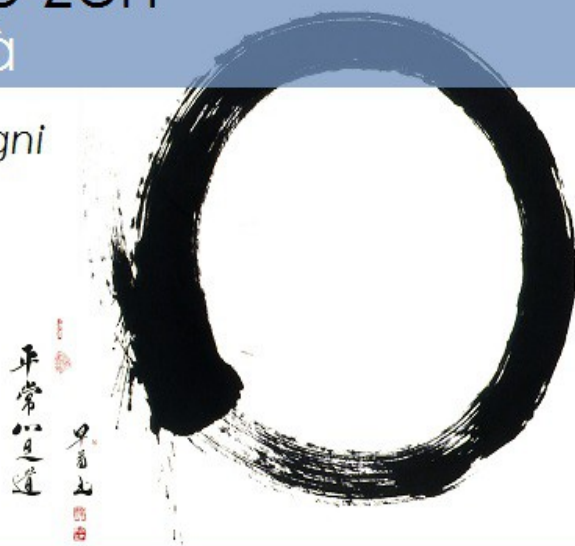


# La meraviglia dello Zen semplicità vuoto realtà

*incontro con Gianfranco Bertagni*

DOMENICA 22 MARZO 2020  
ORE 10.00 - 13.00

JALA STUDIO YOGA  
Via Bernardi 1/D  
Mirandola (MO)



INFO/ISCRIZIONI 347 954 39 25 [jalastudioyoga@gmail.com](mailto:jalastudioyoga@gmail.com)

Lo zen è la coincidenza tra la realtà e l'illuminazione, tra la pratica e il suo scopo, tra lo splendore e l'imperfezione. Il suo paradosso, ancora oggi scandaloso è: la questione non è risolvere il problema in cui sei immerso, ma comprendere pienamente l'illusorietà della sua esistenza.

Pur provenendo dalla tradizione buddhista, da quel Buddha che aveva paragonato il suo messaggio a una zattera che traghetta dalla riva della vita ordinaria a quella del nirvana, lo zen vede nell'interezza del fiume l'identità tra ordinarietà e buddhità. E il nirvana supremo nel fiume della vita, non invece nel rifiuto del suo semplice manifestarsi.

La pratica diviene allora il perenne risveglio alla nudità del reale, alla nudità di me stesso, quella nudità rispetto alla quale sono sempre in una strategia di nascondimento, di protezione, di fuga. Mi accorgo allora che il mio inferno reale è nel contrastare continuamente la mia spontanea e originaria natura.

Durante l'incontro si presenteranno le tappe principali della storia di questa tradizione e gli elementi centrali della sua filosofia. Si concluderà poi con gli "strumenti" per antonomasia della pratica zen: lo studio dei Kōan e la meditazione (zazen).

Domenica 22 Marzo 2020  
Ore 10.00 – 13.00

Jala Studio Yoga  
Via Bernardi 1/D  
Mirandola (MO)

Info/iscrizioni  
347 954 39 25  
[jalastudioyoga@gmail.com](mailto:jalastudioyoga@gmail.com)