Jacques Vigne torna in Italia in maggio.

 Con piacere vi segnaliamo l'incontro di due giorni organizzato da Associazione Movimenti Cambiamenti e MC Editrice &#65533;   Il momento della cura per s&#65533;e per gli altri   Seminario condotto da Jacques Vigne - 13 e 14 maggio 2023 presso Cascina Vitale - Associazione Movimenti Cambiamenti &#65533;   In questo periodo la cura &#65533;diventata indispensabile. Occorre riscoprirla, promuoverla e sostenerla come strada da percorrere per avere la forza di superare le ondate di negativit&#65533; sfiducia e rassegnazione in cui spesso siamo trascinati.   Durante le due giornate di seminario (13 e 14 maggio) Jacques Vigne ci guider&#65533;in questo percorso (approfondendo alcuni temi a partire, in particolare, dal libro Neurobiologia della Meditazione): Come, attraverso la cura e l'esercizio continuo dell'attenzione &#65533;possibile superare il dolore; uscire dalla solitudine, superare le negativit&#65533;che produciamo e che ci vengono dall'ambiente esterno. Come trasformare le avversit&#65533;in occasioni di progresso e crescita spirituale. La cura come via della pace interiore e di cambiamento, la possibilit&#65533;quindi di trasmetterla agli altri, al mondo. Comprendere come la cura di s&#65533;&#65533;necessariamente collegata a quella verso gli altri e il suo esercizio restituisce fiducia e anche gioia.   In ognuno dei due giorni Jacques Vigne ci accompagner&#65533;in una camminata meditativa negli ampi spazi lungo i campi e il torrente. Questa "esplorazione" sar&#65533;preceduta da una brevissima introduzione su questo particolare territorio che permetta di comprendere meglio il luogo e di stabilire dei collegamenti tra "il dentro e il fuori". E anche di scoprire le possibilit&#65533;di un'azione concreta, ognuno a suo modo e secondo le sue inclinazioni.   Jacques Vigne &#65533;medico psichiatra francese, ha vissuto per oltre 25 anni in India, ricercatore e maestro di meditazione, &#65533; autore di importanti saggi che stabiliscono un ponte fra scienza (neuroscienza) e medicina occidentale e filosofie indiane e orientali. I suoi numerosi libri, tradotti in svariati paesi, sono contraddistinti da un approccio sempre rigoroso e da una vasta documentazione di supporto e nel contempo sono frutto di ricerche ed esperienze sul campo. Da qui la loro diffusione tra un vasto pubblico. <font face="times new

roman,times">
 Info E&#65533; possibile partecipare anche a una sola giornata e anche andare e tornare nei due giorni, data la vicinanza con Milano (Localit&#65533;Pontecurone, a 10 minuti dal casello A7&#65533;Castelnuovo Scrivia, circa 40 minuti da Milano). Chi sceglie il treno pu&#65533;avvertire e daremo indicazioni.
 Chi volesse pernottare pu&#65533;rivolgersi all&#65533;agriturismo La Mirabella (339 3322940 - www.lamirabella.it), la struttura ricettiva pi&#65533; vicina o cercare alloggio in altre localit&#65533;in zona come Tortona.

 Il luogo: la cascina Vitale (anticamente Vig&#65533;/strong>), ai piedi delle colline, vicino ad un importante punto di guado del Curone, si trova in una localit&#65533;abitata fin dalla preistoria; reperti archeologici rinvenuti in scavi recenti indicano contatti con popolazioni celtiche, liguri ed etrusche.

 Da vedere negli immediati dintorni: il paese di Volpedo con lo studio di Giuseppe Pellizza e la Pieve romanica di San Pietro; la Pieve romanica Santa Maria a Viguzzolo; la Pinacoteca di Tortona dedicata al Divisionismo.

 Per INFORMAZIONI su costi e prenotazioni: michela.bianchi@mceditrice.it

 Per motivi organizzativi occorre prenotare entro il 23 aprile. &#65533;