



12 OTTOBRE
2 NOVEMBRE
2013

GONG OM
suonati & meditati

Inaugurazione
13 ottobre ore 18.00

Orari
Me-Sa 15.30/18.00

SPAZIO TADINI Via Jommelli, 24 20131 Milano
Tel. 02 6829749 ms@spaziotadini.it
www.spaziotadini.it

Improvvisamente, tra gli anni sessanta e settanta una nuova generazione di giovani nata dopo la seconda guerra mondiale, abbandona le convenzioni e le regole della società tradizionale, rifiuta le filosofie del benessere consumistico imposte dal mondo occidentale e riscopre un modo più naturale di vivere insieme.

Gong Om, suonati & meditati, svela la cultura alternativa dei nostri giorni, con i suoi messaggi di pace, i massaggi, le medicine alternative, le pratiche dello spirito e della mente, l'alimentazione, l'arte, la musica e quant'altro serva a capire di questo universo che sta al di fuori del mondo mediatico ad una dimensione.

Gong Om, è un luogo di incontro, un happening lungo tre settimane per intraprendere un volo nello spazio tempo, partendo dal presente con uno sguardo nel passato, in viaggio verso il futuro in compagnia di:

Fortunato D'Amico
Paolo Tofani
Francesco Tadini
Andrea Majid Valcaorenghi
Claudio Fucci
Patrizio Pariselli
Ricky Gianco
Matteo Guarnaccia
Renucio Boscolo
Angelo Russo
Panizza Maria Grazia (Devi)
Eugenio Finardi
Diego Deligia
Shi Heng Chan
Paolo Mighetto
Manuel Felisi
Riccardo Pirovano
Cristiano Vassalli
Mario Castellani
Laura Zeni
Silvia Capiluppi
Duilio Forte

MUSICA ATTRAVERSO L'UOMO. L'ORIENTE E L'OGGI



Paolo Tofani

L'incontro con Paolo Tofani è dedicato alla conoscenza degli elementi basilari della musica e di quelli professionali. Non solo l'uso di strumenti acustici ed elettrici ma continua integrazione con le tecnologie contemporanee di alta qualità. Paolo Tofani condividerà con voi conoscenze musicali e personali per guidarvi nell'incontornabile volo magico della musica, con il suono di strumenti rari o quelli da lui stesso inventati come la Prikanta Veena, la Shyama Prikanta e la Madhurya. Un laboratorio di emozioni e note musicali per incrociare le strade della ricerca interiore e della spiritualità, per aiutare il cammino umano verso gli orizzonti consapevoli della vita.

IL PERCORSO DEGLI OTTO RASA - Il ciclo dell'Infinito

Mostra collettiva di arte vedica



VAJRAKUMARADHARAYANA

Il Supremo veicolo della sfera dorata



Il Vajrakumaradhara yoga è l'essenza di diversi insegnamenti che sono stati elargiti in forme diverse nelle tradizioni spirituali, trasmessi da coloro che mantengono l'insegnamento originario trasmettendolo in diversi tempi e luoghi.

Il Vajrakumaradhara yoga porta in sé una conoscenza di due tradizioni spirituali dell'area indoeuropea ed è teso al risveglio delle potenzialità dell'essere e al risveglio della sua reale natura e posizione nell'universo creato. È composto di diversi tipi di yoga, come ad esempio l'Hama vimana sakti yoga, lo yoga del veicolo del cigno; lo Yantra yoga o yoga degli attivatori di energia cosmica; il Mantra Nada yoga o yoga del suono; il Tantra-kumara yoga che introduce la possibilità di essere nella completezza; il Dhyanatantra yoga o yoga della meditazione; il Samatantra yoga o yoga delle formule; il Eja-kriya tantra yoga o yoga della potenza del suono; il Deva Manu-mahantara yoga o yoga della divinità del Manu; l'Ananda-kumara tantra yoga o yoga del raggiungimento finale del primo cerchio dorato.

Nel Vajrakumaradhara yoga ciò che viene insegnato è la possibilità che ogni essere sentenzia può raggiungere la felicità o la maturazione spirituale, mentale e fisica semplicemente adottando la spontaneità della mente, dissolvendo tutti gli schemi mentali imposti nel tempo.

OPERE FLUTTUANTI di Premanandi Russo



Non siamo sostanza siamo potenza

Invisibile, astratta, apparentemente inconsistente, l'energia si nasconde nei vuoti e contrasta i pieni. Può essere attraente come una calamita, repulsiva come una bomba atomica di Hiroshima. Quando sei capace di dominarla diventa potenza elevata all'infinito. La scienza la applica nella ricerca tecnologica; la coscienza la studia per raggiungere le alte vette della spiritualità. L'arte di Premanandi Russo esplora i meandri sottili della tecnica per scoprire verità mascherate dietro l'apparenza. Non siamo sostanza siamo potenza.

CIBO E SPIRITUALITÀ



Secondo la Cultura Vedica esistono tre tipi di cibi: in ignoranza (tamas), in passione (rajas) e in virtù (sattva). Queste tre tipologie rappresentano i tre modi di questa natura materiale di cui tutti gli esseri ne subiscono l'influenza. Da ciò scaturiscono le tre tipologie di esseri umani, animali, vegetali ecc.; tutti gli aspetti di questo universo materiale si suddividono in queste tre categorie dette guna.

Questo vale soprattutto per gli esseri umani in riferimento alle loro abitudini di vita, comprese quelle alimentari; ma soprattutto vale per la mente. Infatti dovuto alle attività più o meno mature nelle vite precedenti e per i meriti spirituali acquisiti, gli esseri umani coltivano differenti desideri, differenti mentalità e differenti predisposizioni, proprio in accordo al tipo di guna che domina su di loro. Il cibo, essendo un aspetto primario della sopravvivenza, diventa dunque fondamentale per lo sviluppo della psiche, della mentalità, dei desideri, e dei sentimenti di ognuno. Infatti non c'è da stupirsi se vi sono persone che sono attratte a cibarsi di qualsiasi cosa, anche la più disgustosa e inadatta, come vermi, larve, cibo purificato, cibo dannoso che porta solo malattie e depressione e stimola la violenza e l'aggressività. Altre persone al contrario sono attratte ad un cibo profumato, nettareo, fresco, nutriente, che dà soddisfazione e pace interiore e mentale; un cibo che non ha arrecato violenza a nessun essere e che stimola la mente a percorsi elevati e spirituali.

Lezioni di cucina con Devi che proporrà antiche ricette vediche gustose, sane e naturali, che possono nutrire al meglio con una spesa veramente sostenibile. Si potrà imparare a fare il pane indiano (chapati), la zuppa di soya (dahl), le verdure croccanti (pakora), i kofta ai piselli, i kachori, i crackers al cumino, i crackers alla farina di ceci, e alla fine avere una buona cognizione sui vari menù nutrizionali vegetariani e vegani, e su come utilizzare in cucina le spezie, i semi e le alghe. Si tratterà anche il tema del digiuno durante il giorno di Ekadasi (2 volte al mese, nell'undicesimo giorno dopo la luna piena e l'undicesimo giorno dopo la luna nuova) sia per la purificazione del corpo sia per l'evoluzione della coscienza e dello spirito.

SCUOLA DEL TEMPIO SHAOLIN DI MILANO



Il Centro Culturale Shaolin di Milano: Accademia e Organizzazione no-profit rappresentante del Tempio Shaolin (Cina) per Milano. È affiliata al 1° Centro di Cultura Shaolin in Italia Shaolin Quan Fa ed è stato ufficialmente riconosciuto dal XXX Venerabile Abate Shi Yongxin e diretto da Shi Yan-Hui, Monaco Shaolin 54 generazione, e consociata a SEA (Shaolin Europe Association).

Il centro è attivamente coinvolto in Opere Sportive, Educative, Terapeutiche, Culturali, Artistiche e di Beneficenza con lo Spirito buddista di pietà, saggezza, coraggio e compassione per tutti gli esseri viventi, per contribuire al benessere sociale e ad un autentico scambio culturale tra Occidente e Oriente.

Propone Corsi e Attività psico-fisiche bio-energetiche adatte a tutte le età Conferenze, Sanga Cineforum, Enciclopedie Shaolin in lingua italiana con traduzione dagli originali testi cinesi del Tempio, Manifestazione "MILANO incontra SHAOLIN", Viaggi-Studio Soggiorno di allenamento all'interno del Tempio Shaolin in Cina, Centro Medico MTC e Alimentazione vegana in collaborazione con Mens@Sana.

METODO GRINBERG



Il Metodo Grinberg propone un apprendimento innovativo attraverso il corpo per riscoprire le nostre capacità innate e permetterci di fermare i sintomi, quello che ci disturba o ci limita, creando benessere e realizzazione personale.