

## PRESENTAZIONE DELLA PRATICA

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 sentirci 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.

Centro Natura Via degli Albari 4<sup>a</sup> 051 235643



## CORSO DI MEDITAZIONE CON GIANFRANCO BERTAGNI

PRESENTAZIONE  
DOMENICA 16 SETTEMBRE 2018  
ORE 12.00

*Centro Natura*  
*Via degli Albari 4a*  
*Bologna*

*Meditazione è la scoperta che  
la meta dell'esistenza è sempre  
raggiunta nell'istante presente.*  
Alan Watts

*corso principianti*  
*corso avanzati*

*martedì*  
*lunedì*

*ore 21.00*  
*ore 21.00*