

Da Venerdì 12 a Domenica 14 Aprile 2024

**Ritiro Residenziale sul tema:
“Andare oltre la sofferenza”
Condotta da Mario Thanavaro**

Presso La Facenda – Str. Vicinale del Ramo, 24 – 58015 Albinia GR

La sofferenza fa parte della condizione umana e quindi nessun essere umano può evitarla nella sua vita terrestre. Presto o tardi, in un modo o in un altro ogni persona incontra e vive la sofferenza in una o più delle sue mille facce ed aspetti. Abbiamo però tutti una scelta, una scelta fondamentale: conoscere e vivere il dolore e la sofferenza, nei suoi vari aspetti e nei suoi diversi livelli del nostro essere in un modo distruttivo o creativo. Come nemica o amica, come una prova malefica o benefica.

Questa scelta è veramente essenziale per le sue implicazioni e conseguenze sul nostro corpo fisico e sulla nostra psiche e dipende in gran parte dal nostro livello di coscienza essendo una funzione diretta di questi ultimi.

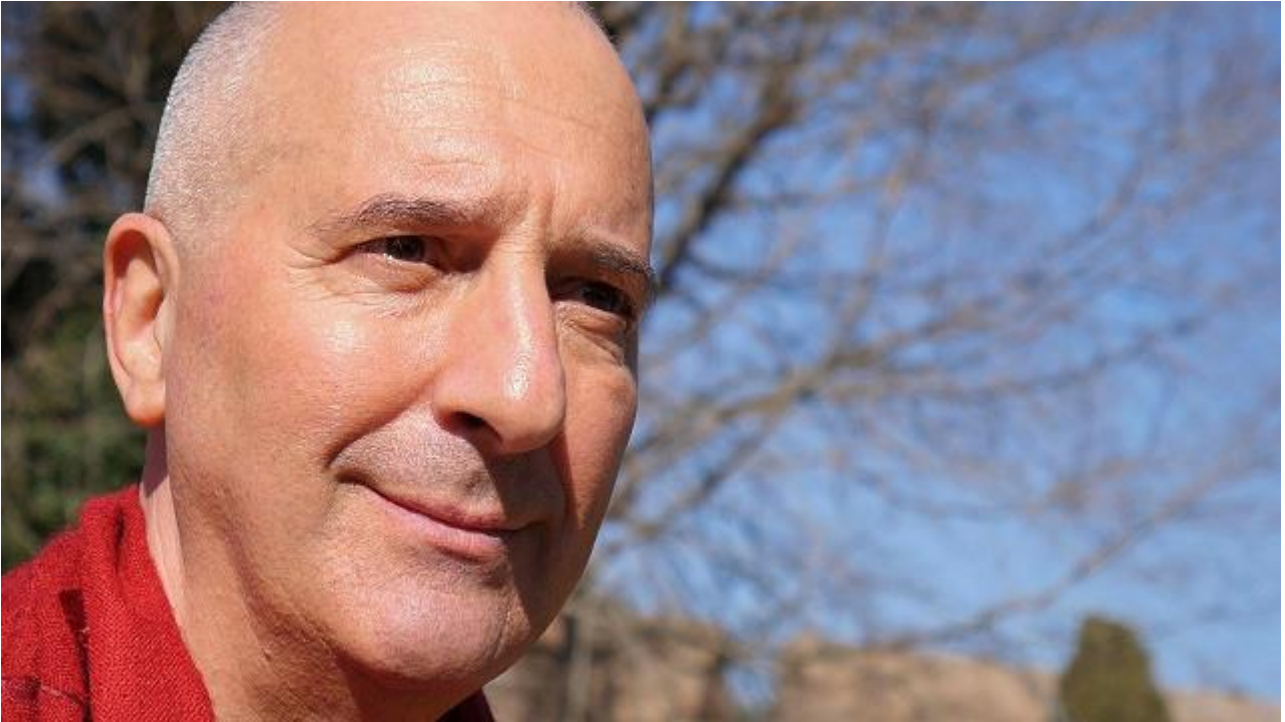
Se noi accettiamo di imbatteci nella sofferenza, la elaboriamo e comprendendola guardiamo oltre scopriremo la Gioia.

A tutti i partecipanti sarà richiesto di rispettare il silenzio.

Durante il ritiro alterneremo momenti di raccoglimento, riflessione, meditazione silenziosa, insegnamento, semplici esercizi psicofisici, condivisione e ascolto. Libereremo così la nostra energia vitale e ritroveremo il piacere e la gioia di vivere e di amare. Venire in abiti comodi.

Per info e prenotazioni: **Agriturismo La Facenda: Catia 333.4082063**
- info@lafacenda.it





Mario Thanavaro è un insegnante di meditazione qualificato che, dopo oltre dodici anni di esperienza monastica all'estero (Gran Bretagna, Thailandia e Nuova Zelanda), nel 1990 ritorna in Italia e fonda il Santacittarama, il primo monastero buddhista Theravada della tradizione dei 'monaci della foresta'. Ritornato allo stato laicale, dopo diciotto anni di vita monastica, è interessato ad approfondire i vari temi della spiritualità. Attualmente è presidente dell'Associazione Amita Luce Infinita, fondata con la Dottoressa Enzina Luce Franzese per il Risveglio delle coscienze. Il 14 settembre del 2021 fonda l'associazione Maha Bodhi (www.mahabodhi.it) di cui è l'insegnante guida. Conduce ritiri e incontri di meditazione a Roma e in varie città d'Italia. Per la casa Editrice Ubaldini ha pubblicato le opere: "Non creare altra sofferenza", "Verso la luce", "Da cuore a cuore", "Uno sguardo dall'arcobaleno" e "Meditiamo insieme". Per Magnanelli ha pubblicato: "La via del Pellegrino", "Perdonare per guarire" e "Dalla sofferenza alla gioia". Con Venexia ha pubblicato "Spiritualità Olistica"; per il Punto d'Incontro ha pubblicato "Meditare fa bene"; per Psiche: "Vivere il Buddhismo", "La vita è un bene prezioso", "La ricerca della Via" e "Andare oltre la sofferenza".

Per maggiori informazioni su Mario Thanavaro: www.mariothanavaro.it