



'Ohana Hale Ola - La Scuola  
presso Centro RossoVulcano  
Via Sirana 79  
6814 Lamone - TI

## **ALOHA 'AINA**

### **... Essere Nativi della Terra ...**

Il corso ALOHA 'AINA "Essere Nativi della Terra" è un'esperienza unica che permette di scoprire e comprendere la visione del mondo dei nativi hawaiani e la loro profonda connessione con la Madre Terra. Questo corso, che si svolgerà presso la nostra scuola Ohana Hale Ola, è un'opportunità straordinaria per tutti coloro che desiderano riscoprire la propria natura profonda e trovare la via della guarigione, del benessere e della crescita su tutti i livelli.

Secondo la tradizione hawaiana, la vetta più alta delle isole Hawaii, Mauna Kea, rappresenta l'ombelico del luogo sacro dove il Padre Celeste e la Madre Terra si unirono per creare le isole stesse. Questo simbolo rappresenta la profonda connessione dei nativi con la terra e la natura, poiché per loro la terra è la madre che dona il nutrimento e l'origine della loro vita. La conservazione delle risorse naturali è cruciale per garantire la loro esistenza e solo attraverso la relazione con la natura l'uomo può trovare il senso della vita.

Durante il corso "Essere Nativi della Terra", i partecipanti avranno l'opportunità di attingere alle forze messe a disposizione dalla terra per trovare la via della guarigione, del benessere e della crescita su tutti i livelli. Grazie all'esperienza dell'insegnante, verranno dati gli strumenti per sperimentare la connessione con la protezione di Madre Terra, la forza guaritrice delle montagne, dell'acqua, delle nuvole, della famiglia e tanto altro ancora.

*"Fermi come le montagne, e trasparenti come acqua di Sorgente, sosteniamo e divulghiamo questo antico Sapere". Lorenza Manetti Beltrami*

### **A CHI SI RIVOLGE**

Questo corso è rivolto a tutti coloro che vogliono approfondire la conoscenza delle proprie potenzialità.

A tutti coloro che vogliono fare un'esperienza in Natura, conoscere la cultura hawaiana e intraprendere una crescita personale e conoscere meglio se stessi e migliorare le relazioni nell'ambito sia personale che lavorativo attingendo alla forza del gruppo.

Per operatori del settore della Salute: medici, infermieri, fisioterapisti, terapisti complementari, naturopati ecc., che sentano il bisogno di ampliare i propri orizzonti e/o per ottenere la certificazione delle ore di aggiornamento.

### **REQUISITI**

Aver compiuto 18 anni;

autosufficienti nel gestirsi;

Ogni situazione ed ogni parola detta, rimangono confidenziali.



'Ohana Hale Ola - La Scuola  
presso Centro Rosso Vulcano  
Via Sirana 79  
6814 Lamone - TI

## **OBIETTIVI GENERALI**

Alla fine del corso i partecipanti sapranno utilizzare gli strumenti tratti dalle discipline hawaiane per attingere alla propria forza interiore, a quella della Natura, a quella del gruppo e alla forza degli Antenati e delle Divinità per trasformare problematiche personali a livello: mentale, emozionale, fisico, materiale, spirituale.

## **PROGRAMMA**

Storia e filosofia Aloha 'Aina:

Essere Nativi della Terra

I Canti sacri (Oli).

Il Cerchio di Aloha.

La camminata Kilo.

Salutogenesi: i principi della salute e del Ben-Essere.

### **La Terapia Lomilomi**

- massaggio Lomilomi 'Ohana
- Accoglienza
- Gestualità
- Presenza.

### **Cerchio di Aloha (Circle Time)**

Attraverso l'elaborazione delle esperienze passate, la riformulazione del vissuto si attiva il processo per un ascolto attivo, una libertà di espressione, e si apprende una comunicazione non violenta e non giudicante nei confronti di se stessi.

È lo strumento che ci insegna a onorare il punto di vista di ogni persona. Durante gli incontri, se prestiamo ascolto alle parole, alla saggezza e agli insegnamenti degli altri che parlano, saremo in grado di ampliare la nostra comprensione e di porci in relazione agli altri in modo diverso.

Questo processo permette a tutti i membri del gruppo di presentare il loro punto di vista e di raccontare la propria storia, le proprie emozioni, i propri limiti, le proprie dinamiche senza paura di giudizio. Nel Cerchio si apprende ad ascoltare con rispetto rimanendo in silenzio con consapevolezza...saper ascoltare è fermarsi ed essere presenti.

### **Canti Sacri**

Sono degli strumenti di crescita personale e spirituale. Attraverso i canti Sacri io apprendo i vocaboli hawaiani "Olelo". Quando si riesce ad avere più consapevolezza del canto e del significato, entrando più in profondità, questi testi Sacri hanno il potere di elevare il livello energetico di una persona, o anche di un luogo.



'Ohana Hale Ola - La Scuola  
presso Centro RossoVulcano  
Via Sirana 79  
6814 Lamone - TI

Ogni canto è un seme d'Amore, e ogni volta che cantiamo gli Oli (canti) piantiamo nel nostro quotidiano un bel seme. E si sa, si raccoglie ciò che si semina.

### **Camminata Kilo:**

Faremo passeggiate e andremo in luoghi incantati, con tanta pace e bellezza. Questa camminata prevede due fasi: prima mi connetto con me stessa, con il mio mondo interiore, con le mie emozioni e in secondo tempo apro i sensi e mi connetto con l'Universo. In silenzio osservo tutto quello che ci sta attorno, fiori, piante, animali, nuvole, sole, pioggia...Le condizioni atmosferiche diventano una possibilità per lavorare su sé stessi, superando i propri limiti.

### **DURATA**

4 giornate – due fine settimana

### **QUOTA DI PARTECIPAZIONE**

Fr.600.-- per i due corsi (2 weekend)

Fr.320.-- per un singolo corso (1 weekend)

### **GIORNI E ORARI**

sabato e domenica 14-15.10.2023

sabato e domenica 16-17.12.2023

**Luogo: Centro RossoVulcano, via Sirana 79, 6814 Lamone TI - Svizzera**

**Per maggiori info: [lorimana@hotmail.com](mailto:lorimana@hotmail.com)**

**cell. +4179 621 64 14**