

*L'Associazione Culturale
Le Nuvole*

presenta

La gazzetta delle Nuvole

Per info: 3297968490

www.lenuvoledicivita.it

Sommario



Calendario

pag. 3



**Educatori Olistici:
il Convegno di Erbasacra**

pag. 5



**Psicosintesi della Coscienza:
il corso è on line**

pag. 6



**A.R.D.A.
Smriti Singh**

pag. 8



Conferenze Indaco

pag. 9



Conferenze Matergaia

pag. 10



**Sportello d'ascolto:
Come riconoscere un attacco cardiaco**

pag. 11



Viaggio in Ellade

pag. 12



Il punto dell'Astrologa: l'Ascendente

pag. 16

Calendario

Ottobre 2010

Venerdì 1 ottobre ore 18.30



Convegno decennale Erbasacra: l'Educatore Olistico

Presentazione del progetto di formazione di Erbasacra per formare una nuova figura professionale adatta all'educazione nella Nuova Era, presso il Teatro delle Emozioni,
Via Tor Caldara 23 Roma

Lunedì 4 ottobre ore 19.30/21.00

Hatha Yoga - Civita Castellana

Teoria, pratica e meditazione di 1° livello presso la palestra Okinawa

Mercoledì 6 ottobre ore 18.00/20.00

Hatha Yoga - Viterbo

Teoria, pratica e meditazione presso L'Eremo Sant'Antonio, Strada Palanzana 33

Venerdì 8 ottobre ore 18.30/20.30

Hatha Yoga - Civita Castellana

Teoria, pratica e meditazione di 2° livello presso la sede delle Nuvole

Venerdì 8 ottobre ore 20.30

Gruppo di auto aiuto - Civita Castellana

Ciclo di incontri gratuiti per donne sole presso la sede delle Nuvole

Lunedì 11 ottobre ore 19.30/21.00

Hatha Yoga - Civita Castellana

Teoria, pratica e meditazione di 1° livello presso la palestra Okinawa

Mercoledì 13 ottobre ore 18.00/20.00

Hatha Yoga - Viterbo

Teoria, pratica e meditazione presso L'Eremo Sant'Antonio, Strada Palanzana 33

Venerdì 15 ottobre ore 18.30/20.30

Hatha Yoga - Civita Castellana

Teoria, pratica e meditazione di 2° livello presso la sede delle Nuvole

Lunedì 18 ottobre ore 19.30/21.00

Hatha Yoga - Civita Castellana

Teoria, pratica e meditazione di 1° livello presso la palestra Okinawa

Mercoledì **20 ottobre** ore 18.00/20.00

Hatha Yoga - Viterbo

Teoria, pratica e meditazione presso L'Eremo Sant'Antonio, Strada Palanzana 33

Venerdì **22 ottobre** ore 18.30/20.30

Hatha Yoga - Civita Castellana

Teoria, pratica e meditazione di 2° livello presso la sede delle Nuvole

Lunedì **25 ottobre** ore 19.30/21.00

Hatha Yoga - Civita Castellana

Teoria, pratica e meditazione di 1° livello presso la palestra Okinawa

Mercoledì **27 ottobre** ore 18.00/20.00

Hatha Yoga - Viterbo

Teoria, pratica e meditazione presso L'Eremo Sant'Antonio, Strada Palanzana 33

Venerdì **29 ottobre** ore 18.30/20.30

Hatha Yoga - Civita Castellana

Teoria, pratica e meditazione di 2° livello presso la sede delle Nuvole

Sabato **30 ottobre** ore 16.00/19.00

A.R.D.A. - Modena

Primo incontro con il corso del secondo anno della scuola psico-spirituale
'Alla Ricerca dell'Anima' presso la palestra di Albareto

Sabato **30 ottobre** ore 19.00/21.00

Hatha Yoga - Modena

Teoria, pratica e meditazione di 2° livello presso la palestra di Albareto

Domenica **31 ottobre** ore 9.00/12.00

A.R.D.A. - Modena

Secondo incontro con il corso del secondo anno della scuola psico-spirituale
'Alla Ricerca dell'Anima' presso la palestra di Albareto

VI SEGNALIAMO



Domenica 17 ottobre Modena ore 10/13 - 16/18

Seminari sullo studio e comparazioni delle Trazioni Spirituali: **La Kabbalah**
Presso la Pink House, Via Vignolese n.1070 www.gianfrancobertagni.it

L'Educatore Olistico

presentazione del Progetto di Erba Sacra per formare una nuova figura professionale adatta all'Educazione nella Nuova Era.

1° ottobre ore 18.30 Teatro delle Emozioni, Via Tor Caldara 23 Roma

Il Progetto consiste in un percorso educativo rivolto ad insegnanti ed educatori che abbiano la volontà di formarsi per accogliere le nuove coscienze, nella consapevolezza che divenire Educatori significa divenire "Portatori di Luce", ossia persone CONSAPEVOLI che guidino i giovani nello sviluppare della loro coscienza, affinché anche loro possano conoscersi e possano imparare a vivere nella Gioia, nella Bellezza, nella Fiducia, nell'Armonia e in un'atmosfera di Amore ed Etica, manifestando così la loro Essenza, la Coscienza dell'Amore.

Questo significa **amare e servire consapevolmente un Essere Umano**, affinché possa poi raggiungere quello stadio di maturità psicospirituale in cui può egli stesso prendere in mano le redini della propria vita e, con gioia, sacrificio e fiducia nell'esempio ricevuto, possa ridonare tutto ciò che gli è stato donato, affinché quel filo di Amore e di Luce che lega ogni Essere venga continuamente alimentato. L'Educazione della Nuova Era si avvale dei principi della cultura spirituale, neuroscientifica e psicologica, per creare programmi educativi che rispettino il concetto **di COSCIENZA, di RAPPORTO e di VALORI ETICI**.

Per creare i "**Programmi di Educazione Olistica per Educatori**" ci stiamo avvalendo della collaborazione di figure professionali quali psicologi clinici, dello sviluppo, neuropsicologi, neuroscienziati, neuropsichiatri dell'infanzia, psicologi con formazione in psicosintesi e di educatori, che possiedano già una formazione psicospirituale, e di insegnanti/ educatori desiderosi di apprendere, per dar vita al **Nuovo Mondo, fondato sulla Coscienza dell'Amore**.

"LASCIALE RISPLENDERE LA VOSTRA LUCE"

".. Non preoccupatevi eccessivamente. Non esiste luce ed oscurità per l'anima, ma soltanto **esistenza ed amore**. Confidate in questo.

Non c'è separazione ma solo identificazione con il cuore dell'amore tutto;
quanto più amate, tanto più amore può raggiungere altri attraverso voi.

Le catene d'amore uniscono il mondo degli uomini e il mondo delle forme.
Lo sforzo spirituale che vi si chiede è **di diventare voi stessi un centro potente e vibrante di quel fondamentale Amore universale.**

La mia più fervida preghiera è che la Luce possa avvolgervi e che l'Amore possa trasmutare le vostre vite."

Il Maestro Tibetano

PSICOSINTESI DELLA COSCIENZA

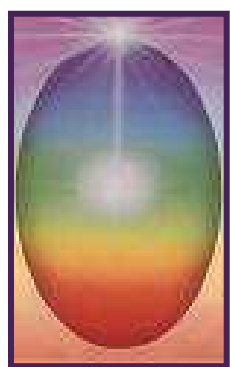
è pronto il Corso on Line

Se qualcuno ci chiedesse: Che cos'è la Psicossintesi? gli risponderemmo che il termine Psicossintesi è sinonimo di processo di **crescita personale**. Ogni aspetto dell'universo tende naturalmente a ristrutturarsi a livelli superiori di organizzazione; negli esseri umani questo avviene, o può avvenire, anche a livello conscio, o meglio consapevole.

La Psicossintesi ritiene che ogni essere umano abbia in sé un enorme potenziale che di norma non viene riconosciuto da chi lo possiede e dunque non viene utilizzato, e che, inoltre, possieda una saggezza interiore che gli permette di accedere a questo potenziale.

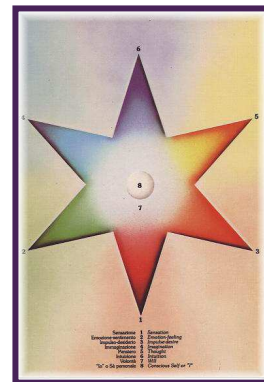
Roberto Assagioli ha dato il nome di Psicossintesi a questa visione olistica dell'essere umano, al processo di crescita e agli strumenti per agevolarlo.

Crescere in coscienza è un processo che richiede prima di tutto conoscenza di se stessi e, non diversamente da qualunque altra disciplina, la Psicossintesi possiede molte tecniche adatte allo scopo. La conoscenza da sola non è sufficiente, ma è un requisito fondamentale per lavorare alla propria crescita personale, a cui segue di necessità l'acquisizione della capacità di gestire se stessi e le proprie parti. L'essere umano è spesso un fiume in piena senza controllo, per trasformare le potenti energie che lo agiscono deve organizzarsi attorno ad un



Centro di Coscienza che la Psicossintesi definisce IO. È da questo centro che si può gestire se stessi e le dinamiche interiori. Per attuare questo processo l'individuo deve volerlo, e la Psicossintesi attribuisce grande importanza alla **Volontà**, che sviluppa attraverso metodi mutuati da differenti tradizioni. Il lavoro su se stessi è un'arte e, come tutte le arti, necessita dei suoi tempi, di costanza, di dedizione e di ripetizione degli esercizi che verranno proposti.

In cosa consiste, quindi, questo corso di Psicossintesi? Il corso consente di acquisire tutti gli strumenti classici della Psicossintesi, necessari per poter affrontare il proprio mondo interno, conoscerlo, gestirlo e trasformare ciò che va trasformato perché fonte di sofferenza e disfunzioni nei rapporti con se stessi e con gli altri. Un'importante novità rispetto ad altri corsi sullo stesso tema è che il nostro ha dato voce alla parte più *'esoterica'* di Assagioli, dando finalmente lo spazio, che da tempo avrebbe meritato, a tutta una mole di conoscenze ancora inedite o quasi del nostro maestro.



Programma

Il corso è composto da 12 lezioni di cui la prima si può scaricare gratuitamente come prova dal sito www.erasacra.com. Ogni lezione è composta da una parte teorica e da un certo numero di Esercizi, differente da lezione a lezione. Ricevuta la lezione, l'allievo deve poi svolgere gli esercizi e inviare le eventuali relazioni, affinché il percorso possa essere monitorato in tutto il suo svolgimento, via mail alle tutor che possono chiarire i passaggi del processo. Una bibliografia consigliata aiuta gli eventuali approfondimenti.

Il corso on-line è caratterizzato da una serie di lezioni modulari che presentano peculiari vantaggi:

- flessibilità e personalizzazione dell'insegnamento;
- stile e linguaggio di facile ricezione;
- possibilità di interagire con un tutor on-line;
- suggerimenti e guide per l'approfondimento degli argomenti di maggiore interesse e per la verifica dell'autoapprendimento;
- rilascio di un attestato di frequenza.

Argomenti trattati

- **Lezione 1** - La coscienza
- **Lezione 2** - La costituzione dell'uomo e l'ovoide
- **Lezione 3** - La stella delle funzioni
- **Lezione 4** - Le subpersonalità - parte prima
- **Lezione 5** - Le subpersonalità - parte seconda
- **Lezione 6** - La disidentificazione
- **Lezione 7** - La trasformazione delle energie
- **Lezione 8** - La volontà - parte prima
- **Lezione 9** - La volontà - parte seconda
- **Lezione 10** - Le tipologie
- **Lezione 11** - Il Sé Transpersonale
- **Lezione 12** - La Meditazione

Docenti: Dott.ssa Adele Caprio , Dott.ssa Lina Malfiore

Segreteria Didattica: Tel 346.2179491 - E-mail corsionline@erasacra.com

La prima lezione si può scaricare gratuitamente dal sito www.erasacra.com

A.R.D.A.

Alla ricerca dell'Anima

Scuola di Educazione alla Scienza dello Spirito

In un periodo di trasformazione come quello attuale, sempre più pressanti diventano le domande fondamentali che si pone l'essere umano (chi sono, da dove vengo, dove vado...). Questa scuola è basata sulle antiche REGOLE e INSEGNAMENTI dei Maestri Spirituali, comparate con la conoscenza della Scienza moderna. Le maggiori difficoltà attuali nascono proprio dall'ignoranza dell'uomo: egli non è cosciente di se stesso e del mondo circostante. Il lavoro che ognuno di noi è chiamato a svolgere è un ampliamento della propria coscienza, attraverso il quale comprendere:

- Il percorso evolutivo nel quale l'umanità è inserita;
- Il perché degli avvenimenti passati, presenti e futuri;
- Il proprio posto e la propria funzione nella vita;
- Il possibile contributo da dare al progresso umano e planetario.

Questo è il Sentiero Spirituale che porterà l'Aspirante davanti al suo Signore o Anima. Gli strumenti sono: lo Studio, la Meditazione e il Servizio.

Le date di Modena del secondo anno, che verterà sullo studio del Piano Emotivo, saranno le seguenti:

30-31 ottobre 2010

22-23 gennaio 2011

19-20 marzo 2011



A.S.Y.E.

Accademia per lo Studio dello Yoga e dell'Etica

Civita Castellana (Vt)

Seminario di Yoga con Smriti Singh

6 - 7 novembre 2011



Due giorni di Workshop con la direttrice della OM Yoga Health Society di Varanasi (India) con cui il centro Yoga Le Nuvole sono gemellati dal mese di giugno.

Il programma verterà sulla teoria e pratica dell'Hatha Yoga, dettagliando Asana, esercizi di Pranayama, Bandha e Mudra.

Un tuffo nella tradizione yogica indiana con una lezione ricca e articolata che, grazie anche ai bellissimi Mantra cantati da questa sensibile insegnante, faranno di questi due giorni di studio un'occasione di crescita assolutamente indimenticabile.

Per info e prenotazioni: yoga@lenuvoledicivita.it

CONFERENZE INDACO



Il Progetto Indaco scaturisce da fatti, esperienze e ricerche iniziate alla fine degli anni ottanta. Le sperimentazioni fatte negli USA da ricercatori interessati al fenomeno delle nuove nascite e delle conseguenze, che uno Stato impreparato stava producendo. La ricerca fatta da psicologi, psichiatri, genetisti pedagogisti, con analisi a 360 gradi, presentavano un cambiamento in atto. Questo movimento è ora all'interno di molte università in tutto il mondo occidentale, e non solo anche in Cina molte università stanno creando

laboratori esperienziali. In India e Giappone esistono scuole che applicano un nuovo sistema pedagogico, basato sulla sostanza dando alla forma il giusto equilibrio.

In Italia il Progetto Indaco nasce come un movimento dalle famiglie che vivevano lo stesso problema, la difficoltà di gestire i loro figli e non sempre per colpa delle istituzioni ma anche dalla incapacità di comprendere i propri errori.

Il Progetto Indaco è un movimento di persone di Buona Volontà, che " pensano dicono e fanno" è stato creato per informare e dare sostegno attivo e fattivo alle famiglie; in questo difficile momento storico. Abbiamo deciso di diventare associazione per rendere il nostro lavoro trasparente ed essendo diventati numerosi, trovare ascolto nelle istituzioni.

Il nostro lavoro e i nostri servizi sono volontari e gratuiti, ma l'espansione dei centri e le difficoltà oggettive, non ci permettono di essere solleciti con i progetti creati. Molte organizzazioni di raccolta fondi prediligono aiutare i bambini del terzo mondo, per carità nulla da eccepire, ma ai nostri bambini, non ci pensa nessuno?

Ai nostri figli che pagano le nostre incapacità, a cui genitori, insegnanti propongono psicofarmaci come unica soluzione per l'inserimento nel meccanismo, ai ragazzi che crescendo frustrati/ribelli, cercano una via, aggregandosi in bande, o infilandosi nei fumi di alcool e droga, ai nostri nipoti, ai figli del nostro vicino di casa, future fondamenta della nostra nazione, e ai loro genitori, dobbiamo attenzione, ascolto e un vero sostegno. Ora abbiamo bisogno di tutto l'aiuto possibile per informare e per costruire la prevenzione.

Le prossime conferenze

10.10 Mira (VE) - Presso: Teatro Villa dei Leoni

28.10 Sala comunale Pianoro Bologna

17. 2..2011 ITIS "Q. SELLA" - Via Rosselli 2 - Biella

PROGETTO INDACO - I COLORI DELLA NUOVA ERA

sede legale: Via Patrioti 69 - 17031 ALBENGA - SV

3396987455 0182 574483

sito : <http://www.progettoindaco.it/>

Un Possibile Futuro per la Terra

Ciclo di conferenze dell'Associazione **Matergaia**
Presso Luna Hotel, Via Veneto 54c, Oleggio Castello (NO)

Da circa un anno le Nuvole sono in contatto con l'associazione culturale **Mater Gaia**, un'associazione che ha sede ad Arona per la quale l'equilibrio è alla base di tutti i loro lavori di ricerca, che sono suddivisi in quattro principali settori:

- per l'elemento Fuoco i trattamenti naturali come la bio-pranopratica
- per l'elemento Aria lo studio degli astri e la loro influenza su di noi e sulla Terra
- per l'elemento Acqua il riallineamento psicofisico con l'uso di acque vibrazionali
- per l'elemento Terra lo studio delle energie geodinamiche e l'influenza sul costruito.

Ci si occupa inoltre di altri importanti segmenti di studio, come lo sviluppo della corretta alimentazione, le culture religiose e le discipline orientali, oltre a dei particolari servizi individuali come i temi astrali o le sedute di consultherapy.

❖ IL DISSESTO SOCIALE E LA CIVILTÀ' DELLA TRANSIZIONE

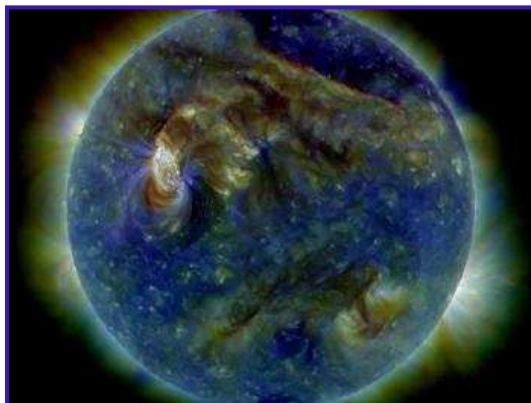
Conferenza di **Cristiano Bottone** - **sabato 30 ottobre**

Cristiano Bottone è tra i fondatori del nodo italiano del movimento delle Transition Towns e di Monteveglio Città di Transizione, la prima esperienza di questo genere nell'Europa continentale. Ci racconterà del grande esperimento sociale delle città di transizione in rapidissima espansione in tutto il mondo e che sembra produrre risultati fino ad ora insperati. Il suo messaggio: siamo profondamente nei guai (e non vi immaginate quanto), ma il futuro ci sorride. Avvertenze: il suo Transition Talk cambia profondamente il modo di vedere il mondo, se non avete il modo di mettere tutto in discussione evitatelo.

❖ LA TERRA E GLI OGM, SONO IL VERO FUTURO?

Conferenza a cura di **Greenpeace** - **sabato 27 novembre**

I responsabili della più grande Associazione Ambientale del Mondo ci racconteranno di come e perché vengono usate delle colture geneticamente modificate nell'agricoltura e nella forestazione. Quali sono i fini e i risultati e che impatto hanno sul nostro ecosistema.



Per ulteriori informazioni consultare il sito dell'Associazione www.matergaia.eu, da cui è scaricabile il modulo d'iscrizione alle conferenze con le varie modalità di pagamento. Il costo di partecipazione ad ogni singola conferenza è di 10,00 euro.

SPORTELLLO D'ASCOLTO

E' STATO ATTIVATO UN
SERVIZIO di COUNSELING GRATUITO
ATTIVO **ON LINE** 24 ORE SU 24 PROMOSSO DAL CENTRO YOGA LE NUVOLE.

Hai un problema al lavoro? Stai attraversando un periodo difficile? Sei depresso e demotivato? Hai un conflitto con i tuoi genitori/figli? Sei incerto su una decisione da prendere? Hai un caro in fin di vita e ti senti crollare il mondo addosso?

I nostri counselor mettono la loro esperienza al servizio di chi cerca una risposta alle proprie domande.

Scrivi a: consultorio@lenuvoledicivita.it

Come riconoscere un attacco cardiaco

Durante una grigliata Federica cade. Qualcuno vuole chiamare l'ambulanza ma Federica rialzandosi dice di essere inciampata con le scarpe nuove.

Siccome era pallida e tremante la aiutammo a rialzarsi.

Federica trascorse il resto della serata serena ed in allegria.

Il marito di Federica mi telefonò la sera stessa dicendomi che aveva sua moglie in ospedale.

Verso le 23.00 mi richiama e mi dice che Federica è deceduta.



Federica ha avuto un attacco cardiaco durante la grigliata.

Se gli amici avessero saputo riconoscere i segni di un attacco cardiaco, Federica sarebbe ancora viva.

La maggior parte delle persone non muoiono immediatamente e un neurologo sostiene che, se si riesce ad intervenire entro tre ore dall'attacco, si può facilmente porvi rimedio.

Il trucco è riconoscere per tempo l'attacco cardiaco!!!

Riuscire a diagnosticarlo e portare il paziente entro tre ore in terapia. Cosa che non è facile.

Nei prossimi 4 punti vi è il segreto per riconoscere se qualcuno ha avuto un attacco di cuore:

* Chiedete alla persona di sorridere (non ce la farà);

* Chiedete alla persona di pronunciare una frase completa (esempio: oggi è una bella giornata) e non ce la farà;

* Chiedete alla persona di alzare le braccia (non ce la farà o ci riuscirà solo parzialmente);

* Chiedete alla persona di mostrarvi la lingua (se la lingua è gonfia o la muove solo lateralmente è un segno di allarme).

Nel caso si verificano uno o più dei sopra citati punti chiamate immediatamente il pronto soccorso.

Descrivete i sintomi della persona per telefono.

Un cardiologo sostiene che se mandate questa e-mail ad almeno 10 persone, si può essere certi che avremmo salvato la vita di Federica, ed eventualmente anche la nostra.

Quotidianamente mandiamo tanta spazzatura per il Globo, usiamo i collegamenti per essere d'aiuto a noi ed agli altri.

VIAGGIO IN ELLADE

Le Nuvole alla riscoperta dei Luoghi Sacri

Stimolati dalla lettura del libro “i Misteri, la Filosofia, le Religioni” di Francesco Varetto (Edizioni Synthesis, Torino 2008), abbiamo deciso di intraprendere un viaggio per vedere con i nostri occhi i Luoghi che hanno visto protagonisti i Maestri e i Deva.



Le Nuvole nel cuore dell' Ellade

Vogliamo condividere con voi il percorso da noi fatto affinché possiate far tesoro della nostra esperienza nel caso in cui vorreste addentrarvi nel meraviglioso pezzo di mondo che abbiamo visitato.

Siamo partiti in nave con l'auto da Ancona a fine giugno alla volta di Igoumenitsa (prenotando tre mesi prima si ha il 50% di sconto e i bambini non pagano). Questo porto secondario della Grecia è stato da noi scelto per due motivi: 1) vicinanza geografica con la prima tappa dei monasteri delle Meteore a nord della Grecia e 2) visti i problemi politici e sociali in questo momento storico abbiamo preferito scegliere un piccolo porto per evitare gli spiacevoli inconvenienti dei grandi agglomerati. Viaggio piacevolissimo e anche troppo veloce, 20 ore (siamo un gruppo che ama viaggiare in mare e abbiamo deciso anche il



Meteore

prossimo viaggio sarà via mare). Sbarcati ad Igoumenitsa siamo partiti alla volta delle Meteore... il nostro capo spedizione è un tipo po' lento per cui abbiamo impiegato 5 ore di auto ma il passo di montagna che abbiamo affrontato non permetteva velocità maggiori. C'è da dire che ci aspettavamo strade in condizioni peggiori ma le strade sono (tranne quel famigerato passo) piuttosto buone in tutta la Grecia. Le **Meteore** sono un paesaggio mozzafiato: queste strane rocce alte come montagne che però sembrano per lo più enormi massi caduti in bilico in modo magico l'uno sull'altro e assolutamente

anomali per il resto del paesaggio greco. Assolutamente da vedere. I **5 monasteri bizantini**

che vi sono costruiti sopra sono anch'essi interessanti, ma visti i primi tre abbiamo capito che alla fine erano tutti uguali. L'ingresso 2 € a monastero, alcuni sono aperti sino alle 15, altri fino alle 18...su internet si consigliava di far indossare le gonne alle donne, ma abbiamo visto procaci americane con shorts inguinali entrare indisturbate e forse la cosa ci ha dato un leggero fastidio. Vi consigliamo di acquistare delle piccole icone ricordo negli shop che vendono souvenir, ne abbiamo trovato di tutti i tipi e di tutti i prezzi, ne abbiamo prese due al prezzo di 2,50 € l'una, un regalino per amici e parenti sicuramente gradito. Meteore, come tutti i luoghi turistici della Grecia è pieno di rooms (camere) a poco prezzo (una tripla 35€), ma noi abbiamo preferito ripartire e avvicinarci ad Atene (altre 5 ore) per fermarci a dormire dopo un paio di ore di viaggio. Siamo anche qui rimasti stupiti che dopo tante Rooms in ogni angolo fra Meteore e Lamia (prima città incontrata dopo 2 ore di viaggio ininterrotto in una desolazione quasi totale) non c'era assolutamente altra struttura tipo hotel che poteva ospitarci. Anche a Lamia, città piuttosto grande, abbiamo un po' girato per trovare un hotel decente da un punto di vista qualità prezzo. Giorno dopo siamo andati a visitare il sito di **Maratona** a 40 km da Atene prima di soggiornare in un fantastico hotel della capitale greca, unico hotel prenotato in tutto il viaggio. Maratona è stata un po' una delusione... il sito è male indicato e non abbiamo trovato ciò che viene descritto dalle nostre fonti internet per cui ci è sembrato un po' una perdita di tempo. Comunque il **Centrotel di Atene** ci ha ricompensati della delusione anche se il traffico ad Atene è piuttosto caotico e abbiamo girato parecchio prima di trovare la strada giusta, aiutati da gentilissimi greci che spesso parlavano persino l'italiano. Ringraziamo col pensiero una signora che ha chiamato col suo cellulare l'hotel per farsi spiegare come raggiungerlo... è inutile dire che nonostante la nostra imbranataggine siamo stati protetti per tutto il viaggio dai nostri angeli e non siamo mai incorsi in problemi o pericoli, anzi! Il giorno dopo abbiamo visitato l'**Acropoli** e nel pomeriggio il **Museo Nazionale** (se siete studenti universitari portatevi la tessera, l'ingresso è gratuito



Partenone

ovunque!). L'Acropoli non ha bisogno di commenti: è un sito maestoso e ancora oggi si può avvertire la potenza del suo magnetismo...vi consigliamo però di visitarlo, se potete, non in estate per via del caldo e della calca che ha reso spesso difficile persino la normale deambulazione. Fra la visita

all'Acropoli e il Museo, pausa pranzo in un locale caratteristico ai piedi dell'Acropoli dove si è gustata una buona **moussaka**. Non ci siamo fatti mancare



Tempio di Efesto

proprio nulla...arte sacra e arte culinaria nello stesso momento. Va detto che rispetto agli standard italiani, la cucina greca è a buon mercato e ci è capitato di fare delle cene a base di pesce spendendo fra gli 8 e i 10 euro. Comunque consigliamo anche lo yogurt con il miele, delizia assoluta e piatto unico... crediamo l'equivalente dell'ambrosia degli dei! Il

Centrotel è un hotel vicino Victoria Station (pieno centro) con il garage interno e quasi nessun hotel ad Atene per quello standard possiede garage interni, gratuito per gli ospiti. Abbiamo pagato per una suite con vasca idromassaggio 35 euro a persona a notte senza colazione...ma ne è valsa la pena. Due notti ad Atene e poi siamo partiti alla volta di

Eleusi, dove abbiamo vissuto una pace ed un'interiorità impensabile per il sito ateniese. Ve lo consigliamo, soprattutto per chi come noi si è basato su una

Sito archeologico di Eleusi

ricerca di tipo esoterico/spirituale. Nello stesso giorno abbiamo visitato **Tegea**, terzo sito importante per la nostra ricerca. Purtroppo il sito era in uno stato di totale decadimento ed abbandono e ci ha messo un po' di tristezza...la sensazione era come se fosse stato raso al suolo!



Dopo tanta tristezza ci siamo accinti a passare la notte in un luogo di mare e abbiamo scoperto **Nafplio**, un delizioso paesino con un bel lungomare, tanti ristoranti carini e hotel per tutte le tasche. Ovviamente quelli situati nella zona collinare, molto panoramica, erano più a buon mercato. Il giorno dopo siamo partiti alla volta di **Micene** su richiesta esplicita di uno

Porta dei Leoni a Micene

dei nostri soci che voleva a tutti i costi visitare questo sito storico più che esoterico, ma anche questo ve lo consigliamo perché sicuramente molto istruttivo per una visita a carattere educativo/scolastica. Dopo Micene siamo partiti alla volta di **Epidauro** per visitare il famoso teatro...senza parole! Abbiamo parlato fra di noi della grande



provato la famosa acustica in cui un semplice bisbiglio arriva nitido fino all'ultimo spettatore dello spalto più alto.

Teatro di Epidauro

Con gli occhi e il cuore pieni di tanta bellezza siamo partiti alla volta dell'**estremo sud del Peloponneso** alla ricerca di una spiaggia dove

Olympia

riposare le stanche membra e meditare in pace sulla bellezza e l'armonia dei deva del luogo. L'abbiamo trovata un'indimenticabile spiaggia di rena dorata, dove abbiamo trascorso 4 splendidi giorni di quiete e di mare, con hotel sulla spiaggia e ristorante annesso...a tale proposito il nostro pensiero va a Tassos e Marios che si sono presi cura di noi con tanto affetto facendoci sentire a casa! Poi la nostra



missione ci ha imposto di partire e di lasciare quel luogo incantato dove alle sette del mattino facevamo il bagno con le ondine e alle undici salutavamo i silfi dell'aria che puntuali soffiavano a quell'ora.... dirigendoci alla volta di **Olimpia**. Altro luogo magico e da non perdere, impossibile non visitarlo e non vedere filosofi e atleti passeggiare sotto quei pini secolari a discutere di filosofia ed etica. Un'altra notte in un luogo di mare che però non vi consigliamo, Kouruta... dozzinale l'hotel e il ristorante ma eravamo troppo stanchi per cercare altro. Infine siamo partiti per **Delfi**, ultima tappa del nostro viaggio. Il sito è senz'altro notevole e imperdibile,



meno la nuova Delfi, troppo turistica...se andate a visitare il sito cercate di soggiornare fuori dalla nuova cittadina, poco più a valle c'è il mare e siamo sicuri che ci sono alberghetti migliori. Comunque la nostra ultima notte a Delfi abbiamo festeggiato il compleanno di una nostra socia in uno splendido ristorante vegetariano (Vakhos) che vi consigliamo.

Lì abbiamo conosciuto una simpatica famiglia di Como che guarda caso (ma il caso, si sa, non esiste) partiva come noi in nave alla volta di Ancona il giorno dopo e così abbiamo fatto in loro compagnia il viaggio di ritorno. Tra l'altro ci hanno detto che hanno sempre dormito nei campeggi dove si sono trovati molto bene spendendo una cifra di circa 20 € in 4 a notte...conveniente davvero! Sulla strada di ritorno ad Igoumenitsa abbiamo fatto l'ultimo bagno in una spiaggia molto bella, Ligia Beach, prima di imbarcarci per Ancona. Ancora oggi, mesi dopo, viviamo questo viaggio come un sogno e di tanto in tanto, affiorano splendide immagini e momenti di assoluta gioia che ci fanno essere sicuri di tornare in quei magici luoghi in un futuro non lontano!



Sito Archeologico di Delfi

IL PUNTO DELL'ASTROLOGA: L'importanza dell'Ascendente



a cura di
Adele Caprio

Ascendere significa alzarsi, sorgere, perciò l'ascendente è il segno zodiacale che intercettava l'orizzonte ad Oriente al momento della nascita. Ecco perché l'Ascendente è anche sinonimo di alba, del momento in cui sorge il Sole. Se si nasce all'alba, segno solare e segno ascendente coincidono, anche se il grado occupato dal Sole nel segno zodiacale è in genere diverso dal grado dell'ascendente. E se si nasce al tramonto del Sole? Chiaramente il segno solare sarà opposto al segno ascendente, il che significa che se il sole è nel segno dell'Ariete (21 marzo-19 aprile) l'ascendente sarà nel segno della Bilancia.



Dal punto di vista astrologico l'Ascendente è molto importante perché fornisce elementi decisivi per identificare personalità, carattere e temperamento del soggetto. Infatti affermare di appartenere ad un segno zodiacale solo perché si ha il Sole di nascita in quel segno è piuttosto riduttivo ed è solo una convenzione

accettata dai più. In realtà, per capire chi abbiamo davanti, dovremmo sempre chiedergli dove ha la Luna, il Sole e l'Ascendente. Una delle più gravi lacune per interpretare correttamente una Carta del Cielo è la frequente mancanza dell'ora di nascita o della sua inesattezza. Ovviamente, un bravo astrologo è anche capace di dedurre l'Ascendente con calcoli che in questa sede è inopportuno riportare o può addirittura desumerlo dopo una sommaria conoscenza della personalità dell'interlocutore.

Determinando l'Ascendente, si determina anche l'inizio della prima Casa dando così la segmentazione definitiva dei settori che compongono il diagramma Zodiacale. La prima Casa rappresenta l'aspetto dell'individuo, il modo in cui le altre persone ci vedono in superficie. Esso è dunque un punto (o grado zodiacale) importantissimo, che dipende dall'ora di nascita. In un grafico zodiacale l'Ascendente si pone a sinistra: questo perché apparentemente il Sole si muove in

senso orario compiendo un giro di 360 gradi e nelle 24 ore attraversa le 12 case o settori impiegando due ore per ogni casa. In realtà, il Sole è sempre nello stesso segno e nello stesso grado in un dato giorno, mentre è la Terra che si muove in senso antiorario. Di fronte all'ascendente c'è il Discendente che è il momento (e il punto) in cui il Sole tramonta. Il Discendente separa la VI dalla VII casa.

L'asse AS-DS o alba-tramonto separa la parte diurna o superiore dalla parte notturna o inferiore, mentre la linea MC-FC (medio cielo-fondo cielo) o mezzogiorno-mezzanotte separa la notte-mattina dal pomeriggio-sera. Il mattino comprende le case XII-XI e X, il pomeriggio le case IX-VIII e VII, la sera le case VI-V e IV e infine la notte comprende le case III, II e I.

Secondo l'Astrologia tradizionale, dal punto di vista interpretativo l'Ascendente riguarda il mondo esteriore del nativo, le sue caratteristiche fisiche e psicologiche, ossia il modo con cui si rapporta agli altri, a differenza del segno solare che rappresenta la sua natura profonda.

Secondo l'Astrologia evolutiva, invece, l'Ascendente è il punto più importante da studiare perché indica la natura e la forza dell'Anima o Sé Spirituale. Si accende verso i **42 anni** e incarna quella forza che dovrà portare l'individuo alla realizzazione della meta della sua vita e, quindi, aiutarlo a mettere a punto la preparazione per la prossima incarnazione (dopo i 63 anni). Rappresenta, in poche parole, l'energia che ci porta a capire il perché dell'attuale incarnazione e a raggiungere il suo fine.



Per **consulenze** e/o **Carte del Cielo** contattare il 3297968490 oppure info@lenuvoledicivita.it