



PRESENTAZIONE 10° INCONTRO-LABORATORIO 12 maggio 2024

“1° Corso - Meditazione Energetica Trascendentale e Scienza Umana Integrale” -
Mediateca Comunale “Alda Merini” Via Liguria - Pontecagnano Faiano (SA) - ore
15:00 / 19:00 – Ingresso libero.

Ottobre 2023 – Giugno 2024 – Il “progetto medita” no profit è promosso ed Organizzato
dall’Associazione [Comunità RNCD](#) in collaborazione con Sodalìs CSV Salerno e con il patrocinio del
Comune di Pontecagnano Faiano e Clubs Rotari Salerno Pientia e Salerno Nord dei Due Principati.

PRESENTAZIONE INCONTRO-LABORATORIO 12 MAGGIO 2024 CON INIZIO ORE 15:00* – 19:00

(Ingresso libero; *arrivare almeno 15 min prima dell’ora d’inizio, grazie della collaborazione).

15:00 -16:00 “CONCENTRAZIONE E MEDITAZIONE: DIFFERENZA TRA TECNICHE PER LA MENTE E STATO TRASCENDENTALE DELLA COSCIENZA” breve esperienza di pratica sul respiro e microfono aperto alle domande del pubblico a cura del Maestro Rev. M° Li Xuan Zong (*).



(*) **Maestro Rev. M° Li Xuan Zong** (Vincenzo di Ieso) è **Prefetto Generale della Chiesa Taoista d’Italia e Vice Presidente - Federazione Mondiale Taoista.** <http://daoitaly.org/index.html>

Ecclesiaste Taoista, iniziato nel 1993, 14° generazione, della Scuola Xuan Wu Pai di Wudang, dal G.M. Rev. Wang Guangde 王光德, con il nome Li Xuan Zong 李玄宗 ed il titolo religioso di Chuanfa Huchi 传法护持, “Discepolo che protegge e diffonde l’Insegnamento Taoista”. Sessantadue anni di età, oltre quaranta dei quali dedicati allo studio,

alla pratica e all’insegnamento delle discipline psico-motorie e spirituali orientali. Laurea in Scienze Motorie specializzato in Cinesiologia posturale. Diplomato presso l’Università di Educazione Fisica di Pechino in Qigong, Taiji Quan, Anmo, Zhiya e Moxa terapia. Esperto di medicina manuale cinese. È stato per sei anni il rappresentante ufficiale in Italia della suddetta università. Collabora da 25 anni con l’Associazione Taoista Cinese e altri organismi internazionali alla diffusione del Taoismo. Ha tenuto conferenze in tre continenti e decine di corsi di formazione a vari livelli tecnico-culturali. La sua missione è far conoscere il Taoismo Religioso in Italia. Per questo, seguendo la sua vocazione, ha lasciato tutte le sue precedenti attività per dedicarsi a tempo pieno alla guida della Chiesa Taoista d’Italia. Riferimento spirituale per centinaia di persone, è stimato per la sua umanità e disponibilità ma soprattutto per la sua fedele aderenza alla Tradizione Taoista così come l’ha ricevuta dai suoi Maestri. Il Taoismo è un bene dell’Umanità.

16:00 – 19:00 Laboratorio: “LA CONOSCENZA DEL SE’, IL SUONO CHE TRASFORMA”

Messaggio Sonoro Vibro-Emozionale, a cura di (*) Angelo Gramaglia, Musicoterapeuta;

Il corpo come strumento intermediario tra me e me e tra me e l’altro.

“Attraverso di esso comunico con me stesso e con gli altri, esplorando, in uno scambio di informazioni non verbali, lo spazio che “non” mi appartiene. Il corpo, strumento di espressione, comunicazione e relazione e, strumento sonoro intermediario, favorisce la consapevolezza del proprio essere materia, fantasia, ragione. Azioni, emozioni e mente (automatica e ragionata), sono elementi dell’ Homo Musicus, che è “pelle” contenitrice degli homo audiens, movens, loquens, cantans, sonans, videns e sapiens, cioè di tutte quelle varie e diverse modalità di affrontare e vivere l’esperienza sonoro-musicale umana, aspetto questo, che a livello antropologico accomuna tutti gli individui di questo mondo poiché, in questa ottica, l’identità sonora e musicale nasce in ogni persona come condotta utile per la manifestazione e la realizzazione di bisogni umani.

Tutto ciò che esiste nel tempo ha un suo ritmo ed una sua struttura. Il nostro corpo è una macchina ritmica multidimensionale con ogni parte che pulsa in sincronia, dall’attività digestiva delle viscere ai neuroni del cervello.”

1/2

Benvenuti al laboratorio pratico di musicoterapia integrata alla danza movimento terapia, alla meditazione e all'interazione corpo-suono-emozioni! Durante questa esperienza unica avrete l'opportunità di esplorare la connessione tra il vostro corpo, il suono e le vostre emozioni attraverso attività pratiche e coinvolgenti.

Durante la sessione di musicoterapia, utilizzeremo la musica come strumento per esplorare e esprimere le vostre emozioni interiori. Con l'aiuto di strumenti musicali e della vostra voce, sarete guidati in un viaggio emotivo che vi permetterà di esplorare e affrontare i vostri sentimenti in modo sicuro e terapeutico.

Nella sessione di danzaterapia, utilizzeremo il movimento del corpo come mezzo di espressione e di comunicazione.

Attraverso attività di interazione corpo-suono-emozioni, esploreremo il modo in cui il nostro corpo reagisce al suono e alle emozioni, creando così un ponte tra la mente e il corpo che ci permetterà di esplorare e integrare le nostre esperienze emotive in modo armonioso e creativo, creando così un'espressione artistica unica e personale.

Durante la pratica della meditazione, avrete l'opportunità di calmare la vostra mente e di connettervi con il vostro sé interiore.

Attraverso la OSHO No Dimensions Meditation, potrete raggiungere uno stato di calma e di pace interiore che vi aiuterà a riconnettervi con voi stessi e con le vostre emozioni più profonde. Siete pronti per intraprendere questo viaggio di esplorazione e di Auto Discovery?

Allora preparatevi ad aprire il vostro cuore, a connettervi con il vostro corpo e a esplorare un nuovo mondo di suono, movimento e emozioni in questo laboratorio pratico unico nel suo genere. Buon viaggio!

Nota Bene: Oltre al tappetino ed un plaid o copertina anche un velo di qualsiasi colore, ma che sia almeno di un metro e mezzo circa con larghezza anche da 15cm +++, abbigliamento comodo e calzettoni. Vi ricordiamo che l'incontro con il Maestro Taoista inizia alle 15:00 fino alle 16:00; resta un'esperienza molto stimolante; e dalle 16:00 alle 19,00 tre ore intere restano destinate al laboratorio di musicoterapia. Siate puntuali. Grazie a tutti della collaborazione

Condivisione finale;

19:00 Eventuali comunicazioni, organizzative. Abbracci gratis



(*) Angelo Fortunato Gramaglia - Iscrizione N° S1/2012/MT/110 - Docente Accreditato Artedo. Musicista, Musicoterapeuta, Supervisore tecnico. Formazione in Musicoterapia presso l'ISFOM di Napoli diretta da Gian Luigi Di Franco nel 2002 con tesi specialistica "La musica al servizio del disagio adolescenziale" Musicoterapeuta e conduttore di laboratori esperienziali in vari contesti sociali, con esperienza pluridecennale in comunità psichiatriche, comunità di recupero per la tossicodipendenza e l'alcolismo, centri di aggregazione giovanile, centri di accoglienza immigrati, case circondariali. Docente formatore e supervisore tecnico di ARTEDO dal 2012, Presidente di ARTEDO SALERNO dal 2012 Svolge laboratori formativi ed esperienziali in tutta Italia. Docente presso Ministero della Pubblica Istruzione dal 2002 Musicista dall'età di 5 anni, spazia tra diversi generi musicali, dal rock al punk, dal funky al jazz rock, dal dark al pop, dall'house alla techno, dal tradizionale al popolare e le sue esibizioni sono di carattere internazionale. Sviluppa un personale stile musicale basato sulle emozioni del suono. Operatore di Teatro dell'Oppresso del metodo T.D.O. di A. Boal Ideatore ed Esecutore del metodo M.S.A.V. (Massaggio Sonoro Armonico Vibrazionale) e del "Concerto terapeutico partecipativo".

Contatti: mobile +39 331 949 6818 - mail: angelogramaglia@gmail.com

2/2

