Casa della Pace

5 – 8 dicembre 2024

Ritiro in silenzio

Ascoltare il proprio pensiero o il merlo su un ramo o ciò che viene detto, senza la risposta del pensiero, produce un significato completamente diverso da quello determinato dal movimento del pensiero. Questa è l'arte di ascoltare, ascoltare con attenzione totale; non c'è un centro che ascolti.

ll silenzio delle montagne ha una profondità che le valli non hanno. Ognuno ha il suo silenzio; il silenzio tra le nuvole e tra gli alberi è molto diverso; il silenzio tra due pensieri è senza tempo; il silenzio del piacere e della paura sono tangibili.

Krishnamurti's Journal, capitolo 9, 22 settembre 1973

Il silenzio è uno degli aspetti dell'esistenza più semplici e naturali, lo troviamo facilmente negli ambienti naturali, dove il canto degli uccelli o il suono dell'acqua non lo rompono ma, anzi, lo abbellliscono. Il silenzio interiore sembra invece più sfuggente e meno definibile. I nostri problemi esistenziali, le paure, i progetti, i ricordi, creano un flusso continuo di rumore e, spesso, di sofferenza. Eppure il silenzio interiore è uno dei fondamenti di una vita sana, equilibrata e della possibilità di cogliere la bellezza intorno a noi, nella natura e negli altri. Credo non sia un'esagerazione affermare che il silenzio interiore, se correttamente compreso e vissuto, può portare armonia nelle relazioni ed equilibrio in noi. Raramente, però, il silenzio è davvero incontrato ed esplorato in profondità. Questo ritiro offre la possibilità di vedere il pensiero, con i suoi contenuti, e andare oltre, incontrando il silenzio come un vasto spazio interiore naturale, non indotto dal controllo. Uno spazio dove esiste bellezza e pace.

Il ritiro si svolge in completo silenzio, interrotto da un dialogo la mattina e da un secondo dialogo nel tardo pomeriggio. Le attività proposte sono essenziali: sedere insieme, camminare nei boschi intorno casa, mangiare, osservare, riflettere, stare da soli. Durante la giornata ci sono periodi dove non ci sono attività. Si propone di non leggere, di non usare cellulare o computer. Il ritiro è uno spazio libero da occupazioni, dove prestare attenzione a noi stessi e all'ambiente intorno a noi. Il silenzio non è un metodo per raggiungere qualcosa: è restare con ciò che è. Ciò che è non può essere raggiunto: è.

Il ritiro incomincia con la cena di giovedì 5 dicembre e termina dopo il pranzo di domenica 8. Il costo è di 270 euro. È previsto uno sconto del 25% per i giovani con meno di 35 anni che lo richiedano. I pasti sono vegetariani e per quanto possibile biologici e con ingredienti locali.

Il facilitatore dell'incontro è Santi Borgni.

Per informazioni e iscrizioni: santi@casadellapace.org – 3331658544

