



... una testimonianza.

Due anni fa circa mi presentai all'Arca per prendere il primo livello di Reiki, ero molto agitata e nervosa perché non sapevo neanche di che cosa si trattava, avevo deciso di fare questo seminario perché mi era stato consigliato da un mio carissimo amico.

Il Reiki ha cambiato la mia vita, ricordo che andavo ancora in analisi e la mia analista dopo il seminario aveva notato un notevole cambiamento su di me. Io facevo e faccio ancora adesso l'auto-trattamento quotidianamente.

Dopo circa 6 mesi decisi di fare il 2° livello, ragazzi che dire??? La mia vita è cambiata e, dopo il 2° livello ho smesso di andare dall'analista. Il Reiki mi ha aiutato a vedere con altri occhi tutto quello che mi circonda, mi ha aiutato a capire il divorzio dei miei genitori, mi ha insegnato a vedere il mio papà e la mia mamma con gli occhi dell'anima, mi ha aiutato ad avere più determinazione e fiducia in me stessa. Mi ha aiutato ad ottenere dei risultati nell'ambito lavorativo, ad amare tutto quello che ho intorno, mi ha aperto all'amore verso gli altri, mi ha circondato di persone vere che lavorano e lottano con tutte le sue forze, che cadono e si rialzano per continuare il loro percorso di vita...

Il Reiki mi ha messo in contatto con l'universo, lui è sempre a nostra disposizione, ci aiuta sempre, ovunque, basta che noi chiediamo.

Il Reiki è per me un compagno di vita, mi ha insegnato a regalare un sorriso anche alle persone più antipatiche..... lui è sempre presente nella mia vita anche nei momenti difficili, mi ricorda che c'è... di utilizzarlo e mi apre una strada nuova da percorrere... a volte con sofferenza, ma ne vale veramente la pena, perché dopo arriva la luce... Io continuerò questo percorso di vita perché oramai non potrei più separarmene: è entrato dentro di me, lui è con me... sempre. Io ringrazio l'universo di avermi fatto questo grande dono, di aver messo sulla mia strada persone come la mia maestra Sabrina Piazza, lei mi ha insegnato e mi insegna quotidianamente, mi sostiene e mi accompagna in questo viaggio. Grazie.....

Emanuela

...grazie a te Emanuela per come hai fatto entrare Reiki nella tua vita. Ci sono molte cose nella vita di cui godere, ma quante volte ci prendiamo il tempo per esprimere gratitudine per quello che abbiamo o che sperimentiamo quotidianamente? Il dott. Usui, il monaco giapponese che ha riscoperto l'arte dell'autoguarigione, ha riconosciuto che la gratitudine è un'importante qualità da sviluppare ed è per questo che la inclusa nei principi del Reiki.

Reiki

KARUNA REIKI

Essere grati alla vita ha molti vantaggi, incluso rendere la qualità del nostro vivere quotidiano più gradevole e aprirci a nuove opportunità. Avere Reiki e usarlo ci aiuta a comprendere meglio il significato della gratitudine applicandolo nella nostra realtà di tutti i giorni attraverso il rispetto di ogni forma di vita.

Il prossimo appuntamento con Reiki 1° livello all'Arca sarà il 22-23 ottobre 2005

Per chi volesse fare il seminario prima di ottobre può partecipare all'edizione di Reiki che terremo a Torino il 17 e 18 settembre presso lo STUDIO MEDICO SMUD (STUDIO MEDICO POLISPECIALISTICO ULTRASONOLOGIA DIAGNOSTICA)

NOVITA' A SETTEMBRE

Il **24-25 settembre** ci sarà il terzo livello di Reiki. I contenuti del corso sono:
 · Terzo livello: perché e per chi · Il quarto simbolo e le sue applicazioni nei vari trattamenti di primo e secondo livello · Evoluzione del bilanciamento dei chakras · Il ki e la teoria dei cinque elementi · La malattia · Leggere i messaggi del corpo · Trattamenti di base · Mudra - Kyi-ji · Esplorazione del campo energetico · Metodo alternativo di trattamento · Altri simboli di guarigione

Per partecipare al terzo livello è indispensabile dare la propria adesione entro i primi giorni di settembre.

Yoga



Ricomincia l'anno Yoga, condotto come sempre da Roberta Lucco e Sabrina Piazza.

**Primo appuntamento:
Venerdì 7 OTTOBRE ore 19.00**

per chi volesse cominciare vi ricordo che la **prima lezione di prova è gratuita** e che nell'occasione verrà distribuito il nuovo orario per i mesi a venire.



RINASCITA 2 - 3 - 4 SETTEMBRE 2005 ...

***comincia la nuova stagione
in un modo "speciale"***

• Questi giorni sonoio !!!! Questi giorni sonoamore !!! • Massimiliano •

• Uno strumento prezioso per far parlare il mio cuore prima della testa e per acquisire consapevolezza del mio valore. Monica
 E' stata soprattutto una cosa vera, non una finzione come gli scettici credono... • Gianni •

- Grazie, ho capito che non sono quella piccola bambina indifesa dietro cui mi nascondevo. Sto camminando per essere la donna che voglio essere. • Giulia •
- Non si può descrivere a parole cosa sia "rinascita", si può solamente vivere e assaporare con tutto il cuore, come un arcobaleno che entra nei polmoni e arriva in ogni punto del corpo, in ogni angolo della mente, in ogni abisso del cuore!! • Agnese •
- Sono riuscita a togliermi la maschera che nascondeva le mie emozioni, a mostrarmi senza difese ed è stato un atto liberatorio: non c'è cosa più bella al mondo di mostrare di essere quello che sei !!! • Manuela •
- Con gli occhi illumino il cammino, con l'olfatto seguo l'istinto, con l'udito apprezzo le parole. Il sentiero è lungo, luminoso e ricco di sorprese belle e brutte, ma con la determinazione che in questo momento è nel mio cuore ho la forza di andare avanti. • Claudio •
- Ho imparato ad ascoltare, vedere, sentire con il cuore, come quando da bambino sognavo di scendere in campo di fronte a spalti affollati ed ho imparato che l'amore vero, nel profondo di ogni individuo, può smuovere le montagne.... • Riccardo •
- Ho compreso quanto è importante e fondamentale per essere sereni perdonare le persone che ci hanno fatto soffrire, possiamo scegliere !!!! • Simona •

Più di 400 persone ad oggi hanno scritto cose di questo tipo da otto anni a questa parte..... vuoi averne la possibilità anche tu?

IN VIAGGIO...

In viaggio...nell'illusione di avere un'identità, mi sono chiesto più e più volte "Chi sono?"
 Sempre di più mi sono fuso, con quella che ora chiamo "l'illusione di me stesso"
 Riconoscere l'illusione come me stesso...
 Riconoscere chi riconosce
 Contemplare l'illusione di me stesso
 Lasciare andare il pendolo del ritmo senza bisogno che ritorni
 Abbandonarmi all'illusione, senza più la fatica di ricordare chi sono, e riconoscermi.
Con Fede, con Cuore, con Amore
 Luca



MAGGIO 2006

**I SEMINARI DI
LAWRENCE NOYES**

Cuore e Anima

Un viaggio all'interno della spiritualità con il nostro maestro americano

Prenotati subito e pagherai meno !!!!

Da molti anni stiamo facendo un cammino insieme a Lawrence Noyes e Rita Wiser nell'universo dell'energia maschile e femminile che ci sta portando sempre più in profondità, e ci piacerebbe che molte persone potessero fare questa straordinaria esperienza insieme a noi per poter vivere in maniera più appagante le relazioni con l'altro sesso. A questo proposito per le persone che per la prima volta si affacciano a questo mondo abbiamo preparato un corso di primo livello, dove partire dall'inizio e cominciare a comprendere dalle basi queste tematiche.

Durante le due giornate di primo livello lavoreranno insieme uomini e donne ma faremo anche approfonditi gruppi uomini e gruppi donne per poter meglio lavorare sull'energia del proprio sesso.



Più che mai in questo periodo le donne hanno bisogno di conoscere di più e vivere meglio loro energia femminile e allo stesso tempo gli uomini di ricordarsi e rientrare in contatto con la loro energia maschile e viverla pienamente.

Questi seminari sono aperti a single e a coppie, a tutti coloro che non hanno mai frequentato un seminario uomo donna ma anche a quelle persone che pur avendo già fatto corsi di questo tipo vogliono ripetere l'esperienza e approfondirla. L'arca al completo sarà docente di questo seminario, in modo da poter dare tutte le conoscenze che negli anni abbiamo acquisito, e anche per poter condividere entrambe le nostre esperienze di coppia. Vi aspettiamo numerosi!

UOMO DONNA 3/4 DICEMBRE
Serata di presentazione aperta a tutti gli interessati
MARTEDI' 15 NOVEMBRE - ORE 21.00