

**Gli incontri con Jacques Vigne a Milano, giugno 2019.** Vi segnaliamo date e luoghi degli incontri pubblici con Jacques Vigne. Per prenotazioni ed iscrizioni possibile contattare le sedi indicate.

**mercoledì 5 giugno** dalle ore 19:00 alle ore 21:00 "RESPIRO E MEDITAZIONE come cura e autocura delle esperienze traumatiche. La NEUROBIOLOGIA DELLA MEDITAZIONE secondo Jacques Vigne" Conferenza seminario presso La Cordata, via San Vittore, 49 Milano [sito web](http://www.lacordata.it/san-vittore-49/) a cura di MC Editrice e Federazione Italiana Yoga di Milano [sito web](http://www.yogamilanofiy.it/)

**venerdì 7 giugno** due incontri nel pomeriggio a partire dalle ore 17:00 Centro Culturale Anantamatra, Via Carlo Torre, 22 Milano [sito web](http://www.anantamatra.it)

Incontro aperto a tutti dalle 18.30 alle 20.30

Presentazione dei contenuti del nuovo libro: Neurobiologia della Meditazione e cura delle esperienze traumatiche

L'autore prosegue l'opera di costruzione di ponti tra scienza e tradizione spirituale come nel precedente libro L'urgenza di una meditazione laica. E lo fa analizzando le più recenti ricerche e sperimentazioni in campo neurofisiologico, con un approccio del tutto originale e incisivo rispetto al trauma e alle possibilità di cura e autocura.

Incontro /conferenza dedicato a terapeuti, insegnanti e operatori olistici dalle ore 15.00 alle ore 17.00

In tema di neurobiologia e meditazione

Approfondimento delle pratiche psicocorporee e di cura

**sabato 8 giugno** Seminario (giornata intera dalle 10.00 alle 13.00 e dalle 14.30 alle 18.00) Centro Culturale Anantamatra, Via Carlo Torre, 22 Milano [sito web](http://www.anantamatra.it)

Seminario "Ripristinare l'equilibrio emotivo. Il lavoro sul respiro e il sistema nervoso autonomo" condotto da Jacques Vigne.

Appuntamento a **Roma** per la presentazione del nuovo libro [, presso la \*\*libreria Aseq\*\*, Via dei Sediari, 10, martedì 28 maggio alle ore 20 \[sito web\]\(http://aseq.it/\)](http://it/negozio-libri/detail/1-esse/flypage_new/83-neurobiologia-della-meditazione?sef=hcfp)

Appuntamento a **Firenze** per il workshop "L'apertura del cuore", 1 e 2 giugno presso Jiva [sito web](https://www.jiva.it/blog/81-jacques-vigne-a-jiva-unica-data-a-firenze.php)

 