



Scuola di
SHIATSU
INTEGRALE

LE MASCHERE DEL SE'

sabato 11 febbraio
con Cristina Magnani

“Ritorna in te stesso e guarda: se non ti vedi ancora interiormente bello, fa come lo scultore di una statua che deve diventare bella. Egli toglie, raschia, liscia, ripulisce, finchè nel marmo appaia la bella immagine: come lui, leva tu il superfluo, raddrizza ciò che è obliquo, purifica ciò che è fosco e rendilo brillante e non smettere di scolpire la tua propria statua interiore, finchè non ti si manifesti lo splendore divino della virtù e non veda la temperanza sedere su un trono sacro”.

Plotino



Per “diventare ciò che siamo” è necessario imparare l’arte dell’autoosservarsi ed essere presenti a se stessi senza giudizi. La pratica meditativa aiuta ad uscire dal mondo dei valori mentali grazie a un progressivo allontanamento dal proprio ego. Prendendo le distanze dalle attività mentali quotidiane, si lascia spazio a quel centro dell’essere che corrisponde alla nostra vera natura.

Cristina Magnani si occupa da più di 20 anni di medicina naturale, insegna ed è cofondatrice dell’associazione Il Risveglio. Ha seguito il corso di formazione per Istruttori di Meditazione tenuto dal Maestro Thanavaro.

orario dalle ore 9 alle ore 13 circa

sede Reggio Emilia, via Soglia 2/e

Il seminario non necessita di conoscenze particolari, né di precedenti esperienze di meditazione. Presentarsi con abiti comodi, un cuscino e una coperta.

info e iscrizioni	Cristina	059 366585	cristina-magnani@libero.it
	Enrica	348 2632910	shiatsuintegrale@libero.it
	Giovanni	347 2753404	shiatsuintegrale@libero.it

IL RISVEGLIO

associazione culturale e sportiva dilettantistica
Via Zambonini, 13 – Reggio Emilia – Tel. 0522.703459
www.shiatsu-integrale.com