

## “La cultura dell’amicizia” Fra psicologia e buddhismo

Con l’avvento dei network e il loro successo con un colpo di clic possiamo connetterci e richiedere l’amicizia di centinaia di persone. La fame bulimica di sempre più amici e amiche riflette un disagio profondo. Spesso ignoriamo che la ricerca di una genuina felicità e l’amicizia richiedono particolari attenzioni e vanno coltivate partendo da una costante cura della relazione primaria mente-corpo. Fino a quando saremo rinchiusi dentro la nostra mente senza conoscerla e non avremo imparato a stare a galla andremo alla deriva sballottati qui e là. Come scrive Kahlil Gibran in una sua poesia: *"Amico mio, tu e io rimarremo estranei alla vita, e l'uno all'altro, e ognuno a se stesso, fino al giorno in cui tu parlerai ed io ti ascolterò, ritenendo che la tua voce sia la mia voce: e quando starò ritto dinanzi a te pensando di star ritto dinanzi ad uno specchio"*.

Ogni individuo è chiamato ad assumersi questa responsabilità non solo per se stesso ma anche per gli altri esseri per creare un mondo più pacifico e compassionevole.



In questi seminari approfondiremo il tema dell’amicizia a partire da noi stessi.

**Si terranno presso  
l' Aula 11 (terzo piano) - Facoltà di Psicologia,  
Via dei Marsi, 78 (San Lorenzo) - ROMA.**

**Attenzione:**

**La Facoltà è raggiungibile in 10 minuti a piedi dalla Stazione Termini  
è servita anche da numerose linee di autobus (N. 492, 71, 204)  
e dal tram/circolare (N. 3 e 19).**

**Gli incontri si terranno  
il giovedì ore 18:15 -20:00**

**6 Dicembre 2018  
13 Dicembre  
20 Dicembre**

**10 Gennaio 2019  
17 Gennaio  
24 Gennaio  
31 Gennaio  
7 Febbraio**

**Domenica 17 Febbraio  
ore 9:30 – 17:30**

**Intensivo conclusivo  
“Tra cielo e terra”**

**Largo Giovanni Chiarini, 13 – seminterrato –  
(7 minuti a piedi da M. Piramide F.S. Ostiense)**

***E' necessaria la prenotazione scrivendo a:***

**mariothanavaro@tiscali.it**

**visita il sito:**

**[www.mariothanavaro.it](http://www.mariothanavaro.it)**

...

**I seminari vengono presentati come un percorso di studio e crescita interiore attraverso l'ascolto, la riflessione, la meditazione, la lettura e la condivisione. L'insegnamento sarà tenuto da Mario Thanavaro che sulla base di 40 anni di esperienza meditativa sotto la guida di Ajahn Sumedho e di molti altri Maestri di saggezza e compassione, in modo comprensibile e approfondito, introdurrà i partecipanti nell'atmosfera unica del viaggio interiore. Gli esercizi meditativi proposti coinvolgeranno in modo dolce ed efficace a livello fisico psichico ed emozionale. Nell'esperienza di ciascun incontro in un'atmosfera amicale potremo ritrovare l'interesse di esplorare insieme la nostra mente e renderla la nostra migliore amica, un luogo di serenità e pace.**

**L'insegnante: Mario Thanavaro**



**SAPIENZA**  
UNIVERSITÀ DI ROMA

Mario Thanavaro ha effettuato l'iniziale formazione meditativa all'interno della tradizione monastica buddhista dei Maestri della Foresta della scuola Theravada. Nel 1979 è stato ordinato monaco in Inghilterra col nome spirituale di Thanavaro e ha avuto per 18 anni come maestro il Venerabile Ajahn Sumedho diretto discepolo di Ajahn Chah. Dopo 12 anni di vita all'estero (Inghilterra e Nuova Zelanda,) ove ha contribuito alla fondazione e crescita di alcuni monasteri, nel 1990 ritorna in Italia e fonda il Santacittarama (Il Giardino del Cuore Sereno) il primo monastero Theravada nel nostro paese.

Ha ricoperto la carica di presidente dell'Unione Buddista Italiana (UBI) e di Vicepresidente della Fondazione Maitreya. Dopo 18 anni di vita monastica decide di proseguire il suo cammino da laico. Attualmente è presidente dell'Associazione Amita Luce Infinita e Vicepresidente dell'Associazione Sinergie che in diversi modi promuove la crescita psichica e spirituale.

E' autore di diverse opere: "Non creare altra sofferenza", "Verso la luce", "Da cuore a cuore", "Uno sguardo dall'arcobaleno" e "Meditiamo insieme" (Edizioni Ubaldini, Roma). Per Magnanelli ha pubblicato "La via del Pellegrino", "Perdonare per guarire" e "Dalla sofferenza alla gioia". Con Venexia ha pubblicato "Spiritualità olistica". Per il Punto d'Incontro ha pubblicato "Meditare fa bene".

Per ulteriori informazioni visita i siti:

[www.mariothanavaro.it](http://www.mariothanavaro.it)

[www.amitaluceinfinita.it](http://www.amitaluceinfinita.it)

