



Contemplative Group Dynamics

*Il **gruppo contemplativo** permette di esplorare la consapevolezza di sé, l'impermanenza e l'intersoggettività attraverso la pratica, la condivisione dell'esperienza nel qui e ora e l'osservazione della risonanza affettiva che ne consegue. La possibilità di condividere i sogni ci rivela, come nella mindfulness, la natura effimera e mutevole dell'esperienza, esplicitando i concetti buddisti di impermanenza e momentaneità.*

Potete fare pratica di tutto questo partecipando ai nostri eventi:

1. Introduzione alla pratica contemplativa di gruppo online (su Zoom il 2 marzo 2024).

Orario: 15:00 - 20:00. Costo: 95 euro

Potete unirvi virtualmente a noi per partecipare ad un gruppo contemplativo di cinque ore che servirà come introduzione per tutti coloro che vogliono avvicinarsi a questa pratica.

2. Gruppi aperti mensili online (su Zoom 27 febbraio, 26 marzo, 23 aprile, 2 giugno, 23 luglio)

Orario: 18:00-20:00. Costo: 30 euro

Unitevi virtualmente a noi per due ore ogni quarto martedì del mese per sperimentare la pratica contemplativa di gruppo.

3. Ritiro in presenza presso l'Eremo di Ronzano, sui colli di Bologna (3-10 agosto 2024)

Potremmo passare insieme una settimana nelle serene colline bolognesi per praticare la contemplazione sia individualmente, sia in gruppo.

I criteri per partecipare al ritiro sono: frequentare almeno un workshop (2 marzo 2024), o il gruppo contemplativo mensile (un martedì sera al mese), una regolare pratica di mindfulness e un colloquio.

Per maggiori informazioni potete consultare il link:

<https://contemplativegroupdynamics.com/residential-retreat-in-bologna-italy/>

Per eventuali domande, prenotazioni o ulteriori informazioni si prega di inviare una e-mail a:
j.cilasun@doctors.org.uk



La lingua di questi gruppi internazionali è l'inglese, verrà fornito un supporto alla traduzione in italiano per tutti coloro che ne avranno bisogno.