

I cammini del silenzio vogliono essere una piattaforma di scambio e di approfondimento intorno alla tematica dei percorsi contemplativi presenti nelle tradizioni religiose viventi e in vari percorsi umanistici e curativi. Vorremmo aprire uno spazio di dialogo sui vari metodi di meditazione e il loro significato nei singoli percorsi, creando un ambiente in grado di accogliere praticanti e interessati provenienti da ogni retroterra religioso e/o filosofico. I cammini del silenzio propongono un approccio non solo teorico, ma prevedono anche ampi spazi per l'esperienza pratica: la pratica meditativa condita, la possibilità di partecipazione alla liturgia monastica, piccoli spazi rituali condivisibili da tutti, una cucina vegetariana, lo scambio con i relatori, il silenzio delle Foreste Casentinesi ecc. Il convegno unisce la riflessione teorica alla sperimentazione pratica. Perciò, i partecipanti potranno scegliere, se vogliono seguire il convegno e le meditazioni seduti su delle sedie o seduti a terra. A chi desidera sedersi a terra, chiederemo gentilmente di ricordarsi di portare un tappetino/coperta e un supporto per la meditazione (banchetto, cuscino ecc.) in modo da rendere la posizione seduta a terra più confortevole.

Invitiamo tutti i partecipanti di portare vestiti comodi per la pratica e di ricordarsi che Camaldoli è in montagna e potrebbe richiedere dei vestiti più caldi del solito.

I pasti durante il convegno saranno (ovo-lacto-) vegetariani. Se avete particolari esigenze alimentari per motivi di salute, vi preghiamo di segnalarlo in anticipo alla segreteria della foresteria: foresteria@camaldoli.it

ADESIONE

■ Orari Foresteria

Colazione 8:00 Pranzo 13:00 Cena 19:30
Chiusura portone 22:30

■ Quote di partecipazione

Le quote di partecipazione sono calcolate su tre giorni completi, dalla cena del giovedì al pranzo della domenica.
La proposta prevede la partecipazione a tutti i tre giorni, per cui non è possibile accettare detrazioni per giorni di assenza o pasti non consumati.

■ Contributo per il Convegno

€ 50,00 iscrizione al corso

■ Soggiorno comprensivo di iscrizione

€ 310,00 in camera singola
€ 290,00 in camera a più letti
€ 225,00 giovani fino a 30 anni (camera in condivisione)

■ Caparra (non rimborsabile, da detrarre al momento del saldo, da versare entro 15 gg. dalla prenotazione):

€ 80,00 a persona

Le camere vengono assegnate in ordine di precedenza di iscrizione, con particolare attenzione ai bisogni dei partecipanti. Tutte le camere hanno il servizio interno.

■ Prenotazioni e informazioni

FORESTERIA del MONASTERO
52014 CAMALDOLI (AR)
Tel. 0575 556013 - Fax 0575 556001
foresteria@camaldoli.it



www.camaldoli.it

MONASTERO DI CAMALDOLI

I CAMMINI
DEL SILENZIO



INCONTRI ANNUALI DI PRATICA CONTEMPLATIVA

in collaborazione con
l'Associazione Mindfulness Project



LA DIMENSIONE DEL SILENZIO NELLE VIE DI REALIZZAZIONE IV CONVEGNO

1	7	GIOVEDÌ SETTEMBRE	DOMENICA SETTEMBRE	2	0
2	0	2	6		

RELATORI



Giancarlo Shinkai Carboni, monaco Zen della tradizione Soto. Vive e condivide una Pratica Zen basata principalmente sulla meditazione Zen (Zazen). Impegnato nel sociale (carceri, SerD, comunità terapeutiche, ospedali, scuole). Partecipa a molte iniziative interreligiose. Ogni mese guida un ritiro di meditazione nella foresteria dei gruppi del Sacro Eremo di Camaldoli: www.shinkai.it/ritiri.



Svamini Shuddhananda Giri è una monaca induista, samnyasini, discepola diretta di Paramahansa Svāmī Yogānanda Giri, che è la guida spirituale e il fondatore del Matha Gitananda Ashram. È la Vicepresidente dell'Unione Induista Italiana - Sanatana Dharma Samgha. Porta avanti l'insegnamento dell'induismo e dello yoga come via di

realizzazione spirituale e di servizio al prossimo. Impegnata nel dialogo interreligioso e nella promozione della pace, rappresenta l'induismo in numerosi contesti culturali e religiosi nazionali e internazionali. Svamini Shuddhananda Ghiri ha conseguito un diploma classico-linguistico e una laurea in Lingue e Civiltà Orientali all'Università di studi La Sapienza di Roma. Collabora con la Casa Editrice Laksmi. È inoltre autrice di articoli per pubblicazioni specialistiche.

Gli Amigos del Desierto (AdD) sono una rete di meditatori e un'associazione di fedeli fondata a Madrid nel 2014 da Pablo d'Ors, sacerdote spagnolo, scrittore e consigliere alla cultura di Papa Francesco durante il suo pontificato. Gli AdD compiono il percorso interiore di autoconoscenza secondo la tradizione degli antichi Padri e Madri del Deserto. Come 'nuovi esicasti' cercano il Silenzio, uno dei nomi secolari di Dio, attraverso la quiete e la preghiera del cuore. Una ricerca che coinvolge corpo, mente e Spirito e in cui la meditazione è lo strumento principale. Il carisma si fonda sulla trasmissione della testimonianza di Charles de Foucauld, patrono, e Franz Jalic, maestro. La chiamata al Deserto è la necessità di un viaggio interiore di svuotamento. Nel cammino si scopre che ogni essere umano è deserto, spaziosità. L'amicizia autentica nasce come comunione spirituale con tutta l'umanità alla luce del cammino interiore verso la Fonte, Dio.

Gli AdD propongono: 1. La pratica e l'approfondimento della meditazione o della preghiera contemplativa. 2. La trasmissione di questo cammino di contemplazione di ispirazione cristiana. Sono presenti in Italia con un numero sempre maggiore di praticanti. Per favorire un'unione più profonda tra i membri, con la Chiesa e tutta l'umanità, offrono principalmente le seguenti attività: ritiri spirituali, seminari e forum.

PROGRAMMA

Giovedì 17 settembre

20:30 **Benvenuto**
Illustrazione dell'iniziativa e del programma del convegno

Venerdì 18 settembre

09:00 **Introduzione alle pratiche contemplative del Sanatana Dharma**

Swamini Shuddhananda

09:45 **Il silenzio: quando la vita contemplativa incontra la vita quotidiana.**

Online

Pablo D'Ors - Amigos del Desierto

Break

11:00 **Affidarsi al silenzio**

Giancarlo Shinkai Carboni

11:45 **Pratica meditativa**

15:00 **Lampi di luce: lo splendore meditativo**

Swamini Shuddhananda

15:45 **Pratica meditativa: Dal corpo al soffio: una pratica di consapevolezza**

Swamini Shuddhananda

Break

16:45 **Prana, suono e spazio del cuore**

Swamini Shuddhananda

17:30 **Pratica meditativa: Dal suono verso l'assorbimento nell'infinito**

Swamini Shuddhananda

› Sabato 19 settembre

09:00 **Il respiro prima del Silenzio.**

Dal corpo allo Spirito

Elisabetta Beccaria - Amigos del Desierto

09:45 **Pratica meditativa**

Elisabetta Beccaria - Amigos del Desierto

Break

10:45 **I frutti del Silenzio: dall'ascolto al cuore**

Riccardo Boschetto - Amigos del Desierto

11:30 **Pratica meditativa**

Riccardo Boschetto - Amigos del Desierto

15:00 **La cura del silenzio**

Giancarlo Shinkai Carboni

15:45 **Pratica meditativa**

Giancarlo Shinkai Carboni

Break

16:45 **Le parole che fanno silenzio**

Giancarlo Shinkai Carboni

17:30 **Pratica meditativa**

Giancarlo Shinkai Carboni

› Domenica 20 settembre

09:00 **Tavolarotonda**

Con i relatori e moderatore/i

10:30 **Rito finale**

Con i relatori che leggono un breve testo

› Organizzazione e moderazione

Paolo Trianni, docente alla Pontificia Università

Gregoriana e responsabile della sezione Religioni e culture dell'Asia per il Centro Studi Interreligiosi.

Massimo Gusmano, psicologo, componente del direttivo dell'Associazione "Mindfulness Project" e docente della Scuola "Mindfulness Counseling".

Axel Bayer, monaco camaldolese e insegnante di yoga e meditazione H.Y.I.

› Durante il convegno verranno proposte

7.30 Lodi (gio-dom)

18.30 Vespri e Celebrazione Eucaristica (gio-ven)

18.45 Vespri (sab)

21.00 Veglia (sab)

11.30 Celebrazione Eucaristica (dom)

