

M I S S I O N

I cammini del silenzio vogliono essere una piattaforma di scambio e di approfondimento intorno alla tematica dei percorsi contemplativi presenti nelle varie tradizioni religiose viventi e nei diversi percorsi umanistici e curativi. L'intenzione è quella di aprire a Camaldoli uno spazio di dialogo sui differenti metodi di meditazione e sul significato spirituale delle singole pratiche, creando un ambiente in grado di accogliere ricercatori e interessati provenienti da qualsiasi retroterra religioso e/o filosofico. Con questo spirito, i cammini del silenzio propongono un approccio alla meditazione sia teorico che pratico, prevedendo ampi spazi per l'esperienza personale attraverso la pratica meditativa condivisa, la possibilità di partecipare alla liturgia monastica, i piccoli spazi rituali condivisibili da tutti, la cucina vegetariana, lo scambio con i relatori, il silenzio delle foreste casentinesi, l'amicizia conviviale.

> Coordinazione 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, ex presidente dell'Associazione "Mindfulness Project" e docente della Scuola "Mindfulness Counseling"

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

A D E S I O N E

■ 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

■ 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

con il patrocinio della
Pontificia Università Gregoriana
e in collaborazione con
l'Associazione Mindfulness Project

**Mindfulness
Project**



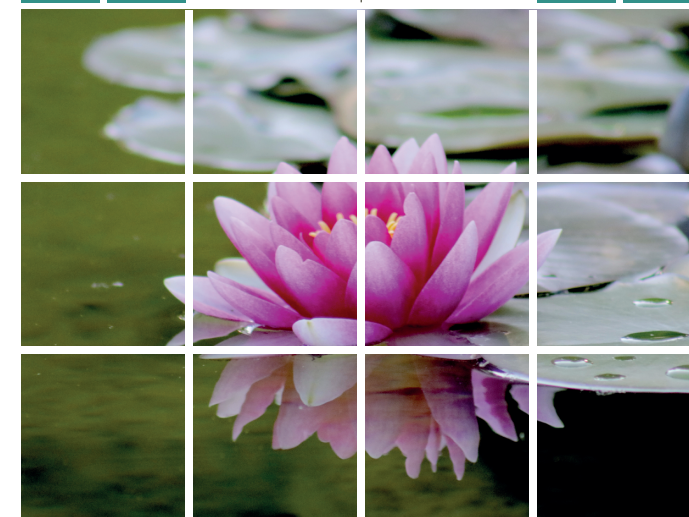
Centro Studi Interreligiosi della Gregoriana
Gregorian Centre for Interreligious Studies

Cos'è la meditazione?

Uno sguardo introduttivo

I CONVEGNO

2	1	GIOVEDÌ SETTEMBRE	DOMENICA SETTEMBRE	2	4
---	---	----------------------	-----------------------	---	---



2	0	2	3
---	---	---	---

P
R
O
G
R
A
M
M
A

> **Giovedì 21 settembre**

Arrivi nel pomeriggio

20:30 **Benvenuto e presentazione**

> **Venerdì 22 settembre**

9:00 **La meditazione nel contesto Induista**

GIOIA LUSSANA

9:45 **La meditazione nel contesto Buddhista**

GABRIELE PIANA

11:00 **La meditazione nel contesto Cristiano**

MACIEJ BIELAWSKI

12:15 **Pratica meditativa**

Pomeriggio a cura di GIOIA LUSSANA

15.00 **L'āsana come attitudine contemplativa**

La via non duale al risveglio nell'India tantrica del Medioevo in Kashmir
Relazione teorica e pratica meditativa

> **Sabato 23 settembre**

Mattino a cura di GABRIELE PIANA

9:00 **Gli stadi del sentiero verso il risveglio**

10:00 Pratica meditativa

10:30 **Śamatha, vipaśyanā e la natura della mente**

11:15 **Pratica meditativa**

Pomeriggio a cura di MACIEJ BIELAWSKI

15:00 **Meditazione tra metafisica e metodo**

Relazione teorica e pratica meditativa

> **Domenica 24 settembre**

9:00 **Tavola rotonda**

10:30 **Rito conclusivo**

Dopo pranzo partenze

Durante il convegno verranno proposte

7.30 Lodi (GIO-DOM)

18.30 Vespri e Celebrazione Eucaristica (GIO-VEN)

18.45 Vespri e Celebrazione Eucaristica (SAB)

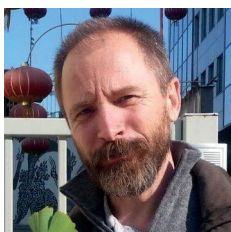
21.00 Veglia (SAB)

11.30 Celebrazione Eucaristica (DOM)

BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

- Bayer, A., *Meditazione. Dalla preghiera pura di Evagrio Pontico al rāja-yoga di Patañjali*, Appunti di viaggio, Roma 2017
- Bielawski, M., *La luce divina nel cuore. Introduzione alla Filocalia*, Pazzini Editore, Rimini 2020
- Bielawski, M., *Meditatio*, Etabetta, Lesmo 2019
- Bielawski, M., *Meditazione tra Oriente e Occidente. Il caso di Bede Griffiths*, Etabetta, Lesmo 2020
- Goleman, D., *La forza della meditazione. Che cos'è e perché può renderci migliori*, BUR Rizzoli, Milano 2003
- Lussana, G., *La Dea che scorre. La matrice femminile dello yoga tantrico*, Om Edizioni, Bologna 2015
- Lussana, G., *Lo yoga della bellezza. Spunti per una riformulazione contemporanea dello yoga del Kaśmīr*, Om Edizioni, Bologna 2021
- Piana, G., *Conoscenza e riconoscimento del corpo*, Mimesis Sesto San Giovanni 2005
- Piana, G., *Mahamudra secondo la tradizione Gelugpa e la meditazione sulla natura della mente*, in AA. VV., *Meditazione, mindfulness e neuroscienze*, Mimesis, Sesto San Giovanni 2020

R
E
L
A
T
O
R
I



MACIEJ BIELAWSKI, nato 1963 in Bydgoszcz (Polonia) studioso di spiritualità, scrittore, pittore vive a Verona (Italy), insegna letteratura slava e russa all'università di Verona per le sue pubblicazioni e attività vedi: www.maciejbielawski.com e www.associacionemeditatio.org.



GIOIA LUSSANA è indianista, insegnante yoga (Y.A.N.I.) e docente formatrice presso diverse scuole di formazione e post-formazione per insegnanti yoga in Italia. Si è laureata in Filosofia all'Università Sapienza di Roma con Raniero Gnoli e Raffaele Torella. Nella sua tesi ha approfondito in particolare il tantrismo kaśmīro di matrice śivaita non duale. È stata co-fondatrice dell'A.ME.CO (Associazione per la Meditazione di Consapevolezza) con Corrado Pensa. Ha conseguito il dottorato di ricerca in Civiltà e Culture dell'Asia con una tesi sul significato dello yoga nel tantrismo hindu delle origini. Ha vinto il Grant della FONDAZIONE INDIA-EUROPA DI NUOVI DIALOGHI (FIND). Con Eric Baret e altri esponenti della tradizione del Kaśmīr è stata docente nel biennio di post-formazione LO YOGA DEL SILENZIO a Genova. Tiene a Roma regolari corsi di yoga, ispirati alla tradizione non duale del Kaśmīr medievale.



GABRIELE PIANA ha svolto un dottorato di ricerca in filosofia sull'opera di Jacques Derrida, ha insegnato filosofia al liceo e all'Università come ricercatore di filosofia morale, traducendo testi, collaborando alla stesura di dizionari e manuali scolastici, scrivendo articoli e

alcuni libri. Ha preso parte a due Masters Program in studi filosofici buddhisti presso l'Istituto Lama Tzong Khapa, nel 2008-2013 come studente e nel 2015-2021 come insegnante assistente, alternando lo studio e l'insegnamento con brevi ritiri di meditazione e nel 2020 con un anno di ritiro individuale. A partire dal 2010 tiene numerosi corsi sul buddhismo e guida ritiri di meditazione presso diversi centri FPMT. Insegna al Master in Neuroscienze, Mindfulness e Pratiche Contemplative presso l'Università di Pisa, al Master in Meditazione e Neuroscienze presso l'Università di Udine e al Master in Contemplative Studies presso l'Università di Padova.