

“L'arte di vivere inizia con la meditazione: e per meditazione intendo il silenzio della mente, il silenzio del cuore, il raggiungimento del centro essenziale del tuo essere e il ritrovamento del tesoro che è la tua realtà” Osho

## Maggio 2010

### **Meditazioni attive di Osho**

**Tutti i mercoledì alle 8.00** “**OSHO Dinamic Meditation**” su prenotazione chiamando il martedì al 328 1091897.

È possibile fare la Meditazione Dinamica tutti i sabato e domenica in corrispondenza dei Seminari per gli altri sabato e domenica contattare Devagni al 328 1091897 per concordare le modalità.

**Tutti i lunedì alle 17.30** “**OSHO Meditation**” (verrà proposta una delle meditazioni attive di Osho)

**Tutti i mercoledì e venerdì alle 19.00** “**OSHO Meditation**” (verrà proposta una delle meditazioni attive di Osho)

Le emozioni non espresse e la vita stressata possono interferire con la capacità di vivere gioiosamente e di riuscire a porsi in relazione agli altri: le **meditazioni attive di Osho** sono state create scientificamente da Osho nel corso di vari anni per permetterci di sperimentare e di esprimere consapevolmente le emozioni represses, e per imparare a osservare in modo nuovo quelli che sono i nostri schemi abituali.

### **Meditazioni guidate**

**Tutti i lunedì dalle 20.30 alle 22.30** Incontro di Meditazione “**Cresciamo insieme**” con Yogesh

Ciclo di incontri settimanali che vogliono essere, con approcci e tecniche diversi, un invito alla meditazione, Osho dice “Qualsiasi sia la tua tematica io ho una sola medicina da offrirti...” Siamo talmente identificati con la nostra mente e col personaggio sociale che abbiamo imparato a recitare che non ipotizziamo neanche che possa esistere una dimensione oltre la mente, una libertà oltre gli schemi e una possibilità oltre la paura.

### **Eventi del Mese:**

da Venerdì 7 alle 9.30 a Domenica 9 alle 18.30 – Seminario di voicing® “**Le meraviglie del tuo nome**” con Pratibha de Stoppani

Spesso abbiamo delle reazioni negative riguardo al nome datoci alla nascita. Infatti il più delle volte l'abbiamo sentito legato a delle richieste o a dei giudizi ma raramente per trasmetterci dei sentimenti d'amore o di apprezzamento.

Questo gruppo propone un viaggio di esplorazione attraverso i vissuti legati a come il nostro nome ci è stato pronunciato, e, ritrovando il modo per liberarci dalle associazioni negative, ne riscopriamo la bellezza, la valorizzazione e l'apprezzamento che merita. Questa magia porta a riconoscere la dimensione Essenziale delle proprie qualità, dei propri talenti innati e della loro integrazione nella vita (Quello che nel Diamond Logos viene chiamato la dimensione della Perla). Durante questi giorni si consiglia di dedicarsi totalmente al lavoro e di non prendere altri impegni. **Per info e prenotazione Devagni 328 1091897 oltre che la segreteria del Centro dalle 16.30 alle 20.00.**

Martedì 11 alle 20.30 – Serata di voicing® “**Voci in armonia**” con Aditi

Una serata dedicata al voicing®, un approccio che favorisce lo sviluppo della consapevolezza avvalendosi del suono e dell'uso della voce cantata libera, non impostata, che segue il flusso del respiro allo scopo di rafforzare il legame con il nostro mondo interiore. Il voicing® consente di conoscere spazi inesplorati, accettandoli, integrandoli e riscoprendo il contatto, il gioco, la spontaneità, favorisce la creatività. Questa serata sarà dedicata in particolare all'esplorazione delle proprie radici (I chakra). **Per la partecipazione è richiesta prenotazione.**

Mercoledì 12 alle 20.30 – “**Meditazione guidata sul cuore e scambio Reiki**” con Unmukta

Venerdì 14 dalle 20.00 alle 22.30 – “**AUM Meditation**” con Sylvia, e Dinesh

La Meditazione Aum è un viaggio dinamico nella consapevolezza emozionale attraverso l'interazione sociale e la meditazione. Ogni partecipante è stimolato a ricontattare, grazie agli altri presenti, le emozioni rifiutate e nascoste in ognuno. Questa tecnica permette molto di più di un rilassamento mentale o di una piacevole sensazione corporea: se fatta con intensità e consapevolezza ti porta ad un profondo silenzio interiore. **Per la partecipazione è richiesta prenotazione.**

da Sabato 15 alle 9.30 a Domenica 16 alle 19.00 - “**Osho Neo Reiki (I livello)**” con Unmukta

In questo seminario: Verranno trasmesse le iniziazioni al Reiki che riattivano le qualità di trasmissione dell'energia permettendo di divenire canale di guarigione. Esploreremo lo spazio del cuore per permetterci di entrare in profondità nell'amore di cui siamo parte e di cui siamo portatori. Impareremo: L'autotrattamento per portare guarigione al corpo, alla mente e alle emozioni, aiutandoci a scendere più in profondità nel proprio vero Sè e nella connessione con l'energia universale di cui siamo parte. Il trattamento di un'altra persona che ci permette di trasmettere energia d'amore di guarigione e di aiutare gli altri nel loro cammino spirituale. **Per info e prenotazione Unmukta 333 1821388 o Devagni 328 1091897.**

Domenica 16 dalle 10.00 alle 18.00 – Percorso di crescita “**AUTOSTIMA come RICERCA DI SÉ**” con Letizia  
**Per info e prenotazioni Letizia 333 1290213 o Devagni 328 1091897.**

Martedì 18 alle 19.30 – Serata Aura-Soma® “**La forza del colore per risvegliare la tua consapevolezza**” con Barbara Lombardo

Aura-Soma è la terapia del Prendersi Cura di sé attraverso il colore ed ha come meta l'espansione della consapevolezza. Tu sei i colori che scegli e questi riflettono i bisogni del tuo Essere. È un percorso di autoconoscenza accompagnato dalle vibrazioni del colore, delle piante e dei cristalli. In questa serata l'esplorazione dell'energia dorata della stella dell'incarnazione ti metterà in contatto con il tuo corpo, e solo se sei nel tuo corpo puoi usare tutta la tua energia in maniera creativa e consapevole. **Per la partecipazione è richiesta prenotazione.**

Venerdì 21 alle 20.30 – “**Trance Dance**” con Keerti

La Trance Dance è un'antica danza di guarigione che riconnette il danzatore con “Madre terra” e provoca naturali stati di estasi mediante tecniche di respirazione, percussioni e movimento corporeo. La Trance Dance è una forma di meditazione



facile e vibrante, uno dei metodi di guarigione più completi per il corpo e le emozioni. Opportunamente guidati, nella Trance Dance si fluisce col ritmo e si lascia che il corpo si muova da sé. È un'esperienza meravigliosa, che spesso dona profonde intuizioni e visioni a chi la pratica. **Per la partecipazione è richiesta prenotazione.**

da Sabato 22 alle 9.30 a Domenica 23 alle 19.00 - **“Osho Neo Reiki (II livello)”** con Unmukta

In questo seminario verranno trasmessi i simboli del Reiki percependone le qualità energetiche e comprendendo il loro modo di operare. Impareremo: il trattamento di guarigione mentale per curare vecchie ferite della mente aiutandoci a scendere più in profondità nel vero Sé e nella connessione con l'energia universale di cui siamo parte; Il trattamento a distanza per mandare energia a persone o situazioni; Il trattamento ad un'altra persona attraverso l'uso dei simboli che ci permette di trasmettere energia d'amore di guarigione e di aiutare gli altri nel loro cammino spirituale. **Per info e prenotazione Unmukta 333 1821388 o Devagni 328 1091897.**

Mercoledì 26 alle 20.30 – Meditazione guidata **“Uomini una nuova visione”** con Dinesh

da Venerdì 28 alle 9.30 a Domenica 30 alle 18.30 – Costellazioni familiari e lavoro sul trauma **“Aiutare l'Amore”** con Svagito

Le Costellazioni Familiari sono un approccio efficace e potente che ci permette di riconoscere gli irretimenti familiari nella famiglia di origine e in quella attuale. Grazie a questo metodo, centrato sulla risoluzione del problema, è molto spesso possibile conseguire uno stato di rilassamento e la comprensione delle problematiche umane più profonde. In tal modo, l'amore può fluire di nuovo tra i componenti della famiglia e verso le persone importanti della nostra vita. Nei tre giorni del gruppo verranno utilizzati le ultime scoperte nell'ambito delle Costellazioni Familiari e i più recenti metodi di lavoro sul trauma. Impareremo a trovare il nostro posto nella vita, a essere connessi alla nostra famiglia e al nostro corpo in modo sano e a percepirci parte di un movimento vitale più ampio. **Per info e prenotazione Devagni 328 1091897, Pavitar 347 6377397, Netra 338 9236927 oltre che la segreteria del Centro dalle 16.30 alle 20.00.**

## Sessioni individuali

- ▶ **Dal 11 al 27 maggio “Terapia energetica e channeling”** con Unmukta - per prenotazioni 333 1821388
- ▶ **“Gestalt, Counselling, Terapie Corporee, Costellazioni Familiari”** con Netra - per prenotazioni 338 9236927
- ▶ **“Massaggio riarmonizzante”** con Pavitar - per prenotazioni 347 6377397
- ▶ **“Massaggio Viscerale”** con Claudia Conte- per prenotazioni 347 1943413
- ▶ **“Riequilibrio energetico con il sistema Aura-Soma”** con Barbara Lombardo - per prenotazioni 339 3405551
- ▶ **“Star Sapphire”** con Ajeya - per prenotazioni 328 6689698

La relazione tra maschile e femminile interiori condiziona le nostre relazioni, la nostra creatività nel lavoro, il nostro rapporto con la meditazione ed il silenzio interiore e la nostra capacità di fluire nella vita con amore e gioia. Lo star Sapphire è una tecnica meditativa per conoscere meglio il nostro maschile e femminile interiori e la loro relazione. La formazione per i facilitatori delle sessioni si svolge in due anni in ritiri condotti da Sagarprya e Siddho. Alla fine del primo anno i partecipanti sono invitati a tenere sessioni, senza compenso economico, come parte integrante del training. In questo contesto Ajeya (Paolo Silvestrini) è felice di mettersi a disposizione di quanti vogliono fare questa intensa e preziosa esperienza. **Per la sessione** (della durata di circa due ore) **è richiesto un contributo di 15 euro per il No Mind.**

## Anticipazione del mese di Giugno 2010

da sabato 5 alle 9.30 a domenica 6 alle 19.00 – Seminario **“Dalla personalità all'essere”** con Shakura

Questo seminario rappresenta un'esplorazione profonda del sistema familiare e dei suoi effetti sul bambino che cresce. Osserveremo i ruoli e la falsa personalità che abbiamo dovuto adottare da bambini per poter sopravvivere in una famiglia disfunzionale. Tali ruoli ci hanno fatto abbandonare il nostro essere unico, vero, per assumere ruoli necessari a tenere la famiglia unita. Portando consapevolezza a questo processo, diamo spazio alla disidentificazione e alla possibilità di far emergere il nostro volto originario. **Questo seminario costituisce una soft Primal.** Durante questi giorni si consiglia di dedicarsi totalmente al lavoro e di non prendere altri impegni. **Per info e prenotazione Devagni 328 1091897 oltre che la segreteria del Centro dalle 16.30 alle 20.00.**

Nel 1977 **Shakura** lascia l'Italia per vivere e lavorare nella comune di Osho a Poona, in India. Attualmente conduce corsi e training di Primal e Bambino Interiore, Fresh Beginning, Diamond Bodywork e sessioni individuali di Primal, Decondizionamento dall'Infanzia, Counselling e sessioni di coppia. Lavora in molti paesi fra cui India, Israele, Russia, Italia, Messico e Taiwan.

**Per ulteriori informazioni consultare il sito [www.nomind.it](http://www.nomind.it) oppure chiamare Devagni 328 1091897 o la Segreteria del Centro al 081 668628 o 333 4361537 dalle 16.30 alle 20.00**

## Corsi ospitati dalla nostra struttura

- ▶ Corso di **“Danza Orientale”** condotto da Samara (Clara Squadra), **tutti i lunedì dalle 19.00 alle 20.30 e tutti i mercoledì dalle 16.00 alle 17.30.** Per maggiori informazioni contattare l'insegnante al 338 3288148 anche per richiedere una lezione di prova.
- ▶ Corso di **“Yoga Ratna - Il gioiello dello Yoga”** condotto da Tullia Origo, **tutti i giovedì dalle 18.30 alle 20.00.** Per maggiori informazioni contattare l'insegnante al 339 1096686, e-mail: [i.armonia@alice.it](mailto:i.armonia@alice.it) anche per richiedere una lezione di prova.
- ▶ Corso di **“The Light of Life Longevity Energetics”** condotto da Devalok (Andrea Correale) e Udita (Giulia De Falco) **tutti i giovedì dalle 20.30 alle 22.00.** Per maggiori informazioni contattare 339 2081852 – 335 5242408, anche per richiedere una lezione di prova.