



La via del suono: Mantra, parole e canti di protezione Seminario intensivo a cura del maestro di meditazione **Mario Thanavaro**

19 e 20 novembre 2011

I misteri e la potenza del suono sono ancora poco conosciuti dall'uomo moderno. Invece fin dall'antichità il veggente, il poeta, il cantore, il creatore spirituale, chi è psichicamente recettivo e sensibile, il santo, tutti conoscono l'essenzialità della forma, della parola e del suono, del visibile e del tangibile. [...] Attraverso loro il mondo diventa mantra ed i suoni e i segni di cui è formato diventano veicoli di consapevolezza, il visibile assume la natura di simbolo, il tangibile diventa meno tangibile dello spirito e la vita diviene un fiume profondo che scorre dall'eternità all'eternità. La parola mantra, di origine sanscrita, è formata dalla radice "man" (pensare) e dal suffisso "tra", proprio delle parole che indicano strumentalità. Pertanto mantra indica uno "strumento per pensare", è quindi linguaggio e consiste di uno o più suoni costituiti da singole sillabe o parole che creano un quadro mentale che ci permette di accedere a molteplici livelli di coscienza.

Lama Govinda

da 'I Fondamenti del Misticismo Tibetano'

In questo seminario, in un'atmosfera raccolta ed amicale, attraverso il rilassamento, il respiro, la concentrazione, l'ascolto, il suono, il canto, la meditazione e il silenzio, esploreremo il nostro mondo interiore.

La pratica della meditazione e la recitazione di alcuni mantra costituiranno gli strumenti per arrivare alla radice profonda del nostro essere.

Attraverso l'ascolto e la consapevolezza delle vibrazioni sonore vocalizzate e interne, di entrambe le frequenze sia udibili che non, stimoleremo in modo benefico tutto il sistema nervoso sintonizzando le facoltà psichiche, fisiologiche e spirituali alle vibrazioni primordiali. E' un incontro per imparare ad ascoltare la propria voce interiore e vivere in serenità, pace e amore.

COSTI E INFORMAZIONI ORGANIZZATIVE

Il seminario è riservato ai soci dell'Associazione Solaris. Per chi non è ancora socio la quota associativa da versare è di 15 euro. Il contributo di partecipazione all'attività è di 90 euro.

La prenotazione è obbligatoria. Gruppo minimo 10 persone. Termine ultimo per le iscrizioni 10 novembre. Per ulteriori informazioni sul maestro di meditazione **Mario Thanavaro** fare riferimento al sito web <http://www.amitaluceinfinita.it/>

Programma

- sabato ore 15,00-19,00 e domenica ore 6,30-7,45 e 9,00-17,00.

La sessione della domenica dalle 6,30 alle 7,45 prevede una breve classe di yoga e una pratica di meditazione condotte da Angela Attianese, insegnante di Yoga Evolutivo.

Infoline: 348 3849546 - 0444 868449 – sito web: www.associazione-solaris.org



ASSOCIAZIONE SOLARIS - VICENZA

Via Torino 22/A- tel. 0444-868449, cell. 348-3849546

e-mail: info.vi@associazione-solaris.org www.associazione-solaris.org