

Lo Zefiro

NOTIZIARIO INTERRELIGIOSO

Anno IV - Numero 33
18 ottobre 2014
Diffusione : 649 indirizzi mail

Redazione: Marco Lazzeri
Telefono: 335.6415395

SITO WEB : <http://www.cmif.altervista.org>

Foto della settimana



L'abbraccio

* * *

"Non aspettarsi nulla è una grande arte. Quando non viviamo più nell'aspettativa, allora viviamo in una nuova dimensione. Siamo liberi".

F.Lucille

Care amiche e amici,
riguardo all'abbraccio molti sanno che sono per così dire molto appassionato sull'argomento, mi piace abbracciare le persone che incontro (se sento che lo desiderano) e l'abbraccio è anche un potente strumento curativo. Un amico in proposito mi ha scritto : "Ho pensato subito a te" e mi ha mandato questo link che ho trovato molto interessante :

<https://www.youtube.com/watch?v=6zBzDf49km4>

Secondo me ci sono diversi tipi di abbraccio. Quello che dura tra due e tre secondi, quello che dura tra sei e otto secondi e quello che dura oltre venti minuti. Nel primo si può percepire ben poco dell'altro, è un gesto spesso di maniera, esteriore, quasi sempre formale, qui l'immediatezza o la superficialità è lo stato principale del sentire. Nel secondo caso c'è una ri-

cerca di comunicazione, c'è una offerta anche se troppo rapida per essere significativa ma si riesce comunque a esprimere un sentimento, una emozione, si lascia un segnale di presenza. Quello del terzo tipo non si può condividere con chiunque perché occorre una partecipazione, una sintonia, non è cosa abitudinaria o occasionale. Lo si può praticare con l'altro in solitudine, non in piedi ma seduti, in un ambiente protetto e riservato, intimo. Il tempo come si diceva non deve essere un problema. Quando si riesce ad attuarlo e ci vuole tempo per imparare. Il contatto con il corpo, la carezza, la percezione delle energie sottili, sono le pratiche che consentono di raggiungere una conoscenza spirituale, è una esperienza profonda di immersione nell'altro (e per questo motivo è indispensabile essere maturi, molto centrati su se stessi, stabili), si incontra l'abbandono e l'accoglienza, occorre possedere il coraggio della semplicità e aver sperimentato bene il non attaccamento, conoscere l'arte del non pretendere. Altro aspetto da non sottovalutare è la gratuità, spesso molto più difficile da mettere in pratica di quanto non possa sembrare in un primo momento. Allora la comunicazione diventa scoperta, è una esperienza nuova che utilizza il mezzo corporeo come tramite per articolare un linguaggio che parla allo spirito andando al di là delle parole, in una immersione nel silenzio dell'ascolto del cuore. Si raggiunge un livello di dialogo che non è possibile in altro modo e in contemporanea accade, inaspettatamente, anche l'incontro con se stessi; certo non è una cosa banale e come dicevo ci vuole coraggio. Per l'abbraccio è un po' come per la meditazione, la pratica fa la differenza, anzi la pratica crea l'esperienza stessa.

Grazie a tutti.

Marco



Perché tu sei importante
FM 92,4 mhz

Se la pace è il cammino, camminiamo in pace.

In questa prima trasmissione il tema che proviamo ad affrontare in forma di conversazione è: l'**etica**. Qui il link per ascoltare la trasmissione :

http://www.radiovoicedellasperanza.it/mp3/pgm/spi/spi_1399321586_05052014.mp3

Il tema della conversazione di questo mese è **la gentilezza**. In compagnia del pastore avventista Saverio Scuccimarri, di Sandra Vincenzi, membro della Comunità di Meditazione Interreligiosa Fiorentina, di Marco Lazzeri, responsabile della rivista online "Lo Zefiro", e di Claudio Coppini, della redazione di Radio Voce della Speranza, si apre una vivace conversazione che ci porta ad esplorare nuovi sentieri, aprendo nuovi orizzonti. Ecco il link per l'ascolto :

http://www.radiovoicedellasperanza.it/mp3/pgm/spi/spi_1402644475_13062014.mp3

MEDITAZIONI INTERRELIGIOSE

30 Ottobre 2014: **MEDITAZIONE INTERRELIGIOSA "ITINERANTE"**

Il prossimo incontro di Meditazione Interreligiosa "**Itinerante**" è fissato per Giovedì 30 Ottobre 2014 alle ore 21:00 saremo ospiti degli amici della Associazione Mercurius e di Maria Grazia Ceparano in Lungarno Ferrucci, 9 a Firenze.

Un grande ringraziamento a tutti i gli amici dell'Associazione Mercurius per la disponibilità e l'ospitalità accogliente!

- - -

4 Novembre 2014: **INSIEME PER LA PACE**

Gli incontri "Insieme per la Pace" - "**Incontri di spiritualità, meditazione e preghiera interreligiosa**" promossi dall'Associazione "Un Tempio per al Pace" si svolgeranno a Firenze presso la BIBLIOTECA DELLE OBLATE (Sala delle Conferenze) alle ore 21:00 (e non più in Palazzo Vecchio come gli anni scorsi). Il prossimo incontro di questo ciclo è fissato per Martedì 4 Novembre 2014.

- - -

19 Novembre 2014: **DIALOGARE INSIEME**

Mercoledì 19 Novembre alle ore 21:00 incontro di dialogo e meditazione della Comunità Fiorentina di Meditazione Interreligiosa, come parte della rassegna "**Dialogare insieme**".

Il tema di ogni incontro verterà principalmente sul tema della **Interreligiosità** com'è vissuta da ognuno dei partecipanti.

Tema di questo incontro: "**Il Cambiamento**"

L'incontro si terrà in Via del Pergolino, 1 a Firenze.

In relazione allo scorso incontro su tema "**La riconciliazione**" vi invio il link per un interessante video di Paolo Ricca sull'argomento.

<http://video.avventisti.it/streaming/congresso-2008/02-riconciliazione>

- - -

INVITO ALLA LETTURA

Il nostro amico Michelangelo mette a disposizione alcune pagine di **SIDDHARTA** per una piacevole lettura. L'allegato è piuttosto pesante (circa 3MB) e chi lo desidera lo può richiedere alla mail marco.lazzeri@infogroup.it

- - -

CALENDARIO

Ottobre 2014: **ASSOCIAZIONE BUDDHISTA "LA PAGODA ONLUS"**

In allegato trovate il nostro programma delle attività per il mese di Ottobre.

Vi attendiamo e siete tutti i benvenuti!

Riferimenti : LA PAGODA Loc. Quercia Grossa, 33 Pieve a Socana – Rassina Castelfocognano (AR)

www.lapagoda.org - info@lapagoda.org - cell. 333-6890545 - 329-3715815

- - -

Ottobre 2014: **ASSOCIAZIONE "CLIP 2000"**

Siamo felici di comunicare a tutti voi che da questo mese è attiva la nuova sede CLIP2000 in località Trecento, in Via trecento 112, Montespertoli.

Un luogo accogliente, nella bellezza della Natura dove poter praticare Yoga - Meditazione - Serate di Bellezza e Conoscenza - Gruppi e Percorsi di Guarigione - Sessioni individuali - Incontri e Conferenze a tema.

I corsi YOGA partiranno a inizio Ottobre, la durata di ogni lezione è di ore 1:15, nei seguenti giorni ed orari:

- Lunedì ore 10.00
- Mercoledì ore 18.00
- Venerdì ore 18.00.

Comunichiamo che ha inizio una nuova **lezione di Yoga** con Annunziata alle ore 14.00. Se si vuole partecipare siete pregati di mettervi in contatto ai riferimenti che trovate sotto.

Centro Yoga Meditazione e Rimedi Naturali CLIP 2000 - Via dei Benci, 20 – Firenze

Tel. 0571-670238 – 333-4419544 www.clip2000.it – info@clip2000.it

- - -

18 – 19 Ottobre 2014: **CENTRO BUDDISTA TIBETANO EWAM**

Corso "**Coltivare l'Equilibrio Emotivo**" Programma convalidato scientificamente elaborato da Alan Wallace e Paul Ekman. Formatrice : Valentina Dolara.

Date: 18-19 Ottobre 2014 - Modulo 1

22-23 Novembre 2014 - Modulo 2

24-25 Gennaio 2015 - Modulo 3

Costo: Corso completo (42 ore) - 300 Euro. Modulo singolo (14 ore) - 110 Euro.

Venerdì 24 Ottobre serata introduttiva alle ore 20:45 per Mindfulness Based Stress Reduction Program - **Programma per la riduzione dello stress basato sulla mindfulness**. Insegnante: Eleonora Dolara.

Per informazioni e iscrizioni: eleonoradolaramindfulness@gmail.com Tel. 339-1738536.

Tutti i Lunedì e Giovedì: **Corso di Yoga**, con Sarath Tennakoon, ore 18:30.

Tutti i Lunedì : **ABC del Buddismo**, con Marcello Macini, ore 20:45.

Tutti i Martedì: **Corso di Qi Gong**, con Patrizia Tanini, ore 18:45 **dal 7 Ottobre**.

Tutti i Martedì: **Meditazione guidata Samatha Vipassana**, ore 20:30 con Paolo Mori.

Tutti i Mercoledì: **Meditazione di Autoguarigione Ton-Len**, ore 18:30 con Laura Drighi.

Il secondo Giovedì del mese alle ore 20:45 "**Incontri di Guarigione**" Coordinatrice Laura Drighi.

Tutti i Venerdì: **Introduzione alla Lingua Tibetana**, con Sitar, ore 19:30.

Riferimenti : Centro Ewam Via Reginaldo Giuliani, 505/A Firenze, 334-2508822, 055-454308 per informazioni info@ewam.it ; www.ewam.it

- - -

18 Ottobre 2014: **STUDIO DI EDUCAZIONE FISICA**

Vi ricordiamo l'evento di Sabato 18 Ottobre, sulla **Ginnastica per lo stomaco** (ore 11:00-13:00).

Inoltre lo Studio offre la possibilità di un colloquio individuale con un nostro collaboratore psicoterapeuta al costo di € 10.

Lunedì 3 Novembre riprende il corso di Feldenkreis con Ran Ishiwa: tutti i Lunedì alle 21:00. Il corso continuerà con un minimo di 3 iscritti. Siete invitati a fare una lezione di prova per capire in cosa consista questa disciplina.

Riferimenti : Studio Educazione Fisica - Piazza Santa Maria Novella 6 tel.055-218755 – 333-6525824

www.studioeducazionefisicafirenze.it - www.centroyogafirenze.it - studioeducazionefisica@gmail.com

- - -

18 Ottobre 2014: **CERCHIO DASKALOS**

Invito straordinario

Sabato 18 Ottobre alle ore 15:00 sarà al Castagno Davide Richo, un amico di San Francisco, scrittore, teologo e psicoterapeuta che parlerà sul tema "**Il potere delle coincidenze nel cammino spirituale**". Autore di "Quando le cose non accadono per caso" e "Onestà e Gentilezza" editore Armenia. Incontro presso "Il Castagno" vedi sotto.

Per il ciclo annuale "Un sistema cristiano per la ricerca della Verità".

Sabato e Domenica 25 e 26 Ottobre (Sabato 13:00-18:30 e Domenica 9:30-18:00) incontro sul tema "**Amerai il prossimo tuo come te stesso. Non c'è altro comandamento più importante di questo** (Mc12,29-31)". Vedi locandina allegata.

Riferimenti : Cerchio dei Ricercatori della Verità di Firenze - Il Castagno - Via di Valle, 23b Fiesole, Firenze Tel. 055-6599009, 340-3430154 Gabriella Fusi, gabriellafusi@libero.it

1. Punto di Partenza ObiHall.
2. Procedere a diritto direzione Pontassieve per circa 7/8km, passando per Girone.
3. Dopo il cartello di Compiobbi, al semaforo girare a sinistra (Coop all'angolo del semaforo).
4. Passare sotto il tunnel della ferrovia.
5. Finito il tunnel girare immediatamente a destra, imboccando Via Calzolari.
6. Appena girato guardare contachilometri e salire per 5 Km precisi tenendo la destra.
(Non si vede bene ma via di Valle inizia dopo circa 600/700m dall'inizio di via Calzolari).
7. Al quinto chilometro sulla sinistra c'è il vecchio muro di cinta della casa Il Castagno.

Andare avanti per una decina di metri e girare a sinistra intorno ad una siepe di alloro.

- - -

18 Ottobre 2014: **ISTITUTO STENSEN**

Sabato 18 Ottobre, ore 15:30

- 1) **OLTRE LA TERAPIA GENICA: la modifica dell'organismo vivente** - Paolo VEZZONI (Dirigente di Ricerca dell'Istituto di Ricerca Genetica e Biomedica del CNR di Milano).
- 2) **LA RIPRODUCIBILITÀ DI PEZZI DEL MONDO BIOLOGICO - implicazioni bioetiche e sociologiche** - Andrea CERRONI (Università di Milano-Bicocca).

Sabato 25 Ottobre, ore 15:30

- 1) **MENTE E COMPUTER** - Giuseppe TRAUTTEUR (Università degli Studi di Napoli Federico II).
- 2) **NATURALISMO - La 'dissoluzione' della normatività e dei confini tra scienza e filosofi** - Federico LAUDISA (Università di Milano-Bicocca).

INGRESSO LIBERO. Auditorium Stensen - Viale don Minzoni 25C - FIRENZE tel. 055.576551

- - -

19 Ottobre 2014: **MEDITAZIONI ATTIVE - OSHO**

Domenica 19 Ottobre alle ore 10:00 workshop "**Ritrovare le Radici**" si lavora sul primo chakra esercizi di attivazione, meditazioni di gruppo e a coppie per contattare l'energia di base. L'workshop sarà presso l'Ass. Culturale "La Libellula" - Via G. Matteotti 59 Sesto Fiorentino. Contatto PREMARTHA Giuseppe Crispo Cell. 338-3945607 g.crispo@gmail.com

- - -

19 Ottobre 2014: **AYURVEDA INTERNATIONAL ACADEMY**

Domenica 19 Ottobre ore 11:00 **AMRITA Day - Giornata Speciale di Trattamenti Ayurvedici**.

Operatori specializzati saranno lieti di accogliervi secondo l'Antica Tradizione con l'intento di farvi assaporare una parte d'India nella vostra città. Presentazione delle attività infrasettimanali e dei corsi.

Riferimenti : Via Domenico Burchiello 2A Firenze.

segreteria@ayurvedainternationalacademy.com

- - -

19 Ottobre 2014: **GRUPPO DI AMMA**

Domenica 19 Ottobre alle **ore 16:00**, ci incontriamo presso il centro yoga CLIP2000, in via de' Benci n. 20 Firenze, per il **Satsang di Amma** Mata Amritanandamayi, con recitazione di mantra, meditazione e canti devozionali appartenenti alla tradizione del Sanatana dharma.

L'incontro è gratuito, si tiene generalmente la terza domenica del mese ed aperto a chi è interessato a conoscere Amma ed alcuni aspetti del suo insegnamento.

Siete i benvenuti e per favore siate puntuali, grazie.

Vi annunciamo che Amma, Mata Amritanandamayi, viene in Italia, chi volesse incontrarla può farlo l'8, 9 e 10 Novembre, a Malpensa Fiere, Via XI settembre 16 a Busto Arsizio (Va).

Riferimenti : Cristina jaganlife2007@gmail.com

- - -

19 Ottobre 2014: **BAHÀ'Ì**

Domenica 19 Ottobre - ore 16.00 presso gli Antichi Magazzini, Palazzo Comunale Via Ripa della Comunità, Pistoia si terrà l'incontro "**RISPETTO DELLA NATURA, DELL'AMBIENTE, DEGLI ANIMALI**". Letture sull'argomento da parte dei presenti. Introduce: ing. Marco Bresci.

In allegato la locandina.

Riferimenti : Teresa 338-1433671 mtvaf@libero.it

- - -

19 Ottobre 2014: **ISKCON HARE KRISHNA - VAISHNAVA**

Conferenza Domenicale: Domenica 19 Ottobre alle ore 17:30 si terrà la **conferenza** pomeridiana che sarà tenuta da Akrura das dal titolo "**Come divenire più Felici e Produttivi**". Mese di Kartika

E' iniziato **Kartika**, il mese di Damodara. Questo periodo, (quest'anno dal 09 Ottobre al 07 Novembre), è considerato estremamente propizio per il percorso spirituale. Per tutta la durata del mese, ogni sera nella sala del tempio, dalle ore 18:30 in poi la suggestiva cerimonia dell'offerta delle candeline al piccolo Krishna Damodara.

Riferimenti : Segreteria di Villa Vrindavana 334-2708143 055-820054 (9:30 - 12:30)

Oppure info@villavrindavana.org

- - -

23 Ottobre 2014: **"AMICI DI THAY" (THICH NHAT HANH)**

Il prossimo incontro di meditazione è fissato per Giovedì 23 Ottobre 2014 alle ore 21:00 presso il Centro Ewam.

Vi informo gli incontri di meditazione saranno 3, ovvero il primo, il terzo ed il quarto giovedì di ogni mese.

Ci incontreremo nel Gompa del Centro Ewam - Via R. Giuliani, 505\A, per condividere assieme con gentilezza amorevole il Dharma e meditare secondo gli insegnamenti del maestro Thich Nhat Hanh. Patrizia Montigalli patrizia.montigalli@alice.it

- - -

24 - 31 Ottobre 2014: **ASSOCIAZIONE "A tavola con cura"**

Dal 24 al 31 Ottobre dalle 18:00 alle 21:00 si terrà un **corso pratico di cucina per pazienti oncologici** in Via Faenza 43 a Firenze.

Il corso si terrà anche dal 7 al 14 Novembre.

Per riferimenti e iscrizioni :

Laura laud@alice.it Tel. 377-2511426 info@atavolaconcura@gmail.com

- - -

24 Ottobre 2014: **ASSOCIAZIONE "SUKYO MAHIKARI"**

Venerdì 24 Ottobre alle ore 21:00 presso il "Laboratorio Nove" in Via G. Matteotti 88 -Sesto Fiorentino (Firenze) si terrà una Serata di presentazione gratuita dal titolo **"Alla scoperta dell'Arte di Mahikari per una Trasformazione e Crescita Spirituale"** introduce Maria Isabella Bartoletti. Siete tutti i benvenuti.

A seguire, per chi lo desidera, si terrà una Pratica di trasmissione di questa innovativa forma di Energia Spirituale.

ASSOCIAZIONE SUKYO MAHIKARI (per informazioni - Centro in Via S. Donato 11, Firenze - Tel. 055 368845).

- - -

26 Ottobre 2014: **BUDDISMO IMPEGNATO NELLA TRADIZIONE DI THICH NHAT HANH**

Domenica 26 Ottobre alle ore 10:00-17:00, appuntamento mensile all'Impruneta, Firenze con Adriana Rocco Insegnante di Dharma nella tradizione del Ven.Thich Nhat Hanh

Una giornata dedicata al riposo, alla pratica della presenza di mente e cuore e all'ascolto profondo dei nostri desideri e aspirazioni.

Siamo sostenuti dalla millenaria saggezza degli Insegnamenti e dalla nostra dedizione a un cammino di pace.

Condividiamo il pranzo con cibo biologico scelto con rispetto per la Terra, preparato con cura.

Portare una coperta di lana per il rilassamento profondo. Per la casa, un contributo di € 15.

Per piacere, telefonate se pensate di partecipare al 055 2312536 oppure scrivete : adrianarocco@alice.it

31 ottobre - 2 novembre presso il Monastero di Camaldoli (Arezzo) si terrà il Ritiro **"Le nostre radici spirituali"** con Adriana Rocco Insegnante di Dharma nella tradizione del maestro Zen Thich Nhat Hanh.

- - -

INFO

Tutte le immagini utilizzate (in buona fede) negli articoli hanno il copyright scaduto o sono state distribuite liberamente in internet dagli autori (quando appurabile) o sono state prelevate e utilizzate nei limiti previsti dalla legge per le porzioni di opere a fine di commento/critica senza fine di lucro. Se un'immagine risultasse di vostra proprietà e voleste rimuoverla: contattatemi, dimostrate la paternità e sarà rimossa.