

# RITIRO DI PRIMAVERA della Comunità

GRUPPO VANGELO E ZEN di ROMA

## ROVOFIORITO

26, 27, 28 Maggio 2017

Tre giorni di ritiro sono una rara opportunità per alleggerirci di tanti fardelli nascosti nel rumore e nella confusione di tutti i giorni della nostra vita. Il silenzio è un amico sincero che aiuta ad apprezzare con calma l'armonia delle cose.

*Sarà presente p. Luciano Mazzocchi*



### CONTATTI e ORGANIZZAZIONE

Stefano Piselli

✉ stefano.piselli@gmail.com

☎ 333 2436774

Rosario Ballistreri

✉ rosario.ballistreri@virgilio.it

☎ 347 4076704



## ROVOFIORITO

CENTRO LAICO DI PRATICA DELLO ZEN

[www.rovofioritoinsabina.org](http://www.rovofioritoinsabina.org)

# PROGRAMMA

## Venerdì 26 maggio

### ✦ MATTINO

9-13 Arrivo e sistemazione

### ✦ POMERIGGIO

13 Pranzo  
14.30 Programma - Introduzione  
15.00 - 15.40 Zazen  
15.50 - 16.30 Zazen  
16.30 - 18.00 Lavoro  
18.15 - 19.15 VANGELO GV. 21, 15-25  
19.30 Cena  
20.30 - 21.10 Zazen  
21.20 - 22.00 Zazen  
22.05 Riposo

## Sabato 27 maggio

### ✦ MATTINO

6.00 Sveglia  
6.30 - 7.10 Zazen  
7.20 - 8.00 Zazen  
8.05 Lodi  
8.45 Colazione  
9.30 - 10.55 Lettura - Meditazione brano Zen  
"Mente zen mente di principiante"  
11.00 - 12.30 Lavoro  
Colloquio personale con p. Luciano  
13.00 - 14.00 Pranzo

### ✦ POMERIGGIO

14.00 - 14.45 Tempo personale oppure zazen  
15.00 - 17.00 EUCARESTIA  
17.10 - 17.50 Zazen  
18.00 - 19.00 Lavoro  
19.00 Cena  
20.15 - 20.55 Zazen  
21.10 - 21.50 Zazen - Lettura  
del Sutra del Cuore  
22.00 Riposo

## Domenica 28 maggio

### ✦ MATTINO

6.00 Sveglia  
6.30 - 7.10 Zazen  
7.20 - 8.00 Zazen  
8.00 - 8.45 Lodi  
VANGELO  
9.00 - 9.30 Colazione  
10.00 - 12.00 Lavoro e passeggiata  
12.10 - 12.40 Zazen - Ringraziamento  
13.00 Pranzo - Chiusura - Riordino

### ✦ POMERIGGIO

15.00 Partenza

- \* Venerdì mattina e primo pomeriggio accoglienza
- \* Dal pranzo del venerdì al sabato pomeriggio programma di lavoro, studio, zazen, lettura del vangelo, riflessione, Eucarestia, condotti da Padre Luciano.
- \* Dal Sabato sera al pasto di domenica ore 12, zazen, lavoro e riordino
- \* Domenica ore 13 pasto comunitario e socialità



# COME ARRIVARE

## DA ROMA IN MACCHINA

Prendere l'A1, uscire a Fiano Romano e continuare sulla Salaria per Rieti. Al km 56 (dopo Osteria Nuova, in fondo alla discesa, attenti all'autoveloce, 60 all'ora) bivio a destra per Casaprota. Dopo 6 chilometri si passa dentro il paesino di Collelungo e poco dopo arrivate a Casaprota. Seguire le indicazioni per Casale la luna e dopo che la strada bianca entra nel bosco, la prima casa a destra è Rovo Fiorito.  
Coordinate GPS: 42.235671, 12.793327

## DA NORD IN MACCHINA

Uscire sull'A1 a Roma Nord. Imboccare per Roma Nord, uscire a Fiano Romano e poi come da Roma.

## CON I MEZZI PUBBLICI

C'è un collegamento del Acotral da Roma, che parte dalla stazione Tiburtina, dove si arriva con la metro. Destinazione Rieti, scendere alla fermata di Ponte Buida, un ora e trenta circa. Su richiesta c'è qualcuno che vi viene a prendere.

