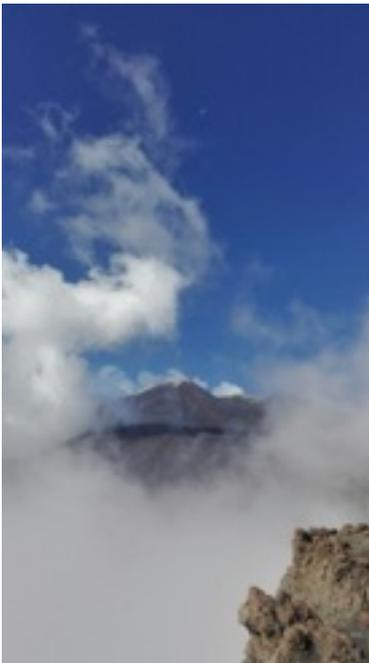




## PELLEGRINI SULL' ETNA 14-19 settembre 2018

*Ritiro itinerante per ricercatrici e ricercatori di armonia in sé e con gli altri, terapeuti, artisti, scienziati, visionari, educatori.*

*con Adriana Rocco  
Insegnante di Dharma nella tradizione del Maestro Zen  
Thich Nhat Hanh*



Un viaggio in noi stessi attraverso il microcosmo della Montagna di Fuoco - tra terra, aria, mare e cielo - per riscoprire chi siamo e come abitiamo il mistero del Cosmo vivente.

In questo luogo di potente energia alchemica la Natura ci offre ampia opportunità di entrare in contatto ad ogni istante con il nostro potenziale interiore di guarigione e di salute. Ci lasciamo sostenere dalla forza che il silenzio sa generare, dalla cura che dedichiamo ad ogni gesto, ad ogni passo, ad ogni respiro. Offriamo la nostra presenza di mente e cuore con gratitudine e umiltà; riceviamo l'abbondanza di vitalità e bellezza che ci riempiono di stupore per la creatività della Vita in noi e intorno a noi. Ci dedichiamo a praticare modi costruttivi di interagire l'uno con l'altro e con l'ambiente nella fiducia che il nostro camminare insieme possa generare nuove possibilità per la nostra Umanità.

**Ospitalità** in Rifugio a quota 1500 m.s.l.m

**Sistemazione** in camere a 3-4 letti con bagno, secondo disponibilità

**Pasti** vegetariani, pranzo al sacco, cena in rifugio

**Impegno** : 5-6 ore di cammino al giorno, in percorsi tra 1500 e 3000 s.l.m.

**Arrivo** : venerdì 14 settembre nel primo pomeriggio

**Partenza** : mercoledì 19 settembre nel primo pomeriggio

**Come arrivare:**

Dall'aeroporto di Catania un pullman navetta conduce al Rifugio (€ 20 per A/R).  
Da Catania, autostrada per Messina, uscita Fiumefreddo per Linguaglossa, poi proseguire sulla mare-neve per Etna Nord

**Costi:**

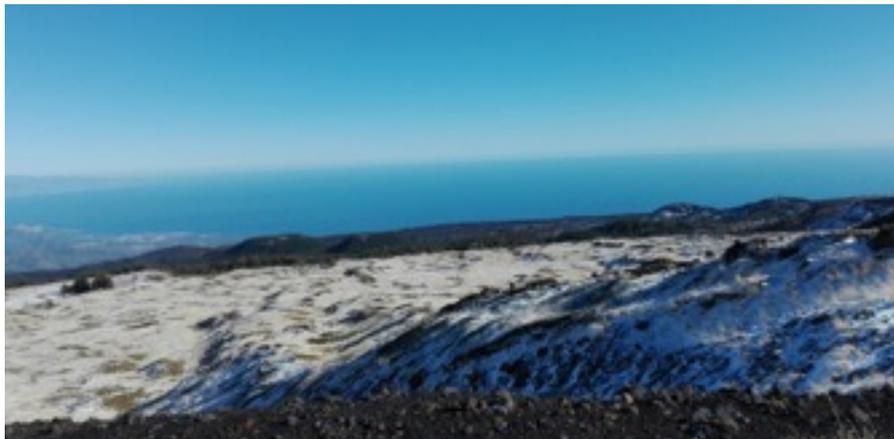
Pensione completa : € 260

Organizzazione e accompagnamento: € 190

Con l'iscrizione saranno dati tutti gli ulteriori dettagli necessari.

**Info e iscrizione:** Adriana [adrianarocco41@gmail.com](mailto:adrianarocco41@gmail.com) 055 2312536

**Adriana Rocco** (Sociologia, Trento 1973) condivide oggi il suo cammino con "Il Corpo che Medita", scuola itinerante di Yoga e Buddismo Zen per la guarigione di sé e della relazione con gli altri. "Il Corpo che Medita" coniuga la scienza del Corpo-Mente codificata da Patanjali negli Yoga Sutra e gli insegnamenti del Buddismo Impegnato di Thich Nhat Hanh nel cui lignaggio è Dharmacharya.

**INCANTO**

*Sul'Etna  
sorge il sole  
il cuore è felice  
la mia anima, sorride*