

La Miniera delle Gioie

The Mine of Joys

Anna Baldini (*)

Immaginiamo l'Uovo Assagioliano così come ci appare nel poster colorato: il rosso scuro della base si trasforma in un colore rosso rubino..., che gradualmente sfuma in un arancione vivido e caldo..., che a sua volta si sfuma e diventa un brillante e splendente colore giallo..., ed il giallo si trasforma in un vivido e caldo colore verde smeraldo..., che si sfuma in un blu carico e denso come il cielo palpitante di stelle nelle notti d'estate..., che si trasforma nell'indaco chiaro e trasparente... messaggero dell'ametista più puro e spendente... ed in alto la bianca luce del Sé.

Visualizziamo adesso la linea bianca e chiara che dal Sé scende verso il centro dell'Uovo, verso il Sé personale.... Prendiamo dei respiri calmi e profondi... Visualizziamo noi stessi all'interno dell'Uovo. La nostra colonna vertebrale corrisponde a quella linea di luce che unisce il Sé personale al Sé transpersonale....

Il colore rosso è correlato al nostro coccige..., l'arancione all'osso sacro..., il giallo alle vertebre lombari..., il verde alla zona tra le scapole..., il blu alle vertebre del collo..., l'indaco al punto tra la prima vertebra del collo e la base della nuca..., il viola alla sommità della testa - tra la fontanella ed il dietro della testa -..., il bianco al di sopra della testa... là dove il nostro corpo incontra l'infinito....

Prendiamo di nuovo alcuni respiri profondi ed ampi.... Adesso immaginiamo di essere all'interno del nostro uovo... sentiamoci immersi in questi colori ai vari livelli ed entriamo nella nostra colonna vertebrale: "La Miniera delle Gioie" che è composta di otto stanze...

Nella prima stanza, in corrispondenza del coccige, incontriamo tutte le luccicanti tonalità del colore rosso ed il coraggio..., respiriamo questo colore....

Nella seconda stanza, all'altezza del bacino, incontriamo tutte le sfavillanti tonalità dell'arancione e la gioia di vivere..., respiriamo questo colore...

Nella terza stanza, all'altezza dei reni, incontriamo le luminosità del giallo e la chiarezza della volontà personale..., respiriamo questo colore...

Nella quarta stanza, all'altezza del cuore, incontriamo il tonificante e scintillante verde, la pace del cuore e dei sentimenti..., respiriamo questo colore....

Nella quinta stanza, all'altezza della gola, incontriamo le brillanti luci del blu e la forza creativa..., respiriamo questo colore...

Let's imagine Assagioli's Egg as it appears in the coloured poster: the deep red at the base changes into a ruby red..., gradually fading into a warm, bright orange..., which in turn tones down and becomes a brilliant, shining yellow..., then the yellow transforms into a warm, vivid emerald green..., emerging into a blue as deep and thick as a sky throbbing with stars on a summer night..., which then fades into a clear, diaphanous indigo... a messenger of the purest and brightest amethyst... and high above the white light of the Self.

Now let's visualize the clear, white line which from the Self descends towards the Egg's centre, to the personal self... Let's take some calm, deep breaths... Let's visualize ourselves inside the Egg. Our spine corresponds to the line of light that unites the personal self to the Transpersonal Self...

Red is correlated to our coccyx..., orange to the sacrum..., yellow to the lumbar vertebrae..., green to the area between the shoulder blades..., blue to the neck vertebra and the nape..., violet to the top of the head-between the well and the back of the head-..., white to the part above the top of the head... where our body encounters the infinite...

Let's take some deep and full breaths again... Now let's imagine we are inside our Egg...let's feel ourselves immersed in these colours at the various levels and let's enter our spine: "The Mine of Joys"... is made up of eight rooms...

In the first room, in connection with the coccyx, we meet all the shining tones of courageous red..., we breathe this colour...

In the second room, corresponding to the pelvic region, we meet all the sparkling tones of orange and the joy to live..., we breathe this colour...

In the third room, in connection with the kidneys, we meet the brightness of yellow and the clarity of personal will..., we breathe this colour.

In the fourth room at the heart level we meet the tonifying and glittering green, the peace in our heart and our feelings..., we breathe this colour...

In the fifth room, corresponding to the throat, we meet the brilliant lights of blue and the creative force..., we breathe this colour...

In the sixth room, at eye level, we meet the delicate

Nella sesta stanza, all'altezza degli occhi, incontriamo le delicate sfumature degli indaco e la lucidità mentale..., respiriamo questo colore...

Nella settima stanza, alla sommità della testa, incontriamo l'elevante scintillio dei viola e la compassione per l'essere..., respiriamo questo colore...

Nell'ottava stanza, al di sopra della testa, incontriamo la splendente luce bianca del Sé, che invia onde danzanti di luce iridescente all'interno della nostra colonna vertebrale..., all'interno ed all'esterno del nostro Uovo..., rigenerando e rinnovando tutto il nostro essere... respiriamo questa luce...

Ritroviamo l'immagine colorata dell'Uovo Assagioliano di fronte a noi..., sentiamo il nostro respiro..., il nostro corpo..., prendiamo il tempo necessario per riprendere contatto con la realtà esterna. □

shades of indigo and the clarity of mind..., we breathe this colour...

In the seventh room, at the top of the head, we meet the elevating twinkling of violet and the compassion for the being..., we breathe this colour...

In the eighth room, above the top of the head, we meet the splendid white light of the Self, which sends dancing waves of iridescent light inside our spine..., inside and outside our Egg..., regenerating and renewing all our being... we breathe this light...

Let's see the coloured image of Assagioli's Egg in front of us again..., let's listen to our breath..., our body..., let's take the necessary time to put ourselves in touch with the external reality again... □

(*) Socia del Centro di Psicosintesi di Firenze.

FOREIGN LANGUAGE PROJECT / PROGETTO LINGUA STRANIERA

from 12 years and up / a partire da 12 anni

Sunday 17 - Saturday 23 August / Domenica 17 - Sabato 23 Agosto

In the "International educative psychosynthesis" project, we believe that it is fundamentally important to stimulate the knowledge and study of foreign languages among young people.

To learn a foreign language means understanding the culture of a people, understanding a psychology and a specific way of thinking. All of these elements are transmitted, not only from the structural aspect and significance of the language, but also by the sound, the rhythm, and melodic inflection: in a word, by its vibration.

Recent studies and research have proved that in the approach to a foreign language it is first necessary to "listen" to that language, to its inflections and its rhythm in order to reproduce it.

It is therefore evident how the opening of internationality and the fall of linguistic barriers is an important way that leads to the development of a new capacity and quality of "listening" which is at the same time listening to others, but above all, listening to oneself.

The didactic structure of courses foresees the use of up-to-date methodologies and equipment which have the aim of stimulating and preparing the ear for the perception of specific frequencies of each language, to be able to thus reproduce it rapidly and easily. The lessons will take place during the morning, individually and in small groups, and will be held by mother-tongue teachers.

The afternoon, instead, will be dedicated to group activities, creative activities and excursions in Umbria and Tuscany co-ordinated by specialised educators of the New Education Group.

For the summer of 1997 the course will be in English.

Nell'ambito del progetto "Psicosintesi educativa internazionale" riteniamo di fondamentale importanza promuovere tra i ragazzi la conoscenza e lo studio delle lingue straniere.

Imparare una lingua straniera significa infatti comprendere la cultura di un popolo, far propria una psicologia ed un modo di pensare specifici. Tutti questi elementi sono veicolati, non solo dall'aspetto strutturale e di significato proprio della lingua, ma anche dal suono, dal ritmo e dall'inflessione melodica: in una parola dalla sua vibrazione.

Recenti studi e ricerche hanno provato che nell'approccio ad una lingua straniera è necessario prima imparare ad "ascoltare" la lingua stessa, le sue inflessioni e il suo ritmo per poi poterli riprodurre.

Diventa quindi evidente come l'apertura all'internazionalità e la caduta di barriere linguistiche sia una via importante che conduce allo sviluppo di una nuova capacità e qualità dell'"ascolto" che è insieme ascolto dell'altro, ma soprattutto ascolto di sé.

L'impostazione didattica dei corsi prevede l'utilizzo di metodologie e apparecchiature di avanguardia che hanno lo scopo di stimolare e preparare l'orecchio ad una percezione delle frequenze specifiche di ogni lingua per farle proprie e poterle quindi riprodurre con scioltezza e facilità.

Le lezioni si svolgeranno di mattina, in forma sia individuale che in piccoli gruppi, e saranno tenute da insegnanti tutti di madre lingua. I pomeriggi saranno invece dedicati ad attività di gruppo, attività creative e ad escursioni in Umbria e Toscana coordinate da educatori specializzati del Gruppo Nuova Educazione.

Per l'estate 1997 il corso attivato sarà quello di Lingua Inglese.

"LE QUERCE" Centro di Educazione Permanente - Loc. Palazzolo, 67 - Moiano - 06062 Città della Pieve (Italy)
Segreteria, informazioni, prenotazioni: telefonare allo (+ 39) 0578-294503 (martedì e giovedì ore 19.30/21.00) oppure allo (+ 39) 0368-957524