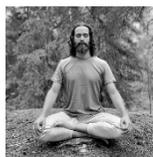


I RELATORI

Armando Buonaiuto: Curatore del festival Torino Spiritualità, delle Officine di Spiritualità di Venezia e di SOUL Festival di Spiritualità Milano, è tra i conduttori della trasmissione “Uomini e profeti” su Rai Radio3 e ha curato e commentato il volume *Racconti spirituali* (Einaudi, 2020).



Gabriele Gorja: Artista marziale, pedagogo teatrale e illustratore, pratica arti marziali e meditazione da oltre trent'anni. Insegna T'ai Chi, meditazione e Kung fu presso il Performing Arts Research Centre della University of the Arts di Helsinki e conduce laboratori e seminari di formazione e di studi interreligiosi in vari istituti in Finlandia e in Italia. Ancorata al dialogo tra arte e spiritualità, la sua ricerca esplora il rapporto tra introspezione ed espressione creativa. Tra le pubblicazioni: *Active Silence: Reinventing spirituality through art-research* (Mimesis, 2015) e *Conversazioni intorno al fuoco. Meditazione e tradizioni spirituali* (con P. Scquizzato, Lindau, 2022).



Vito Mancuso: Teologo laico e filosofo, ha insegnato presso l'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano, l'Università degli Studi di Padova e attualmente è docente del master in Meditazione e Neuroscienze dell'Università degli Studi di Udine. Ha fondato presso il MAST di Bologna il “Laboratorio di Etica”.



Autore di numerosi saggi, il suo pensiero può essere complessivamente definito come “filosofia della relazione”. Editorialista di «La Stampa», tra i libri più recenti: *I quattro maestri. Socrate, Buddha, Confucio, Gesù* (2020), *Etica per giorni difficili* (2022), *Non ti manchi mai la gioia* (2023), *Il dono della gioia* (2024) e *Destinazione speranza* (2024), tutti editi da Garzanti.



**IL CENTRO DI SPIRITUALITÀ
SAN GIOVANNI GUALBERTO
dei Monaci Benedettini Vallombrosani**



Passignano - Barberino Tavarnelle (FI)

è lieto di ospitare

**il Seminario:
LA GIOIA
PRIMA DELLA GIOIA**

**RITIRO
DI RIFLESSIONE E MEDITAZIONE
28 - 30 AGOSTO 2025**

**con
GABRIELE GORJA
VITO MANCUSO**

**Coordinamento programma
ARMANDO BUONAIUTO**

LA GIOIA PRIMA DELLA GIOIA

RITIRO
DI RIFLESSIONE E MEDITAZIONE

«La gioia prima della gioia», così il filosofo Filone d'Alessandria definiva la speranza: sentimento irriducibile che anticipa ciò che promette, vigilia che raccoglie in sé la dolcezza dell'attesa e l'emozione della festa, il segreto del seme e lo splendore del fiore.

Muovendo da qui, il teologo Vito Mancuso propone un percorso di riflessione attraverso la natura profonda della speranza e delle molte domande che solleva: nel nostro tempo vorace e dissennato, c'è spazio per sperare? Come dissotterrare la sorgente di armonia che scorre in noi libera e incondizionata? Quali doni, presenti e futuri, porta in dote la coltivazione della propria vita spirituale?

Ad affiancare la parola, le esperienze di silenzio affidate all'insegnante di meditazione Gabriele Goria, che introduce i partecipanti ai benefici dell'antica ginnastica posturale cinese *Pa Tuan Chin* e conduce un ciclo di pratiche meditative della tradizione buddhista – *Anapana* (concentrazione sul respiro), *Vipassana* (osservazione equanime), *Metta-Bhavana* (gentilezza amorevole) – per esercitare la visione introspettiva e la capacità di relazione con se stessi e il mondo.

PROGRAMMA

GIOVEDÌ 28 AGOSTO:

Nel pomeriggio: arrivi e sistemazione

ore 18.00: Vito Mancuso: *Sul ciglio del vuoto*

19.30 – 20.30: cena

21.00 – 21.45: sessione di meditazione *Anapana* ed esercizi di interazione con **Gabriele Goria**

VENERDÌ 29 AGOSTO:

8.00 – 8.30: ginnastica tradizionale cinese *Pa Tuan Chin* con **Gabriele Goria**

8.30 – 9.30: colazione

9.30 – 10.30: meditazione *Anapana* con **G. Goria**

10.30 – 11.30: tempo libero

11.30 – 13.00: Vito Mancuso: *Spes ultima dea*

13.00 – 14.00: pranzo

14.00 – 15.30: tempo libero

15.30 – 17.00: ginnastica tradizionale cinese e meditazione *Vipassana* con **Gabriele Goria**

17.15 – 19.00: Vito Mancuso: *Il cuore dentro il cuore*

19.30 – 20.30: cena

21.00: Concerto nel chiostro, *Vespro della Beata Vergine* di Claudio Monteverdi (Amici della Musica di Tavarnelle) - in alternativa al concerto, possibilità di conversazione informale con i relatori.

SABATO 30 AGOSTO:

8.00 – 8.30: ginnastica tradizionale cinese *Pa Tuan Chin* con **Gabriele Goria**

8.30 – 9.30: colazione

9.30 – 11.00: meditazione *Anapana*, *Vipassana* e *Metta-Bhavana* con **Gabriele Goria**

11.15 – 13.00: *Unire gli orizzonti*, momento assembleare con **V. Mancuso**, **G. Goria** e **A. Buonaiuto**

13.00 – 14.00: pranzo

Saluti e ripartenze

CHI LO DESIDERA, PUÒ PARTECIPARE ALLA PREGHIERA DELLA COMUNITÀ MONASTICA.

SONO PREVISTE 3 MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE:

- a) partecipazione al Convegno con soggiorno nella Foresteria dell'Abbazia (vitto e alloggio), sino ad esaurimento posti letto (camere doppie);
- b) partecipazione al Convegno e pasti nella Foresteria dell'Abbazia;
- c) partecipazione alle sole relazioni.

N.B.: Si raccomanda ai partecipanti di portare con sé tappetino da yoga o cuscino/sgabello da meditazione.

Per informazioni e iscrizioni:

a) scrivere a:

centrospirit.passignano@gmail.com

b) telefonare a: **3385681943** (don Alessandro, responsabile) - **3427209219** (suor Lea, segr.)

c) consultare: www.badiapassignano.it