

ciclo d'incontri
una domenica mattina al mese, (9.30-12.30)
primo incontro domenica 25 ottobre

A large, stylized pink floral illustration with various leaves and flowers, positioned behind the main title text.

L'arte della meditazione come liberazione personale e sociale

the lighthouse
Fara Vicentino - Via Alteo 12
info e adesioni: 329.0033211 Chiara



“La meditazione è una delle cose più straordinarie, e se non sai cos’è sei come un cieco in un mondo di colori brillanti, di ombre e di luci in movimento”

J. Krishnamurti

La parola meditazione ha due significati: entrambi fanno parte del percorso che viene proposto. Il primo è riflettere profondamente su qualcosa, seguire il movimento interiore del pensiero e dell’osservazione fino alla loro conclusione.

Il secondo è andare oltre il pensiero, osservare in silenzio se stessi e quello che ci circonda.

Il terreno comune ai due aspetti della meditazione è osservare la realtà, non fermandosi alle proprie radicate idee su di essa. Si tratta di ‘svelare’ ciò che è, non accontentandosi di quello che pensiamo sia reale, ma esplorare, porsi domande, osservare, sentire, andare a fondo non solo intellettualmente.

I due significati della meditazione sono in stretta relazione: senza silenzio non ci può essere un pensiero ordinato e sano.

Il processo dello svelare la realtà consiste nell’essere consapevoli di ciò che è, della sua totalità.

Noi siamo parte di quella totalità, non ne siamo spettatori.

Svelare la realtà nasce nel silenzio, non in un silenzio autoimposto, ma nel silenzio come comprensione e cessazione del complesso gioco di immagini, reazioni e condizionamenti che esistono in tutti noi.

La percezione della realtà è un processo di liberazione personale e della relazione, anche sociale.

Questo percorso di esplorazione della meditazione si svolgerà in dieci incontri, della durata di circa tre ore (9.30-12.30), con cadenza mensile la domenica mattina. Primo incontro domenica 25 ottobre.

In ogni incontro esamineremo un tema specifico, approfondendolo attraverso un’introduzione seguita da un dialogo e da tempi dedicati alla scrittura e al silenzio.

Contributo previsto di 10€ per sostenere il luogo ed offerta libera al facilitatore.

IL FACILITATORE

Santi Borgni.

Ha fondato e animato il centro per ritiri Casa della Pace, in Umbria, dove ha offerto numerosi ritiri ispirati al lavoro di J. Krishnamurti e dove ha vissuto per trentasette anni. È autore del libro *Il pensiero e il Silenzio* (Ubalдини 2023). Un documentario (Casa della Pace, disponibile su YouTube) descrive il suo lavoro e il luogo con bellissime immagini. Attualmente offre ritiri residenziali e dialoghi online e sta lavorando a un libro sulla relazione tra il cambiamento climatico, il potere e la mente umana.

Ha incontrato la meditazione e l’insegnamento di J. Krishnamurti nel 1984.

the lighthouse

Fara Vicentino - Via Alteo 12

info e adesioni: 329.0033211 Chiara

