

ESTASI

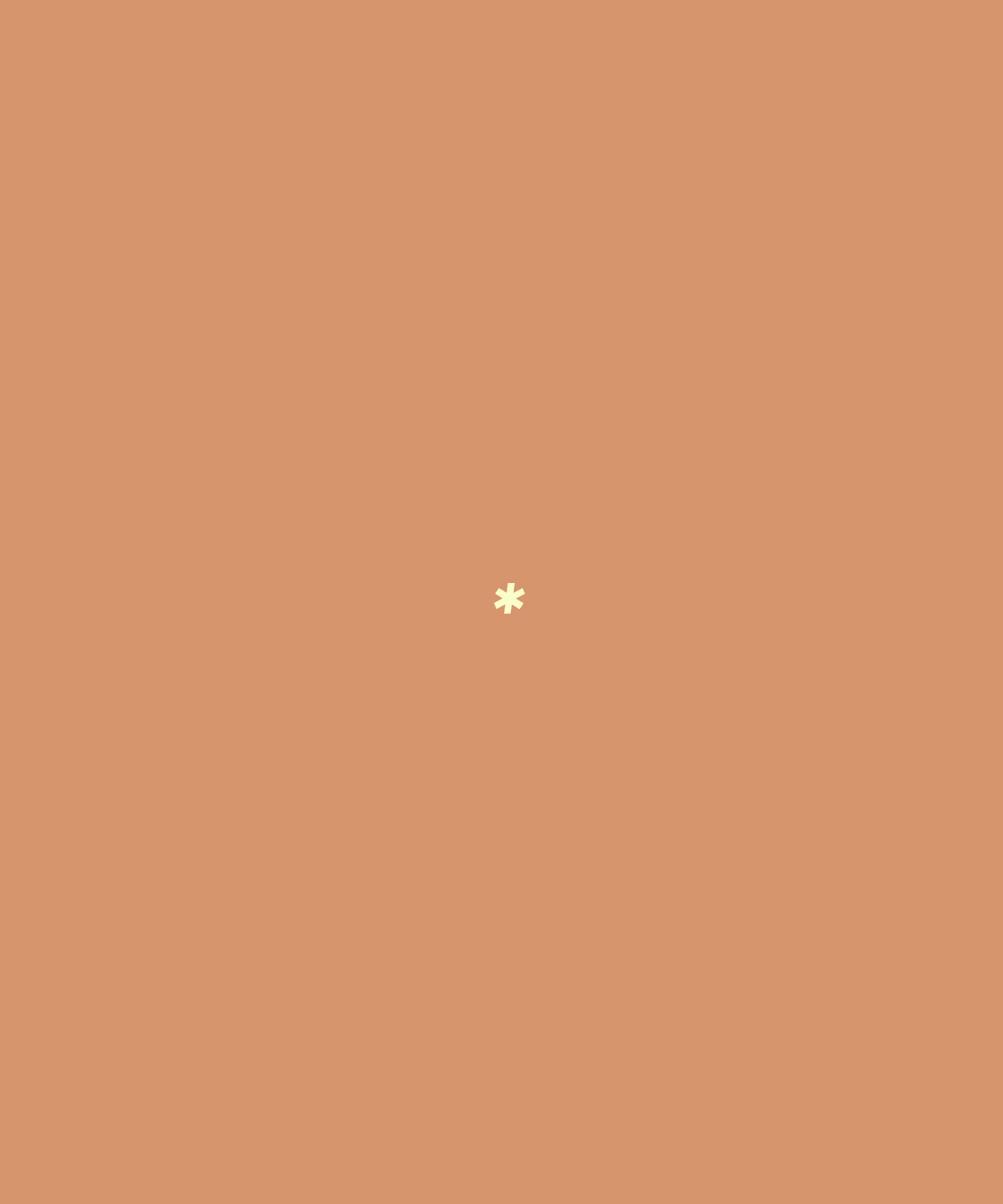
connessione fuoco amore



PORTOGALLO
dal 18 al 22 giugno

*

*UN RITIRO
DI 5 GIORNI
SULLE RELAZIONI*



FUOCO

*Accendi una visione
e lasciala ardere in te*

Ci ritroveremo nel tempo del solstizio d'estate in cui il sole ci permette di godere del maggior numero di ore di luce. L'estate è fatta di fuoco: il sole, i falò, la luce è al suo massimo splendore. È un buon momento in cui ci è possibile riconoscere l'effettiva potenza del nostro fuoco interiore, motore della nostra energia vitale: quali sono stati i momenti culminanti nella nostra vita? Cosa abbiamo trasformato? Dove abbiamo portato luce?

Quando il nostro fuoco non arde ci sentiamo bloccati, tristi, privi di energie.

È vitale riabilitare in noi questo potente simbolo di trasformazione e cambiamento.

Questa energia primordiale e creatrice.

E che sia un fuoco che sostiene la nostra passione, la nostra creatività, la nostra voglia di trasformarci nelle persone che siamo davvero. Il fuoco con la sua potenza può distruggere, ma innesta anche processi di purificazione, che portano alla chiarezza e alla compassione.

Fuoco amico che ha bisogno di legna, olio o cera per ardere... il fuoco deve essere in relazione con altri elementi per manifestarsi.

Attraverso questo simbolo terreno della scintilla solare in noi, ci riveleremo praticando con consapevolezza, realizzando atti creativi, danzando musiche estatiche, respirando consapevolmente, nutrendo il cuore, celebrando la Cerimonia della Vita con il Cacao e il Canto Medicina per entrare in relazione con noi stessi e con gli altri.

UNIONE

Ancorati per poter trascendere

Per sperimentare totalmente ed in prima persona il flusso della vita è necessario vivere l'esperienza dell'Unione. Il vuoto che da sempre sentiamo in noi, il sentirsi separati e soli si affievolisce solo quando riusciamo a capire che il mondo manifesto non è altro che l'espressione materica e concreta dell'immanifesto. Gli alberi affondano le loro radici nelle profondità della terra per raggiungere con i propri rami le vette più alte del cielo, l'essere umano deve radicarsi nel corpo e sulla terra per raggiungere il divino. In ognuno di noi, le due energie legate rispettivamente alla terra ed al cielo, si potranno incontrare nel cuore, trascendendo l'ordinario stato di separazione in cui viviamo. Nelle nostre relazioni l'altro diventa specchio che ci permette di vivere questa estasi interna, riconoscendo anch'esso come essere umano in ricerca, senza proiezioni, bisogni o maschere. Solo quando saremo in grado di riconoscere la natura divina in noi e nell'altro riusciremo a raggiungere l'unione con il Tutto.

AMORE

Una pratica quotidiana

L'amore è una pratica e una scelta. Ogni giorno possiamo imparare ad ascoltare noi stessi e gli altri, rispettandoci sia da soli che nelle relazioni.

Dare liberamente, così come ricevere, è la grande danza dell'amore. In questa magica alchimia di condivisione si crea un nuovo essere che è il NOI.

Le relazioni con gli altri e quelle di coppia, sono mondi possibili quando c'è apertura e volontà del cuore.

Perché questo accada è necessario conoscersi. È l'arte della vita dove si onora, si guarisce e si rispetta il Cuore, sopra ad ogni cosa stando nella presenza. Chi sono davvero? Chi siamo noi? Di cosa ho bisogno? Cosa sente il mio cuore?

Scoprirlo è un'avventura complessa ma anche poetica. Il cuore è una bussola e una potente medicina.

Stando con l'altro, dandoci la possibilità di aprirci a questa relazione rivelatrice, possiamo conoscerci profondamente. Attraverso pratiche collettive di consapevolezza andremo a vivere l'ascolto del cuore per poterci aprire anche all'Arte della Relazione.

Il lavoro sarà amplificato dalla forza del campo che sarà di sostegno, sia che arriviamo nella nostra unicità, che con amiche e amici o in coppia: insieme sarà molto più potente che da soli.

Lavoreremo sulla relazioni di coppia e sulla relazione d'amore con noi stessi che ogni giorno coltiviamo.

La natura tutta intorno a noi, in un luogo di pace, favorirà il cammino verso l'ESTASI.

Pratiche e Rituali



Ci accompagneranno nell' esplorazione e comprensione di ciò che sentiamo e di come viviamo alcuni aspetti delle nostre vite e della relazione.

Le tecniche che utilizzeremo ci permetteranno di fare esperienza del nostro vissuto e di portare in esso cura e integrazione. Fare chiarezza in noi per attivare nuove possibilità per creare una nuova realtà. Alcune esperienze ci permetteranno di costruire una nuova narrazione del nostro vissuto a favore delle responsabilità e libertà personale.

I rituali ci aiuteranno a connetterci con la dimensione spirituale della nostra esistenza per chiamare a noi alleati invisibili e aprire uno spazio di fiducia e amore oltre che di luce.

Tarocchi

Saranno uno specchio e ci mostreranno mappe durante tutto il ritiro. Ci aiuteranno a far emergere con chiarezza gli aspetti di noi con i quali è giunto il momento di confrontarci.

Chiederemo loro sostegno per osservare e poter prendere coscienza di chi siamo e di come agiamo.



Canti medicina



Porteranno balsamo e guarigione al nostro spirito e al nostro cuore durante questa avventura dell'anima. Ci accompagneranno durante alcuni rituali e meditazioni che faranno da sigillo di ogni tappa che vivremo durante questo viaggio. La musica come cura. La musica come medicina dell'anima.

Il luogo

Un casale immerso nel verde dell'entroterra portoghese, sulle colline attorno Lisbona, dove trovare pace e connessione con la natura esteriore ed interiore.

Abbiamo scelto questo posto perchè trasmette accoglienza, la stessa che sentiamo quando siamo in una connessione che ci fa sentire ben voluti. Un luogo adatto per vivere in una famiglia temporanea ma, al contempo, eterna.

Un paese rurale ancora incontaminato dalla prepotenza della modernità. Dove si coltiva. Dove lo sguardo si perde in un orizzonte lungo che riflette quello che sentiamo dentro e quello che vediamo fuori.







Sistemazioni

Le sistemazioni sono in camera doppie, triple e quadruple. Per chi lo desidera c'è possibilità di avere una camera singola con un supplemento.



Il prezzo include

Alloggio dal 18 al 22 giugno.

Sono compresi i pasti: colazione, pranzo e cena che saranno vegetariani.

Tutte le attività in programma e materiale per lavorare, cuscini, zafu e tappetini yoga.

Esclude: il Viaggio in aereo, il transfer dall'aeroporto di Lisbona.

COSTO: 1350 euro di cui un acconto non rimborsabile di 450 euro. ENRO IL 31 MARZO

I POSTI SONO LIMITATI



Per iscriversi

Inviare una mail a:

fabianaspagnuolo.lab@gmail.com in cui esprimerete il vostro interesse e scrivete una vostra breve presentazione.

*

SE HAI DUBBI O DOMANDE È POSSIBILE INCONTRARE FABIANA IN UNA CALL CONOSCITIVA IN DATA DA CONCORDARE INSIEME.



Come arrivare

Il lavoro inizierà il 18 giugno nel pomeriggio dunque è consigliato prendere un aereo per l'aeroporto di Lisbona in mattinata.

Termineremo il 22 giugno durante la mattina, dunque consigliamo di prenotare un aereo nel pomeriggio/sera.

È possibile prenotare un transfer dall'aeroporto di Lisbona alla location al costo di 20€ circa.



VI ACCOMPAGNERÀ FABIANA

A 15 anni scopre i Living Theatre e dopo una laurea in fotografia, inizia l'esplorazione dei Tarocchi e il percorso con Cristóbal Jodorowsky, suo maestro, fino allo studio della Gestalt. Grazie all'esplorazione dello sciamanesimo, la Gestalt, la metagenealogia e l'arte terapeutica del Tarocco, Fabiana oggi accompagna le persone nel loro cammino di crescita. Propone corsi di Tarocchi, eventi e ritiri. Attualmente vive a Milano, città in cui sono nati i suoi due bimbi, dove riceve nel suo studio, lavorando con i Tarocchi e come counselor.

INSIEME A FRANCESCA

Francesca Selvaggia Moksha è una counselor olistica ad indirizzo gestaltico. Da oltre 25 anni si occupa di Tarocchi Evolutivi (è stata allieva di Cristobal Jodorowsky), lettura dell'Albero Genealogico, Meditazioni attive e Sciamanesimo femminile. Manifesta la sua espressione Artistica attraverso il Tamburo sciamanico e il Canto Medicina. È Moon Mother, facilitatrice di Soul Collage e del metodo Caviardage. Con il suo lavoro pone al centro di tutte le sue riflessioni l'evoluzione della coscienza personale e collettiva come luogo di continui processi formativi.

Vive e lavora in Emilia sulle rive del Grande Fiume Po.



