



COMUNICATO STAMPA

## **“MEDITIAMO ROMA” ALLO STADIO OLIMPICO** **TOTTI E KEITÀ, INSIEME PER LA PACE - [VIDEO](#)**

*L’invito del capitano giallorosso e dell’attaccante laziale ai cittadini:  
“Venite alla manifestazione di sabato 10 ottobre”*

*La Città eterna diventa capitale della meditazione  
L’incontro alle 11 alla tribuna Montemario. Ingresso gratuito*

**Insieme per la pace. Francesco Totti, capitano della Roma, e Keita Baldé Diao, attaccante della Lazio,** invitano i cittadini alla manifestazione prevista **sabato** mattina allo stadio Olimpico. Il 10 ottobre, infatti, la Città eterna supererà le barriere di ogni divisione, per diventare **la Capitale della meditazione**. In migliaia, da tutta Italia, prenderanno parte a un incontro con artisti internazionali per raggiungere assieme uno stato di “unione e pace interiore”.

E’ **“MediTiamo Roma”**, l’iniziativa che si terrà dalle 11 alle 13 alla **tribuna Montemario**, organizzata dalle associazioni *Vishwa Nirmala Dharma* e *Inner Peace*, partner ufficiali dell’Unesco *“Center for Peace”*, in collaborazione con la compagnia *Theatre of Eternal Values* (TEV). L’incontro è patrocinato dal Coni e dal Comune di Roma capitale (assessorato Cultura e sport). **L’ingresso è gratuito** e aperto a tutti. **“Venite in tanti – dicono Totti e Keita nel [video-messaggio](#) – è un’occasione unica per meditare tutti assieme immersi nella musica”**

**“MediTiamo Roma” sarà un mix di musica e meditazione.** Uno spettacolo, con artisti provenienti da tutto il mondo, tra cui Yoann Freget, *enfant prodige* del nuovo gospel e vincitore della versione francese di *The Voice*. E un incontro in cui sarà possibile sperimentare le tecniche di *Sahaja Yoga*, per sciogliere tensioni e blocchi interiori, e raggiungere uno stato di benessere a livello fisico, mentale ed emozionale. L’esperienza non richiede posizioni o abbigliamento particolari: basta stare comodamente seduti e seguire alcune semplici meditazioni proposte, per provare un naturale stato di gioia e pace interiore. Durante la manifestazione verranno inoltre illustrati i **progetti realizzati in Italia e nel mondo**, le attività in corso, tra cui quelle all’Expo 2015, e le infinite applicazioni che la meditazione può avere, **dallo sport alla medicina, dalle carceri alle scuole**. Tutte iniziative realizzate esclusivamente da volontari. L’incontro si svolgerà anche in caso di maltempo. Per ulteriori informazioni consultare il sito [www.meditiamoroma.it](http://www.meditiamoroma.it), scrivere un’email a [info@meditiamoroma.it](mailto:info@meditiamoroma.it) o contattare i numeri 329.6361109 e 340.3564010.

**“Migliorare se stessi per migliorare il luogo in cui si vive:** è questo - spiegano gli organizzatori - l’invito che vogliamo rivolgere ai cittadini romani e a tutti quelli che arriveranno da ogni parte d’Italia. Con la meditazione possiamo infatti riscoprire le nostre infinite risorse, quando la mente fa silenzio e la pace interiore ci racconta una verità che non abbiamo mai sperimentato prima. Non è una fuga dalla realtà, ma un mezzo straordinario per migliorare concretamente il mondo in cui viviamo”.

**L’associazione *Inner Peace*** organizza in tutto il Pianeta la Giornata mondiale della Pace interiore. L’iniziativa ha già coinvolto oltre duecentomila studenti, attirando l’attenzione dei media nazionali e internazionali. ***Sahaja Yoga*** (dal sanscrito, “yoga spontaneo”) è un metodo di meditazione messo a punto nel 1970 da Shri Mataji Nirmala Devi (India 1923 - Italia 2011) e oggi diffuso in oltre centodieci Paesi del mondo (in Italia attraverso l’associazione di promozione sociale *Vishwa Nirmala Dharma*, riconosciuta dal ministero del Lavoro e delle Politiche sociali). Il metodo Sahaja Yoga è inoltre scelto come partner ufficiale dell’**Unesco Center For Peace**: “Se non c’è pace dentro di noi - si legge nelle motivazioni - come possiamo sostenere la pace globale?”.