

Il gruppo **Semi di Pace** promuove
un incontro con **Ani Ciampa Tashi**,
Monaca buddista della tradizione
Mahayana Tibetana



COMUNE DI
CASNIGO

IL DONO DEL SILENZIO E DELLA PAROLA

SABATO 7 GIUGNO 2025

dalle ore 10,00 alle ore 12,30

dalle ore 16,00 alle ore 19,00

**PALESTRA SCOLASTICA
CASNIGO**

via Raimondo Ruggeri, 21

Si consiglia un abbigliamento comodo, di portare un proprio
cuscino, un tappetino, calzini (le calzature devono essere tolte
all'ingresso) e una coperta leggera.

Per info: Mirca 3485475417

Ani Ciampa Tashi è una monaca buddista italiana della tradizione Mahayana tibetana, vive in Toscana. Ha preso parte a due Masters Program dell'FPMT, gestisce incontri e ritiri periodici in varie città d'Italia. Conduce ritiri residenziali di quattro giorni ogni tre mesi presso l'Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia (PI).

Per maggiori informazioni sulle sue attività e curriculum vedi:

<https://www.meditazionebuddhistaanalitica.net/>



“La parola è un ottimo modo per comunicare tra le persone: comunicare i nostri stati d'animo, comunicare dei bisogni, ma anche semplicemente comunicare le nostre emozioni. Nella tradizione buddhista c'è un termine che sta ad indicare quando la parola è di beneficio, essa viene chiamata “LA RETTA PAROLA”. Semplicemente significa che noi dovremmo adottare sempre delle forme di comunicazione che non danneggiano gli altri, ma che portino beneficio .

Una pratica molto importante è anche quella di saper stare in silenzio quando non si sa cosa dire, quando non siamo certi che quel diremo sarà di beneficio, oppure se potrà risolvere il problema. Quando ciò verrà adottato noi cominceremo a capire il DONO DEL SILENZIO, cioè quello di non dire nulla quando non siamo sicuri che la nostra parola porterà beneficio.

Dovremmo comunque astenerci dalle quattro forme di parola che viene chiamata “non retta”: 1) dire il falso, 2) adottare parole aspre, dure che danneggiano o che offendono, 3) adottare parole che separino gli affetti e le amicizie, 4) usare una parola inutile, ovvero la chiacchiera adottata semplicemente perché si ha paura del silenzio o di affrontare un discorso impegnativo.

Questo incontro ha la funzione di comprendere correttamente cos'è il silenzio e cos'è la parola e perché possono essere considerati doni!

Verranno date alcune spiegazioni e vi saranno brevi sessioni di meditazione. Nel primo pomeriggio ci sarà anche una sessione di domande e risposte.”

ANI CIAMPA TASHI