



C'è uno spazio interiore nel quale non ci sono più risposte da cercare, non c'è nulla più da scartare: c'è solo il luogo dove sei, quello che sei e come lo sei. Sono terminate le idee di successo o fallimento: c'è invece quello che si sta compiendo attraverso te e nessun sogno di ciò che non si stia manifestando in questo momento. C'è il tuo sentire, c'è il tuo essere immerso in esso senza alcun io che lo voglia a sua volta dominare. Allora ha termine qualsiasi paura.

Benvenuto nello spazio della meditazione.

Si esplorerà in questa lezione l'abitazione del respiro in quanto corpo sottile, il vero luogo centrale della pratica meditativa e dello yoga. Abituati a pensare il respiro (manifestazione più evidente dell'energia pranica) come qualcosa di interno al corpo lo si indagherà invece come realtà nella quale siamo, ci muoviamo, esistiamo.

Questo cambiamento copernicano ci rivelerà il nostro stare nel corpo (per esempio negli asana dello yoga o nella postura della pratica meditativa) non semplicemente una particolare posizione della geografia del nostro fisico, ma essenzialmente una incarnazione e manifestazione della vita del nostro corpo sottile.

La lezione sarà tenuta da Gianfranco Bertagni, insegnante di meditazione dal 2003 e docente presso la Scuola di Filosofia Orientale (Bologna, Torino, Palermo).

DOVE:

Vinaya Yoga Bologna
Strada Maggiore 24
Bologna

QUANDO:

Mercoledì 9 ottobre 2019
ore 21.00 – 22.00

INFO/ISCRIZIONI:

338 591 2004 - 349 4343072
infovinayasayogabologna@gmail.com