



# RITIRO GIOVANI MAGGIO 2023

A S H R A M  
C A S A  
D E L  
D I V I N O





## **Venerdì, 12**

*Venerdì dopo un lungo viaggio siamo arrivati ad Assisi, ci siamo riuniti e abbiamo fatto una visita alla Porziuncola di San Francesco e alla Chiesa di Santa Chiara. Durante la visita a San Francesco sono stati raccontati e spiegati degli episodi legati alla vita del santo e fatto un paragone con le versioni raccontate dalla Chiesa e da Swami. Dopo la visita ci siamo fermati a fare delle foto e siamo andati a prendere un gelato tutti insieme, per poi dividerci nelle varie auto e andare finalmente in Ashram.*

Là ci siamo un attimo ambientati e abbiamo iniziato a fare dei meravigliosi canti chiamati Bhajans nella sala principale. Successivamente abbiamo diviso tra di noi i vari compiti da fare in Ashram in modo tale da rendere la convivenza il più piacevole e facile possibile, nel rispetto completo del posto e degli altri. Nel frattempo è stata preparata la cena da delle persone che hanno prestato servizio tutto il weekend, è stata fatta una preghiera e servito prima Swami, che non era con noi fisicamente ma la sua onnipresente energia lo era. Siamo rimasti poi a scambiarci delle condivisioni tutti insieme fino a che non è arrivata l'ora di andare a dormire; le donne sono rimaste a dormire in Ashram, mentre gli uomini sono andati in un B&B lì vicino solo per





## **Sabato, 13**

*Il sabato mattina, dopo aver fatto colazione, ci siamo tutti riuniti per una sessione di bhajan, iniziando con il video “ Bhagawan Sri Sathya Sai Suprabhatam”, ci siamo raccolti in una profonda devozione per il nostro amato Swami. Ci è stato poi spiegato il programma del weekend incentrato sull'introduzione alla Bhagavad Gita.*

*Durante la mattinata ci siamo divisi a gruppi e ad ognuno è stata affidata una mansione di giardinaggio all'esterno dell'Ashram: chi puliva le aiuole, chi tagliava l'erba, chi piantava nuovi fiori e piante, chi dava da mangiare ai pesci... tutto è stato fatto con spirito di servizio e amore non solo verso il luogo sacro ma anche verso tutto ciò che ogni forma di quel luogo rappresenta, la creazione divina ed il potere energetico che ogni forma emana.*

*Abbiamo poi pranzato tutti assieme condividendo con soddisfazione il lavoro svolto e ci siamo preparati per lo studio della Bhagavad Gita.*







*La sessione di sabato pomeriggio è iniziata con un meraviglioso video in cui Swami introduce la Bhagavad Gita, un'opera di Rivelazione rivolta non solo agli aspiranti spirituali ma a tutta l'umanità, un prezioso Insegnamento che il Signore vuole offrirci donandoci conforto, forza e fede per vincere la battaglia dalla schiavitù, dall'illusione in cui siamo immersi e dalla quale siamo chiamati ad agire per trovare la nostra vera natura.*

*Abbiamo affrontato i primi sei capitoli, con letture e condivisioni di gruppo.*

L'obiettivo dell'Insegnamento della Bhagavad Gita è il Dharma.

Dharma significa retta via, essere in linea con l'esistenza; ogni essere ha il proprio ruolo che deve portare avanti in questo mondo, ognuno deve compiere il proprio dovere, le giuste scelte.

La Gita inizia con lo “Yoga dello sconforto”.

Si apre sul campo di battaglia del Kurukshetra, la guerra è tra i Kaurava, che rappresentano il male ed i Pandava, che rappresentano il bene e di cui fa parte Arjuna, il valoroso guerriero e Krishna, il Signore che è al suo fianco e lo sostiene. I due eserciti sono composti da parenti e amici, per questo motivo Arjuna è sopraffatto dal dubbio, dal dolore ed è colto dalla disperazione nel rendersi conto che combatterà contro di loro. Quindi decide di mettere da parte le armi e rinunciare alla guerra. L'attaccamento alla sua gente non gli permette di combattere, non riesce a discriminare ciò che è giusto e ciò che è sbagliato. Krishna ascolta il lamento di Arjuna, il suo pianto liberatorio, che ritiene essere solo una scusa. Lo rimprovera per scuoterlo dall'illusione in cui è avvolto e qui inizia il dialogo tra Insegnante e discepolo, durante il quale Arjuna si Risveglia. Solamente quando c'è la resa totale e il rifugio nel Signore allora Krishna gli impartisce l'Insegnamento della Bhagavad Gita.



La guerra tra i Kaurava ed i Pandava è una metafora della lotta tra bene e male, tra Dharma e Adharma, tra il nostro ego e l'Atma. Arjuna è l'individuo, il Jivi, è il nostro riflesso e rappresenta ognuno di noi; Krishna rappresenta la Coscienza stessa che ispira il nostro Buddhi.

Il Divino Maestro (Krishna) aiuta il discepolo (Arjuna) a fare un salto qualitativo spirituale: aderire al Dharma e all'unione (yoga) con la Divinità Suprema, vale a dire unire, fondere la propria mente nella mente suprema. Questo avviene tramite la devozione al Signore (Bhakti Yoga), l'offerta dell'azione al Signore quindi libera dal desiderio del risultato (Karma Yoga) e lo sviluppo della saggezza fino ad arrivare alla conoscenza suprema (Jnana Yoga), la conoscenza del Sé fissando l'attenzione su Dio, avendo uno spirito di unione con Dio, vedendoLo in ogni essere, dedicando tutto a Lui in ogni momento. “ IO SONO IN TE, TU SEI IN ME”

E' stata una sessione ricca di apprendimento e di condivisione.

Ognuno di noi poi, aveva un compito specifico all'interno dell'Ashram: chi sistemava la sala da pranzo per i pasti, chi serviva il cibo, chi lavava i piatti.. abbiamo cenato tutti assieme in un'atmosfera magica condividendo l'energia d'amore presente in quel luogo Divino.

## *Domenica, 14*

*La domenica, dopo la preghiera del mattino, i bhajan ed la meditazione guidata, è iniziata una sessione interattiva preparata da due partecipanti inglesi, Sentooran e Grishan. Abbiamo lavorato su un'importantissima tematica del primo capitolo della Bhagavad Gita: la depressione di Arjuna.*

*Per condividere al meglio questa tematica, ci siamo divisi in quattro gruppi e sono stati posti tre quesiti:*

- Quali erano le cause della depressione.*
- Che effetto aveva la depressione.*
- Come si riesce a gestire la situazione ed uscire dalla depressione.*

*Il portavoce di ogni gruppo ha poi esposto le considerazioni emerse, condividendo assieme i vari punti di vista.*







*Questo lavoro ed in particolare la condivisione tra tutti noi, ci ha molto emozionato e ci ha aiutato a vedere una parte dentro di noi che non risuona più e quindi va abbandonata per lasciare spazio al nuovo, senza timore ma con la gioia nel cuore, il Signore aspetta solo il nostro SI, SONO PRONTO.*

*Con il cuore già pieno siamo stati guidati alla stanza di Swami nell'Ashram, e questo non ha fatto altro che stabilizzare nei nostri cuori l'amore. Dopo un pranzo squisito e le ultime veloci pulizie dell'Ashram, ognuno è partito con un grande pezzo di esperienza interiore in più, indelebile e inesprimibile.*



*[www.fondazionecasadeldivino.org](http://www.fondazionecasadeldivino.org)*

*[info@casadeldivino.it](mailto:info@casadeldivino.it)*