



presenta



## *Il cuore della Grande Questione*

### Seminario con Frank Ostaseski

*“Sii consapevole della grande questione della nascita e della morte  
la vita passa rapidamente.  
Risvegliati, risvegliati,  
non sprecare questa vita”*

“La tragedia di cui sono stato testimone non è che la vita è impermanente o breve, ma che noi vediamo ciò che è importante solo col senno di poi. Sedersi con altri sulla soglia della morte ci offre una visione che è un dono straordinario. Un insegnamento agrodolce che spesso è accompagnato da sentimenti opposti. Ci rivela la natura precaria ed insieme preziosa della vita. Illumina ciò che è più importante e ci ricorda che non dobbiamo sprecare il nostro tempo. All'interno del soffrire, della dipendenza, della paura, della confusione che nascono con la perdita vi sono anche semi di grazia. Queste transizioni sono spesso scomode, sfidano vecchi modelli e ci lasciano incerti con un senso di vulnerabilità.

Allo stesso tempo queste esperienze offrono una opportunità per la crescita e la vera libertà. Esse ci portano al cuore di ciò che è importante mostrandoci come vivere e morire nell'amore. Questo seminario esplorerà modi per utilizzare l'incontro con la perdita e la morte, per incoraggiare uno spostamento dalla tragedia alla trasformazione. Condivideremo storie, saremo impegnati in pratiche di contemplazione ed esploreremo strumenti pratici che ci aiutino a riconoscere la dimensione spirituale del morire, incoraggiando una morte serena ed una vita vissuta più pienamente. Questo seminario è aperto a tutti e può essere di particolare interesse per operatori sanitari o altre persone che potranno dedicarsi alla cura di familiari o amici con malattie inguaribili.”

*Frank Ostaseski*

## *TORINO, 22 e 23 Maggio 2010*

Villa Gualino, Viale Settimio Severo 63

Sabato 22 Maggio 2010

h. 10.00 - 10.30 Registrazione  
h. 10.30 - 13.00 Seminario  
h. 13.00 - 15.00 Pranzo  
h. 15.00 - 17.00 Seminario

Domenica 23 Maggio 2010

h. 10.00 - 13.00 Seminario  
h. 13.00 - 15.00 Pausa  
h. 15.00 - 17.00 Seminario

Per le iscrizioni inviare la scheda allegata tramite fax (0119092292) previa verifica della disponibilità di posti, telefonando al numero 3495959090

(dalle ore 09.00 alle ore 17.00), oppure inviando una email a [seminariolpv@gmail.com](mailto:seminariolpv@gmail.com)

Per ulteriori informazioni rivolgersi a: [c.ritossa@gmail.com](mailto:c.ritossa@gmail.com)

Frank Ostaseski, fondatore dello Zen Hospice a San Francisco, buddista, direttore del Metta Institute, tiene corsi in tutta Europa, e viene periodicamente in Italia.

Per oltre venticinque anni si è occupato del lavoro con le persone morenti.

In italiano è stato tradotto il suo testo “Saper accompagnare”.

Luce per la Vita, nata nel 1997, con una équipe di medici, infermieri, psicologi e volontari assiste a domicilio pazienti in fase avanzata di malattia in un vasto territorio, dalla cintura di Torino ai confini con la Francia, in convenzione con l'ASL TO 3.





## *Il cuore della Grande Questione*

Seminario con Frank Ostaseski

**TORINO, 22 e 23 Maggio 2010**



### **QUOTE DI ISCRIZIONE SEMINARIO - ALBERGO - PASTI**

**SEMINARIO:** euro 140 (*L'Associazione Luce per la Vita rilascerà ricevuta del costo sostenuto dagli iscritti per il Seminario*).

**PASTI:** per tutti i partecipanti è possibile consumare i pasti presso la sede del seminario al costo di 15 euro (trovandosi in collina, accedere ad altri luoghi di ristoro richiede uno spostamento in auto o bus).

#### **ALBERGO**

- n. 1 pernottamento in camera singola (pensione completa): euro 78
- n. 2 pernottamenti in camera singola (pensione completa): euro 136
- n. 1 pernottamento in camera doppia (pensione completa): euro 63
- n. 2 pernottamenti in camera doppia (pensione completa): euro 106

Attenzione: i posti letto presso Villa Gualino sono limitati e la coincidenza con l'Ostensione della Sindone può rendere difficoltosa la ricerca di altri hotel per il soggiorno, se non prenotati molto in anticipo.

### **MODALITA' DI ISCRIZIONE AL SEMINARIO**

1. Verificare la disponibilità di posti telefonando al numero 3495959090 oppure inviando email a [seminariolpv@gmail.com](mailto:seminariolpv@gmail.com)

2. effettuare bonifico bancario entro il 10 aprile 2010 indicando:

**BENEFICIARIO:** Luce per la Vita onlus

**IBAN:** IT 43 Q 05018 01000 000000512550 - Banca Popolare Etica

**CAUSALE:** NOME COGNOME - acconto seminario Ostaseski - **IMPORTO:** 100 euro

3. compilare la scheda allegata ed inviarla, unitamente alla copia del bonifico, al n. fax 0119092292 (segreteria "Luce per la Vita") o all'indirizzo email [seminariolpv@gmail.com](mailto:seminariolpv@gmail.com)

Al ricevimento della scheda di iscrizione e del bonifico verrà data conferma dell'avvenuta iscrizione via e-mail o cellulare.

Il saldo della quota di adesione dovrà essere pagato alla registrazione, in sede di Seminario.

### **MODALITA' DI PRENOTAZIONE ALBERGHIERA A VILLA GUALINO**

La prenotazione dei posti letto presso Villa Gualino, sede del seminario, può essere effettuata telefonando direttamente presso la struttura (0116603555) segnalando che la prenotazione alberghiera è per il seminario organizzato da Luce per la Vita, poichè vi sono 20 stanze riservate all'evento ad un prezzo più favorevole (vedi sopra). Alla conferma, è possibile indicare se si è disponibili a condividere la stanza con un altro partecipante al seminario.

### **DISDETTA AL SEMINARIO**

In caso di disdetta al seminario entro il 30 aprile 2010, da effettuarsi telefonando al numero 3495959090, verrà restituito l'acconto, salvo euro 5 per spese di segreteria.

**PER ULTERIORI INFORMAZIONI O NECESSITA'** contattare per email: [c.ritossa@gmail.com](mailto:c.ritossa@gmail.com)

### **SEDE DEL SEMINARIO** - Villa Gualino, viale Settimio Severo 63 - Torino

#### **COME RAGGIUNGERE LA SEDE DEL SEMINARIO**

*In auto:* da Autostrada Milano/Torino o Aosta/Torino, seguire le indicazioni per il centro città, fino a Corso Vittorio Emanuele II (stazione Porta Nuova). Poi proseguire lungo Corso Vittorio Emanuele II in direzione del fiume Po. Attraversare il fiume e raggiungere Piazza Crimea, tenere la destra e svoltare a destra al primo semaforo e poi seguire le indicazioni verso Villa Gualino.

Da Autostrada Savona/Torino o Piacenza/Torino, prendere l'uscita Corso Unità d'Italia dalla tangenziale. Proseguire diritto per circa 5 Km, attraversare il sottopassaggio che porta in Corso Massimo d'Azeglio. Proseguire diritto fino a Corso Vittorio Emanuele II. Attraversare il fiume e raggiungere Piazza Crimea, tenere la destra e svoltare a destra al primo semaforo e poi seguire le indicazioni verso Villa Gualino.

*In autobus dalla Stazione di Porta Nuova:* prendere la linea di autobus n. 52 (fermata di fronte alla stazione F.S.) in direzione Piazza Adua. Scendere alla prima fermata dopo il ponte (corso Fiume); qui prendere la linea n. 73 (l'autobus passa ogni ora), in direzione Zara Cap. per sei fermate. Scendere alla fermata Settimio Severo.

*In aereo:* dall'aeroporto di Torino Caselle prendere il servizio bus navetta GTT che arriva alla stazione di Porta Nuova in circa 40 minuti. Poi vedere le indicazioni sopra riportate.