



movimenti cambiamenti

MC Editrice

Via Vigevano, 45

20144 Milano

Tel. +39 02 89408454 - Fax +39 02 36529203

redazione@mceditrice.it

www.mceditrice.it

USCIRE DALLA DEPRESSIONE

Un percorso psicoterapeutico e spirituale

**Maggio 2014: ciclo di incontri
con Jacques Vigne a Milano**

Dopo la pubblicazione del libro *Dalla depressione alla rinascita. Luci del vuoto. Un percorso psicoterapeutico e spirituale* per MC Editrice, lo psichiatra e psicologo spirituale francese **Jacques Vigne** sarà a Milano **dal 9 al 15 maggio** per una settimana di incontri, conferenze e seminari di meditazione in vari luoghi della città.



Jacques Vigne, psichiatra e psicologo spirituale francese, vive da oltre venti anni in India; uomo di scienza e profondo conoscitore delle tradizioni spirituali indiane ha saputo coniugare nella pratica la doppia esperienza di medico e di ricercatore spirituale, applicando i metodi dell'indagine scientifica al suo percorso di ricerca interiore.

Conduce da anni gruppi di meditazione in India e in Europa, e nel 2012, in una lunga tournée italiana, ha presentato i frutti di oltre un ventennio di esperienza nell'insegnamento della meditazione nel suo lavoro *Meditazione, emozioni e corpo cosciente* (MC Editrice 2012).

È autore di importanti saggi che stabiliscono un ponte tra la scienza occidentale e la filosofia indiana.

Per MC Editrice ha pubblicato inoltre *Vijayânanda, Un medico francese in Himalaya*, Milano 2007, e *Anoressia e conoscenza interiore*, Milano 2010.

Il suo ultimo libro propone un **mutamento di prospettiva**, che porta a considerare lo stato e i sintomi della depressione come occasioni e segnali di cambiamenti in senso evolutivo. Ciò che è motivo di sofferenza diventa impulso e strumento di rinascita. Si tratta di un percorso che integra psicoterapia e spiritualità specificando e salvaguardando i rispettivi campi. **Guarire la mente o "guarire dalla mente"?** Il punto da cui partire non è l'analisi, pur necessaria, dell'origine della patologia, ma il sostegno rappresentato dalla natura fondamentalmente sana della persona. **Psicoterapia e meditazione** hanno in comune un repertorio di pratiche. Il libro contiene una selezione di **pratiche meditative**, sperimentate negli anni e descritte qui **per la prima volta**.

Jacques Vigne a Milano

- **9 maggio, ore 19: Centro Culturale Anantamatra - Via C. Torre 22, ang. Via Lombardini**
Conferenza di Jacques Vigne e introduzione ai temi del seminario dei giorni 10 e 11 maggio.
- **10 - 11 maggio, dalle ore 9.30: Centro Culturale Anantamatra - Via C. Torre, 22, ang. Via Lombardini**
Jacques Vigne conduce un seminario intensivo di meditazione. Per info su costi e iscrizione: Centro Culturale Anantamatra, tel. 02 8375518 - cell. 338 4288113 | info@anantamatra.it.
- **13 maggio, ore 18.30: Libreria Azalai - Via Gian Giacomo Mora 15**
Incontro con Jacques Vigne: *Depressione e disturbi dell'umore. Ascoltare il disagio come segnale di cambiamento in senso evolutivo* (ingresso € 14 con sconto sull'acquisto dei libri).
- **14 maggio, ore 20.30: Gogol'Ostello & CafTè Letterario - Via Chieti, 1**
Jacques Vigne presenta il suo ultimo libro *Dalla depressione alla rinascita. Luci del Vuoto. Un percorso terapeutico e spirituale* (ingresso libero. Informazioni, tel. 02 36755522 | info@gogolostello.it).
L'Autore sarà inoltre a disposizione per incontrare il pubblico presso la casa editrice previo appuntamento.

MC Editrice - Movimenti Cambiamenti

MC Editrice ha sede a Milano e lavora da sempre in collegamento con ambienti di ricerca e sperimentazione in campo scientifico, antropologico e artistico a livello nazionale e internazionale. Libri di filosofia, antropologia, teatro, diritti, ecologia, economia e ambiente, beni comuni, yoga e meditazione, viaggio e turismo sostenibile in quell'ottica interdisciplinare e interculturale che da sempre caratterizza l'approccio conoscitivo di MC, al fine di comprendere le produzioni e le trasformazioni delle diverse culture e riconoscerne i valori comuni.