



Hara Yoga

LA RECISIONE DEI DEMONI

Residenziale Hara Yoga
per l'autoguarigione dell'Anima
a cura del Maestro Gio' Fronti

DAL 1 AL 6 LUGLIO 2013

"Ogni demone
che sorride felice,
dimentica il suo dovere minaccioso.
Se accade spesso
diverrà il suo nuovo destino."



www.harayoga.it www.giofronti.com

Affrontare i propri demoni

significa smettere di fuggirli o di inseguirli per aggredirli, ma disporsi per creare in sé stessi un opportuno territorio interiore in cui incontrarli.

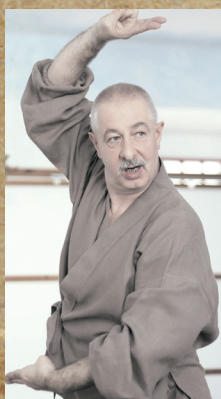
Saperli riconoscere e chiamare con il loro nome diviene un atto di autoterapia e profonda cura della propria esistenza, basata su autentico rispetto e compassione verso sé stessi.

Ogni aspetto difficoltoso e doloroso nel cammino di crescita, se posto nell'ombra della propria identità, soffre e si dibatte e diviene un demone offeso o spaventato e spesso irato.

Spetta a noi, e a noi soli, recidere i lacci che limitano la nostra consapevolezza e che divengano i legami con tutte le ombre che temono, ma desiderano, ri-specchiarsi nella luminosità del cuore in cui ri-conoscersi.

PROGRAMMA

- Rituali HaraYoga per la chiamata, l'offerta, la pacificazione e l'integrazione delle energie irate
- Mandala dei 4 demoni e sua trasformazione in mandala inespugnabile di medicina
- Ni Ken no Kata: la sequenza delle due spade che recidono
- Mudra e mantra per lo scioglimento dei nodi karmici della dipendenza e asservimento
- Apertura del Loto luminoso per la riunione di cielo e terra: la Meditazione profonda
- Le 7 Dakini e la trasmissione della forza della Terra
- Sequenze respiratorie e tecniche dinamiche per l'attivazione energizzante della Volontà e per l'orientamento dell'Intenzione
- Sequenze purificatorie organiche per il riequilibrio fisico e la correzione posturale
- La pulizia dell'Anima con lo specchio



Il Maestro Gio' Fronti fonda la pratica Hara Yoga nel 1987. Da oltre trent'anni è praticante e ricercatore di discipline, arti e vie spirituali orientali (zen, yoga, tantra, sciamanismo, arti marziali) e studioso di mitologia comparata e di medicina tradizionale orientale. Si occupa della trasmissione dei principi fondanti l'etica della pratica Hara Yoga e del suo insegnamento: le Cinque Vie.

www.giofronti.com

Il residenziale sarà ospitato dall'Agriturismo del Montevaso, situato nell'omonima tenuta, immerso nei boschi delle colline pisane.

www.montevaso.it
www.teatrodelmontevaso.it



Quota di partecipazione € 400
(inclusiva di vitto e alloggio).
Iscrizioni con caparra entro il 15/6/2013.