

PassinSilenzio

25 - 28 agosto 2016

“Potessi un giorno camminare da solo, ma solo solo
non come vado adesso, solo,
ma solo solo, senza me stesso.”

(Antonio Delfini)

Questa è una proposta di pratica del SILENZIO ed è dedicata a coloro che desiderano sinceramente aprirsi a questa esperienza: verrà proposto un approccio graduale che giorno dopo giorno aumenterà fino a diventare noi stessi SILENZIO.

Saremo ospiti del Rifugio “Pian dell’Arma” a quota 1.350 slm (Alpi Liguri, comune di Caprauna – CN) www.rifugiopiandellarma.it/, dormiremo in camerate con letti a castello con servizi igienici in comune e al piano.

La pratica del SILENZIO avverrà in cammino e si prevedono camminate per tot. 5/6 ore al giorno (al netto delle soste) e con dislivelli giornalieri medi di +350/+400 mt.

Data la natura di questa iniziativa, oltre ad un sincero interesse, è richiesta alle/ai partecipanti, anche una preparazione fisica adeguata ad affrontare le giornate di cammino con zaino leggero: è tassativamente richiesto l’uso di calzature da trekking alte alla caviglia. Il gruppo sarà formato da minimo 8 persone/massimo 14 persone.

Quota d’iscrizione: 90€ (70€ per i soci de “I sentieri della Tartaruga”, della Compagnia dei Cammini e di Hokuzenko)

Costi per vitto e alloggio: 140€ (che includono 3 notti in mezza pensione, 3 pranzi al sacco)

Costi per il viaggio: a carico di ogni partecipante

Tempi e Modalità di iscrizione: la prenotazione deve essere effettuata esclusivamente per email entro e non oltre il 24 giugno 2016 (salvo disponibilità). Agli interessati sarà inviata preventivamente una nota informativa dettagliata con le modalità di pagamento e le penalità in caso di annullamento.

PassiinSilenzio è condotto da **Mauro Agliata** che da oltre vent’anni pratica meditazione. Monaco della tradizione Zen Rinzai (Lin Chi), accompagnatore naturalistico e guida trekking, Mauro è anche guida della Compagnia dei Cammini (www.cammini.eu) nonché operatore Shiatsu e facilitatore del riequilibrio del sistema Cranio-Sacrale. Ha praticato l’Aikido per oltre 10 anni.

Per ulteriori informazioni e per l’iscrizione

Mauro Agliata – indirizzo email: m.agliata@libero.it