

**Sabato 12 e domenica 13 Giugno 2021**

**“Percorsi di meditazione:  
Raja-yoga, preghiera del cuore, lectio divina”.**  
guidato da Axel Bayer



*\*Axel Bayer, nato nel 1970 a Stoccarda (Germania), è monaco camaldolese del Sacro Eremo di Camaldoli (AR). Laureato in lingue, lettere e teologia, pratica yoga e meditazione da oltre 20 anni ed è insegnante del Himalayan Yoga Institute, fondato da Swami Rama. Dopo essersi diplomato, ha trascorso un periodo di approfondimento e di pratica intensa a Rishikesh in India. È autore del libro ‘Meditazione’ (Appunti di Viaggio) che, partendo dalla preghiera pura di Evagrio Pontico, cerca di evidenziare i punti di contatti tra diversi metodi di meditazione presenti sia nella tradizione cristiana che in altre tradizioni religiose. Da molti anni propone corsi di meditazione e iniziative che mettono in dialogo la tradizione cristiana con la sapienza dell’Oriente: Insegna meditazione cristiana nel master di ‘Meditazione e neuroscienze’ all’università di Udine.*

Orari degli incontri:

**Sabato:** 10,15 - 12,30 primo incontro.

Ore 13,00 pranzo.

15,00 - 17,00 secondo incontro. / Ore 17,30 - 19,30 meditazione silenziosa e *lectio divina*.

**Domenica:** 9,15 -11,00 terzo incontro

Ore 11,30 Eucaristia comunitaria.

Ore 13 pranzo.

14,30 - 16,30 quarto incontro.

Quota di partecipazione 75 euro (compresi i due pranzi).

Per informazioni ed iscrizioni: Don Mario: 3392061470 / [mariozanotti68@gmail.com](mailto:mariozanotti68@gmail.com)

[www.monasterosangregorio.it](http://www.monasterosangregorio.it)