

IL RISVEGLIO DELLA SHAKTI

18-21 APRILE
1-4 MAGGIO

Yoga e rituali
Coscienza
corporale
Meditazioni
tantriche
Condivisione
Love





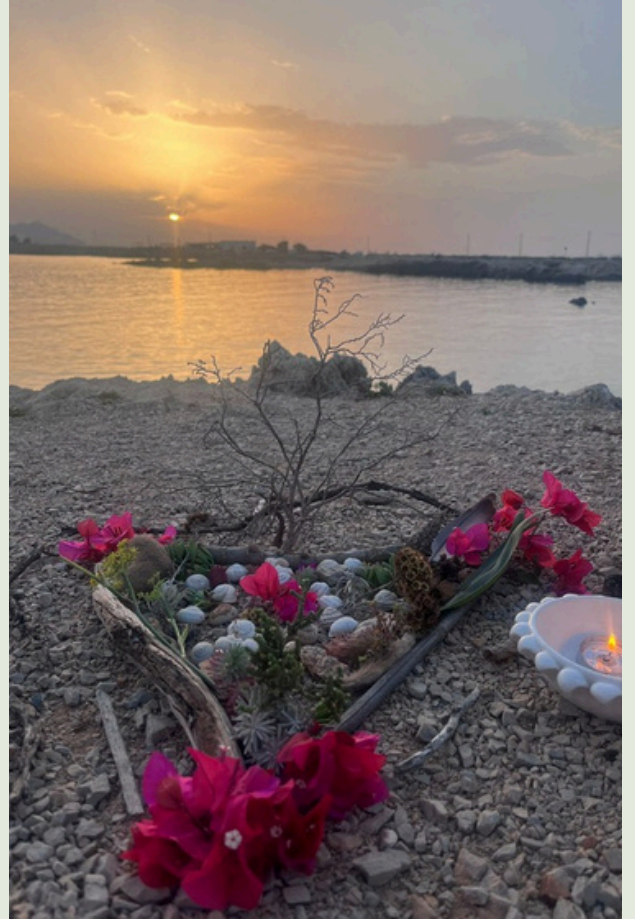
La tradizione dello Shakta Tantra afferma che tutta la realtà è la danza della Shakti, energia. Noi, in tutti i nostri processi biologici, i nostri pensieri, le nostre emozioni siamo questa energia, così come ogni atomo e granello di polvere del mondo fisico, è questa stessa energia.

Così sopra, così sotto,
così in alto, così in basso,
così dentro, così fuori

Tutto quello che ci arriva è parte del gioco cosmico della Shakti: è tempo di uscire dalla dualità di giusto o sbagliato, bene o male, puro o impuro.. tutto quello che arriva, arriva nel momento esatto in cui deve arrivare e arriva per la nostra evoluzione. Sta a te la responsabilità di scegliere in che ruolo giocare, vittima o mago

Fai pulizia da tutti quei condizionamenti mentali che impediscono alla tua Luce di risplendere nuovamente!

Rallenta, respira, chiudi gli occhi che guardano fuori e apri gli occhi che guardano dentro, e torna a sentire quella vibrante energia che scorre dentro e fuori di te e sostiene ogni tuo passo su questa Terra!



**RICONNESSIONE
LIBERAZIONE
EVOLUZIONE
PACE**

Che io possa essere cielo,
che io possa essere mare,
che io possa allungare e allargare il mio corpo fino a
disperdermi nello spazio infinito

COSA FAREMO



- ringrazieremo gli Elementi e quest' Esistenza per sostenerci in ogni nostro passo attraverso rituali
- lasceremo andare le tensioni, i traumi che accumula il corpo attraverso lo Yoga, le meditazioni dinamiche e assenderemo il flusso dell' energia che scorre dentro di noi attraverso il movimento somatico per ritrovare il piacere di stare nel corpo
- useremo meditazioni e respirazioni tantriche per liberare i canali energetici e far riemergere la nostra naturale autenticità
- utilizzeremo mudra e mantra per connetterci alla Coscienza universale
- accoglieremo le emozioni che emergono senza giudizio in uno spazio protetto e sicuro
- ci daremo la possibilità di rallentare , fare spazio per ascoltare quello che la nostra anima vuole sussurrarci
- apriremo la porta del piacere per accettarci, amarci, coccolarci in ogni nostra parte, in ogni nostra espressione



CHI SIAMO



SARA_SHAKTI

Solare, gioiosa, fiduciosa nell' universo e nelle relazioni umane, viaggiatrice tra mondi interni ed esterni; in cammino alla ricerca di tutte le infinite forme che la mia anima vuole essere in questa vita e con questo corpo, attraverso discipline orientali e occidentali.

La mia porta d' ingresso sul cammino della spiritualità è stato lo Yoga, 9 anni fa in India: nel corso del mio percorso ho incontrato l' ashtanga,

l' hatha, l' Iyengar Yoga, il kundalini yoga

Sono stata iniziata sulla via non duale dello Shakta Tantra 3 anni fa: tutto è uno, tutto arriva dalla stessa energia, dalla stessa fonte; distinto, ma non separato, iniziando così a lasciare le parti di me che mi bloccano e integrare tutti le parti di anima che avevo dimenticato.

Sono sempre in cammino e in evoluzione

CHIARA

Operatrice Ayurvedica, creativa e socievole, amo scoprire mondi nuovi dentro e fuori di me. Appassionata di cucina naturale e cucina per la salute.

La vita per me è una grande opera d'arte, ogni giorno mi impegno per vivere eticamente e in armonia con tutto ciò che mi circonda



PROGRAMMA



giorno 0

arrivo e sistemazione

17.00 cerchio di apertura

20.00 cena

21.00 meditazione

giorno 1 e 2

8.30-9.30 pratica yoga

colazione

10.30-12.00 pratica

pranzo

15.30 escursione al mare e
rituale

20.00 cena

21.00 pratica/rituale

giorno 3

8.30 pratica

colazione

rituale di chiusura

12.00 brunch

saluti e partenze

IL programma potrebbe subire
variazioni per le condizioni
meteo e per assecondare i
bisogni di tutti i partecipanti

CONDIZIONI DI PRENOTAZIONE



La quota per partecipare al ritiro 3 giorni-3 notti comprende:

- alloggio in camera doppia/tripla
- pratiche e materiale
- snack prima della pratica, pranzo e cena (il cibo sarà interamente vegetariano/vegano, se hai qualche intolleranza comunicacelo!) ⏪ ⏩
- lenzuola e asciugamani
- tranfert porto Favignana / OmShantiHome e viceversa
- pulizie finali

COSA NON È INCLUSO:

- viaggio fino al porto di favignana

CONTRIBUTO

- camera doppia/tripla = 360 euro
early birth fino al 28 febbraio 320 euro

COME PRENOTARE

Per riservare la camera chiediamo un acconto del 40%, il restante sarà da versare una volta che arriverai a OmShantiHome.

PER QUALSIASI INFORMAZIONE:

SHAKTI 3492738122 (CHIAMAMI O MANDAMI UN MESSAGGIO SU WHATSAPP)

Che tutto in te sia gioia

*Namaste
Love & Light*



www.omshantihome.org