

più profonda dell'essere umano è direttamente proporzionale alla capacità di ascolto oggettivo, sia dell'altro che di se stessi. Solo liberando le necessità di ripetere gli stessi comportamenti emotivi si può davvero conoscere quali siano le nostre vere necessità e le necessità di chi incontriamo nella vita.

Attraverso la comprensione dell'uso della mente, delle dinamiche dell'inconscio secondo quanto scoperto da Jung che si sovrappone e completa con quanto sviluppato nei secoli dalle tradizioni spirituali cristiana e taoista, si impara a liberare se stessi e riconoscere chi siamo. I taoisti chiamano questo processo "Guarigione Spirituale", mentre uno dei più eminenti eremiti cristiani viventi, l'abate cistercense T.Keating, lo definisce "La Terapia del Divino".

Il programma di base è costituito da tre weekend introduttivi per neofiti. L'anno successivo la persona avrà le basi per essere inserita nei corsi monografici di sei weekend l'anno che riguardano l'approfondimento della pratica della contemplazione. Tale approfondimento è un lavoro che dura una vita intera. Gli argomenti monografici dei prossimi quattro anni successivi già definiti sono: "Comparazione fra S.Teresa D'Avila e C.G.Jung nella dimensione contemplativa del Vangelo"; "La pratica del sogno lucido come forma contemplativa secondo la tradizione taoista e cristiana"; "La contemplazione cristiana nel Vangelo secondo Giovanni" e "Gli insegnamenti contemplativi di S.Giovanni della Croce". Ognuno svilupperà diversi aspetti della contemplazione ed esperienza spirituale.

Il corso si completa con un ritiro annuale di cinque giorni in un monastero in toscana e con un eventuale weekend, sempre a Lucca, col fine di approfondire e completare gli insegnamenti.

Marco Raghianti, ha ricevuto insegnamenti diretti dalla tradizione taoista nei monasteri in Cina e dalla tradizione monastica cistercense, nel monastero dell'abate Keating, per circa vent'anni. Autore di un libro nel quale espone tutte le teorie taoiste.

*Per informazioni:*

*Marco Raghianti 349/2554575*

*Silvia Gusmaroli 340/7914431*

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



# **CORSO A WEEKEND DI CONTEMPLAZIONE CRISTIANA E MEDITAZIONE TAOISTA**



Il corso a weekend di meditazione ha come scopo la liberazione dell'uomo attraverso una vera e propria guarigione psicologica e spirituale.

Gli insegnamenti derivano dalle tradizioni spirituali taoiste e cristiana. Tali tradizioni non sono un accumulo di nozioni teoriche, ma la trasmissione diretta di un'esperienza vivente e trasformante.

E' oramai chiaro che la teoria, senza un'esperienza vissuta di ciò che viene detto, è assolutamente inutile, così come un'esperienza casuale, senza una solida comprensione teorica, può essere pericolosa.

Le tradizioni spirituali sono l'unica fonte certa che teoria ed esperienza concreta possano fondersi, in quanto tutti gli insegnamenti sono stati verificati nel corso dei secoli dai più esperti ricercatori spirituali ed adattati ai cambiamenti culturali della società nel corso del tempo.

La tradizione cristiana, almeno quella occidentale, nel corso dei secoli ha perso gran parte dell'esperienza diretta di Dio, in favore di una mera comprensione razionale. Solo poche tradizioni monastiche hanno mantenuto l'esperienza diretta di se stessi e di Dio come pratica spirituale.

Fra queste la tradizione cistercense a cui si rifanno gli insegnamenti del corso. Tali insegnamenti vengono esposti ad un grande pubblico per esplicita richiesta del Papa Paolo VI, che in seguito alla nuova consapevolezza dichiarata dal Concilio Vaticano II, chiese espressamente ai monaci cistercensi di ritrovare la tradizione contemplativa cristiana, rinnovarla in base alle esigenze del tempo corrente ed infine insegnarla a tutti.

Il taoismo ha invece mantenuto l'esperienza diretta della realtà in concomitanza con la comprensione funzionale di ciò che siamo e ciò che possiamo diventare, poiché la realtà è in continua trasformazione e l'umanità è parte di questa realtà che si trasforma. La redenzione nella tradizione cristiana non è altro che trasformazione. Trasformando, cioè, i propri potenziali in azioni concrete abbiamo la possibilità di diventare noi stessi e manifestarci nel mondo.

Ogni pratica ha una sua funzionalità, cioè crea un lavoro interiore ben preciso. Avere una precisa consapevolezza di ciò che avviene è essenziale per comprendere pienamente l'esperienza diretta e ampliare la coscienza, attraverso l'essere veramente presenti a ciò che avviene internamente.

La straordinaria capacità di sintesi dei taoisti è di grande aiuto per comprendere le dinamiche interne.

La tradizione spirituale cristiana è invece essenziale per capire chi siamo in realtà, perché per usare le parole di C.G.Jung: "ogni persona occidentale è cristiana nella propria psiche". Il cristianesimo di cui si parla non riguarda le proprie credenze religiose, ma l'appartenenza psichica ad una certa cultura e tradizione. E' innegabile che la tradizione inserita nella psiche e nell'inconscio dell'uomo occidentale è cristiana.

Andare a ritrovare ad un livello più profondo tale tradizione al proprio interno non serve per diventare seguaci e fedeli cristiani, ma per interagire concretamente con ciò di cui siamo costituiti, al fine di diventare noi stessi. Solo dopo possiamo scegliere dove dirigere la propria vita e il proprio sviluppo spirituale. Non prendere in considerazione la propria origine cristiana vorrebbe dire non

prendere in considerazione una parte consistente della propria psiche, creando contrasti interiori. Solo quando quella parte è completamente liberata, la persona può liberamente scegliere a quale religione aderire o perfino essere libera di non aderire a nessuna di esse.

In quest'ottica sempre C.G.Jung, alla fine della sua carriera, disse: "tutti i pazienti malati nella propria psiche che ho avuto si sono ammalati perché avevano perso il proprio senso della religiosità; sono guariti solo quelli che hanno trovato un nuovo senso della religiosità, ad un livello più elevato e corrispondente alle loro necessità". Prendere in esame la propria tradizione cristiana è essenziale per liberare un senso della religione frustrante e non più attuale, così da ricostruirlo ad un più elevato livello, appropriato per la coscienza e conoscenza dei tempi moderni.

In quest'ottica, la sintesi funzionale sull'uso della mente e sulle dinamiche evolutive dell'essere umano, così come offerta dalla tradizione taoista, è ciò che permette il salto di qualità nella comprensione della tradizione cristiana occidentale.

Il fine del corso è quello di accrescere la percezione di ciò che esiste. La realtà più profonda è ciò che viene chiamato Dio nella tradizione cristiana e ciò che i taoisti chiamano Realtà Originaria. Più l'uomo riacquista la sensazione di essere uno con la propria origine, Dio, più serenità e appagamento si trova a vivere da ogni esperienza della propria vita; questa è la felicità che da sempre ogni essere umano di ogni tempo ha ricercato.

Arrivare alla percezione profonda di chi siamo può avvenire soltanto dopo aver liberato tutti i traumi e le memorie ripetitive e distruttive ereditate dai nostri predecessori e memorizzate in età infantile e pre-razionale. Tali memorie emotive di compensazione verso l'esterno sono l'ostacolo alla conoscenza del vero Sé della persona e di conseguenza della propria origine.

Tali memorie derivano dall'errata sensazione di essere disconnessi da Dio, di non essere degni per Dio, così che inconsciamente si forma il contrario, cioè di essere gli eletti ed i preferiti da Dio. Questa dualità contrastante all'interno dell'essere umano crea illusioni opposte di non essere mai abbastanza da compensare con il pretendere tutto per se stessi. Questo crea agitazione interiore e necessità di ottenere a discapito degli altri, portando a guerre e distruzione.

Al contrario, più aumenta la relazione con Dio come esperienza concreta, più svanisce sia la sensazione di essere indegni sia quella di essere favoriti e rimane solo l'appagamento della spontaneità dell'essere, vero in ciò che esiste. La pace interiore acquisita diventa così pace nel mondo.

Il corso si divide, quindi, in una prima parte in cui si impara come oggettivamente riconoscere le emozioni distruttive che ci influenzano, fino a liberare traumi memorizzati nell'infanzia e perfino durante la gestazione. Più questi traumi si liberano, più accresce la conoscenza di se stessi e la relazione intima con Dio o Realtà Originaria.

Accrescere la relazione con Dio vuol dire aprire se stessi all'ascolto della Divina Presenza. La capacità di aprire se stessi all'ascolto oggettivo della realtà