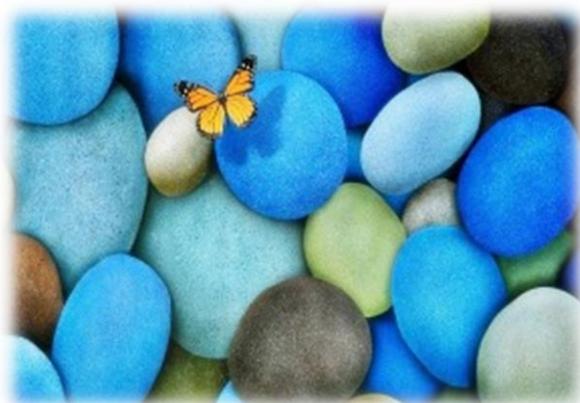


Fine settimana di consapevolezza a Pian dei Ciliegi organizzato dai Sangha di Verona

Incontro mensile della Comunità di pratica del Nord Italia
che si ispira agli insegnamenti di Thich Nhat Hanh.

28 – 29 gennaio 2017



Chi sono io ?

“Qual' è il mio vero volto? Chi sono io ? Quale strada posso seguire per essere veramente me stesso?.... Queste sono le domande che possono risvegliare la mia saggezza interiore se le lascio penetrare e agire nel profondo della mia coscienza”. (Thich Nhat Hanh “Una chiave per la pace, Bath Nha”)

“Una delle ragioni per cui evitiamo il nostro bambino interiore è la paura di soffrire. Questo accade perché tra la coscienza mentale e la coscienza-deposito c'è una parte chiamata manas che ci spinge a cercare il piacere e a evitare il dolore. Manas è alla base della nostra credenza illusoria in un sé separato e noi soffriamo a causa delle sue illusioni e discriminazioni:” (Thich Nhat Hanh “Fare pace con sé stessi”)

“Manas è il nostro senso dell'IO, e sorge da alcuni semi nella coscienza deposito; sono semi del senso del sé, del proprio io, dell'amore di sé, della propria confusione, della propria ignoranza. Manas discrimina, sceglie, prende e dice “Questo sono io, questo è me-mio”. (Sister Jina – Dharma Talk 09-06-16 - Plum Village)

Oltre al piacere di incontrare nuovi e vecchi amici, abbiamo la possibilità di praticare la meditazione seduta e camminata, di ascoltare gli insegnamenti di Sister Jina della scuola di Plum Village, di mangiare insieme in consapevolezza, di gioire della meditazione camminata nella natura e di condividere in un'atmosfera rilassante e accogliente le nostre esperienze di pratica della presenza mentale..

La registrazione dei partecipanti avrà inizio **sabato 28 gennaio alle 14.30** in modo da iniziare puntuali per le ore 16.00. L'incontro terminerà domenica 29 gennaio alle ore 16,00.

Luogo dell'incontro: Pian dei Ciliegi, che si trova in località Bulla di Montesanto, comune di Ponte dell'Olio, Piacenza. Le informazioni per raggiungerlo sono reperibili sul sito <http://www.piandeciliegi.it/it/pian-dei-ciliegi-it/dovesiamo.html>

Che cosa serve: Il Centro fornisce letti con coperta o piumino e cuscino; è invece necessario portare, federa, lenzuola o sacco a pelo e asciugamano personale, oltre a un paio di ciabatte da utilizzare all'interno della struttura. Nel Centro sono disponibili i cuscini da meditazione. Se abitualmente utilizzate un panchetto, meglio portarlo.

La quota di partecipazione è di € 35,00, comprensiva di pernottamento e pasti.

Per partecipare è **necessaria l'iscrizione per il 2017 all'Associazione Pian dei Ciliegi** di cui siamo ospiti.

Il costo dell'iscrizione è di € 15,00 per ogni adulto. La tessera ha valenza annuale, quindi scade un anno dopo l'iscrizione.

E' obbligatorio compilare il modulo di ammissione all'associazione entro il 23 gennaio secondo quanto di seguito indicato:

1. Registrarsi al sito dell'Associazione (se non si è già registrati)
<http://www.piandeiciliegi.it/it/il-tuo-profilo.html?view=registration>
2. Accedere al sito con il proprio username e la propria password;
3. In ogni pagina troverete sulla destra (nel riquadro Menu utente) il pulsante Modulo di ammissione;
4. Premendolo si attiva la procedura di ammissione che è da seguire fino alla fine.

Per coloro che sono iscritti all'Associazione dal 1° ottobre 2016, non è necessario il rinnovo per 2017.

Iscrizioni: l'iscrizione è aperta a tutti; i posti disponibili sono 41.

L'iscrizione è online al seguente link <http://www.passidipace.org/appuntamenti/49-chi-sono-io.html>

Al raggiungimento dei 41 iscritti, sulla pagina web le iscrizioni risulteranno chiuse.

Chi lo desidera potrà richiedere di essere inserito nella **lista di attesa** inviando una mail a Bianca Dal Bosco, al seguente indirizzo sirioestella@hotmail.it

Per consentire il subentro dalla lista d'attesa, siamo pregati di comunicare appena possibile eventuali disdette a Bianca Dal Bosco, al seguente indirizzo sirioestella@hotmail.it

Se non sarà possibile trovare un sostituto, siamo pregati di versare comunque la cifra di 35 euro sul c/c n. 30332556 (ABI 06230 – CAB 65420) IBAN IT5800623065420000030332556 intestato ad Associazione Pian dei Ciliegi c/o Cariparma e Piacenza – Ag. Ponte dell'Olio.

Grazie di venire a praticare con noi.

I Sangha di Verona