



## Un'indagine sull'amore, la compassione e la fine della sofferenza

Ritiro alla luce degli insegnamenti di J. Krishnamurti  
al Castello di Pino d'Asti  
6-10 giugno 2018

con Mukesh Gupta, coordinatore del Krishnamurti Study and Retreat Centre a Varanasi, India

---

“Per scoprire che cosa sia l'amore, la sofferenza deve avere fine, l'attaccamento deve avere fine, tutto ciò a cui siamo internamente vincolati deve avere fine. Dove c'è il sé, l'ego, l'io, non c'è amore.”

- J. Krishnamurti, *Mind Without Measure*

---

Dopo milioni di anni di esistenza perché gli esseri umani non sono ancora in grado di risolvere il problema fondamentale del conflitto, della violenza e della guerra e vivere in pace e armonia? Perché andiamo in direzione di distruggere il nostro meraviglioso pianeta? Il caos presente e la crisi nelle nostre relazioni, e quindi nella nostra società, è il riflesso della profonda mancanza di amore e pace nei nostri cuori. Parliamo così tanto di amore e pace – tutte le religioni e i maestri ne predicano – ma sappiamo davvero che cosa sono dal profondo del nostro essere, come vivente attualità...? Che significato ha la nostra quotidiana esistenza meccanica se non c'è alcun senso profondo di amore e pace in noi? Come possiamo conoscere l'amore vero se le nostre menti sono piene di immagini passate, ferite, gelosia, paura e sofferenza? Sono davvero interessato a scoprire che cos'è l'amore e che cosa mi impedisce di vivere una vita che si fonda sull'amore e la compassione? Che cosa porterà a termine il conflitto e la sofferenza in me, nelle mie relazioni quotidiane e nel mondo? Se la vasta accumulazione di conoscenza scientifica, psicologica o religiosa non mette fine al conflitto, allora che cosa lo farà? Esiste un approccio completamente diverso a tutti i nostri problemi e alla crisi presente? Maestri come Buddha e Krishnamurti hanno esplorato profondamente la causa fondamentale della sofferenza e l'origine dell'amore e della compassione. Esploreremo insieme queste domande nel ritiro.



domenica dopo pranzo.

**Il programma** consisterà in discorsi introduttivi, dialoghi meditativi, esperimenti di osservazione silenziosa, ascolto e indagine di sé, meditazione, visione di video dei discorsi di J. Krishnamurti. L'intenzione primaria è di far diventare l'intera giornata un processo meditativo prendendo una pausa completa dalla meccanica routine quotidiana, così da permettere alle nostre menti e ai nostri cuori di riposare profondamente, ringiovanire, riflettere ed esplorare insieme. Ogni mattina sarà anche possibile partecipare a una lezione di yoga. Il ritiro comincerà mercoledì sera con la cena e finirà

**Mukesh Gupta**, che faciliterà il ritiro, è attualmente il coordinatore del Krishnamurti Study and Retreat Centre alla Krishnamurti Foundation India, Varanasi. Da più di vent'anni si dedica agli insegnamenti di J. Krishnamurti e traduce i suoi scritti. Si interessa profondamente anche degli insegnamenti di Buddha, delle Upanishad, del Sufismo e di Nisargadatta Maharaj. Conduce ritiri spirituali, programmi di studio e dialoghi sulla conoscenza di sé, la ricerca della verità e la visione olistica della vita in India, Europa e Israele. Crede nell'importanza di instaurare una convivenza pacifica, non-violenta e armoniosa su questa Terra attraverso un processo di dialogo profondo, non autoritario, meditativo, basato sul reciproco amore e rispetto e sul silenzio.

**Il Castello di Pino d'Asti**, immerso tra i vigneti del Monferrato, è un'oasi di bellezza, tradizione e pace e offre ai partecipanti un ambiente familiare in cui condividere momenti di riflessione e crescita. La cucina, oltre alla colazione, offre un ottimo menu vegetariano per il pranzo e la cena. È possibile adattare il menu per intolleranze/celiachia/vegano.

#### Informazioni e iscrizione:

Per qualsiasi domanda e per iscriversi contattare:

Josephine (Pepi) Ebner, [pepiebner@yahoo.it](mailto:pepiebner@yahoo.it) +393246680943 (anche whatsapp!)

#### Come arrivare:

In auto: 2h da Milano o 1h da Torino.

In treno: stazione di Chivasso.

Ci coordineremo per portare anche chi non dispone della macchina.

#### Costo:

Camera singola: 280euro

Camera matrimoniale/doppia/tripla: 250euro



---

**“L’amore non è memoria. L’amore non è esperienza. L’amore non è pensare alla persona che si ama, perché in tal caso è puramente pensiero. Non si può pensare l’amore. Si può pensare alla persona che si ama o cui si è devoti – il vostro guru, la vostra immagine, vostra moglie, vostro marito; ma il pensiero, il simbolo, non è la realtà: che è l’amore.” - J. Krishnamurti, *La prima e ultima libertà***

---