

# Casa della Pace

Osservazione di sé attraverso il silenzio e il dialogo

9 – 15 settembre 2019

*Avere tempo libero implica una mente che non è occupata. Solo in questa condizione può esistere l'apprendere... Siamo sempre così occupati a guadagnarci da vivere che tutta l'energia del meccanismo del pensiero ne è assorbita, cosicché alla fine della giornata siamo esausti e abbiamo bisogno di cercare degli stimoli... Gli esseri umani hanno creato una società che richiede, durante l'intera vita, tutto il proprio impegno e la propria energia. Non c'è tempo libero per imparare e così la vita diventa meccanica, quasi senza senso. Dobbiamo essere molto chiari su cosa intendiamo con l'espressione "tempo libero" – un periodo di tempo in cui la mente non è occupata assolutamente da nulla. È il tempo per osservare. Un'osservazione libera è il movimento dell'apprendere e questo libera la mente dall'essere meccanica.*

*J. Krishnamurti in Letters to the Schools*

**Introduzione:** Questo ritiro offre un ampio spazio di silenzio, un ambiente calmo, sereno e a contatto con la natura; è un ambiente adeguato a incontrare profondità e bellezza nella percezione delle cose e chiarezza nella visione della vita; offre un terreno, non una metà da raggiungere. Una pausa da parole, da letture, da esercizi mentali e intellettuali e da tutte le attività che ci allontanano dal presente. Alcuni momenti sono dedicati al dialogo e alla riflessione, permettendo di condividere la nostra indagine, la nostra esperienza e le nostre domande. L'attività principale è osservare la natura che ci circonda e il flusso interiore di pensieri, emozioni e sensazioni. Osservare la continua mutevolezza di ciò che è diventa, durante il ritiro, la nostra naturale attività. Un ritiro di sei giorni offre il tempo necessario, lo spazio interiore e materiale per riflettere, meditare e ascoltare intimamente se stessi, offre lo spazio necessario per restare con le vere domande della nostra vita e quindi indagare profondamente.

In poche parole la proposta è di vivere per lo più in silenzio, con momenti dove si è soli e altri dove si condividono i dialoghi e le riflessioni e, in silenzio, il sedere, i pasti, il camminare, evitando cellulari, computer e letture. Durante i dialoghi ogni seria domanda da parte di ogni partecipante sarà considerata ed esplorata insieme, come amici e compagni di viaggio.

**Logistica:** Il ritiro inizierà con la cena di lunedì 9 settembre e terminerà con il pranzo di domenica 15 settembre. Il costo totale è di 400 euro. Camere singole saranno disponibili secondo il numero dei partecipanti e i bisogni personali. I pasti sono vegetariani con ampio uso di cibi locali e biologici.

**Luogo:** Casa della Pace si trova nel nord dell'Umbria, immersa tra boschi e colline, lontana da centri abitati.

**Facilitatori:** Mukesh Gupta e Santi Borgni. Mukesh vive a Varanasi, India, dove è coordinatore del Centro per Ritiri della Fondazione Krishnamurti. E' impegnato nello studio degli insegnamenti di J.Krishnamurti, di Budda e altri maestri da oltre vent'anni e conduce ritiri residenziali, programmi di studio e dialoghi in India, Europa e Israele. Santi ha proposto e facilitato dialoghi e ritiri in silenzio ispirati dal lavoro di J.Krishnamurti per più di quindici anni a Casa della Pace. I dialoghi saranno tradotti dall'inglese all'italiano e viceversa.

**Iscrizioni e informazioni:**

tel. 075933058 - [santandrea@casadellapace.org](mailto:santandrea@casadellapace.org) - [www.casadellapace.org](http://www.casadellapace.org) - <http://www.casadellapace.org/attivita/silenzio/>

