

Percorso di Yoga, di meditazione e presentazione del pensiero di Raimon Panikkar

8 incontri di yoga alternati alla pratica di meditazione buddista, all'interno del percorso due incontri saranno dedicati alla **presentazione del pensiero di Raimon Panikkar** uno dei pensatori più stimolanti del nostro tempo, un uomo di dialogo e di parola, un maestro del silenzio.

Sessioni alternate di yoga, meditazione, spiegazioni del pensiero e della meditazione buddista si susseguono per coltivare e potenziare la pratica della consapevolezza.

Il percorso si conclude con un **ritiro di 3 giorni a Castelfeder**, che include una sessione dedicata all'ascolto ed alla conoscenza delle visioni di Panikkar.

Il corso si rivolge a tutti gli interessati.

Insegnanti, informazioni e iscrizioni:

Francesco Comina, giornalista, scrittore, autore del libro *'Il cerchio di Panikkar'*

Laura Loss, ha pratica di meditazione da diversi anni e ha terminato il corso quinquennale di filosofia buddhista con la FPMT (Fondazione per la preservazione della tradizione Mahayana).

Email: lauloss@alice.it

Cell: +39 348-0467992

Alex-Bhaskara Parmeggiani, insegnante di yoga dal 2003 nella tradizione di Swami Sivananda conseguita in Germania. Dopo un viaggio di un'anno in India dal 2006 propone corsi e seminari di yoga nella provincia di Bolzano e Trento.

Email: aparmeggiani@yahoo.com

Cell: +39 334-9674035

www.bhaskara-hathayoga.blogspot.com

Attraverso il percorso progressivo guidato di esercizi fisici, di respiro e di meditazione esploreremo alcune tematiche che diverranno **oggetti di meditazione**:

- *motivazione alla pratica, l'oggetto di meditazione*
- *il continuo cambiamento; la relazione dell'interdipendenza*
- *come ci appaiono le cose*
- *la concentrazione e quiete mentale*

Gli ultimi due incontri ed una sessione del ritiro finale saranno dedicati a **R. Panikkar** (relatore Francesco Comina):

- *dialogo intra-religioso, cosmoteandrisimo, innocenza, il tutto come un mandala*
- *per un disarmo della ragione (logos e mythos, scienza e conoscenza, arte e macchina...)*
- *il silenzio e la parola. Come monaci senza monasteri. La vita che non muore.*

Nel ritiro saranno trattati alcuni temi degli 8 incontri, dedicando uno spazio particolare al calmo dimorare e alla visione profonda,