ZEN ROYA PROJECT | NUMBER 111

ben-essere

CONNETTERSI ALLA PROPRIA ESSENZA | IL MODO SANO DI ESSERE SE STESSI | L'INIZIO DEL CAMBIAMENTO

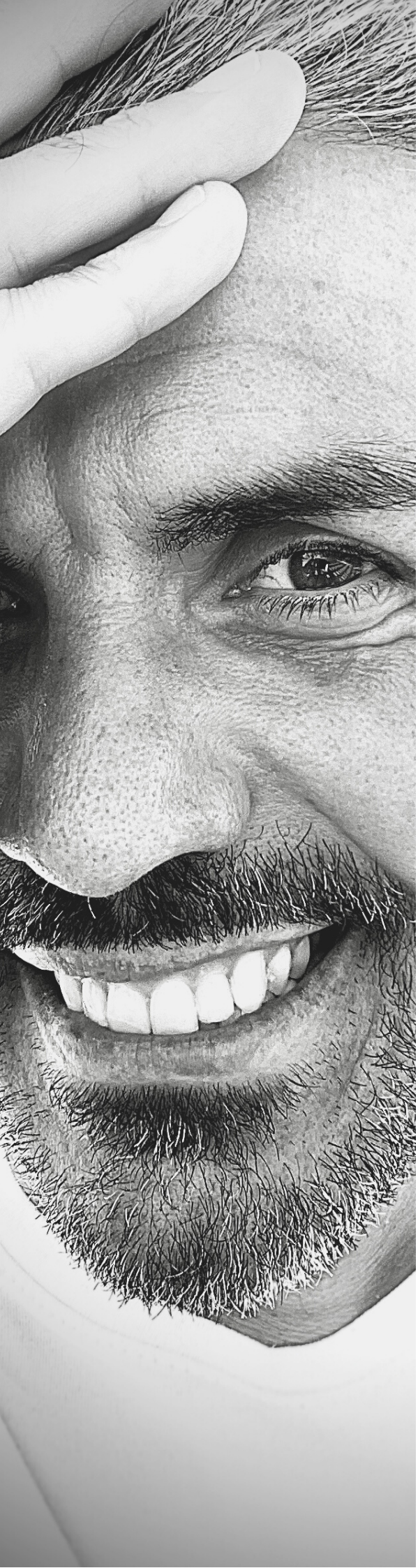
Yamuna Devi

YOGA TEACHER - MASSAGE THERAPIST

Spirito libero, mentore, mentalità aperta, guaritrice, formatatrice di insegnanti di yoga, massaggiatrice, danzatrice, facilitatore di gruppi, viaggiatrice del mondo, artista marziale, facilitatrice di circoli femminili, guida alla meditazione, ricercatrice olistica e dell'arte del movimento, appassionata di guarigione e autorealizzazione, ma soprattutto un essere umano semplice, umile e orientato al cuore. Cresciuta in una famiglia di Yogi con un padre Indiano e una madre Inglese che le ha insegnato tutto sulla spiritualità e la filosofiaI Indiana nella città di Londra. Fin da piccola ha avuto una grande passione per imparare e scoprire tutto ciò che il mondo ha da offrire.

Ha trascorso tutta la sua vita esplorando molti stili di danza, arti marziali, meditazione, modalità di autoguarigione e yoga senza perdere la passione e la devozione per la sua crescita personale. Il movimento è vita, la vita è un viaggio e tutto ciò che voglio è condividere con il mondo e con coloro che sono aperti a imparare modi per guarire, trasformare e crescere. Faccio del mio meglio per creare uno spazio sicuro e amorevole dove tutti coloro che entrano possano sentirsi al sicuro per essere chi sono veramente, trasformarsi ed esplorare la luce e l'oscurità dentro di sé, il tutto circondato da consapevolezza e amore compassionevole. Amo creare ambienti magici di guarigione e tutto ciò che connette corpo, mente e anima.

Attraverso yoga in due sono in grado di trasmettere alle coppie il potere dell'ascolto reciproco aiutandole a scoprire il potere della comunicazione e portando loro un senso più profondo di connessione e gioia. Grazie agli strumenti, ai modi e alle tecniche che ho esplorato e incarnato negli ultimi 14 anni, sono l'essere umano che sono oggi. Grazie a tutte le lezioni apprese dalle relazioni passate, a tutti i miei viaggi in giro per il mondo e a tutte le esperienze che ho vissuto, sono desiderosa di offrire la saggezza ottenuta dal mio cuore più profondo per aiutare tutti gli individui e gli esseri unici che scelgono di incrociare il mio cammino.



Roberto Caiti

YOGA TEACHER - MASSAGE THERAPIST

Maestro di Yoga, Ideatore del metodo "RC Zen Yoga", Terapista Shiatsu, Coach Spirituale, Coach della Salute, Facilitatore di Coppia, Celebrante di Matrimoni, Direttore del Centro Olistico Policrea, Viaggiatore Appassionato, Uomo Multitasking, Ricercatore Spirituale e nel campo delle discipline bio-naturali, appassionato di lingue, cucina, ayurveda e di tutto ciò che riguarda il benessere olistico della persona, ma soprattutto un essere UMANO.

Questa è solo la definizione formale del mio lavoro. La verità è che la mia nascita è avvenuta in Australia. Non la mia nascita biologica, che mi ha messo al mondo sotto il sole dell'Emilia. No, la mia nascita Australiana mi ha portato a confrontarmi con le mie prime lotte, con l'amore, con il desiderio di eccellere, di sfidare me stesso e con la consapevolezza che le asana dello yoga mi avrebbero fornito il collegamento con i miei lati oscuri, permettendomi di affrontarli in una ricerca di auto-scoperta che durerà tutta la vita. È così che sono diventata istruttore di yoga.

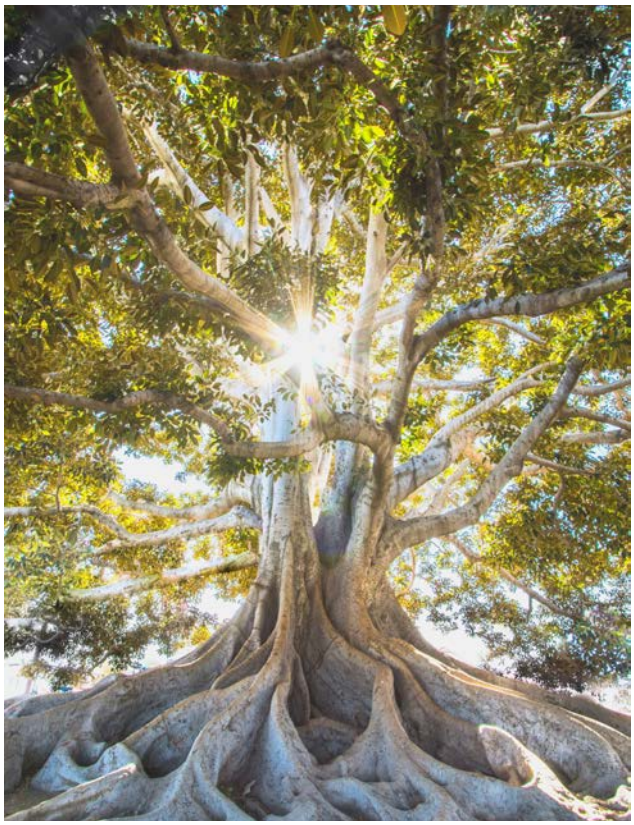
Poi, un giorno, è arrivato il momento di tendere la mano all'Altro: una mano che si protende verso il mio prossimo, sentendo la sua Energia, espandendo le mie sensazioni attraverso l'esperienza e praticando una forma più elevata di meditazione reciproca. È così che sono diventato Terapista Shiatsu.

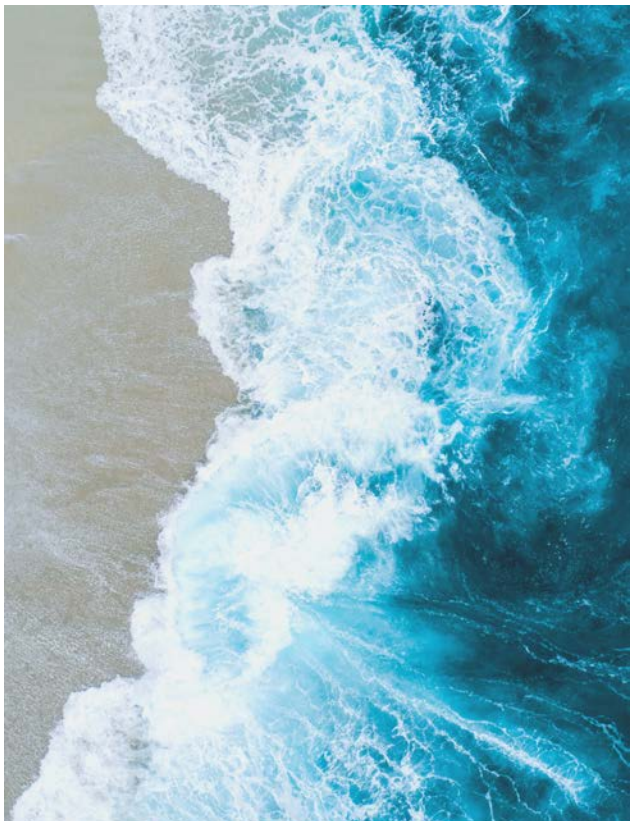
Lo Yoga, lo Shiatsu e tutti gli strumenti acquisiti e poi donati in sinergia con il tutto, sono il mio essere, umanamente e professionalmente, in ascolto attraverso l'energia dell'altro, ascolto come dono da condividere. Il mio modo di offrire i miei servizi per migliorare la vita degli altri attraverso l'autenticità di cui sono capace.

Tutti vogliono essere felici!

Ma Come?

Abbiamo ideato un progetto su misura per i tuoi bisogni.





Un progetto di benessere, di crescita personale o semplicemente di conoscenza del proprio essere più profondo per aiutare ogni individuo individualmente o come parte di un team. Conoscere, riconoscere e accettare le proprie qualità e i propri doni aiuterà a trasformarsi per amare ed essere amati come siamo destinati ad essere.

Questo gioverà a tutti gli aspetti della vostra vita, **rendendo il vostro essere più in armonia con ciò che vi circonda nella vita quotidiana**, sul posto di lavoro, producendo effetti in ogni tipo di relazione che potreste incontrare lungo il vostro cammino.

Il percorso della vita...

"Connettersi al mondo interiore per portare armonia al proprio mondo esteriore".

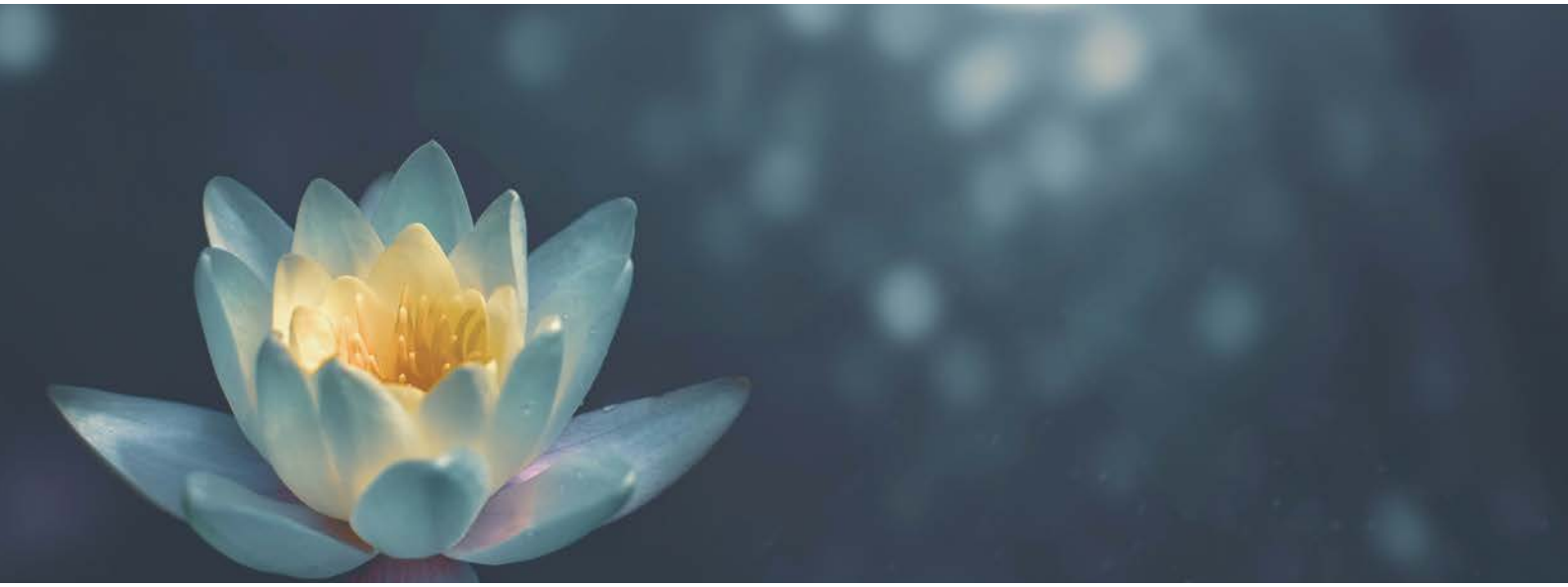
Come posso portare armonia nella mia vita?
Da dove viene la vera felicità?
Perché fatico
con me stesso e con gli altri?

Uno dei modi possibili e funzionali per rispondere a tutte queste domande è già incorporato in noi stessi. Dobbiamo sapere come accedervi o ricordarci degli aspetti fondamentali dell'essere umano.

Vi aiuteremo a disegnare la vostra mappa unica basata su questi quattro principi fondamentali che sono **IL CORPO, LA MENTE, LE EMOZIONI E LO SPIRITO.** Vi guideremo attraverso un'esperienza appagante che vi permetterà di conoscervi, riconoscervi, accettarvi e trasformarvi fisicamente, emotivamente, mentalmente e spiritualmente.

Grazie alla nostra competenza, conoscenza, esperienza e saggezza saremo in grado di accogliervi così come siete e momento per momento, in base alle vostre intenzioni, **elaboreremo un programma che tiene conto di voi, fatto su misura per voi.**

Le nostre specialità sono quelle di incontrarvi come individui, aiutarvi a familiarizzare con le vostre personalità. Grazie alla sinergia delle arti, delle tecniche e dei metodi che abbiamo appreso in anni di sviluppo personale e di esperienza lavorativa, **vi condurremo all'autenticità di cui sarete capaci.**



Gli ingredienti segreti per una Vita Autentica

YAMUNA DEVI & ROBERTO CAITI

Siamo molto felici di poter condividere con chiunque voglia avvicinarsi al nostro metodo che è frutto di uno studio costante e **che riunisce per la prima volta metodi e tecniche acquisite che lavorano in sinergia.**

Attraverso lo **Yoga, la Meditazione, lo Shiatsu, il Massaggio Terapeutico, la Crescita Personale e Spirituale, la Nutrizione, la Metamedicina** e molti altri strumenti utili ed efficaci usati con saggezza e soprattutto in sinergia, ci proponiamo come co-creatori, coordinatori e guide in seminari, ritiri, work shop, team building e attività volte all'espansione della coscienza attraverso la scoperta di sé per aiutare l'individuo e di conseguenza la comunità a cui appartiene.

Il nostro valore aggiunto è:

- La **praticità** con cui applicare quotidianamente gli strumenti appresi.
- Il **monitoraggio** costante dei miglioramenti e l'aiuto dove necessario.
- **Creazione su misura** del percorso più adatto alle esigenze del gruppo o del singolo.
- Creazione di **materiale specifico** per ogni percorso, a supporto delle nozioni e delle pratiche acquisite.
- Assoluta **adattabilità**, anche in corso d'opera, in base alle energie e alle sinergie create per ogni percorso.

Roberto Caiti *Yamuna Devi*