

Uscire dalla depressione

Un percorso psicoterapeutico e spirituale

Maggio 2014: ciclo di incontri con Jacques Vigne a Milano

Dopo la pubblicazione del libro [Jacques Vigne, Dalla depressione alla rinascita](it/negozio-libri/detail/1-esse/flypage_new/70-dalla-depressione-alla-rinascita?sef=hcfp "Jacques Vigne, Dalla depressione alla rinascita") **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 sotto la guida di grandi anime come la mistica indiana Ma Ananda Moy e di Swami Vijayananda.

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](it/negozio-libri/detail/1-esse/flypage_new/67-meditazione-emozioni-e-corpo-cosciente?sef=hcfp "Meditazione")

(MC Editrice 2012), in cui si intrecciano e si fondono aspetti di buddismo e induismo, Vipassana e Raja yoga.

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

Per MC Editrice ha pubblicato inoltre

[Vijayananda. Un medico francese in Himalaya](it/negozio-libri/detail/1-esse/flypage_new/21-vijayananda?sef=hcfp "Vijayananda")

(2007)

[Anoressia e conoscenza interiore](it/negozio-libri/detail/1-esse/flypage_new/57-anoressia-e-conoscenza-interiore?sef=hcfp "Anoressia")

(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. **Che 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 18.30: 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 Conferenza di Jacques Vigne a partire dal suo ultimo libro Dalla depressione alla rinascita.
14 maggio, ore 20.30: Gogol♦Ostello & Caft♦Letterario - Via Chieti 1 Jacques Vigne presenta il suo ultimo libro Dalla depressione alla rinascita. Ingresso libero (richiesta prenotazione: tel. 02 36755522 | info@gogolostello.it). <p align="justify">> scarica il calendario completo degli appuntamenti milanesi</p><p align="justify">L♦Autore sar♦inoltre a disposizione per incontrare il pubblico presso la casa editrice previo appuntamento. </p>