

nel mondo della realtà

UN'INTRODUZIONE ALLA MEDITAZIONE IN 6 APPUNTAMENTI

con Gianfranco Bertagni

PRESENTAZIONE
20 GENNAIO 2020
ORE 19.15

Incontro aperto a tutti

G.Ri.Fo. Counselling - Scuola di Counselling
Via Nicolò Dall'Arca 1/d
Bologna

info@grifocounselling.com
333-5297927
328-7694610

È un lavoro di presenza al nostro sentire, alla verità della nostra incarnazione. Sempre immersi nel mentale, siamo pressoché assenti alla nostra più potente e totale realtà. È una pratica di resa del nostro essere, di crollo delle sue corazze. Nella coltivazione della nostra apertura risonante, è un immergerci nell'essere vero delle cose, nel suo flusso e nel nostro splendore: sei nel sentire, sei nella tua presenza. Un fluire e un dispiegarsi abbandonato alla realtà, sciolti in essa. È un'esperienza di non sforzo: non sei più nella volontà, ma nel lasciar essere. Esci dal fare e dagli scopi: in questo vuoto la distanza fra te e l'adesso si colma. Vogliamo muoverci nel nostro abisso di mistero. Ci si comprende allora non più padroni della propria verità, ma immersi nel suo manifestarsi. È una pratica di letizia nel sentirsi scaturire da questa dimensione di cedevolezza rispetto a ciò che è dentro di noi. È divenire spazio, dove ciò che accade si realizzi. È la via opposta al resistere, al chiudersi, alla guardia alzata, alla difesa: è invece il varco per l'apertura, per il disarmo, la docilità, l'arrendevolezza, il vuoto. Da questa porta c'è la grande possibilità. Durante le lezioni si lavorerà con pratiche provenienti dalle tradizioni meditative tantrica, vipassana e zen.

GLI APPUNTAMENTI

27 Gennaio, ore 19.15 – 20.15
3 Febbraio, ore 19.15 – 20.15
10 Febbraio, ore 19.15 – 20.15
17 Febbraio, ore 19.15 – 20.15
24 Febbraio, ore 19.15 – 20.15
2 Marzo, ore 19.15 – 20.15

Presentazione aperta a tutti:
20 Gennaio
ore 19.15 – 20.15

Contatti:

info@grifocounselling.com
333-5297927 / 328-7694610