



Fortunago (PV)  
Uno dei borghi più belli d'Italia



**“Si può credere nella verità, si può discuterla. Questa è un’opportunità per realizzarla!**

## Chi sono io?

Vieni a scoprirlo! Questi tre giorni – residenziali – sono dedicati “anima e corpo” alla ricerca interiore attraverso l’indagine veicolata della domanda esistenziale **chi sono io? chi c’è dentro?**

**giovedì 29 luglio -1 agosto 2010 (inizio alle ore 21 del giovedì)  
con Elsa e Candida**

La chiave sta nel vivere l’interrogativo, entrarci dentro carne e ossa, farne l’esperienza diretta. E questo intensivo è l’opportunità.

La struttura del seminario è primariamente concepita affinché tu non sia disturbato o distratto da questo compito. L’interrogativo lavora come un koan, ti conduce al margine, e la mente... si ferma. Pace. Stupore. Riso. Bellezza. Gioia. Chiarezza. Verità. Libertà. Amore... L’abbraccio ricco delle qualità essenziali ti avvolge.

I facilitatori sono degli “apripista”, hanno più volte intrapreso quest’indagine e, quando necessario, taglieranno l’aria, come il ciclista davanti

Chi sono io? L’eterna domanda. Conosci te stesso... l’eterno anelito. Da Socrate, fino ai giorni nostri molti sono i maestri, le scuole (l’advaita vedanda, lo zen, l’“io sono” del cristianesimo delle origini ...) che hanno praticato e praticano questo interrogativo esistenziale, e la contaminazione tra oriente e occidente ha cesellato l’antico metodo fino a renderlo mirato e più adatto all’uomo contemporaneo.

In questo ritiro l’antica tecnica zen, di sedere davanti al muro in silenzio si interfaccia con la tecnica contemporanea di comunicazione di fronte ad un partner.

L’altro è uno specchio e ci rimanda l’intensità della ricerca di ciò che siamo veramente, le nostre risorse.

E’ un processo che permea l’intera giornata, 24 ore su 24, nutrito dal silenzio e supportato dalle meditazioni

Attive di Osho.

*“Questa domanda tra le più basilari – chi sono io?”- è la più trascurata. Passiamo la maggior parte dei nostri giorni a dire a noi stessi e agli altri che siamo qualcuno importante, qualcuno poco importante, qualcuno grande, piccolo, giovane o vecchio senza mai interrogare veramente questo assunto, il più fondamentale. Chi sei veramente? Come sai che sei ciò che dici di essere? E ciò è vero? (Gangaji-The diamond in your pocket)*

**Costo seminario: 350,00 € (comprensivo di vitto, alloggio e tessera Arci per accedere al Centro)**

La cena del giovedì è facoltativa e va prenotata al centro.

Si prega di arrivare almeno un’ora prima per le pratiche di ricezione e di rendersi privi d’impegni, anche telefonici, per i tre giorni della durata del seminario.

**Per informazioni e iscrizioni: + 39 – 331 – 4464493 - [corsi@centroguarinoni.org](mailto:corsi@centroguarinoni.org)**

**La struttura del seminario è residenziale e prevede di dormire collettivamente nello stesso spazio. Portare quindi sacco lenzuolo - o sacco a pelo - con federa. Per chi avesse richieste particolari si suggerisce di parlare con il facilitatore. Il centro rende disponibili camere singole con un sovrapprezzo.**

**Fortunago (PV) – Località Pezzeto – Tel. 0385/955954 – [www.centroguarinoni.org](http://www.centroguarinoni.org)**

**Elsa Nityama Masetti:** Laureata in pedagogia con indirizzo in psicodiagnostica, giornalista. Da trent’anni (incontra Osho nel 1979) s’interessa di ricerca interiore, pratica tecniche di consapevolezza e metodi per l’equilibrio corpo-mente.

**Candida Shreya Mantini:** Counselor Olistico con specializzazione in: Respiro Consapevole, Psicosomatica e Sviluppo del Potenziale Umano; Intensivi di Consapevolezza e di Meditazione; Costellazioni Familiari; Rilassamento Guidato in Acqua Calda