

Un Tempio per la Pace onlus

Arte del vivere consapevolmente

Programma degli incontri Aula magna ore 15 – 16:30

16/02/2018 Approfondimento della consapevolezza del corpo, yoga e meditazione camminata. Incontro coordinato da Jessica Martenson e Lucia Vigiani.

22/02/2018 Riflessione e condivisione sulle esperienze vissute durante il percorso. Conclusione. Incontro coordinato da Eleonora Dolara, Laura Drighi, Jessica Martenson, Lucia Vigiani.

08/03/2018 Meditare in occidente, dalla scienza alla contemplazione. Incontro coordinato da Luigi Lombardi Vallauri.

15/03/2018 Meditare in occidente, dalla scienza alla contemplazione. Incontro coordinato da Luidi Lombardi Vallauri.