

LA BIOVACANZA DI CAPODANNO DEI MONELLI

IL MASCHILE E IL FEMMINILE NEL GIOCO DELLA VITA

Biodanza, biotransenergetica, cibo della SelvaTiCura, relax a contatto con la Natura con Luisa, Francesco, Ornella e Marita

31 Dicembre 2015- 3 Gennaio 2016
Masseria dei Monelli - Conversano (BA)



Con-dividere dividere insieme o *con-di-videre* vedere insieme ciò che è diviso.

La Realtà è una, ma noi nel quotidiano la percepiamo come divisa in opposti: vita e morte, bianco e nero, io e tu, sole e luna, fuoco e acqua, terra e aria... Adamo ed Eva... ma se riusciamo a percepire gli opposti come parte della stessa realtà, se riusciamo a rimanere nello spazio del paradosso di poterli percepire insieme, allora, anche per un attimo entriamo nella dimensione della unità.

La nostra mente duale funziona separando.

Il nostro cuore ci permette di sentire il battito unico della Vita.

Niente più lotta, niente più esclusioni, niente più oscillazioni o - o. Solo forze complementari e divine in un gioco di trasformazione continuo, come il simbolo del Tao che fa danzare lo yin e lo yang l'uno nell'altro co-creando un meraviglioso *uni-verso multi-diverso*, dove niente finisce e niente inizia, ma tutto cambia muovendosi e generando Vita, in armonia con il misterioso e magico ordine naturale delle cose.

Questo capodanno sarà l'occasione per entrare in questo Mistero come ha sempre fatto il genere umano sin dagli albori: in cerchio insieme, in contatto con gli elementi della natura e i suoi archetipi, con la musica, il ritmo, il movimento e la parola del cuore.

Puliremo i nostri pensieri, renderemo i nostri occhi più limpidi e il cuore più aperto.

E così andremo incontro al nuovo anno.

Cibo e Pratiche

La preparazione del cibo sarà a cura di Ornella e Marita che proporranno alimenti tra il naturale e il selvatico, in relazione con le varie attività.

Noi siamo anche quello che mangiamo.

Il processo di integrazione yin/yang avviene sia a livello interno che a livello esterno.

Ornella, Marita e noi faremo in modo di far vivere questa integrazione come una danza e far percepire le qualità e le caratteristiche del maschile e del femminile, del fuoco e dell'acqua, anche nel cibo. Torneremo a casa più consapevoli di quello che mangiamo e di come armonizzare maschile e femminile dentro di noi.

Programma (fluidamente suscettibile di variazioni)

GIO 31 DICEMBRE

12:30 accoglienza
13:00 pranzo benvenuto
16:00 cerchio introduttivo intorno al Padre Fuoco che cuoce e trasforma farina e lievito Madre in Pane quotidiano
20:00 sessione di biodanza: "Ringraziare i doni ricevuti nell'anno che se ne va"
22:00 cena picnic di capodanno in sala con cibo condiviso
00:00 sessione di biodanza: "Capodanno: rito di passaggio - aprirsi alla vita"

VEN 1 GENNAIO

matt. riposo
12:00 cola/pranzo brunch
14:30 sessione biodanza: *lo yang*
19:30 cena tra lo yin e lo yang
21:00 sessione biodanza: *lo yin*

SAB 2 GENNAIO

8:00 colazione
9:00 "Con-divisione" di yin e yang
13:00 pranzo
16:00 sessione di biodanza: *yin e yang la danza della vita*
20:00 cena

DOM 3 GENNAIO

8:00 colazione
9:00 sessione biodanza: *il flusso creativo della vita*
11:00 chiusura - cerchio di condivisione
13:00 pranzo
abbracci e saluti finali

Contributo (include vitto e alloggio per 4 giorni, Biodanza e Biotransenergetica): 330 € entro l'8 Dicembre/ 385 € dopo.

Informazioni pratiche:

- * Sistemazioni in B&B con camere condivise, riscaldate e con bagno in comune.
- * Portare abbigliamento adeguato alla stagione e comodo per i lavori: calzini caldi antiscivolo o scarpette leggere.
- * I posti in B&B sono limitati. Superati i posti disponibili sono previste sistemazioni alternative in zona con possibili lievi variazioni di prezzo.



B&B Masseria dei monelli
vicinale S. Chiara, 1 Conversano (BA)
<http://www.masseriadeimonelli.it/>

Per informazioni e iscrizioni:
Luisa Recchia 3936696654
Ornella Palmisano 3339200975
Francesco Catalano 3479837063