

ritiro secondo gli insegnamenti di Thich Nhat Hanh

La consapevolezza ci porta a sentirci a casa nel momento presente, prendendo contatto con il nostro corpo attraversato dal respiro. La mente tramite il respiro si unisce al corpo, trovando la vita attimo per attimo. Siamo consapevoli di tutto ciò che c'è dentro e intorno a noi, fluendo nel fiume delle relazioni che ritrovano armonia. Come possiamo costruire sangha (comunità) resilienti in questi periodi difficili, trovando pace e sostegno reciproco?

Meditazione seduta, meditazione camminata, rilassamento, pasti consapevoli, lo studio, la condivisione, momenti nella natura, in profondo contatto con noi stessi, con le piante, la vita.

Da venerdì ore 17.30 a domenica ore 16.30.

C'è la coscienza individuale e c'è la coscienza collettiva. La nostra coscienza si compone di tutti i semi che vi hanno deposto le azioni del passato, le nostre insieme a quelle della famiglia e della società. Ogni giorno i nostri pensieri, le nostre parole e azioni scorrono nel mare della coscienza, generando il nostro corpo, la nostra mente e il mondo. La coscienza individuale è fatta di coscienza collettiva e la coscienza collettiva è fatta di coscienza individuale: le due coscienze inter-sono.

Thich Nhat Nanh: La scintilla del risveglio

Trascuriamo questi giorni nella "Terra Felice", luogo di vita consapevole a valle San Floriano nelle colline vicine a Marostica (VI). Una casa e un orto-giardino di pace, pratica, cura della Natura e degli esseri viventi.

In sintonia con l'ambiente ci nutriamo dello stare insieme immersi nel verde, di cibo vegetariano o vegano coltivato e preparato con amore, del momento presente così com'è.

Il ritiro è aperto anche a chi è alla prima esperienza.

Matawa Baio

Sono nato in Toscana ma vivo in Danimarca dagli anni '70. Lì sono venuto in contatto con diverse comunità, fra cui nel 1994 coll' ecovillaggio Dyssekilde, dove nel 2007 ho costruito la mia casa. Da allora sono diventato attivo nel movimento ecologico, sia dove vivo che nei network danese ed europeo. La mia funzione attuale a Dyssekilde é di accogliere studenti, ricercatori, visitatori di vario tipo, interessati all'aspetto sociale, ecologico ed anche estetico del villaggio.

Parallela al percorso sociale ed ecologico é stata la mia ricerca esistenziale, che mi ha condotto ad incontrare diverse tradizioni spirituali, che mi hanno guarito e arricchito con pratiche preziose.

Nel 1998, con la prima permanenza a Plum Village, iniziai a seguire e praticare gli insegnamenti di Thay, con valori chiave come rispetto, generosità, saggezza, interessere e impermanenza.

Per iscrizioni scrivere a laboratori.consapevolezza@gmail.com

Per informazioni telefonare al 349 6833495.

Per sapere di più:

<https://insiemeconsapevolmente.org/la-comunita-che-vive-in-armonia-e-consapevolezza-marostica-vi-20-21-22-ottobre-2023/>

