

Giornata di studio, riflessione e dialogo

Impariamo a meditare. Idee e proposte per esercitare una fondamentale attività dell'anima

a cura del prof. **Mauro Vaccani**

Bombardati, come siamo quotidianamente, dalla massa delle informazioni, e con una vita generalmente molto ricca di esperienze, avvenimenti e incontri, quasi tutti siamo portati a dimenticare totalmente, o almeno a mettere in secondo piano, attività umanamente non meno importanti delle prime: quelle rivolte verso la nostra interiorità.

La meditazione è una di esse. Poco conosciuta e pratica anche nei passati secoli cristiani, almeno nelle aree di tradizione cattolica, oggi evoca l'immagine di una pratica spirituale soltanto orientale.

Ma non è così: ci sono anche vie occidentali e cristiane per scoprire ed esercitare questa straordinaria attività animica, particolarmente importante oggi per sviluppare l'individualità e per rafforzare l'auto consapevolezza. Vogliamo provare a scoprirla?

PROGRAMMA	Sabato 24 settembre 2011	Sala conferenze Canvetto Luganese Via Simen 14b - 6900 Lugano
ore 09.00 - 10.30	L'essenza della meditazione, la sua evoluzione storica e le sue forme attuali	
ore 11.00 - 12.30	La meditazione nella vita e nel pensiero di Rudolf Steiner. Gli itinerari e i metodi da lui indicati	
Pausa pranzo		
ore 14.00 - 16.00	Un proposta concreta: il “Calendario dell'anima” quale percorso meditativo su base settimanale che armonizzi l'interiorità dell'uomo col divenire del cosmo.	
Costo giornata	Fr. 10.- - pranzo a carico del partecipante - Il conferenziere non riceve alcun compenso: esso è lasciato al libero apprezzamento di ognuno.	

Altre informazioni 091 – 945 31 49 (Fabio Volpe) , 079 - 601 93 88 (Stefano von Alvensleben)

Mauro Vaccani è laureato in lettere e in filosofia medioevale con una specializzazione in storia del cristianesimo. Ha insegnato per quasi un ventennio nelle scuole superiori italiane; da alcuni anni studia approfonditamente il pensiero di Rudolf Steiner ed è attivo quale conferenziere e conduttore di gruppi di studio.

Vi saremo grati di segnalare la vostra adesione entro il **16 settembre 2011**

- inviando il tagliando a : Fabio Volpe , via S.ta M.Maddalena 5 – 6807 Taverne
- per mail: fvolpe@bluewin.ch o alvenstefano@me.com

----- tagliare e spedire -----

Mi iscrivo al seminario “Impariamo a meditare” del 24 settembre 2011

Cognome e nome _____

indirizzo _____

tel _____ e-mail _____

Luogo e data _____

firma _____