

percorso di meditazione

12 incontri

CON GIANFRANCO BERTAGNI

da gennaio a marzo 2024

ISCRIZIONI ENTRO IL 9 GENNAIO

CENTRO NATURA
Via degli Albari 4a
Bologna

CONTATTI
051 235643 - 051 223331
info@centronatura.it

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.

Ci si vuole muovere 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. Meditazione 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.