

# Paola Lomi

## Meditazione di *Imbolc* – Candelora

LUNEDÌ 1 FEBBRAIO 2021 ORE 21:00 SKYPE ADA MEDITATIVA



*Imbolc* segna la fine del periodo più buio dell'anno e preannuncia la primavera. È un tempo di purificazione e di aspettative. Questa festa nell'antichità era connessa alla ricerca della fontana dell'eterna giovinezza perché è propizia ad ogni cambiamento.

Tutto ciò che è vecchio deve scomparire per fare posto al nuovo. *Imbolc* è un momento prezioso per consolidare il processo di rigenerazione iniziato col Solstizio d'inverno. Allora era la rinascita della luce, ora è la luce che si espande e induce alla piena fioritura.

Questa festa è legata all'Acqua e

al Fuoco: l'acqua è un mezzo di purificazione, il fuoco rappresenta la luce che aumenta ogni giorno. Brigid, antica dea celebrata in questa festa, proteggeva: il fuoco degli alchimisti, il fuoco della guarigione, il fuoco sacro dell'ispirazione poetica. Anche noi possiamo allinearci riflettendo su: qualcosa di noi che vogliamo bruciare o trasformare, una parte di noi che vogliamo guarire, un'immagine, una visione di ciò che vogliamo realizzare.

Ricordiamo che anche la Chiesa ha continuato a sacralizzare questo momento con la benedizione delle candele il giorno 2 febbraio (Candelora).

Info | [chgelme@gmail.com](mailto:chgelme@gmail.com)



**PAOLA LOMI** Laureata in Lettere presso l'Università degli Studi di Firenze, studiosa di Psicologia, ha insegnato per molti anni seguendo contemporaneamente numerosi corsi e seminari. Ha acquisito i vari livelli del Reiki.

Ha lavorato all'Istituto di Psicosintesi di Firenze, sotto la guida di Piero Ferrucci.

Negli anni '90 ha conosciuto Avatar, un percorso di consapevolezza ed esplorazione del potenziale umano in grado di modificare sostanzialmente la vita. Dopo aver frequentato corsi di studio e di formazione in Germania e in Florida, ha conseguito un Master per poter trasmettere ad altri il Corso Avatar, seguendo poi numerosi studenti in questo percorso.

Appassionata di letteratura e di cultura greca, ha pubblicato libri ispirati a quella terra e, in particolare, a Samotracia.

## **A.D.A. Associazione Danze Antiche**

Un gruppo di amici, appassionati di danza e musica antica, ha dato vita all'associazione culturale senza fini di lucro, A.D.A. Associazione Danze Antiche, allo scopo di valorizzare, promuovere e diffondere la conoscenza della danza storica, la musica e il canto, dal 1300 al 1800, con particolare attenzione allo studio del patrimonio coreutico italiano e specifico approfondimento del repertorio coreografico rinascimentale.

A.D.A. si propone di investigare e riattualizzare, attraverso un lavoro di ricerca altamente qualificato e proposto nei suoi stage e seminari di studio, le danze storiche nei loro linguaggi rappresentativi, contestualizzandole nel periodo storico che le ha prodotte.

Parallelamente all'approfondimento della danza antica A.D.A. ha introdotto lo studio della danza e tecniche meditative. Dal 2005 organizza seminari estivi di danza meditativa sull'isola di Samotracia.

L'associazione A.D.A. opera prevalentemente a Milano, a Pesaro e Gradara (PU)