

Magazine
La Voce del Carro
di Mauro Pedone



Il nuovo libro
Tarocchi dei tre sentieri
di Mauro Pedone

Yoga
Yoga e Campane tibetane
Metodologia di supporto per
lo spettro autistico
di Sergio Starace

Medicina Integrata
L'essenziale è invisibile agli occhi
di Fabiana Ferrari

Fiori di Bach
WHITE CHESTNUT:
l'ansiolitico del sistema floreale
di Luana Belloni





...da tutti noi!!!

L'editoriale di Mauro Pedone

Nel ricordo di Andrea

Andrea ci ha lasciati in un giorno di fine novembre. Tutti noi che l'abbiamo conosciuto lo portiamo nel cuore. Viviamo ancora in un clima surreale, increduli della sua mancanza.

Per chi non l'ha conosciuto voglio segnalare i suoi contributi nel Magazine, il primo è del 2018, l'ultimo di settembre di quest'anno, e stava preparando il nuovo articolo per questo numero...

Magazine n° 2 di settembre 2018: Dermoriflessologia e campane tibetane
<https://www.lavocedelcarro.it/dermoriflessologia-e-campane-tibetane/>

Magazine n° 11 di settembre 2021: Ascoltare, ri-suonare, ri-sanare
<https://www.lavocedelcarro.it/ascoltare-ri-suonare-ri-sanare/>

Magazine n° 12 di gennaio 2022: Pensiero, immagine e suono
<https://www.lavocedelcarro.it/pensiero-immagine-e-suono/>

Magazine n° 13 di maggio 2022: Pensiero, immagine e suono II° parte
<https://www.lavocedelcarro.it/pensiero-immagine-e-suono-ii-parte/>

Magazine n° 14 di settembre 2022: Un faro nella notte
<https://www.lavocedelcarro.it/un-faro-nella-notte/>

Grazie caro Andrea 

Vi segnaliamo il suo canale youtube dove potete ascoltare il musicista e il ricercatore:

<https://www.youtube.com/@andreacasaccio/videos>

Magazine
**La Voce
del Carro**
di Mauro Pedone



Anno V - N°15 gennaio 2023

RESPONSABILE

Mauro Pedone

PROGETTO GRAFICO

Vincenzo Di Tommaso

REDAZIONE

Luana Belloni

Anna Maria Civitareale

Vincenzo Di Tommaso

Fabiana Ferrari

Mauro Pedone

Sergio Starace

FONTI IMMAGINI

<https://pixabay.com/>

<https://www.pexels.com/it-it/>

<https://www.istockphoto.com/it>

CONTATTI

Tel. +39 392 883 5627

info@lavocedelcarro.it

www.lavocedelcarro.it



Indice

Editoriale

Andrea

di Mauro Pedone

Il nuovo Libro

Tarocchi dei tre sentieri

Consapevolezza

e riequilibrio energetico

di Mauro Pedone

2

Campane Tibetane

La vita che canta:

trattamento combinato in acqua

con le Campane Tibetane

di Anna Civitareale

4

Oli Essenziali

Gli alberi e i loro preziosi

oli essenziali

di Mauro Pedone

8

Medicina Integrata

L'essenziale è invisibile agli occhi

di Fabiana Ferrari

10

Fiori di Bach

WHITE CHESTNUT:

l'ansiolitico del sistema floreale

(WCH)

di Luana Belloni

12

Yoga

Yoga e Campane Tibetane:

Metodologia di supporto per lo

spettro autistico

di Sergio Starace

16

Ad Andrea

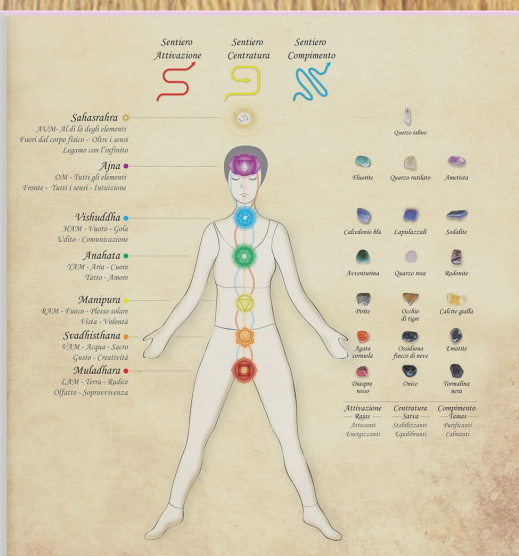
News & Eventi

18

Mauro Pedone e Sergio Starace

TAROCCHI DEI TRE SENTIERI

Consapevolezza e riequilibrio energetico



Il nuovo libro: Tarocchi dei tre sentieri

Consapevolezza e riequilibrio energetico

TRA CRISTALLI, CAMPANE TIBETANE, OLI ESSENZIALI, YOGA...

Insieme all'amico Sergio Starace, in questi anni, abbiamo realizzato numerosi laboratori di tecniche vibrazionali. Abbiamo avvicinato e "intrecciato" le nostre competenze professionali, in modo del tutto naturale, le tecniche vibrazionali lavorano sulle affinità e le risonanze. Le nostre proposte hanno avuto una buona accoglienza, e questo ci ha spinto a cercare una struttura che potesse dare maggiore fondamento ed efficacia al nostro lavoro. Colgo l'occasione per ringraziare tutte le persone che ci sono state vicine e ci hanno sostenuto in questo periodo.

L'IDEA DEL LIBRO

La nostra idea è stata quella di codificare e organizzare una forma di gioco, che fosse leggera e profonda allo stesso tempo. Un gioco che propone un percorso che attraversa differenti tecniche e tradizioni, con l'obiettivo di ricercare la consapevolezza e il riequilibrio energetico. Per dei momenti da condividere con noi nella PrānaYurta e, a casa, da soli o in compagnia per delle opportunità di vicinanza.

UN NUOVO LIBRO CON I TAROCCHI (24 CARTE)

I "Tarocchi de tre sentieri", appositamente creati per il Gioco dei tre sentieri, propongono una piacevole e stimolante opportunità per poter effettuare un percorso di profonda conoscenza interiore.

Nella tradizione vedica, con il termine sanscrito Lila si intende il "gioco divino", dove il Creatore inizia il gioco ma resta celato a osservare lo spettacolo della vita che si manifesta in ogni attimo. Sta a noi (i giocatori), cercare di svelare il senso del gioco per intraprendere il cammino della conoscenza.

Nella vita, ognuno di noi si imbatte in eventi o incontri non usuali che lo colpiscono facendo vacillare le certezze incardinate nell'abituale narrazione del quotidiano. Nel cammino, incontriamo circostanze o curiose coincidenze che ci indirizzano verso la ricerca di strade non ancora conosciute o forse dimenticate. Questi eventi possono avere la funzione di acceleratori nella scoperta del gioco, favorendo la consapevolezza di "essere in un gioco". Sappiamo bene che le nostre percezioni sensoriali sono limitate. Esse inevitabilmente ci portano a ripercorrere i rassicuranti passi già vissuti, in maniera del tutto automatica. Una sana curiosità, e la voglia di ampliare il personale punto di vista, sono i necessari ingredienti per rimettersi in gioco con-

sapevolmente.

Abbiamo quindi immaginato il Gioco dei Tre Sentieri come un percorso di conoscenza, consapevolezza e riequilibrio energetico. Il suo territorio si ispira alle tradizionali mappe del sistema dei chakra. Gli strumenti a nostra disposizione saranno principalmente: i cristalli con le loro sottili energie, le campane tibetane, gli oli essenziali, la nostra voce e alcune pratiche yoga.

Indice

PARTEPRIMA

La teoria e i fondamenti

1. I tre guna
2. I guna nei chakra
3. Riflessione sugli aspetti vibrazionali
4. I cristalli
5. La scelta delle pietre in relazione ai guna per i sette principali chakra
6. Le 19 pietre
7. Il sistema dei chakra e le note musicali
8. I chakra e le note aromatiche
9. I colori
10. Le campane tibetane
11. Gli oli essenziali
12. I talismani

PARTE SECONDA

Il gioco

1. Introduzione al gioco
2. Descrizione degli elementi del gioco
3. Il gioco in modalità consultazione tipo Tarocchi
4. Il Gioco dei Tre Sentieri – Prima fase
5. Il Gioco dei Tre Sentieri – Seconda fase
6. Prospettive future: il Master Game

INFORMAZIONI

Il libro: "Tarocchi dei tre sentieri" è pubblicato a dicembre nel 2022, ha un formato 21x21, 120 pagine, contiene 20 illustrazioni a colori e 24 carte originali.

GLI AUTORI

Mauro Pedone responsabile del Centro Studi "La Voce del Carro", musicoterapeuta, lavora nel campo delle cure naturali dalla metà degli anni Ottanta. Svolge un'intensa attività di formazione per Operatori Olistici. È docente della Flora-Primavera per i corsi di aromaterapia.

Sergio Starace è un insegnante di yoga, operatore olistico di massaggio sonoro con campane tibetane e oli essenziali, gong master, diplomato in cristalloterapia nella teoria del campo eterico umano. È il fondatore di "Pranayurta l'oasi dello Yoga" a Civitavecchia.

Grazie al supporto dell'amico *Vincenzo Di Tommaso* che ha curato graficamente le immagini del libro e le 24 carte.

Come sempre, un sentito ringraziamento al gruppo editoriale EDIZIONI MEDITERRANEE.



Centratura



Ossidiana fiocco di neve

Dona equilibrio fisico e mentale
Aiuta a mantenere l'energia sessuale
Bilancia l'aspetto emotivo e razionale
Rende fluidi e spontanei nelle relazioni

Centratura



Occhio di tigre

Riequilibra il centro delle emozioni
Pietra che dona concentrazione
Aiuta a mantenere una buona visione
Infonde fiducia, sicurezza e vitalità



“LA VITA CHE CANTA” Trattamento combinato in acqua con le campane tibetane. (prima parte)

di Anna Maria Civitareale*

4 “...una combinazione di benefici includendo, nell’esperienza vibrazionale con le campane tibetane, la talasso e l’elioterapia.”

Per il mio compleanno ho deciso di farmi un regalo: offrire simultaneamente a due mie amiche, un trattamento in acqua. Questa chance si è potuta concretizzare grazie alla presenza di un’altra amica, Gabriella, fisioterapista e operatore in massaggio sonoro con le campane tibetane.

Il dono ha toccato un po’ tutti, anche la piscina fuori terra, regalo di mio figlio, che ci ha accolto nella sua inaugurazione. È situata all’interno del giardino, occupa un discreto spazio contornato da vegetazione e, oltre a servire nella calura estiva per un bagno immediato, è stata posizionata proprio per essere utilizzata nei trattamenti in acqua. Un’acqua che ha una particolarità apprezzabile, la salinità che, se non proprio specificamente marina, gli si avvicina molto e contribuisce, per la presenza dei sali in essa disciolti, a un aumento dell’effetto antigravitazionale favorendo il galleggiamento. Questo insieme di condizioni interne ed esterne alla

vasca, lasciano spazio a una combinazione di benefici includendo, nell’esperienza vibrazionale con le campane tibetane, la *talasso* e l’*elioterapia*.

Gabriella e io per procedere al trattamento, abbiamo preparato un modello verbale indicativo sul quale basare i vari passaggi. Tra noi esisteva già un’intesa di fondo sperimentata in un’esperienza effettuata su una donna (Augusta). Eravamo emozionante ma al tempo stesso fiduciose del buon esito dell’esperimento. Una prima volta per tutte e due, nonostante lei abbia molta più pratica nel campo della riabilitazione, e, anche in acqua, sa muoversi con estrema consapevolezza. La sua conoscenza nell’ambito delle campane e nel lavoro sulla voce, che lei riesce a comunicare con amorosa dolcezza, mi ha permesso di allontanare dubbi e incertezze.

Per entrare in contatto con la persona da trattare avevamo inserito un preliminare da ripetere anche alla conclusione dell’esperienza: il *maternage*, traducibile con “*attaccamento genitoriale*

riferibile a una filosofia che propone metodi rivolti a promuovere il legame del genitore e del bambino, non solo attraverso la massima empatia e reattività del papà e/o mamma, ma anche tramite la vicinanza e i contatti fisici”.

Avevamo ognuna la sua protetta da accudire e, in una fase del trattamento, pensavamo di legarle, sovrapponendo le loro mani, per potervi suonare la campana. Non avevamo parlato di vocalizzazioni, di schemi da seguire, in fondo era tutto da provare: due campane, una tavola di supporto, la nostra intenzione al regalo, avrebbero completato l'esperienza.

“L'atto di donare qualcosa all'altro è tra le espressioni più belle della comunicazione e un'espressione della psicologia umana. Come gesto autentico regalare, assume un significato emotivo profondo che riflette il nostro stato d'animo e il nostro affetto per l'altra persona”.

GABRIELLA

Ho accettato con entusiasmo la proposta di Anna. La conoscenza con le persone destinatarie del trattamento, per me era superficiale. Abbiamo progettato il lavoro in modo da creare una forma circolare intorno e con le due donne. Condividendo lo stesso spazio-elemento, come l'acqua, ho sentito un diverso coinvolgimento, un adeguarsi ai suoi tempi di fluidità ma anche di rallentamento. La mia esperienza di fisioterapista in piscina con finalità riabilitative, mi ha permesso di accompagnare con delicatezza Augusta a me affidata. Prima di lasciarla ai galleggianti, ho cercato di evocare in lei il piacere di abbandonarsi al sostegno di un'altra persona. Parlandole dolcemente e richiamando la sua attenzione sul respiro, ho atteso il momento adatto per farla galleggiare da sola e ho preso la campana. Nell'esperienza del trattamento in tandem, ho percepito un'ottima sintonia con Anna nei tempi, nei suoni, in modo spontaneo e naturale. Alla fine del bagno sonoro tolti i galleggianti, abbiamo accompagnato al “risveglio” Rosanna e Augusta, che ho accolto, in posizione fetale, tra le mie

braccia. Mantenendola sulla superficie dell'acqua, la facevo dondolare dx-sn “cullandola”. In quel frangente ho sentito il mio cuore, a contatto con lei, battere con forza nel petto: ho creduto che potesse sentirlo! È stato un momento di unione profonda che avrei voluto completare con le vocalizzazioni e nello stesso istante, Anna, con un cenno del capo, mi ha invitato a farlo: intesa perfetta!

Come spesso mi succede dopo un rilassamento, la voce mi è uscita con un'intonazione bassa. Usando due, tre note si è formata una nenia, ripetuta più volte, dal sapore tenero e rassicurante. L'armonia che ho sentito nelle vocalizzazioni di Anna, mi ha aiutato ad accettare il mio suono un po' vibrante per l'emozione. Infine ho cominciato a chiamare Augusta con intonazioni diverse dal giocoso al gioioso. Poi un lungo silenzio! Accompagnando il suo movimento l'ho aiutata a ritrovare la posizione in piedi.

AUGUSTA

La posizione ottenuta mi garantiva un ottimo galleggiamento, nonché una sensazione di piacevole rilassamento. Cerco di descrivere alcune impressioni provate durante la terapia. Una sicuramente grossa campana tibetana faceva vibrare l'acqua intorno alla mia testa. Mi sentivo rilassata con le braccia scostate dal corpo, quasi aperte. Mi sembrava di essere sospesa in aria. Tenevo gli occhi chiusi. La sensazione trasmessa dalle vibrazioni era molto forte. A un certo punto ho aperto gli occhi per un breve momento e ho visto il cielo azzurro attraversato da cumuli bianchi. Mi sentivo fluttuare nell'aria e ho pensato che questa doveva essere la sensazione che avrei provato al momento del trapasso, quando la mia entità avrebbe lasciato il corpo fisico. Mi libravo nell'aria senza peso, la mente libera da pensieri e ansie, senza legami dalle cose terrene. Ero leggera, quasi felice e veleggiavo. La terapia è continuata con il posizio-

“...due campane, una tavola di supporto, la nostra intenzione al regalo, avrebbero completato l'esperienza.”

“L'atto di donare qualcosa all'altro è tra le espressioni più belle della comunicazione e un'espressione della psicologia umana.”

“L’immagine era armoniosa, i corpi aperti al galleggiamento, uniti dall’estremità in un disegno immaginario circolare: YIN-YANG.”

namento della campana sulle varie parti del corpo. Ricordo bene l’istante in cui è stata appoggiata nella zona palmare della mano sinistra. Sotto di essa sentivo il contatto di un palmo, credevo fosse quello della terapeuta ma, al termine della seduta, cessate le vibrazioni e tolta la campana, mi è stato detto che la mia mano cercava di tornare al contatto dell’altra, quella della persona che era in trattamento insieme a me. Un altro momento che ricordo con piacere è stato quando, tolti i sostegni galleggianti, il mio corpo, raccolto in posizione fetale tra le braccia della terapeuta, era a contatto col suo ventre. A un certo punto lei cantava una leggera melodia simile a una ninna-nanna. La percepivo filtrata dall’acqua in cui erano immerse le orecchie. Ho sentito sussurrare il mio nome. Una sensazione che mi ha fatto sentire nel ventre di mia madre prima della nascita. Nascita e morte, due momenti che si sono fissati nella mente insieme al benessere fisico di pace, di equilibrio e di distacco dalle ansie quotidiane.

ANNA

Mi sono occupata del trattamento alla mia amica Rosanna che sta attraversando un periodo di dolore affettivo. Era timorosa nell’acceptare questa combinazione a quattro, soprattutto voleva evitare che il lasciarsi andare, potesse comportare un’esplosione emotiva. Con la scusa del regalo di compleanno sono riuscita a convincerla e mi sono dedicata a lei con grande amorevolezza. Aveva difficoltà a rilassarsi e persino nella fase di maternage ha avuto una leggera, ma fastidiosa nausea che non l’ha lasciata neanche al termine dell’esperienza. L’ho seguita nelle fasi di galleggiamento, alternandole la campana in acqua, sul corpo, intorno alla sua aura. Anche se ero di spalle sentivo la presenza sonora di Gabriella. Le nostre campane, in sintonia, si accordavano spontaneamente. L’acqua grazie al sole, era calda in superficie e fresca sulle nostre gambe. Ci si muoveva

all’unisono ognuna con la sua creatura da accudire. Il corpo, quasi sospeso sull’acqua, si spostava verso i bordi della piscina ma bastava un impercettibile tocco per guidarlo senza intralciare la danza del respiro. Notavo che Rosanna man mano mollava le resistenze, galleggiava senza controllo, il volto si distendeva. In questo lento movimento i corpi, quasi attratti l’uno dall’altro, si sono posizionati in modo da avere tutti e due la mano sinistra a contatto. Approfittando del momento ho sostenuto le mani nell’acqua sovrapponendole, ho adagiato la campana e ho suonato. L’immagine era armoniosa, i corpi aperti al galleggiamento, uniti dall’estremità in un disegno immaginario circolare: YIN-YANG.

La voce si è inserita nel giusto momento del loro distacco e per me e Gabriella è stato il punto d’incontro vocale di tutto ciò che stavamo vivendo. Dopo il maternage, nella fase di risveglio, la mia gioia si è espressa con un bacio affettuoso alla mia amica Rosanna.

ROSANNA (*la sera del trattamento*)

Adesso, ancora di più, sto metabolizzando l’esito delle campane in acqua. Chissà perché mi portano a parlare con la mia mamma che non c’è più. Mi sono trovata a immaginare di essere ancora nel suo ventre e galleggiare nel liquido amniotico che mi sorreggeva e mi dava un senso di sicurezza, di estasi unica. Le vibrazioni mi facevano avvertire la nostra unione dove tutto ciò che sentiva lei si ripercuoteva dentro e insieme perceivamo. Un galleggiamento morbido, una musica a volte lontana, a volte più vicina che ti entra in ogni parte del corpo. Poi un canto emozionante, un bacio e ti sembra di rinascere. Non so se è stato così, nessuno lo saprà mai, ma la sensazione è quella che ti fa pensare alla...RI-NASCITA.

***Anna Maria Civitareale**

*Infermiera professionale,
Riflessoterapeuta al piede
(metodo Hanne Marquardt)
e operatrice in Tecnica
Metamorfica.
Operatore olistico in
massaggio sonoro® con le
campane tibetane
ed insegnante di Yoga.*

Massaggio con Olio di Sandalo e Campana Tibetana

Laboratorio aperto a tutti, e particolarmente indicato
per **Operatori del settore Benessere ed insegnanti di Yoga**

Condotto da **Mauro Pedone**



domenica **19** febbraio
— ore 10:00 - 18:00 —



Centro Myolistic
via di Mezzocammino 196,
(Asd T Club) Roma

Elisa: 347 751 5016
Giorgio: 335 837 1222



Ogni partecipante al laboratorio
riceverà un gradevole **kit in omaggio**
offerto gentilmente da Flora Primavera,
azienda italiana che produce oli essenziali
puri 100% BIO da oltre trent'anni.

In collaborazione con:



HERMES • ARKEIOS • STUDIO TESI



Centro Studi
La Voce del Carro



Gli alberi e i loro preziosi oli essenziali

di Mauro Pedone

Gli alberi con la loro bellezza ci ricordano le meraviglie della natura, con gli oli essenziali profumano l'aria regalandoci momenti di gioia per lo spirito! A seguire vi ricordiamo le particolari qualità di alcuni alberi.

Un Pino in città

A volte capita anche nelle nostre città di imbatterci d'improvviso nel classico profumo del Pino, e in un attimo la nostra mente si apre al ricordo delle pinete e del mare. E il respiro si distende. L'olio essenziale di pino marittimo si estrae dalla resina della sua corteccia.

Cedro

Il tempio di Salomone fu costruito con legno di cedro, per gli antichi era simbolo di forza, nobiltà e dignità. Si tramanda che Noè, per ringraziare di essersi salvato dal diluvio bruciò Mirra e legno di Cedro. È un albero vissuto per molto tempo in terre difficili, e per questo motivo da molta forza e coraggio. Il suo profumo è molto equilibrante per la nostra mente. L'olio essenziale estratto dal Cedro è riscaldante, riequilibrante e vivificante. Il suo profumo riesce a domare i sentimenti di aggressività, paura e collera. Come tutte le conifere influenza positivamente l'apparato respiratorio.

Cipresso

L'albero del cipresso ci porta naturalmente in uno stato di raccoglimento e spiritualità, viene coltivato come pianta ornamentale. In Egitto il suo legno veniva usato per costruire i sarcofagi. Collega le energie del centro della terra ai moti stellari. L'olio essenziale è in grado di arrestare la fuga d'idee, ha una funzione calmante, rinforza i nervi, favorisce il radicamento, e la concentrazione. Può essere utilizzato per contrastare la debolezza del tessuto connettivo e la cellulite.



Eucalipto

L'olio essenziale di eucalipto si ottiene per distillazione delle foglie giovani. È particolarmente adatto nella lampada per aromi, per contrastare gli stati influenzali. È balsamico, decongestionante e antinfiammatorio contrasta ogni tipo di virus, ottimo per le affezioni a carico dell'apparato respiratorio. Rafforza il cuore e il sistema immunitario. Ci fa sentire uniti a tutte le cose e gli esseri. È anche molto utile contro gli insetti.

Limone

L'olio essenziale estratto dalla buccia del limone rafforza la sintesi degli anticorpi e fluidifica il sangue, da un valido supporto epatico, rafforza il sistema immunitario. Nella lampada d'aromi aiuta la concentrazione e stimola la mente; è consigliato per chi lavora al computer in quanto fa diminuire gli errori. Nei massaggi l'olio stimola la circolazione linfatica, rinforza le vene, abbassa la pressione. Ottimo per i massaggi alle gambe, dona nuove forze, è molto amato dagli sportivi.

Sandalo

Il legno di sandalo è uno dei regali più preziosi che ci è arrivato dall'Oriente! È particolarmente interessante la funzione dell'olio di sandalo. Sappiamo che in India nelle pratiche yoga è messo in relazione con il chakra del sacro e della corona. Ed è per questo che nelle scuole di tantra yoga viene utilizzato per risvegliare l'energia kundalini. Il suo profumo favorisce la comunicazione tra i vari centri energetici.

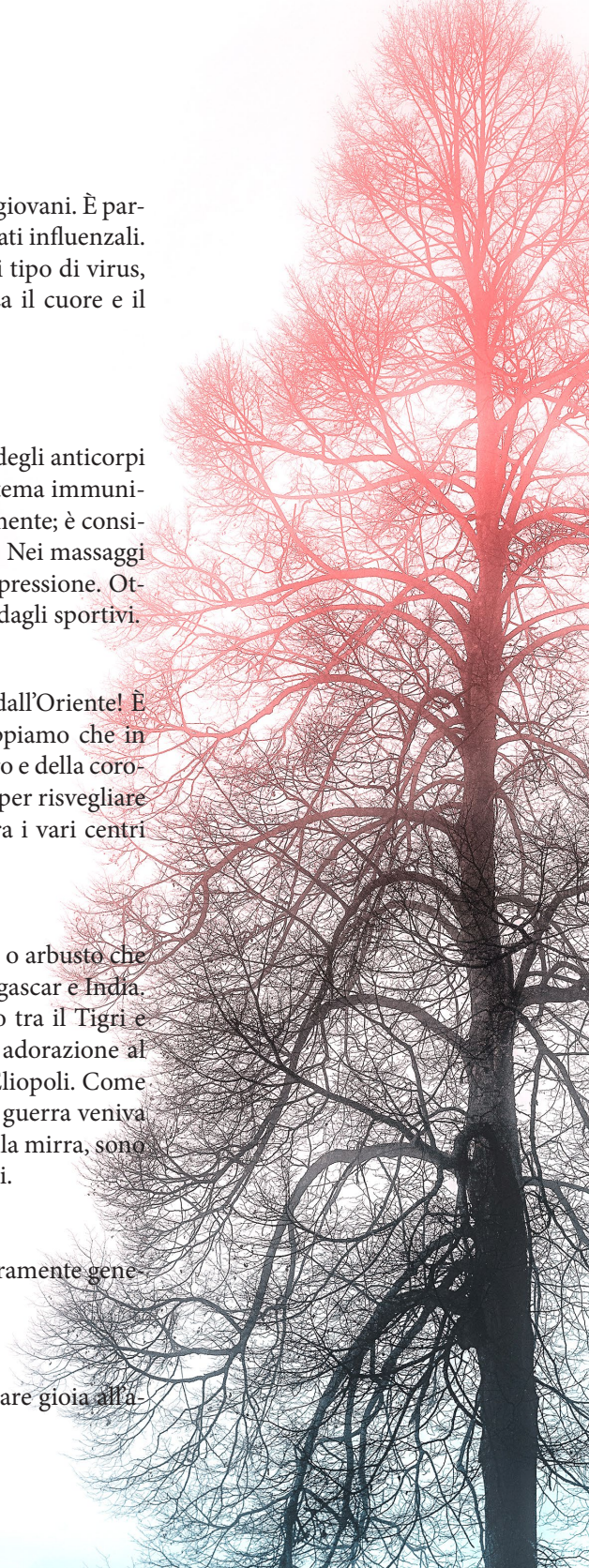
Mirra

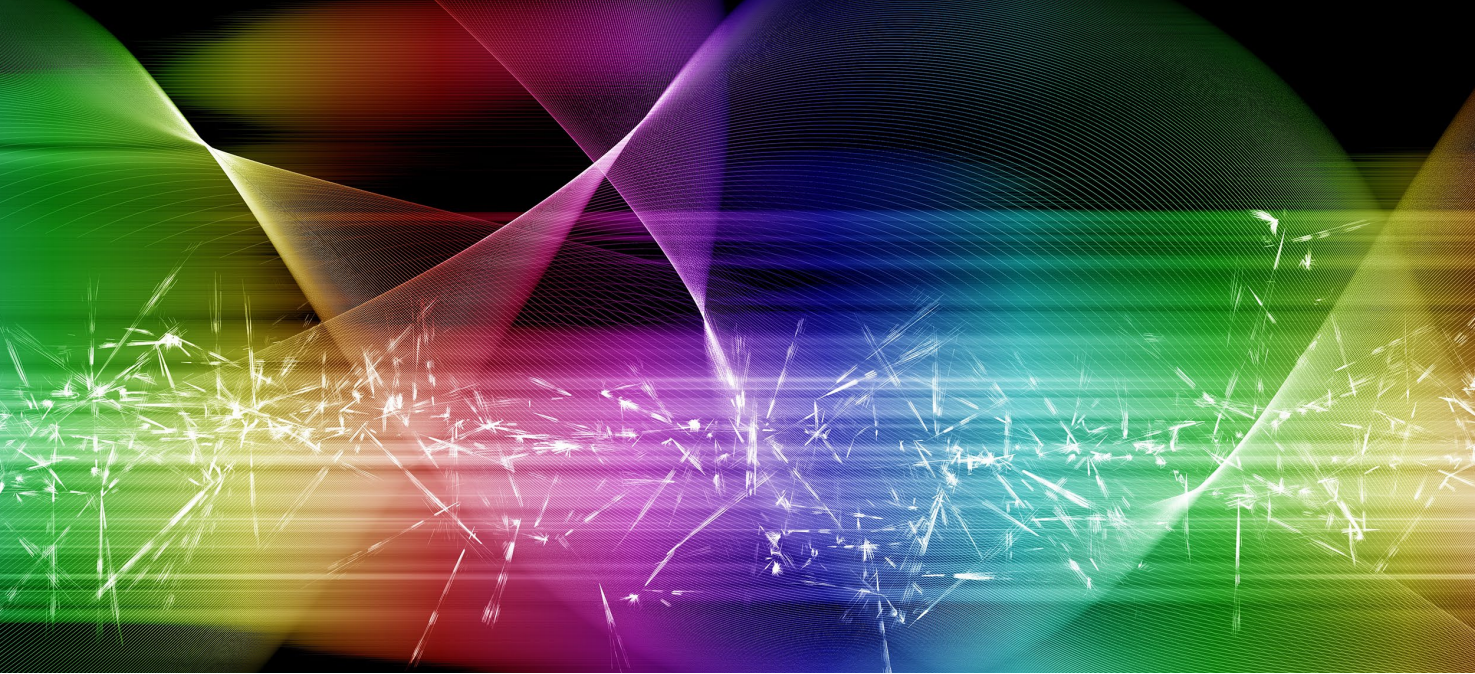
La Mirra è una gomma resina aromatica che si estrae da un albero o arbusto che si trova principalmente sulle rive del mar Rosso, in Senegal, Madagascar e India. Si trovavano anche nel Giardino dell'Eden, il territorio compreso tra il Tigri e l'Eufrate, ai tempi dell'antica Babilonia. Gli Egizi, nei loro riti di adorazione al Sole, bruciavano Mirra ogni giorno a mezzogiorno nella città di Eliopoli. Come tutte le resine ha una forte proprietà cicatrizzante, anticamente in guerra veniva spalmata direttamente sulle ferite. Le eccellenti qualità curative della mirra, sono state utilizzate da molti popoli, viene usata da almeno tremila anni.

Arancio

Completiamo questa breve carrellata con l'albero dell'Arancio è veramente generoso! Possiamo ricavarne tre essenze:

- *petit grein* dalle foglie per incentivare la chiarezza mentale
- *neroli* dai fiori per essere in contatto con la nostra vita interiore
- arancio spremuto direttamente dalla buccia dei suoi frutti per dare gioia all'anima.





L'essenziale è invisibile agli occhi (il piccolo principe)

di Fabiana Ferrari*

“La biorisonanza è un metodo biofisico di terapia che impiega lo spettro delle oscillazioni elettromagnetiche proprie della persona, al fine di stimolare il naturale processo di autoguarigione.”

10

Un giorno, a fine di una lunga e stressante giornata di lavoro nel mio studio medico, Mauro si offrì di farmi un massaggio vibrazionale con le sue campane tibetane, lo scopo era quello di farmi rilassare, accettai!

Risultati sconvolgenti per me che non riesco a rilassarmi nemmeno in vacanza!

Quello stimolo sonoro, così delicato ma con effetti così importanti, forti... Ero distesa su un lettino e come un'isola circondata da un oceano di suoni, ogni componente del mio corpo e della mia anima vibravano quando quell'onda di informazioni mi attraversava.

Ero resettata, i miei fluidi viaggiavano ordinati dalla testa ai piedi e viceversa, mentre un flusso di luce mi pervadeva, i muscoli mollarono la tensione e finalmente con tutto il suono che sentivo con le orecchie, arrivò il silenzio!!!

Al risveglio di questo splendido viaggio la mia energia vitale era salita, ero più concentrata, potenziata, calma e soprattutto “in presenza”, nel QUI ed ORA.

Lavorare con l'energia a quel punto per me diventò fondamentale. Il mio strumento è un altro, ma lo scopo di

purificare la persona nel suo complesso permettendole di recuperare l'equilibrio omeostatico, l'antica bellezza e il vero ben-essere è lo stesso.

La biorisonanza è un metodo biofisico di terapia che impiega lo spettro delle oscillazioni elettromagnetiche proprie della persona, al fine di stimolare il naturale processo di autoguarigione.

Quando un segnale esterno, una vibrazione energetica come la frequenza emessa da un dispositivo di biorisonanza o dal suono di una campana, da un profumo o aroma, ci inonda, i nostri sensi leggono e decifrano questi segnali.

Vengono prodotte variazioni quantiche di energia che permettono di interagire con le “energie sottili” del corpo ripristinando l'equilibrio, l'armonia, la sincronia di atomi, molecole, cellule, tessuti e organi.

Anche il cervello è “produttore” di frequenze. Il pensiero stesso è frequenza. È stato scoperto che ogni stato mentale corrisponde a una determinata vibrazione.

Trattare un malessere emotivo o un disturbo psicologico con la Biorisonanza significa aiutare il cervello a “neutralizzare”, attraverso il principio di interferenza, quelle frequenze di onde che

sono la causa scatenante di certi stati d'animo o comportamenti.

Dato che tutto è energia e che l'energia è in costante mutamento, fornendo una nuova forma di "energia" alla parte malata, possiamo anche "correggere" l'errore informazionale energetico.

Laddove c'è troppa energia, possiamo toglierla. Laddove ce n'è troppo poca, possiamo incrementarla. Laddove c'è un patogeno, possiamo individuarlo e contrastarlo a livello energetico in modo molto specifico, attraverso l'emana- zione di una frequenza uguale alla sua ma di segno opposto e debellarlo.

Fu **Paul Schmidt** a riconoscere già nel 1976 la relazione fra l'applicazione di una vibrazione elettromagnetica ed il suo effetto regolatorio sull'organismo umano e animale. Anche sulle piante. Creò la *biorisonanza esogena* (che agisce dall'esterno). La *endogena* lavora con i modelli vibrazionali dell'organi- smo stesso.

Il primo passo verso la guarigione non deve essere automaticamente una tera- pia. Il primo e decisivo passo è la di- sattivazione o la riduzione dei campi che agiscono negativamente sull'orga- nismo. È questa la ricerca delle cause.

Tra i fattori causanti quelli presenti ovunque sono l'elettrosmog, le zone ge- ologiche di disturbo. Sulla dannosità di reticoli, vene acquifere e faglie sono già stati scritti molti libri.

Terzo fattore di incidenza è chiara- mente la dieta, e in particolare l'equilibrio acido-base, la flora intestinale e la no- stra acqua.

Da una valutazione con dispositivo di biorisonanza di Paul Schmidt (*polar PS 1000 4.0*) si possono rilevare disequi- libri energetici di ogni singola cellula e quindi la si può "nutrire" con la sua specifica vibrazione. Dapprima "legge" il corpo umano della persona attraver- so un test che ne rileva lo stato ener- getico, organo per organo, tessuto per tessuto; dai risultati ottenuti, l'Operato- re può comprendere i disequilibri ener- getici della persona e successivamente, è possibile generare solo quelle speci- fiche frequenze necessarie ad armoniz- zare il suo corpo.

Ogni patologia, nasce sul piano ener- getico e solo successivamente si ma- nifesta sul piano fisico. Per questo intervenendo sul piano energetico, possiamo fare un ottimo lavoro di prevenzione.

Possiamo verificare e correggere:

- lo stato energetico dei chakra e il flusso energetico dei meridiani dell'a- gopuntura se vi siano carenze o meno di sostanze vitali (vitamine, oligoele- menti, probiotici) e il corpo è soffe- rente per via di *elettrosmog* o *geopatie*
- se il corpo ha assorbito tossine am- bientali (*metalli pesanti, pesticidi, de- rivati petroliferi, etc*)

- lo stato degli *enzimi* del corpo

- se vi sia qualche *allergia e intolleran- za*

- la presenza di *virus, batteri, parassiti e funghi*

- l'equilibrio/disequilibrio di tutti i si- stemi fisiologici.

In assenza di malessere, la Biorisonanza è in grado di promuovere il mantenimento del corretto stato energetico del corpo e accentuarne la vitalità.

Diventiamo abili a percepire l'energia, tutto vibra nell'Universo, e l'ampiezza di ogni vibrazione determina gli even- ti!!!

***Dott.ssa Fabiana Ferrari**

- Laureata in Odontoiatria presso
La Sapienza di Roma.

- Operatore di Biorisonanza secondo
Paul Schmidt.

- Omotossicologa e Posturologa.

- Cristalloterapeuta

"Ogni patologia, nasce sul piano ener- getico e solo succes- sivamente si manifesta sul piano fisico. Per questo intervenendo sul piano energetico, possiamo fare un ottimo lavoro di prevenzione."





WHITE CHESTNUT: *l'ansiolitico del sistema floreale (WCH)* di Luana Belloni*

12

“...quando l'interesse per il presente non è abbastanza forte da occupare del tutto la loro mente.”

L'ippocastano o castagno d'india è un pilastro nel trattamento dell'ansia.

Nella sua descrizione il Dott Bach lo raccomanda a “quelli che non riescono a evitare che la loro mente sia costantemente assillata da pensieri, idee e ragionamenti indesiderati. Ciò di solito accade quando l'interesse per il presente non è abbastanza forte da occupare del tutto la loro mente. I pensieri, anche se respinti ritornano immancabilmente, come in un turbino, causando una specie di tortura mentale. La presenza di questi pensieri così sgradevoli toglie la pace e impedisce di concentrarsi sul lavoro o sul piacere quotidiano”.

E dunque iniziamo a capire grazie a queste poche righe, che cosa nello specifico possiamo trattare con questa essenza, considerata “l'ansiolitico del sistema floreale”.

Intanto, un tratto saliente nelle persone è la preoccupazione sottoforma di pensieri negativi, inquietanti. C'è una paura di tipo anticipatoria che prende tutto il campo mentale, con un pensiero che si ripete all'infinito, senza essere capaci di fermarlo o di spostare

l'attenzione su qualche altra cosa.

Whithe Chestnut costituisce infatti il motore mentale dell'ansia, che come un disco incantato alimenta la nostra preoccupazione, rendendola in alcuni casi sempre più gigante e schiacciante.

Facciamo alcuni esempi di chiacchiericcio mentale che può assillare le nostre giornate e... nottate.

Preoccupazione per la paura di essere rifiutati, di essere ridicoli o umiliati, per i presunti pericoli che minacciano i nostri cari, ecc...

Iniziamo con il dire che di per se stessa, la preoccupazione non ha accezione negativa, quando cioè serve a mettere in atto strategie per risolvere o affrontare determinate situazioni, può essere senz'altro lo sfondo per le giuste azioni. Quando però si trasforma in una ripetizione sterile degli stessi pensieri negativi, pessimisti, in un circolo vizioso senza via di fuga, non fa altro che inchiodare la persona passivamente, con l'unico risultato di portarle stanchezza e consumo di energia vitale, invece che soluzione del problema.

I fiori dell'ippocastano non hanno una forma e una struttura ben definite. I

singoli fiori, dai trenta ai quaranta, formano una piramide. Alla vista l'impressione è di irregolarità, di movimento, di cambiamento, di asimmetria. A loro volta, solo alcuni dei fiori produrranno i frutti, le castagne d'india, che cadono a terra in ottobre. L'involucro è spinoso e secondo Barnard, gli aculei, hanno il significato generico di stimolare ad agire, ad infrangere il modello mentale del passato. In questo caso a lasciar cadere il pensiero assillante ed in alcuni casi torturante.

L'albero di ippocastano ha il tronco biforcuto e i rami che si irradiano in molte direzioni, si piegano verso il basso e spesso vengono spezzati dal vento forte.

È una forma, indicativa di debolezza, di mancanza d'integrità e di postura eretta. Possiamo paragonarla per similitudine di forma, ad una persona ripiegata sui suoi pensieri, vittima degli stessi. Le radici si estendono in superficie e non penetrano nel terreno. Anche qui si potrebbe vedere un parallelismo fra questa ultima caratteristica e il lavoro che fa questa essenza secondo Katz e Kaminski: "Whithe Chestnut ricanalizza la congestione energetica del piano mentale, permettendo all'individuo di ritrovare una maggiore percezione della sua vita emozionale, soprattutto nei chakra del plesso solare e del cuore. Quando questi centri energetici si riequilibrano, si possono elaborare i sen-

timenti prima che si trasformino in pensieri ripetitivi e agitati...IN TAL MODO L'ESSENZA LIBERA LA VITA MENTALE PER L'ATTIVITÀ CHIARA E CALMA DELLA MENTE SUPERIORE".

Il contatto con il proprio mondo emotivo e la capacità di elaborazione e trasformazione, permette quindi di non essere vittima di pensieri parassiti che impediscono di rilassarsi, di meditare o di dormire ad esempio. Più in generale possiamo affermare che la persona non riesce a stare nel "qui e ora". Ed è infatti tipico di chi è preda di preoccupazioni essere "assorto" in un altro tempo o /e in un altro dove, lo sguardo nel vuoto, disconnesso dal momento attuale. Come una sorta di "rapimento" in un altrove così incombente che tiene intrappolati.

Questa essenza aiuta a ridurre una serie di automatismi mentali inconsci. Naturalmente è sempre bene integrare con un lavoro su di sé di più ampio raggio, ad esempio con un sostegno psicologico; infatti è indubbio che la maggior parte degli stati mentali negativi cronici, hanno alla base la ripetizione continua di determinati contenuti e dunque con un lavoro duplice con i Fiori (non solo WCH) e con tecniche di consapevolezza della persona, i risultati possano giungere più rapidamente.

"Whithe Chestnut ricanalizza la congestione energetica del piano mentale, permettendo all'individuo di ritrovare una maggiore percezione della sua vita emozionale."



“Si riacquisterà energia, lucidità, brillantezza, presenza e soprattutto direi la curiosità di vedere veramente cosa c’è intorno a se stessi...”

Secondo la scuola indiana del Dott. Vohra, il rimedio è da prescrivere in ogni malattia cronica. Il ragionamento è questo: affinché qualcosa si cronizzi è necessario che si ripeta, che si crei un circolo vizioso. Questo vale sia per un pensiero che per una malattia quindi.

È utile usare questa essenza da un punto di vista transpersonale, per tutto ciò che sia ripetizione accelerata: tosse, tic, singhiozzo, prurito, starnuti... Anche nei casi di assuefazione perché anche qui si ripete qualcosa, una immagine, una sensazione, un gesto che tiene legata la persona ad una determinata sostanza da cui dipende (fumatori, alcolisti...).

È stata usata con ottimi risultati in pazienti affetti da malattie gravi o invalidanti, accompagnate da depressione.

I Fiori, non dimentichiamoci che ci riconnettono al nostro Sé superiore, ci riportano sulla strada che siamo venuti a percorrere e che a volte smarriamo, e non deve stupire se la loro somministrazione porta dei miglioramenti anche abbastanza velocemente.

Il condizionamento che ci può dare un pensiero che ci gira in testa e che non riusciamo ad allontanare, può essere enorme. E dato che sono in genere pensieri di preoccupazione, possiamo veramente deviare tanto dal nostro progetto di Vita!

WCH fa parte della formula creata dal Dott. Orozco da utilizzare per chi soffre di insonnia. Oltre alla nostra essenza troviamo Impatiens, Elm e Scleranthus.

E dunque, se vogliamo spegnere la radio che ci ripropone la stessa canzone ormai da molto tempo, utilizziamo questa preziosa essenza, sempre insieme alle altre utili per una determinata persona. Si riacquisterà energia, lucidità, brillantezza, presenza e soprattutto direi la curiosità di vedere veramente cosa c’è intorno a se stessi, di provare interesse per qualcun altro che non sia se stesso e le proprie cantilene. Perché è chiaro che entrando

nel vortice di un pensiero che ripetiamo continuamente, uno degli effetti che otteniamo è senz’altro un possibile stordimento che certo non avvicina agli altri e non fa avvicinare. Uno dei temi del momento per come la vedo è invece proprio l’impegno delle persone consapevoli nel creare relazioni significative con i suoi simili.

***Luana Belloni**

Laureata in Fisioterapia
all’Università “La Sapienza” di Roma,
specializzata in R.P.G. (Souchart).

È Operatrice in
Massaggio sonoro® con le
campane tibetane e gli oli essenziali
e Floriterapeuta (MRO)

BIBLIOGRAFIA

- Ricardo Orozco, *Fiori di Bach 38 descrizioni dinamiche*, edizioni: centro di benessere psicofisco
- Julian Barnard, *Fiori di Bach, forma e funzione*, edizione tecniche nuove



Yoga e Campane Tibetane per l'Autismo

Tecniche vibrazionali per i "Disturbi dello spettro autistico"



CORSO DI AGGIORNAMENTO PROFESSIONALE

condotto da:

Mauro Pedone - Valeria Porro - Sergio Starace

Il corso è rivolto a:

*educatori, operatori socio sanitari, psicologi,
insegnanti di yoga, musicoterapeuti, operatori olistici*

si svilupperà in due weekend:

4/5 e **25/26** marzo
dalle ore 10:00 alle 18:00

per maggiori info:



presso **L'Oasi dello Yoga**
via del Casaletto Rosso
CITAVECCHIA (RM)



Centro Studi
La Voce del Carro



PrānāYurta
l'oasi dello Yoga



Yoga e Campane Tibetane.

Una metodologia di supporto alle problematiche di spettro autistico e altre forme di disagio psichico.

*di Sergio Starace**

“Yoga e Campane Tibetane non solo vanno nella stessa direzione (facilitando meditazione e benessere) ma se abbinate nella stessa pratica potenziano esponenzialmente i loro effetti benefici.”

Lo Yoga consiste in una serie di pratiche (sul corpo fisico, sul respiro, sulla focalizzazione della mente), che conducono a sperimentare momenti di calma e benessere psicofisico.

Le Campane Tibetane attraverso il loro suono ricco di armonici e le vibrazioni avvolgenti, portano a percepire calma mentale e distensione psicofisica.

Yoga e Campane Tibetane non solo vanno nella stessa direzione (facilitando meditazione e benessere) ma se abbinate nella stessa pratica potenziano esponenzialmente i loro effetti benefici. Insieme all'amico e collega *Mauro Pedone* abbiamo intrapreso da qualche anno lo studio sull'azione sinergica di Yoga e Campane Tibetane con un focus in particolare su persone estremamente sensibili e delicate come bambini con disturbi dello spettro autistico.

I nostri studi e le nostre esperienze e i progetti sono andati sempre aumentando nel tempo e li abbiamo condotti sia congiuntamente che separatamente. In ogni caso abbiamo osservato gli evidenti benefici nei bimbi confermati poi dai genitori e dagli educatori, soprattutto per quanto riguarda la maggiore calma che porta una serie di migliorie nella vita quotidiana di famiglie che affrontano queste problematiche.

LA METODOLOGIA

Con il tempo abbiamo iniziato a strutturare una metodologia riguardo una lezione tipo che si rivolge a piccoli gruppi di bambini o ragazzi. La metodologia si avvale del racconto di una piccola storia con protagonisti animali ed elementi della natura che vengono mimati con posizioni semplici dello yoga che hanno l'obiettivo di migliorare coordinazione, equilibrio e atten-

zione. Le posizioni scelte sono ben precise, sempre abbinate al respiro e sono selezionate con l'intenzione di evitare movimenti pericolosi o troppo difficili o troppo attivanti. Durante la storia ci sono momenti di pausa in cui si ascolta il suono delle campane, successivamente le campane vengono appoggiate sulla schiena dei bimbi e far percepire loro l'azione piacevole delle vibrazioni sonore sul corpo. Una fase altrettanto importante e coinvolgente è il canto delle vocali, le cosiddette vocalizzazioni e il canto OM. Si conclude con dei giochi che portano verso il rilassamento in cui i bimbi suonano le campane e se ci sono anche altri strumenti ancestrali.

IL CORSO DI AGGIORNAMENTO

Visto il crescente aumento delle diagnosi di spettro autistico riscontrato negli ultimi anni e consapevoli dei benefici che questa metodologia di yoga e campane tibetane può apportare, abbiamo sentito la necessità di condividere le nostre conoscenze attraverso un corso di aggiornamento professionale rivolto a insegnanti di yoga, operatori olistici, educatori, psicologi, insegnanti, musicoterapeuti e genitori.

Il progetto dal titolo *“YOGA E CAMPANE TIBETANE PER L'AUTISMO - tecniche vibrazionali per il disturbo dello spettro autistico”* si avvale della collaborazione della psicologa *dott.ssa Valeria Porro* che da anni segue persone con vari livelli di disturbi dello spettro autistico, della cooperativa sociale *Solidarietà Società* per la raccolta ed elaborazione dati, dalla esperta di *Fiori di Bach* la *dott.ssa Luana Belloni*, e della *dott.ssa Fabiana Ferrari*, *Medico ed Operatrice in Biorisonanza*.

***Sergio Starace**
insegnante di yoga per adulti e bambini, Operatore olistico in Massaggio sonoro® con campane tibetane ed oli essenziali. Diplomato in cristalloterapia nella teoria del campo eterico umano della Maestra Fufi Sonnino.



ANDREA

Ho perso un caro amico da poco tempo e il dolore è profondo, scava i miei ricordi per cercare un appiglio che non mi porti nel non-sense.

Quando lo abbiamo saputo tutto si è fermato come merita il momento, il ricordarlo, il pensarlo, il vederlo sono stati gli unici momenti che hanno dato un senso al trascorrere di quel pomeriggio.

Dopo un tempo passato a ricordarlo ed a parlare di lui a voce bassa, la tristezza continuava imperterrita il suo lavoro. E va bene così. Stare fermi, dopo un po' fa arrivare l'angoscia, e per non sentirla l'unica cosa è muoversi, è fare, ma un fare che mantenga il contatto con Andrea.

I suoi articoli sono stati sempre accolti da un sincero interesse da parte nostra, scritti che mostrano una sapienza dalle mille sfumature, salda, ben centrata. Riflettono il suo amore per la continua ricerca e lo studiare. Ottimo terapeuta e valente musicista, i suoi brani ci stanno accompagnando in questi giorni.

Quando lo scorso anno ho perso il mio papà, Andrea mi ha detto qualcosa del tipo "la morte non esiste, si continua a stare tutti insieme, solo su piani diversi". È quello che voglio pensare anche ora per lui e per Alicia, la sua cara figlia.

In quei momenti di disperazione per me, mi ha aiutato tantissimo e gliene sono ancora grata, per sempre. Ha sostenuto il mio caro papà a distanza, facendo un lavoro che so essere anche faticoso. Nel giorno del suo passaggio, il 29 novembre 2022 e dell'inizio per lui di un nuovo cammino, ho chiesto a mio padre di accoglierlo, di abbracciarlo, di accompagnarlo.

Nessuno di noi sa che viaggio lo aspetta, ma il suo sarà sicuramente dolce, leggero, luminoso. Gli auguro il meglio e sicuramente sarà così!

Ho avuto il piacere di poter partecipare al concerto in suo onore organizzato da alcuni dei suoi più cari amici e colleghi. È stata una serata inverosimile. Tutti uniti nel rispetto e nell'amore verso Andrea e verso la sua famiglia, presente e disponibile per tutti, alla ricerca di un contatto, di una parola, di un gesto, di un suono che gli portasse qualcosa di lui. Che trattenesse la sua presenza ma che portasse anche il suo ricordo. Bellissima musica e bellissime persone. Una commozione direi "terapeutica".

A noi rimane la sua amicizia, la musica, la sua immensa conoscenza e sensibilità. La sua voce profonda con cui ha cantato il percorso evolutivo che fa l'uomo attraverso gli archetipi nel suo ultimo lavoro "Un faro nella notte" in cui intreccia una narrazione con sua figlia Alicia.

Che cosa è successo?

Ci ritroviamo a piangere un caro amico che non possiamo più abbracciare, ma che portiamo nel nostro cuore, a volte sarà con tristezza, con commozione ed altre con leggerezza e con un sorriso; e comunque sempre con un grande amore, di quell'amore che crea legame fra le persone, che le fa sentire unite e non divise anche se distanti, anche se su mondi e piani diversi.

Ringrazio Andrea per avermi permesso di essere sua amica.

Grazie a Serena, Alicia, Antonella, Antonio e Daniele per l'accoglienza ricevuta su ad Udine e dintorni.

Luana

Open day

Domenica 5 febbraio 2023

“PrānaYurta l'oasi dello Yoga”

dalle ore 16:00 alle ore 19:00

Civitavecchia (RM)

Presentazione del Gioco dei Tre Sentieri

Lecture individuali TAROCCHI DEI TRE SENTIERI
con Sergio Starace e Mauro Pedone

PROGRAMMA GIORNATA OPEN DAY

- Saluti di benvenuto
- Presentazione del libro: Tarocchi dei Tre Sentieri
- Presentazione del Gioco dei Tre Sentieri
- Momenti di riequilibrio energetico di gruppo
- Pescate di carte individuali con lettura e pratiche riequilibranti
- Possibilità acquisto libro a prezzo speciale per l'occasione

Al termine del laboratorio verrà offerto un assaggio dei prodotti di *Marty Gluten Free*

PESCARRE UNA CARTA

Nell'incontro tutti i partecipanti avranno l'opportunità di pescare una carta scoprendo con quale chakra lavorare per creare armonia ed equilibrio. Gli strumenti che utilizzeremo sono i cristalli, le campane tibetane, la nostra voce, gli oli essenziali e le conoscenze dello yoga. Il Gioco prevede anche dei momenti di armonizzazione di gruppo che sosterranno la ricerca di ognuno.

FLORA PRIMAVERA

Gli oli essenziali che useremo per le pratiche riequilibranti sono della Flora Primavera, azienda italiana che produce oli essenziali puri 100% BIO da oltre trent'anni. I partecipanti riceveranno una copia omaggio dell'ultimo numero de L'Aromatario, rivista trimestrale Flora rivolta a tutta la famiglia con semplici consigli nel campo delle medicine naturali.

CONDUZIONE

A cura di Mauro Pedone e Sergio Starace

Mauro Pedone, responsabile del Centro Studi “La Voce del Carro”, musicoterapeuta, lavora nel campo delle cure naturali dalla metà degli anni Ottanta. Svolge un'intensa attività di formazione per Operatori Olistici. È docente della Flora-Primavera per i corsi di aromaterapia.

Sergio Starace è un insegnante di yoga, operatore olistico di massaggio sonoro con campane tibetane e oli essenziali, gong master, diplomato in cristalloterapia nella teoria del campo eterico umano. È il fondatore di “Pranayurta

l'oasi dello yoga a Civitavecchia.

INFORMAZIONI

L'Open day si terrà presso Pranayurta l'Oasi dello yoga, si trova in via del Casaletto Rosso, 00053 Civitavecchia (Roma).

Per informazioni è possibile contattare Sergio: cell. 328 477 8287- mail: sergiosta77@gmail.com

Laboratorio

Domenica 19 febbraio 2023

Roma (RM)

Massaggio con olio di sandalo e campana tibetana

L'ESSENZA DI SANDALO


È particolarmente interessante la funzione dell'olio essenziale ricavato dal legno di sandalo. Sappiamo che in India nelle pratiche yoga è messo in relazione con il chakra del sacro e della corona. Ed è per questo che nelle scuole di tantra yoga viene utilizzato per risvegliare l'energia kundalini. Il suo profumo favorisce la comunicazione tra i vari centri energetici. Utilizziamo con attenzione e rispetto questa essenza. Ricordiamoci che è considerata sacra nella cultura orientale.

NEL LABORATORIO

Nel laboratorio Mauro Pedone mostrerà praticamente come si effettua il massaggio con l'olio di sandalo: dopo la prima parte del massaggio vero e proprio, praticato con le mani, si utilizzerà una campana tibetana dalle sonorità particolarmente indicate per questa metodica, in maniera che le vibrazioni aiutino la risalita dell'energia nella colonna. A questo punto tutti i partecipanti al laboratorio avranno appreso le modalità di base per praticare la tecnica. Quindi in coppia praticheranno tra di loro il massaggio con l'olio essenziale di sandalo. Saranno disponibili per tutti delle specifiche campane indicate per questo tipo d'esperienza. La tecnica riprende un'antica forma del massaggio indiano sulla schiena, inizieremo dal sacro risalendo poi verso la testa. E attiveremo le vibrazioni della campana nella modalità indicata per collegare tutti i chakra.

AGGIORNAMENTO PROFESSIONALE

Il laboratorio è aperto a tutti, è particolarmente indicato per gli Operatori del settore benessere e gli insegnanti di yoga. La giornata fornirà a tutti i partecipanti le basi ope-



rative per poter utilizzare e inserire questa tecnica nelle proprie competenze professionali.

SPECIFICHE CAMPANE TIBETANE

Nella giornata verranno messe a disposizione per la pratica, delle campane tibetane di fattura artigianale. Le caratteristiche tonali di queste campane sono particolarmente indicate per questa tecnica, hanno specifiche frequenze che favoriranno le decontratture muscolari e una profonda penetrazione nei tessuti. Mostriamo anche la sottile tecnica vibrazionale del suono indirizzato.

UN LIBRO COME UN MANUALE OPERATIVO

Nel laboratorio seguiremo la tecnica originale descritta in modo dettagliato nel nostro libro: *Massaggio sonoro con gli oli essenziali*, Edizioni Mediterranee, Roma, 2015.

Nel testo vengono riportate le modalità operative, per poter effettuare diversi tipi di massaggi, integrando le sottili vibrazioni degli oli essenziali, alle sonorità delle campane tibetane. Si viene introdotti, in modo semplice, nel mondo dell'aromaterapia, si spiegano le modalità di base per creare delle armoniose miscele di oli essenziali. Viene anche descritta una originale modalità di applicare le campane tibetane e gli oli essenziali in corrispondenza ai dodici segni astrologici. E' il primo testo che affronta e descrive dettagliatamente questa originale e affascinante integrazione vibrazionale. - 85 illustrazioni a colori cd audio di musiche originali -.

KIT OMAGGIO

Ogni partecipante al laboratorio riceverà un gradevole kit in omaggio offerto gentilmente da Flora Primavera, azienda italiana che produce oli essenziali puri 100% BIO da oltre trent'anni.

CONDUZIONE

La conduzione è a cura di: Mauro Pedone: Saggista, musicoterapeuta e ricercatore, lavora nel mondo delle cure naturali studiando e praticando tecniche per l'armonia dell'uomo nell'ambiente. Docente della Flora-Primavera per i corsi di Aromaterapia. Il laboratorio si terrà con la collaborazione del dott. Giorgio Cardoni e della dott.ssa Elisa Coppolino.

INFORMAZIONI

È consigliato un abbigliamento comodo, e un telo/pareo personale (Incontro a numero chiuso). L'incontro si terrà domenica 19 febbraio 2023, con orario 10:00/18:00, presso il Centro MyOlistic benessere e yoga, è uno spazio in cui ricercare la serenità del corpo e della mente attraverso percorsi di benessere olistico su misura. Si trova in via di

Mezzocammino 196, (Asd T Club) Roma. - Ingresso riservato ai soci - Per prenotazioni e informazioni: Elisa: +39 347 751 5016, Giorgio: +39 335 837 1222.

Laboratorio

Sabato 25 febbraio 2023

Roma (RM)

Tecniche di riequilibrio energetico

UNA GIORNATA DI RIEQUILIBRIO

Gli "strumenti" che utilizzeremo in questa giornata sono: la Biorisonanza, le campane tibetane, gli oli essenziali e i cristalli.

La Biorisonanza: nella vita di tutti i giorni usiamo inconsapevolmente modi di dire che descrivono con precisione l'essenza della BIORISONANZA. Diciamo ad esempio che due persone sono sulla stessa lunghezza d'onda oppure che qualcosa risuona nella nostra mente. Nel 1976 Paul Schmidt riconosce la relazione fra l'applicazione di una vibrazione elettromagnetica ed il suo effetto regolatorio sull'organismo umano, animali e piante. In questo incontro con il polar 1000 4.0 (dispositivo di biorisonanza secondo P.Schmidt), riceverete un trattamento di rienergizzazione, riarmonizzazione dei chakra dei meridiani e dell'aurea.

Le campane tibetane: sono degli antichi strumenti rituali, il loro obiettivo è quello di accordare l'uomo con l'universo attraverso le risonanze planetarie. Si narra che il Buddha le usasse per accompagnare la meditazione, per concentrare la mente per rendere i pensieri e i sentimenti limpidi e focalizzati. Facilitano il nostro percorso di vita, ci aiutano a lasciare andare il superfluo dando luce alla nostra essenza. In questa giornata ci guideranno nella ricerca del nostra vibrazione fondamentale.

Gli oli essenziali: in alcuni contesti insieme alle campane utilizzeremo gli oli essenziali, le loro preziose qualità ci saranno di valido aiuto nelle nostre pratiche riequilibranti. In particolare crederemo delle specifiche miscele per favorire l'armonia del sottile sistema dei chakra, ripuliremo le impressioni negative che si possono essere "fissate" nel nostro campo energetico, attiveremo le forze della luce.

I cristalli: sin dai tempi più antichi, insieme alle pietre preziose, sono stati considerati simboli dell'eternità, mediatori di forze sovranaturali con poteri di guarigione. Ai giorni d'oggi i cristalli di quarzo vengono largamente



impiegati nelle più diffuse apparecchiature elettroniche. E in biologia si è scoperto che molte membrane e strutture cellulari del corpo umano sono cristalli liquidi. Nel laboratorio daremo particolare attenzione alla componente cromatica dei cristalli in relazioni al sottile sistema dei chakra. E ancora, grazie alle regolari frequenze vibrazionali dei cristalli, unite alle sonorità delle campane, creeremo dei suggestivi paesaggi sonori, dei preziosi momenti, utili per poter ridisegnare le nostre storie personali. Per un viaggio evocativo nella memoria.

Molte volte non si ottiene la migliore e più durevole forma di guarigione con un solo approccio terapeutico, ma con la combinazione di più tecniche.

Dr. Richard Gerber

PRATICHE DI RIEQUILIBRIO INDIVIDUALI E DI GRUPPO

Nel laboratorio ci sarà l'opportunità per ogni partecipante di ricevere dei "trattamenti-pratiche" individuali, in maniera da poter sperimentare l'efficacia degli "strumenti" proposti, cercando le individuali risonanze, per affinità vibrazionale.

Il programma prevede anche uno spazio e un tempo, idoneo allo svolgimento di alcune attività riequilibranti, in modalità corale stando insieme, in gruppo.

IN COLLABORAZIONE CON LAZIENDA FLORA

Tutti gli oli essenziali che useremo sono prodotti dalla Flora-Primavera, a garanzia della loro qualità 100% bio, naturale senza molecole di sintesi. Per tutti i partecipanti è previsto un gradevole omaggio.

CONDUZIONE

A cura di Fabiana Ferrari e Mauro Pedone

Dott.ssa Fabiana Ferrari: Laureata in Odontoiatria presso La Sapienza di Roma. Operatore di Biorisonanza secondo Paul Schmidt.

Omotossicologa e Posturologa. Cristalloterapeuta

Mauro Pedone: Saggista, musicoterapeuta e ricercatore, studia, pratica e insegna tecniche per l'armonia dell'uomo nell'ambiente. Attraverso l'esperienza con lo shiatsu, lo yoga, la musicoterapia, l'aromaterapia e l'astrologia, ha codificato una specifica tecnica di Massaggio sonoro® con campane tibetane e oli essenziali.

INFORMAZIONI

Il laboratorio si terrà a Roma, sabato 25 febbraio 2023, dalle ore 10:00 alle ore 18:00. Via Carlo Tappi 53, (Palocco).

Quota di partecipazione € 90. L'incontro è organizzato a

numero chiuso.

Per informazioni e prenotazioni:

Fabiana: 347 998 5175 – mail: fabiferrari@libero.it

Mauro: 392 883 5627 – mail: info@lavocedelcarro.it



Corso di Aggiornamento professionale

4/5 - 25/26 marzo 2023

Civitavecchia (RM)

Yoga e Campane tibetane

per l'Autismo

INTRODUZIONE AL "PROGETTO AUTISMO"

Disturbi dello spettro autistico, in Italia sono circa 600.000 le famiglie che vivono ogni giorno le difficoltà relative a questa delicata e complessa realtà. In questo periodo storico di "continue emergenze" queste difficoltà si sono drammaticamente amplificate. Da molti anni operiamo in questo settore, con le nostre tecniche, utilizzando principalmente: lo yoga, la musicoterapia e le campane tibetane. Lavoriamo in collaborazione con i Centri Diurni e le relative ASL di riferimento. Da queste esperienze abbiamo potuto constatare quanto, effettivamente, le pratiche olistiche possano regalare momenti di tranquillità e benessere a persone con varie problematiche ed essere da supporto alle terapie mediche. In questo progetto ci proponiamo come risorsa applicativa nel lavoro riabilitativo e psicoeducativo.

CORSO AGGIORNAMENTO PROFESSIONALE.

È rivolto principalmente, alle figure professionali che operano in queste realtà: educatori, operatori socio sanitari, psicologi, insegnanti di yoga, musicoterapeuti, operatori olistici...

Durata: il corso si sviluppa in due fine settimane per un totale di trentadue ore.

Le date: 4/5 e 25/26 marzo 2023 – orario (10:00-18:00)

Sede: PrānaYurta l'oasi dello yoga, di Sergio Starace, via del Casaleto Rosso, Civitavecchia.

Quota di partecipazione: € 450

Riconoscimenti: Attestato di partecipazione al corso di aggiornamento professionale, rilasciato dal Centro Studi "La Voce del Carro" e da "PrānaYurta l'oasi dello Yoga", sono previsti crediti ECP Aspin.

LA CONDUZIONE

Sergio Starace: sociologo, insegnante di Yoga per adulti, bambini e persone con disturbi dello spettro autisti-



co, ha approfondito i suoi studi sul suono diventando Operatore Olistico nel Massaggio sonoro con campane tibetane e successivamente Gong Master. Da anni utilizza i cristalli nella teoria del campo eterico umano di Fufi Sonnino. Nel 2019 fonda “PrānaYurta l’oasi dello Yoga” a Civitavecchia, uno spazio dedicato a pratiche olistiche e meditative. Collabora con associazioni e la ASL ROMA 4 conducendo corsi di Yoga e vibrazione per persone con disagio psichico e sociale e in particolare per persone con disturbi dello spettro autistico.

Mauro Pedone: è il responsabile del Centro Studi “La Voce del Carro”. Saggista, musicoterapeuta e ricercatore, lavora dalla metà degli anni ottanta nel mondo delle cure naturali. Nei Centri Diurni per disagio mentale ha condotto classi di yoga in collaborazione con il personale delle Asl. Ha lavorato per più di dieci anni nelle carceri romane di Regina Coeli e Rebibbia favorendo il benessere nella popolazione carceraria attraverso il lavoro con lo shiatsu, lo yoga, la musicoterapia evolutiva, la meditazione, il massaggio sonoro con le campane tibetane; in collaborazione con il Ministero di Giustizia, le Asl e i Sert di competenza. Per anni ha collaborato con il Centro Diurno per persone disabili “La Locomotiva” del comune di Tivoli. Svolge un’intensa attività di formazione per operatori olistici. Iscritto nel registro professionale degli Operatori Olistici di ASPIN, livello di Formatore.

Valeria Porro è una psicologa e istruttrice certificata di Mindfulness e protocollo MBSR (formata presso il Centro studi Mindfulness) è docente formatore in Psicologia generale e dei processi del pensiero, si occupa di supporto e consulenza nella riduzione delle emozioni negative e dello stress, esperta di psico-oncologia e nello sviluppo di

percorsi assistenziali per pazienti oncologici e per i loro familiari. Esperta di formazione aziendale e Play Therapy. Ha collaborato e sviluppato numerosi progetti con associazioni come Croce Rossa e con la Asl e servizi UOC territoriali e membro dell’osservatorio sull’autismo dell’Asl Rm 4 Civitavecchia. Appassionata di Yoga e meditazione, riesce a coniugare le sue passioni per la meditazione, la pedagogia e la psicologia positiva attraverso la mindfulness. Valeria costruisce e crea programmi personalizzati, individuali e di gruppo, basati sulla riduzione dello stress.

INFO E PRENOTAZIONI

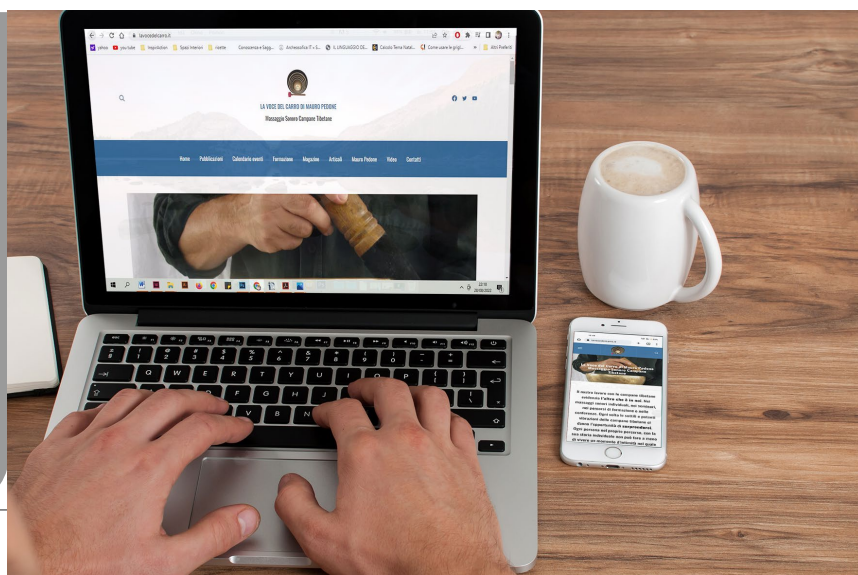
Il corso si terrà presso Pranayurta l’Oasi dello yoga, si trova in via del Casaleto Rosso, 00053 Civitavecchia (Roma). Per informazioni è possibile contattare Sergio: cell. 328 477 8287- mail: sergiosta77@gmail.com



E per rimanere
aggiornato su:
eventi, articoli,
formazione...

Seguici su:

<https://lavocedelcarro.it/>



Tecniche di riequilibrio energetico

Biorisonanza & Campane Tibetane

Laboratorio riservato agli Operatori Olistici in Massaggio Sonoro®



laboratorio condotto da:
Mauro Pedone e la dott.ssa **Fabiana Ferrari**

Gli "strumenti" che utilizzeremo in questa giornata sono:
la Biorisonanza, le campane tibetane, gli oli essenziali e i cristalli.

Durante il laboratorio sarà possibile ricevere un trattamento
di rienergizzazione e riarmonizzazione dei chakra dei meridiani e dell'aurea,
con il polar 1000 4.0 (dispositivo di biorisonanza secondo P.Schmidt)



Centro Studi
La Voce del Carro

sabato **25 febbraio ROMA**

Via Carlo Tappi 53, (Palocco)

per maggiori info:

