



Parco Lu Cantaru

LUOGO DI STORIA, CULTURA, SPORT E BENESSERE

LA CORTE (SS)

SP 18 - DIREZIONE PALMADULA/ARGENTIERA

EQUINOZIO D'AUTUNNO

18 - 19 - 20

SETTEMBRE 2020

CON

PINUCCIO DE ROSAS

E IVANO NAIELY

TEMAZCAL

VIAGGIO SCIAMANICO CON I TAMBURI

COSMIC SHAMAN SOUND

info: +39 3398613469 Ivano

"In questo tempo insieme con le energie dell'Equinozio d'autunno, vogliamo favorire il risorgere dei nostri equilibri, la ri-connessione alla Grande Madre ed operare per una genuina guarigione, celebrando la vita attraverso le pratiche ancestrali di cui siamo custodi e curatori, in un luogo speciale qual'è il Parco Lu Cantaru."

PROGRAMMA

Venerdì 18 - LA MORTE E LA PURIFICAZIONE -

- 9:30/10:30** Accoglienza dei partecipanti e sistemazione delle tende.
10:30 Cerchio di presentazione.
11 Inizio delle attività per la realizzazione del Temazcal.
13/14:30 Pranzo condiviso.
15/18 Ripresa delle attività e realizzazione del Temazcal.
16 Accensione del Fuoco Sacro.
19/20 Temazcal di apertura.
21 Cena condivisa, cerchio di condivisione e consegna dei tre sassolini della parola.

Sabato 19 - IL SILENZIO E IL SUONO -

- 7/9** Colazione.
9:30 Passeggiata meditativa nel bosco del Parco Lu Cantaru con pratiche di connessione agli Elementi e gli Spiriti di Madre Terra.
13/14:30 Pranzo condiviso.
14:30/15:30 Tempo libero.
15:30/17:30 Viaggio Sciamanico con i Tamburi.
17:30/19 Tempo libero e merenda.
19 Preparazione dei cibi e delle bevande da condividere al termine della cerimonia del **COSMIC SHAMAN SOUND**.
19:30 Cerimonia del **COSMIC SHAMAN SOUND** e accensione del Fuoco Sacro.
23 Chiusura della cerimonia **COSMIC SHAMAN SOUND** e condivisione nel cerchio del cibo e delle bevande.

Domenica 20 - LA RINASCITA -

- 7/9** Colazione.
9/11 Tempo libero.
11:30 Temazcal di chiusura.
13/14:30 Pranzo condiviso.
14:30/16 Tempo libero.
16 Cerchio finale di condivisione e saluti.

I posti disponibili sono limitati a 25 partecipanti.

Il contributo per la partecipazione è di 50€ a persona. Parte del contributo sarà devoluto al Parco Lu Cantaru.

La quota di partecipazione dovrà essere versata interamente in anticipo con versamento su C/C o ricarica Postepay.

Tutto ciò che è contrassegnato con * e scritto in **grassetto** è da considerarsi indispensabile o vivamente consigliato.

Saremo tutti chiamati a collaborare nelle attività di questo tempo insieme.

DORMIRE E TOILET

L'evento è all'aperto, quindi è indispensabile ***tenda da campeggio e sacco a pelo, stuoie o tappetini tipo yoga, coperta/e, cuscino,*** per la vostra comodità durante le attività; potete portare con voi l'amaca. È possibile anche giungere in camper.

C'è la possibilità della doccia in mezzo agli alberi ma la temperatura dell'acqua sarà definita dalla forza del Sole, consigliamo eventuali ***saponi naturali***, perché l'acqua andrà ad abbeverare le piante vicine.

A disposizione anche una toilet chimica con carta igienica.

Portate asciugamano per doccia che sarà utile anche per l'uscita dal Temazcal.

CIBO E BEVANDE

I pasti saranno tutti condivisi. Poiché staremo insieme tre giorni, vi consigliamo vivamente di attrezzarvi con eventuali ***borse termiche*** per tenere cibi e bevande al fresco. C'è inoltre la possibilità di uno spazio fresco condiviso ma non potrà ritenersi uno stoccaggio per tutte le prelibatezze che porteremo.

L'acqua potabile di una fonte vicina sarà a nostra disposizione per tutti i tre giorni, ma se avete particolari esigenze provvedete per voi.

Abbiamo anche a disposizione una griglia a gas e due fornelli per poter preparare eventuali cibi da cuocere o riscaldare.

Vi consigliamo comunque di portare cibi freschi e poco deperibili come verdure e frutta, pane e legumi, se volete potete portare anche il vostro fornellino.

Consigliamo inoltre una dieta leggera e priva di alcolici per agevolare l'opera di purificazione, ma non vige alcun divieto, sarete responsabili della vostra alimentazione.

Ogni partecipante dovrà portare con sé le proprie stoviglie: ***piatto, posate, bicchiere, tovagliolo (lo consigliamo di stoffa per evitare troppa carta)***.

Ricordiamo inoltre di portare con voi i condimenti come olio, sale e spezie, dolcificanti come zucchero, miele o altro.

AVVERTENZE

Non potremo lasciare alcun tipo di rifiuto se non l'umido che invece sarà destinato alle galline della Fattoria Lu Cantaru, quindi ogni possibile rifiuto che portate con voi tornerà con voi.

Non è previsto nessun tipo di assicurazione, ognuno sarà responsabile del proprio pensiero, della propria parola e del proprio operato.

ALTRE COSE DA PORTARE

Costume da bagno per il Temazcal, senza parti metalliche.

Portate con voi dei ***guanti da lavoro***, scarpe comode per camminare nel bosco, ma anche calzature aperte per i momenti più leggeri, c'è anche la possibilità di stare scalzi; abiti comodi sia leggeri che più pesanti, non siamo a conoscenza delle effettive condizioni climatiche di quei giorni.

Prodotti di protezione da insetti e zanzare.

A NOSTRA DISPOSIZIONE

Avremo a disposizione la corrente elettrica generata da un gruppo elettrogeno silenziato, quindi potremo anche eventualmente ricaricare torce, telefoni o dispositivi elettronici, ma solamente durante la sera dopo il tramonto.

Lavello con acqua e detergente naturale per la pulizia delle stoviglie.

Sarà presente un banco espositivo con i prodotti della Fattoria Lu Cantaru e con le opere di Ivano Naiely.

TEMAZCAL

Per la realizzazione del Temazcal saremo tutti coinvolti nelle attività, almeno chi si sente, ma già questo processo ci mette in una condizione di celebrazione.

CHI NON PUO' ENTRARE NEL TEMAZCAL

Coloro che soffrono di: EPILESSIA, CARDIOPATICI GRAVI, IPER - IPO TENSIONE ARTERIOSA, CLAUSTROFOBIA GRAVE, DISTURBI CIRCOLATORI GRAVI (vene varicose, capillari deboli ecc.), DISTURBI DELLA CUTE. HERPES ZOSTER, DERMATOMICOSI, PIEDE D'ATLETA, CONGIUNTIVITI POICHÉ' L'AMBIENTE PUO' FAVORIRE IL PROLIFERARE DEL DISTURBO, GRAVIDANZA FINO AL TERZO MESE.

Si raccomanda di bere moltissima acqua nei giorni precedenti, mangiare poco e non bere alcool il giorno del rito.

Per approfondimenti:

<https://www.youtube.com/watch?v=2uXiGnhlzk&feature=youtu.be>

COSMIC SHAMAN SOUND

La cerimonia del COSMIC SHAMAN SOUND opera attraverso il suono, l'espressione vocale e il movimento del corpo.

Durante questo processo ci si può connettere con diverse dimensioni, dove energie di vario genere vengono in contatto con chi partecipa e queste ci guidano e ci supportano in questo processo di connessione e di guarigione.

L'utilizzo degli strumenti ancestrali come il Didgeridoo, il tamburo, le maracas, "sa trunfa", flauti ed ocarine ed altri ancora, insieme all'espressione vocale e alla danza, fanno sì che dietro ogni singola vibrazione, di ciascuna composizione, di tutti gli strumenti, si celano informazioni a cui solamente chi le riceve ha accesso. Queste si possono tramutare in viaggi astrali, visioni di ogni sorta o pure canalizzazioni, altre non sortiscono alcun segno immediato, ma quando questo accade è perché sono destinate ad operare sul piano inconscio, manifestandosi sul piano conscio nelle successive ore o giorni.

Il COSMIC SHAMAN SOUND è un'esperienza capace di donare nuova consapevolezza, benessere e armonia. Ciò che ne deriva è un'esperienza non solamente sonora e canora, ma anche di profonda connessione con ciò che è in alto così come in basso, con ciò che è dentro così come è fuori, affinché possa manifestarsi in chi partecipa il compimento dei propri propositi, armonia, pace e guarigione in questo tempo di grande cambiamento. Grazie, Ivano Naiely.

Portate strumenti musicali, sono prediletti quelli ancestrali. Inoltre consigliamo di portare amuleti e/o oggetti a voi cari da poter mettere nell'altare che sarà dedicato dell'Equilibrio, come l'Equinozio ci suggerisce.

PASSEGGIATA MEDITATIVA CON CONNESSIONE AGLI ELEMENTI E GLI SPIRITI DI MADRE TERRA

Durante questo tempo avremo l'occasione di praticare il silenzio verbale, e lavoreremo per promuovere anche quello mentale. Seguiremo alcuni sentieri dentro il bosco del Parco Lu Cantaru concentrandoci sul respiro e i passi che uno alla volta ci porteranno ad una diversa consapevolezza del nostro cammino. Sosteremo in diversi luoghi e porteremo la nostra attenzione a ciò che ci circonda utilizzando singolarmente i nostri sensi. Attraverso una meditazione sarete guidati su piani vibrazionali diversi per connettervi con gli Spiriti di Madre Terra.

VIAGGIO SCIAMANICO CON I TAMBURI

Il viaggio sciamanico sarà improntato su tre livelli, sull'inframundo che corrisponde alla ricerca dell'animale di potere, sul mondo di mezzo che corrisponde a ciò che accade nel percorso personale terreno, sul mondo di sopra che corrisponde alla ricerca del proprio maestro.

Per questa pratica occorre una *benda per gli occhi*, possibilmente nera.

CONSIGLI

*Pensate e riflettete a fondo sui propositi da portare, ciò su cui volete operare nel vostro cammino di connessione e guarigione di questi tre giorni e per il futuro.

Ivano Naiely

Ivano Naiely è un libero ricercatore, nativo sardo, che si avvicina alla vita in maniera consapevole. Si occupa di ricerca nel campo scientifico, spirituale e sciamanico, delle energie sottili e del suono nonché dei siti sacri della Sardegna. Collabora con diversi ricercatori e operatori di vari settori per la divulgazione e la conoscenza degli antichi e moderni saperi. Organizza eventi dedicati al riequilibrio psicofisico ed energetico. Artista ed artigiano, realizza tamburi e sonagli sciamanici, così anche altri strumenti sonori dedicati ad un approccio sciamanico. Dal 2019 è curatore e promotore della cerimonia del "COSMIC SHAMAN SOUND".

Co-fondatore di "Raigas - Accademia di Ricerca per l'evoluzione e il Benessere".

Per approfondimenti:

www.ilmiomultiverso.wordpress.com - www.raigasareb.wordpress.com

Pinuccio De Rosas

Pinuccio Derosas nasce come artista Scultore-Pittore, ma da anni segue il suo percorso sciamanico dedicato alla curanderia con Erbe, Temazcal e Riflessologia plantare scuola AIMO di Cagliari. I viaggi in Messico e Perù hanno contribuito notevolmente alla sua ricerca personale presso Sciamani e Maracame Huichol, oltre a frequenze in Italia, con M. Baston, N. Ceccon e A. Pala, avendo sempre uno spirito ed un approccio antropologico a quel mondo, con conoscenze approfondite su C. Castaneda, Mircea Eliade (Storia delle religioni e lo sciamanesimo nel mondo) oltre che Michael Harner, l'Italiano Maurizio Romanò ed altri autori.

Vive ed opera ad Olbia.

Il Parco Lu Cantaru

Luogo di storia e cultura, sport e benessere, il Parco Lu Cantaru è parte integrante dell'omonima Fattoria non molto distante, disteso su 30 ettari di bosco dove la flora dei corbezzoli, l'erica e i lecci prevalgono, mentre i perastri, il cisto e il rovo fanno da cornice alla suggestiva parete di roccia di scisto e quarzo, che insieme all'area di Monte Forte e alla Rocca della Bagassa, vanta la sua longevità di più antica formazione geologica della Sardegna insieme alle terre del Sulcis Iglesiente. Le sue linee fanno trasparire, ad occhi sognatori, volti antichi e profili di animali come l'ormai noto leone, il guardiano, l'elefantino e altri ancora. Il sentiero principale porta ai piedi della grande roccia, dove nel periodo delle piogge la cascata prende vita, regalando emozioni ancestrali, l'acqua che si infrange sulla pietra invoglia l'anima a viaggiare in libertà al ritmo di pura magia. La fauna trova un'oasi incontaminata, una coppia di corvi imperiali e una di poiane dominano il cielo, il falco pellegrino nidifica nella parte più inaccessibile, la dolce famiglia delle Pernici passeggia ai confini del bosco, la ghiandaia fa notare il suo piumaggio in rare occasioni mentre la notte è dei barbagianni e delle civette, i cinghiali, le volpi e le lepri si aggirano indisturbati, sfuggenti sono le donnole, anche più rare le visite dei daini, mentre la tartaruga marginata (sarda) di qua e di là percorre i suoi sentieri, le api selvatiche svolazzano alla ricerca dei migliori pollini, oltre tutti questi residenti, il gruppo Billy fa visita al parco ogni giorno, per godere delle prelibatezze che la flora offre. Billy è la mascotte della fattoria, un caprone di 8 anni che, a capo di un gruppo di pecore, gironzola liberamente per il parco.

Per approfondimenti:

<https://www.fattorialucantaru.com/>

Per informazioni e prenotazioni chiama al + 39 339 861 3469 Ivano