DEVADATTA FEST

Sabato 14 Marzo

dalle 14.30 alle 23.00

Lucca

PROGRAMMA COMPLETO

Nella mezza giornata che passeremo insieme, potrete avere un'anticipazione di tutto quello che verrà organizzato da ora in poi nel nostro Centro di Meditazione di Lucca: ascolto, accoglienza, meditazione, esperienze per la cura del corpo, della psiche e dello spirito, arte, musica, spettacolo, poesia...

ORARIO GENERALE

14.30	Accoglienza al Centro e apertura delle attività
15.00-19.00:	Un ricco programma nei vari spazi del Centro: servizi di ascolto e accoglienza, percorsi esperienziali, laboratori artistici, yoga, poesia...
18.45:	Introduzione alla meditazione *a cura di p. Guidalberto Bormolini, religioso e antropologo*
19.15:	Meditazione Guidata
20.00-21.00:	*Spazio ristoro, rinfresco serale*
21.00:	**Concerto finale**

ESPERIENZE

Nel Centro, a partire da questa inaugurazione della stagione di attività primaverili, avrete la possibilità di approfondire nell'arco dell'anno tutte le preziose esperienze che vi verranno presentate durante la mezza giornata.

MEDITAZIONE

Offriamo un momento durante la festa, alle ore **19.15**, in cui potrete partecipare a meditazioni guidate dai nostri esperti nella grande Sala di meditazione.

NELLO STUDIO SANTA ILDEGARDA

e

NEL SALOTTINO COLLOQUI

COLLOQUI e ACCOMPAGNAMENTO

Hai avuto un lutto? Stai affrontando una malattia? Stai vivendo una crisi esistenziale/spirituale profonda? I nostri psicologi, counselor e volontari formati vi accoglieranno per colloqui individuali di circa 20 minuti e vi condurranno a confrontarvi su questi temi

- **Orari dei colloqui individuali dalle 15.00 alle 18.30**

NELLA SALA MEDITAZIONE

IL CORPO COME TEMPIO

Offriamo uno spazio per prendere contatto con l'interezza della vostra persona (corpo, psiche e spirito) in modo armonioso e rispettoso. Istruttori diplomati condurranno esercizi di yoga, rilassamento, respiro, danze sacre in cerchio …

- **Ore 15.00-15.40:** **IL RESPIRO e IL RILASSAMENTO**
  A cura di M. Mannocci e P. Mariniello, istruttrici yoga

- **Ore 15.40-16.20:** **YOGA PER LA VITA INTERIORE**
  A cura di V. Thyes, istruttrice yoga e C. Martini, istruttore yoga

- **Ore 16.20-17.45:** **DANZE MEDITATIVE IN CERCHIO**
  A cura di C. Ferroni, P. Tambellini e M. Mannocci. Musiche dal vivo P. Micarelli

- **Alle ore 18.45:** **INTRODUZIONE ALLA MEDITAZIONE**
  a cura di p. Guidalberto Bormolini, religioso e antropologo
- **Alle ore 19.00:** **MEDITAZIONE GUIDATA**

NEL SALONE INCONTRI

LABORATORI ESPERIENZIALI E CURA INTEGRALE

- **Ore 17.50-18.50:** **Laboratorio esperienziale di gruppo**
  NUTRIRE L'AMORE. Trasformare le ferite del cuore in occasioni di crescita.
  A cura di G. Testa, Dottoressa in Psicologia Clinica della Salute e Counselor Gestalt

A CONCLUSIONE DELLA GIORNATA

SEMPRE A INGRESSO LIBERO

Ore 20.00: Rinfresco serale (gradita preiscrizione cliccando questo Link)

Ore 21.00: **Concerto di Musica con il gruppo gli:**

PSICANTRIA

ABITARSI: LA PSICANTRIA DELLE EMOZIONI

Un' esplorazione cantata dell'animo umano a cura di **Cristian Grassilli**, psicoterapeuta e cantautore, e **Gaspare Palmieri**, psichiatra e cantautore, che con "quel po' di follia" e passione allietano con la loro musica e la loro ironica fantasia.
Francesco Guccini, con cui hanno collaborato, del loro progetto artistico scrive: *"La vera intuizione, da parte di Palmieri e Grassilli, è che la canzone, sia un mezzo fantastico, a poco prezzo, per creare empatia"*