

APPROFONDIRE LA PRATICA
2 incontri intensivi di meditazione a Luglio
con Gianfranco Bertagni

Ogni giornata sarà dedicata a un approfondimento della pratica meditativa, a cui ci si dedicherà per due ore a ogni incontro.

Dedicare più tempo alla pratica, all'esplorazione all'insegna dell'abitarsi, all'insegna del sentire, non è la possibilità di un maggiore spazio che ci consenta di *fare* più cose, di collezionare un numero superiore di cosiddetti *esercizi*. Anzi: quella curiosità che spesso può sorgere nella mente alla presentazione di una nuova indagine esplorativa è una delle malattie del praticante su cui la meditazione sarebbe auspicabile lavorasse.

Più tempo invece è la possibilità di un maggiore sprofondare: nell'ascolto, nel silenzio, nel mistero. Crollare in quella dotta ignoranza (ignoranza del mio sapere psicologico, ignoranza rispetto a qualsiasi concettualizzazione di me e della pratica stessa) che permetta veramente un sedersi interiore sempre più pacificato, sempre più radicale in quello spazio senza nome che è la mia verità abissale interiore.

Allora le 2 ore di ogni incontro saranno dedicate a un percorso di esplorazione nel quale poco spazio (quello strettamente necessario) sarà dedicato a una presentazione didascalica delle pratiche e a commenti ad appendice di questa o quella indagine, mentre tanto spazio sarà offerto al silenzio nel quale si potrà sostare nella pratica stessa, perché essa possa totalmente colare nei diversi spazi della nostra persona e condurla dove essa sa e l'io non conosce.

In altre parole: passare da una pratica come tecnica dell'io a un io che si fa pura offerta alla pratica.

Forse lo abbiamo inteso: in questa ottica non è questione di praticante avanzato o meno; il praticante del resto non avanza da nessuna parte e solo il praticante sprovveduto è continuamente agitato dal demone *progressista* della meditazione. È invece questione di quanto abiti in lui l'intuizione, anche pur lieve, di una profonda nostalgia del suo fondo intimo verso questo silenzio, questa calma, questo svagare ascoltante e arreso in essa. Questo può essere proprio di chi abbia una pratica ventennale alle spalle o di un sol giorno o di chi della meditazione non conosca nemmeno il nome.

Mercoledì 2 Luglio, ore 19.00 – 21.00 (iscrizioni entro lunedì 30 giugno, ore 13:00)

Mercoledì 16 Luglio, ore 19.00 – 21.00 (iscrizioni entro lunedì 14 luglio, ore 13:00)

Gli interessati sono invitati a scrivere a: info@yogalevie.it

Ogni evento si attiverà a un numero minimo di iscrizioni.