequilibrare e far funzionare al meglio l'intero sistema. La tecnica di Vivation viene utilizzata per integrare il materiale che emerge.

Ajna chakra rappresenta la mente e l'immaginazione. E' anche noto come terzo occhio ed è il centro della visione e dell'intuizione, il posto dove abbiamo i nostri ricordi, percepiamo i sogni e immaginiamo il nostro futuro. E' associato alle capacità psichiche e intuitive, soprattutto alla capacità di vedere chiaro attraverso i limiti di spazio e tempo e di percepire gli schemi di energia. Tutti noi abbiamo e usiamo l'intuizione nell'ambito della nostra vita quotidiana e tutti noi siamo in grado di aumentare le nostre capacità intuitive.

SPIRITI DI NATURA.

Seminario della serie sciamanica, finalizzato ad entrare in contatto con gli spiriti di natura e con gli elementi, poiché tutte le cose create sono dotate di coscienza e vita, e l'essere umano è interconnesso con tutto il resto dell'universo. Il Mondo di Mezzo è il luogo in cui lo sciamano comunica con l'aspetto spirituale della terra, degli alberi, delle piante, delle rocce e degli animali del nostro pianeta. E con il popolo nascosto che si prende cura della terra.

COSTELLAZIONI FAMILIARI SPIRITUALI.

Partecipare a una costellazione familiare è un'occasione preziosa per andare oltre la percezione ordinaria della realtà e avviare un moto di riconciliazione con la vita, che passa dal riconoscimento di sé e del sistema familiare di appartenenza.

La costellazione familiare spirituale avviene in uno spazio sacro dove, in assenza di giudizio, emergono le reali forze in gioco che regolano la nostra esistenza. Averne consapevolezza potrà aiutare a ritrovare la giusta collocazione di sé nel sistema di cui si fa parte e dare il via al 'movimento dell'anima' verso un pieno e consapevole SI alla vita. In una costellazione è possibile affrontare una tematica più o meno ricorrente che impedisce di vivere in un fluire gioioso e libero da condizionamenti. Costellando si aprono le porte a una nuova consapevolezza con cui possiamo vedere oltre le dinamiche e i comportamenti che individuiamo razionalmente. Con l'ausilio di rappresentanti che 'risuoneranno' con gli appartenenti al nostro sistema familiare e che sveleranno ciò che spiritualmente muove, e ha mosso in precedenza, tutto il nostro sistema, possiamo risanare i disordini emotivi e relazionali che ci bloccano nella vita, così da poterne cambiare il corso.

ENERGIA E BENESSERE.

Giornata interamente dedicata al Reiki, con momenti di apprendimento di nuove tecniche e momenti dedicati al nostro rilassamento e al nostro benessere. Una pausa apportatrice di nuove energie all'inizio dell'estate. Un momento per fare dei trattamenti e riceverne. Aperto a tutti i livelli e a tutti quelli che hanno avuto almeno una integrazione al Reiki Chiara Luce.

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.

CONDIVISIONI - IL MONDO DI SOPRA

Sono passati più di dieci anni da quando, grazie a Mira, ho conosciuto il mondo sciamanico. L'incontro con i miei animali di potere mi ha aiutata nel percorso di crescita personale, soprattutto nei momenti più difficoltosi ed emotivamente impegnativi. Negli ormai numerosi viaggi talora è stato facile avvicinare questi mondi, talaltra piuttosto difficile. Spesso non sono riuscita a liberarmi delle aspettative, a lasciare che tutto accadesse, senza interferire troppo con la mente. Piano piano però sono migliorata ed ogni volta ho fatto un passetto più avanti. È così accaduto che nell'ultimo seminario, quello del Mondo di Sopra, là dove si possono incontrare gli Esseri Spirituali, i Maestri, mi sia capitata una bellissima esperienza. Iniziato il viaggio, guidata dal ritmo del tamburo, sono riuscita ad arrivare in quel mondo lattiginoso ed evanescente che è il Mondo di Sopra. Subito mi è sembrato di essere finita in un posto desolato, senza contorni ben definiti, circondata dal nulla. Poi quasi all'improvviso è apparsa una figura colorata, vestita di colore rosso, di vari rossi diversi, immensa, altissima, ed io piccolissima, quasi una formica al confronto, La guardavo e la sentivo irraggiungibile. Ma poi la Presenza Divina, la Madre, si è abbassata fino ad arrivare al mio livello. Allora mi sono sentita accolta, accudita, curata; qualcosa è accaduto a livello della mente, l'ho sentita più libera e fresca, trasformata. Nei due, tre giorni successivi ho continuato a sentire una sensazione di leggerezza ed insieme di stabilità, una sensazione di vuoto ed insieme di pienezza. Ed ora porto nel cuore tanta gratitudine.

Rita

LEZIONI DI YOGA

STRAMBINO - Lunedì dalle 11 alle 12,30 Martedì dalle 18 alle 19,30

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 2024

GENNAIO	11 - 25	APRILE	8 - 24	LUGLIO	5 - 21	OTTOBRE	2 - 17
FEBBRAIO	9 - 24	MAGGIO	8 - 23	AGOSTO	4 - 19	NOVEMBRE	1 - 15
MARZO	10 - 25	GIUGNO	6 - 22	SETTEMBRE	3 - 18	DICEMBRE	1 - 15 - 30