

Incontri mensili con le campane tibetane novembre 2015 a maggio 2016

Condotto da *Cristina Giuliani e Stefania Massara*



*“Di solito, la mente è un traffico incessante:
 in essa si muovono mille e un pensiero, come una folla impazzita.
 Con tanti oggetti, è inevitabile essere confusi, scissi. Vai allo stesso tempo in tutte le direzioni;
 sei sempre sei sempre in uno stato di follia, come se venissi tirato in tutte le direzioni
 e ogni cosa restasse incompleta.”*

Tratto da *Osho – Yoga - L'energia che trasforma*

Riprendono gli incontri del **martedì sera** per suonare insieme le **campane tibetane** come sostengo alla presenza nel “qui e ora” e alla meditazione.

Si consiglia un abbigliamento comodo.

Gli incontri sono aperti a tutti

Dove?	Nello studio Spazio Chiaro a Torino in Via della Rocca 41 (suonare il campanello in basso su cui trovate il simbolo dello studio).
Quando?	Gli incontri si svolgeranno il secondo martedì del mese (ad esclusione del mese di dicembre): 10 novembre, 1° dicembre, 12 gennaio, 9 febbraio, 8 marzo, 12 aprile, 10 maggio
A che ora?	Gli incontri inizieranno alle 19,15 e termineranno alle 20,30 : lo studio sarà aperto dalle 19 per condividere una tisana calda prima di cominciare.
Quanto costa?	10 euro ad incontro

Cristina Giuliani	<i>Gestalt counselor, lavora a Torino sia privatamente che in ambito scolastico. Pratica lo yoga e diverse forme di meditazione. È stata a lungo parte di gruppi stabili di meditazione Vipassana, tecnica che continua ad usare regolarmente. È stata parte di un sangha tradizionale di buddismo tibetano e allieva del maestro tantrico Yonge Khachab Rinpoché.</i>
Stefania Massara	<i>Pedagogista, Gestalt counselor, dal 2008 svolge attività di counseling in ambito privato (in gruppo e individuale), ha affiancato i docenti della Scuola Gestalt di Torino come tutor all'interno dei corsi di formazione di counseling, è esperta in conduzione di gruppi e formazione formatori. Medita e pratica Reiki regolarmente, ha preso il livello base di ThetaHealing. Fa parte della redazione della rivista Figure Emergenti della Scuola Gestalt di Torino.</i>

Contatti: