



Università della Terza Età "Danilo Dobrina" Trieste APS



mercoledì 12 febbraio
ore 11.00, aula B

Il prof. Tullio Giraldi

Inizierà il corso

Il Buddismo Zen,
dal Giappone a Trieste

Il Giappone è uno straordinario paese, dotato di una cultura affascinante ed enigmatica. Alcune caratteristiche squisitamente Giapponesi quali la tradizione dei Samurai con la maestria della spada e dell'arco, la cerimonia del the e la disposizione dei fiori con l'ikebana, sono ispirate dallo Zen. Lo Zen è un'antica tradizione che origina dal Buddismo.

Esso è una via verso il superamento delle sofferenze dell'esistenza, che si rivolge alla mente ed al cuore dell'uomo senza ricorso al soprannaturale ed al sacro delle religioni.

Lo Zen trascende lo stesso Buddismo da cui proviene, puntando direttamente in maniera naturale al risveglio senza la mediazione di approcci intellettuali e culturali.

Obiettivo degli incontri sarà l'illustrazione, anche sulla base della diretta esperienza del docente, del Buddismo e dello Zen, e come dal Novecento sia iniziata la sua presenza in occidente.

Verranno inoltre presentate le iniziative realizzate per offrire la meditazione di consapevolezza dello Zen quale apprendimento di nuove risorse per l'adattamento ad eventi vita stressanti ed ansiogeni per gli studenti universitari.