

**CENTRO FRANCA SACCHI
YOGA – MUSICA - DANZA**

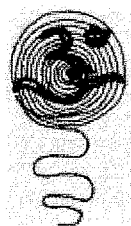
Direzione e insegnamento:
Franca Sacchi - Svāmī Om-mūrti Sarasvatī

Presidente Centro Franca Sacchi

Presidente Onorario Federazione Italiana Scuole di
Yoga

Membro Onorario a vita del World Yoga Council
(Consiglio Mondiale Yoga, New Delhi)

sine traditione nulla veritas



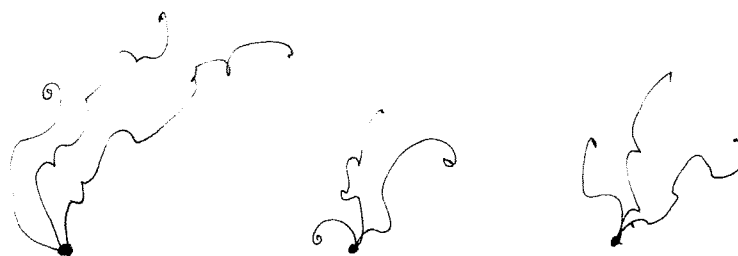
via Pontaccio 12
20121 Milano
tel. 02867776
fax 0272095690
e-mail: f.sacchi@tiscali.it
www.centroyogasacchi.it

IL GIORNALINO DEL CENTRO
riservato ai Soci del Centro

N° 43
Milano, 7 aprile 2016

Indice

VIAGGIO IN INDIA di A. Desiderio	pag. 2
CURIOSITA'	pag. 3
NOTIZIE	pag. 3
TEMA DI MEDITAZIONE	pag. 4



VIAGGIO IN INDIA

Torino, 16 marzo 2016

di Antonella Desiderio

Hari Om Swāmi Ji.

Ancora emozionata, con il cuore e l'anima pieni di stupore e felicità per questo incredibile viaggio, solo apparentemente in un paese, le invio un breve scritto con le mie prime sensazioni al rientro.

L'abbraccio con devozione, affetto e gratitudine!

HOTS

Antonella

Un viaggio incredibile, che ha superato ogni mia possibile aspettativa. Perché, anche se prima di partire mi ripetevo di non immaginare né desiderare nulla, l'attesa di qualcosa dimorava comunque nel profondo del cuore. Anche solo la speranza di uno spunto di salvezza o la voglia di una irrazionale fuga.

Cosa resta dell'India, in questi primi giorni dal mio rientro? Mille immagini e sensazioni, potrei dire. E l'elenco sarebbe lunghissimo. Ma potrei dire anche che restano poche piccolissime cose, dal significato enorme: gli occhi del Bramino sereni e pieni di amore per le divinità e per il mondo; l'abbraccio partecipe dell'amica che non immaginavo; la liberazione delle mie lacrime davanti all'accogliente madre Ganga, e su tutto gli sguardi colmi di puro infinito del Maestro mentre mi impartisce preziosissimi e ancestrali insegnamenti.

Ma allora come non far entrare in questa lista speciale gli sforzi, i momenti in cui è stato duro guardarmi dentro, e quelli in cui ho dovuto ammettere la paura e il dolore?

Tutto questo però è rimasto in India, nella terra in cui tutto è sacro: il respiro dei boschi e l'impetuosità delle rapide di un fiume, i fiori e il miele, il fuoco e il cielo, i gesti e il respiro, la stessa vita.

Con me, oggi, è una sensazione di serenità e leggerezza mai sperimentata prima. E una consapevolezza nuova di muovermi nel mondo con lentezza per esprimere e imprimere il mio modo di essere. Alcuni dicono che ho un nuovo, diverso timbro di voce. Forse.

Questo non è stato un viaggio verso una terra, ma verso un luogo dello spirito, verso il centro di me stessa per poi fuggire con un moto centrifugo irreversibile e salutare.

Con una immagine sicuramente troppo lirica, ma ripresa dalla cultura dell'Antica Grecia a me molto cara, amo dire fra me e me che sono discesa nell'Ade e ne sono risalita. Con una gratitudine infinita alla guida che mi ha condotto alla luce: amata Swāmi Ji.

CURIOSITA'

Qual è l'origine del nome Adamo

Pare che venga da Adamah, che vuol dire "terra", dunque nato dalla terra. Anche uomo ha lo stesso significato, ma viene dal termine latino "humus" prodotto della terra.

Le note musicali

I nomi delle note musicali, che ancor oggi utilizziamo, sono in uso dal 1100. Uno studioso di teoria musicale, Guido d'Arezzo, notò che le sillabe iniziali dei versi di un inno a San Giovanni Battista avevano suoni in progressione delle note della scala maggiore. Così pensò di definire le note usando quelle stesse iniziali.

Nel XVII secolo, venne sostituita la nota iniziale UT con DO.

Queste le parole dell'inno: "UT queant laxis / REsonare fibrīs / MIra gestorum / FAMuli tuorum / SOLve pulluit / LABii reatum / Sancte Iohannes

Settecentocinquantadue volontari

Nel corpo umano di sono 752 muscoli volontari, quei muscoli cioè che agiscono sotto il controllo della nostra volontà.

Coraggio

Il termine "coraggio" deriva dal latino "coraticum" o anche "cor habeo", formato dalle parole "cor" (ossia cuore) e dal verbo "habere" (avere). Quindi letteralmente significa "ho cuore".

NOTIZIE

Edoardo Copello ha brillantemente superato gli esami di insegnante di Yoga il 17 febbraio 2016.

Il 25 febbraio 2016, **Raffaella Pettigiani** è stata iniziata nell'Ordine Dasnami di Sannyasa da Franca Sacchi – Svāmī Oṃ-mūrti Sarasvatī con il nome di **Svāmī Vīrānanda Sarasvatī**

Lunedì 11 aprile 2016, alle ore 21, in sede, **“Concerto con musiche di W.A. Mozart (soprano Maddalena Magni) e Danza Enstatica® di Fiorenza Presbitero.**

Venerdì 15 aprile 2016 ore 18.30, **presentazione del nuovo disco di Franca Sacchi “Desiderio di Assoluto”** presso La Casa delle Artiste – Spazio Alda Merini.

Venerdì 29 aprile 2016 ore 12,30, in sede, **Seminario mini-dīkṣā** avente per tema **“La costruzione di una sequenza Yoga”**.

Dal 25 giugno al 1° luglio 2016, Seminario Yoga dedicato a: **“Le Alte Pratiche di Purificazione”**. I partecipanti sperimenteranno una purificazione totale: fisica, energetica, mentale e spirituale. Digiuno di tre giorni (facoltativo) e silenzio di due giorni (anche questo facoltativo). Iniziazione ai mantra e al disegno dei mandala. Grande rigenerazione ed energia. Il seminario si svolgerà a Gaeta con alloggio o a Villa Irlanda Grand Hotel o all’Ashram “Ermo Colle”.

Per ulteriori informazioni telefonare al 335.8272266 oppure allo 02.867776 (segreteria telefonica) oppure inviare mail a: f.sacchi@tiscali.it

TEMA DI MEDITAZIONE

**“DIO CREO’ IL DESERTO AFFINCHE’ GLI UOMINI
POTESSERO CONOSCERE LA PROPRIA ANIMA”**

Antico detto Tuareg