

# abitare la pratica incontri di meditazione

*8 appuntamenti con il sentire*

*con Gianfranco Bertagni*

*a Ravenna*

*un sabato al mese*

PRESENTAZIONE 24 SETTEMBRE 2016 ORE 15.30 - 17.00  
SCUOLA YOGA RAVENNA - VIA GIORDANO BRUNO 11

INFO  
ISCRIZIONI

[elena.valzania.it@gmail.com](mailto:elena.valzania.it@gmail.com)

347 307 11 18

Ci inoltreremo in una via alla realizzazione che non è lo svuotare la mente, non è il pensare pensieri sublimi, ma è la via dell'abitare il proprio sentire. Soprattutto il sentirsi corporeità vivente.

Ma abitare il sentire è mistero a noi che siamo così distanti dalla nostra verità più originaria, più vera.

A questa verità non giunge nessuna strategia, nessuna ricetta di felicità ci sarà di aiuto.

E allora?

E allora è uscire da qualsiasi tecnica.

E questa cosa ha solo un nome: resa.

Praticheremo la pratica della resa, la pratica più nobile e semplice, su cui lavoreremo per un abbandono fiducioso al nostro splendore sempre presente.

Quando abbandoni la ricerca di qualcosa, tutto il reale finalmente emerge.

Non c'è più alcun sapere, non c'è più alcun arrivare. Non voglio più diventare qualcosa: è lasciar essere la sapienza che mi abita.

Innamorarsi di ciò che è.

## Calendario degli incontri

Sabato 24 Settembre 2016 Lezione Presentazione ore 15.30 – 17.00

Sabato 22 Ottobre 2016 Primo Incontro ore 15.00 – 18.00

Sabato 26 Novembre 2016 Secondo Incontro ore 15.00 – 18.00

Sabato 17 Dicembre 2016 Terzo Incontro ore 15.00 – 18.00

Sabato 21 Gennaio 2017 Quarto Incontro ore 15.00 – 18.00

Sabato 18 Febbraio 2017 Quinto Incontro ore 15.00 – 18.00

Sabato 18 Marzo 2017 Sesto Incontro ore 15.00 – 18.00

Sabato 22 Aprile 2017 Settimo Incontro ore 15.00 – 18.00

Sabato 13 Maggio 2017 Ottavo Incontro ore 15.00 – 18.00

Info/Iscrizioni

[elena.valzania.it@gmail.com](mailto:elena.valzania.it@gmail.com)

347 307 11 18