



GIANFRANCO BERTAGNI

vivere l'ascolto

seminario di meditazione

DOMENICA 23 OTTOBRE

SIMPLY DANCE WELLNESS
Via del Commercio, 27, 35036
Montegrotto Terme PD

h. 10.30 - 13.00 ; 14.00 - 16.30

INFO/ISCRIZIONI *cellulare:* 366 189 7940 *mail:* simplydanceschool@gmail.com

Ci dedicheremo, durante questa giornata, a un lavoro di presenza al nostro sentire. Siamo pressoché completamente assenti alla nostra più potente e totale realtà, sempre invece immersi nel mentale, con ciò di cui esso è fatto (rimandi al passato, proiezioni verso il futuro, considerazioni e giudizi riguardo al presente). Siamo distanti dal nostro essere-corpo, dalla nostra più piena incarnazione, sempre succubi dei nostri automatismi fisici, soprattutto contrazioni le quali sono estremamente inquinanti della nostra corporeità e che ci sono da schermo al nostro viverla nella sua più integrale libertà. La pratica meditativa deve condurre invece a una resa più alta possibile del nostro essere, al crollo delle protezioni e delle corazze, a un fare della nostra persona una pura apertura risonante: presenza e sentire, appunto. Un fluire e un dispiegarsi abbandonato nella realtà, sciolti in essa.

Lavoreremo allora in questa direzione. E dispiegheremo la nostra giornata in modo tale che ognuno di noi, con il suo personale livello di pratica, possa impegnarsi in ciò che verrà proposto, nella direzione di una esperienza del corpo come apertura, come luogo realizzativo, in una condizione nella quale il mentale cola in un silenzio quieto. Vogliamo muoverci verso una sempre più fonda immersione nel reale, nel suo flusso, nella sua verità, nel suo e nel nostro splendore.

Che la meditazione sia tutto questo e non distacco dal mondo, dalla nostra presenza e autenticità.

SIMPLY DANCE WELLNESS

Via del Commercio, 27
Montegrotto Terme (PD)

INFO/ISCRIZIONI

Cellulare 366 189 7940
Email simplydanceschool@gmail.com