



## **CORSO RESIDENZIALE**

***Isola di Capraia (LI) - Arcipelago Toscano  
Dal 16 al 19 MAGGIO 2019***

**LO SPIRITO DELL'ISOLA, LO SPIRITO DELLA NATURA  
IMPARARE A LEGGERE IL LIBRO DELLA VITA E DELLE FORME PER  
RICONOSCERE LE FORZE SOTTILI E LE ENTITA' SPIRITUALI CHE  
AGISCONO NELLA NATURA**

**- III Edizione -  
- PERCEPIRE CON IL CUORE -**

*"Ci sono più cose in Cielo e in Terra, Orazio, di quante ne sogni la tua filosofia".* Così parlava Amleto nella famosa tragedia di W. Shakespeare sottolineando l'esistenza e l'importanza di quella "Terra di mezzo" non esplorabile con i sensi ordinari ma che caratterizza, spesso in modo molto sottile ma comunque in maniera evidente per chi sa leggere e riconoscere, la realtà del nostro Mondo e da cui quasi sempre discendono le manifestazioni nel sensibile.

Tutte le scuole spirituali, le religioni e l'arte riconoscono da sempre questa dimensione, che oggi anche la Scienza, soprattutto attraverso la Fisica quantistica e la Psicologia, sta esplorando in maniera sempre più convincente.

Anche l'Ecologia, soprattutto tramite le discipline che si occupano di conservazione della Natura, comincia a chiedersi se sia possibile una vera Ecologia ignorando la dimensione metafisica-spirituale del mondo naturale (anche se per alcuni questa non esiste).

Il corso proposto, la terza edizione dopo il buon successo riscontrato nelle annate scorse, vuole affrontare proprio queste tematiche, con un approccio razionale e scientifico ma aperto alla creatività, alla poesia e ... all'impossibile. E la scelta di un luogo come l'isola di Capraia, tra le meglio conservate nel nostro Paese e dove lo Spirito del Luogo si può percepire ancora in maniera evidente, è il sito ideale per questo tipo di lavoro. Tra l'altro il periodo scelto, nel cuore del mese di maggio, vedrà l'isola al suo massimo splendore delle forze di primavera!

Oltre a fornire le informazioni più recenti nel campo della Fisica in relazione proprio al mondo dell'invisibile (antimateria, energia e materia oscura, ecc.) e a raccogliere interessanti notizie che su queste questioni provengono soprattutto dall'Antroposofia di Rudolf Steiner e da varie tradizioni esoteriche occidentali, **verrà svolto un inedito lavoro sul potenziamento sensoriale e sull'autoconsapevolezza al fine di imparare a percepire, riconoscere ed interpretare le varie forme naturali per scoprire le loro risonanze con il Cosmo e il rapporto con la Vita manifesta.** Un originale percorso per imparare a riconoscere l'impalpabile ma sensibilissima presenza del *divino* insito nel *naturale*.

**Quest'anno, anche per differenziarci dai programmi degli anni scorsi, faremo un lavoro specifico sul "sentire e pensare con il cuore", sempre in una logica di rapporto con il mondo spirituale e di percezione della Natura, ovvero approfondiremo le proprietà fisiche e metafisiche di quest'organo, che è molto di più di ciò che ci racconta la medicina.**

Escursioni giornaliere nella stupenda natura dell'isola e un'logistica sobria ma accogliente (con ottime cene!) permetteranno ai partecipanti di apprendere conoscenze e strumenti interpretativi utili anche per proseguire in futuro ed autonomamente questo particolare cammino di conoscenza, a cavallo tra scienza, coscienza e spiritualità.

## **PROGRAMMA**

### **GIOVEDÌ 16 MAGGIO 2019**

POMERIGGIO

Ore 13,45 partenza del traghetto dal Porto Mediceo di Livorno - Ore 16,30 circa, arrivo a Capraia.

Sistemazione nelle belle camere dell'Hotel Saracino, in posizione panoramica nel cuore del paese, ai piedi della Fortezza di San Giorgio.

Ore 17,30-19,30 – PRESENTAZIONE DEL SEMINARIO ED ELEMENTI INTRODUTTIVI IN SALETTA HOTEL: è possibile una vera ecologia ignorando la dimensione metafisica-spirituale della Natura? Obiettivi di questi incontri - il momento evolutivo dell'Umanità in questo periodo - i cambiamenti in corso - non siamo qui per caso - il perché di questo luogo.

Ore 19,45: cena in hotel.

Ore 21,15: BREVE ESCURSIONE POST-CENA al Belvedere per vedere le stelle ed ascoltare le berte (tempo permettendo). Incontro con lo spirito dell'isola.

### **VENERDÌ 17 MAGGIO**

Ore 8.00 colazione

MATTINA (8,45-13,00)

- I quattro elementi: Aria, Acqua, Terra e Fuoco

-Le forze invisibili che agiscono nella natura: il mondo degli eteri

Le forze plasmatrici eteriche e forze fisiche - La quintessenza.

- La natura sottile di alcuni elementi chimici fondamentali (N,C,O,H)
- I movimenti nella natura (spirali e vortici, lemniscate, ecc.)
- L'Evoluzione: Ordine e Caos

PAUSA PRANZO (libero): 13,15-14,45

POMERIGGIO (15,00-18,00): ESCURSIONE SUL CAMPO E OSSERVAZIONI DELLA NATURA, ANCHE CON ESERCIZI ED ESPERIENZE.

CENA. Cena all'ittiturismo "il Carabottino": pesce pescato da Antonio e cucinato con passione da sua moglie Siria.

## **SABATO 18 MAGGIO**

Ore 8.00 colazione

MATTINA (8,45-13,00)

- Forze di Vita e di Morte nella Natura: Biòs e Zoe, Vita incarnata e Vita diffusa - Come la Vita scende, si manifesta e agisce sulla Terra - Come si muore, come ci si incarna, come scorre e funziona la Vita.
- La natura sottile della Natura: percepire le forze della Vita
- Sopranatura e sottonatura
- Riconoscere e nominare gli elementi della natura
- I luoghi di forza e di potere

PAUSA PRANZO (libero): 13,15-14,45

POMERIGGIO (15,00-18,00): ESCURSIONE SUL CAMPO E OSSERVAZIONI DELLA NATURA, ANCHE CON ESERCIZI ED ESPERIENZE.

Cena all'Agriturismo Valle di Portovecchio, nell'ex colonia Penale, da Massimo e Rossana. Si possono gustare piatti appetitosi con le verdure del loro orto, formaggi toscani abbinati alle loro marmellate, pesce. (Distanza 2 km c.a. dal Paese). Sarà anche l'occasione per esplorare una parte dell'isola che fino a metà degli anni '80 era interdetta al pubblico (ex-colonia penale).

RITORNO CON CAMMINATA NOTTURNA

## **DOMENICA 19 MAGGIO**

Ore 8.00 colazione

MATTINA (8,30-10,00)

-Momento artistico di pittura eterica con gli acquarelli.

10,30-13,30: ultima escursione in natura. In alternativa, se il gruppo sarà d'accordo, e sempre in relazione alle condizioni del mare sarà possibile sostituire l'ultima **escursione con il giro in barca dell'isola (MOLTO CONSIGLIATA: costo a parte, circa € 20 cad.)**.

Ore 17.45 partenza del traghetto ore 20.30 arrivo a Livorno.

---

**N.B. Inoltre, sempre in base alle esigenze ed alla coscienza del gruppo, alcuni momenti teorici e di discussione potranno essere svolti, invece che in interno, direttamente in natura.**

---

## **NOTE ORGANIZZATIVE**

**Soggiorno a mezza-pensione di 4 giorni con 3 pernottamenti.**

La quota di partecipazione comprende:

N. 3 pernottamenti con sistemazione in camera doppia in albergo

N. 3 colazioni

N. 3 cene

Tutte le spese inerenti al corso (relatore – spazio di incontro – escursioni previste dal programma-assicurazioni)

La quota non comprende i pranzi al sacco, il biglietto del traghetto da e per Capraia e tutto quanto non espressamente indicato nella voce "la quota comprende"

**COSTI: QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE = € 390,00**

Le sistemazioni per la notte saranno in stanze doppie nell'Albergo "Il Saracino". Chi avesse esigenze particolari è pregato di segnalarlo per tempo all'organizzazione. E' possibile soggiornare in camera singola con un supplemento di 30 euro al giorno.

Se raggiungete Livorno in macchina potete lasciarla al posteggio del Porto Mediceo cell. 338.8969912 (consigliamo di prenotare). La biglietteria Toremar la troverete al Porto Mediceo davanti al traghetto 0586.896113 . [www.toremar.it](http://www.toremar.it)

Variazioni del programma saranno sempre possibili in base all'andamento del corso ed alle richieste dei partecipanti.

Il corso è a numero limitato di posti (max.15), per cui è richiesta l'iscrizione preventiva.

**Attrezzatura consigliata:** scarponcini da trekking, binocolo, giacca a vento e abbigliamento comodo, zainetto, torcia, pennello (medio-grande a punta) e colori ad acquarello.



**Relatore e conduttore: Dott. Armando Gariboldi, naturalista e giornalista scientifico, ricercatore spirituale.**

Laureato in Scienze Naturali, si è sempre occupato di conservazione della natura (è stato anche Direttore Generale della LIPU) e divulgazione ambientale. Naturalista e agrotecnico, è il Fondatore dello Studio EcoCentro di Pavia. Giornalista pubblicista iscritto all'UGIS-Unione Italiana Giornalisti Scientifici. Ha pubblicato 15 libri e circa 400 articoli, collaborando con le principali riviste del settore e tenendo rubriche pluriennali su Airone e La Rivista della Natura. Dall'inizio degli anni '90 ha iniziato ad approfondire gli aspetti legati alla spiritualità nella natura secondo un

approccio olistico integrato che utilizza soprattutto le conoscenze della tradizione occidentale, vagliate sempre dalla logica, dal buon senso e dalla critica costruttiva.

**Capraia** è un'isola dell'Arcipelago Toscano (oggi Parco Nazionale) che assomiglia più alla Corsica che alla Toscana. Sorta da un vulcano, aspra e bella come una creatura selvatica: è la vera isola-natura. L'abitato e le poche auto sono limitate al paese arroccato al castello e al piccolo porto, per il resto Capraia è "sentieri nella natura". Una Natura avvolgente che non solo si vede, ma si respira in ogni angolo di quest'isola magica, tra le meglio conservate del Mediterraneo. E noi la vivremo nel pieno dell'esplosione primaverile.

**Per informazioni e prenotazioni contattare:**

***AGENZIA VIAGGI PARCO***

**Via Carlo Alberto 42 - Capraia Isola (LI)**

**+39 0586905071 +39 3493033411**

**[parcocapraia@gmail.com](mailto:parcocapraia@gmail.com) [www.isoladicapraia.it](http://www.isoladicapraia.it)**