

*www.aikido-yoga.it*

*Il laboratorio della Meditazione con Egidio*

# *La Rabbia*



*Domenica 04 Marzo 2018*

*... nessun illuminato potrà mai dirti di reprimere la rabbia. Dice di trascenderla, di andare al di là. La trascendenza è un processo completamente diverso. Trascendendo non la reprimi, né la esprimi. Tu conosci solo due vie per rapportarti alla rabbia: l'espressione e la repressione. E né l'una né l'altra sono vie reali per trattare con lei.*

*... l'approccio di tutte le persone illuminate del mondo, non è l'espressione né la repressione, ma l'osservazione! Quando sorge la rabbia, siediti in silenzio, lascia che ti circonda nel tuo mondo interiore, lascia che quella nube ti avvolga, sii un osservatore silenzioso.*

*Stai all'erta: la rabbia ti circonda. Tu non sei quella rabbia! Ne sei l'osservatore. Questa è la chiave! (Osho)*

*Torino, c.so Vigevano 48 c/o Spazio Up*

*9.00 - 12.30*

*Laboratorio: La Rabbia*

*Obbligo di prenotazione. Contributo partecipazione al seminario: 30€*

*Egidio 338 8375671 [egidio.minichini@hotmail.it](mailto:egidio.minichini@hotmail.it) [www.aikido-yoga.it](http://www.aikido-yoga.it)*