

# OFFICINE DI SPIRITUALITÀ – VENEZIA, III EDIZIONE

ISOLA DI SAN SERVOLO | DA VENERDÌ 4 A DOMENICA 6 APRILE 2025

## L'INFINITO NEL CAVO DELLA MANO

Essere me, essere Tutto

### LE OFFICINE DI SPIRITUALITÀ: CHE COSA SONO?

Le Officine sono un'occasione per **coltivare la propria ricerca spirituale in modalità residenziale**, vivendo un'intensa esperienza di formazione insieme a persone animate dal comune interesse per la dimensione interiore dell'essere umano.

Nel meraviglioso contesto dell'**isola di San Servolo**, gioiello della laguna di proprietà della Città metropolitana di Venezia, i partecipanti delle Officine trascorrono **tre giorni in compagnia di personalità significative del mondo della spiritualità, della scienza e della cultura**, giunte sull'isola per esplorare insieme nuovi itinerari di conoscenza.

L'evento è ideato e realizzato da **San Servolo srl**, società in house della **Città metropolitana di Venezia**, con il supporto di **Infinityhub Spa Benefit**. Il programma è a cura di **Armando Buonaiuto**, già curatore del Festival Torino Spiritualità e del Soul Festival di Milano.

### L'EDIZIONE 2025

#### IL TEMA E GLI OSPITI

Tenere "l'infinito nel cavo della mano" scriveva a metà dell'Ottocento il poeta inglese William Blake, accostando nello stesso verso due misure che, sebbene apparentemente inconciliabili, tuttavia coesistono in reciproca e misteriosa relazione: quella dell'umano e quella dell'infinito a cui apparteniamo.

Miniature d'universo, siamo infatti piccole parti in cui palpita il Tutto, ma faticiamo a ricordarcelo, e così agiamo come se fossimo il vertice di una piramide, non la tessera di un mosaico senza confini.

Nella terza edizione delle Officine di Spiritualità vorremmo allora provare a ritrovare la misura di questa relazione, per riflettere su quanto sia vasto e incalcolabile ciò che insieme a noi esiste, e stupirci di come la nostra piccolezza possa, con il pensiero, abbracciare le innumerevoli vite della terra, del mare e del cielo.

Ad accompagnare i partecipanti in queste tre giornate di formazione umana e spirituale: l'astrofisica **Ersilia Vaudo**, il teologo **Vito Mancuso**, il sacerdote e saggista **Paolo Scquizzato**, la giornalista e divulgatrice scientifica **Alessandra Viola**, l'artista marziale e insegnante di meditazione **Gabriele Gorja**, lo psicoanalista **Claudio Widmann** (*note biografiche in calce*).

#### GLI APPUNTAMENTI IN PROGRAMMA

Le Officine di Spiritualità 2025 si aprono con l'intervento di **Ersilia Vaudo**, astrofisica dell'European Space Agency di Parigi che prende spunto da un verso di T.S. Eliot per ripercorrere alcune straordinarie intuizioni che hanno rivoluzionato la nostra comprensione del cosmo e del posto che occupiamo in questa infinità.

È ancora un verso di William Blake, invece, a dare il titolo alla conversazione tra **Alessandra Viola**, giornalista scientifica con una passione per il mondo vegetale, e il teologo **Vito Mancuso**, che nell'incontro *Il cielo in un fiore selvatico* intrecciano ecologia e teologia alla ricerca di una postura non antropocentrica, ma capace di

cogliere la logica di relazione che la natura ci rivela. Tema, questo, su cui Mancuso torna a soffermarsi in un secondo appuntamento dedicato a una nuova etica per sorreggere il nostro tempo: se infatti né l'etica naturale antica né quella religiosa si sono rivelate adeguate a orientare l'umanità, è urgente impegnarsi nella fondazione di un'altra etica naturale, basata non sulla supremazia dell'essere umano, ma sulla sua stretta unità con il pianeta. Una prospettiva di non separatezza che **Paolo Scquizzato**, nel suo intervento, affronta dal punto di vista della non dualità, principio filosofico e spirituale che ha radici profonde nell'Advaita Vedānta dell'induismo, ma respira anche in alcune correnti della mistica occidentale.

Guarda invece alla *Divina Commedia* lo psicoanalista **Claudio Widmann**, che prende spunto da una suggestiva terzina dell'ultimo canto del Paradiso per approfondire la concezione dell'universo – comune tanto alle filosofie antiche quanto alla fisica attuale – che Dante li esprime: inscindibile *entanglement* che un'universale energia di legame connette al di là del tempo e dello spazio.

Ed è ancora un verso di William Blake, con l'aggiunta di una piccola parentesi "apocrifà", a dare il titolo alla sezione laboratoriale delle Officine, *L'eternità in un'ora (e mezza)*. A condurre le esperienze: Alessandra Viola, che tra studi scientifici sulla nostra relazione con le piante e attività all'aperto guida alla costruzione di un giardino interiore, uno spazio privato, fiorito e rigoglioso dove trovare concentrazione e quiete; Paolo Scquizzato, che propone il metodo dell'autoindagine sviluppato dal mistico e maestro spirituale indiano Ramana Maharshi. La domanda "chi sono io?", cuore del processo, diventa qui il sentiero per una consapevolezza pura, eterna e senza limiti; l'artista marziale e insegnante di meditazione **Gabriele Gorìa**, che attraverso esercizi di Qigong, Tummo e Pranayama avvicina i partecipanti alla tecnica di termoregolazione corporea da lui strutturata per meditare d'inverno nella neve delle foreste finlandesi.

Gorìa conduce anche una pratica mattutina di Pa Tuan Chin, antichissima ginnastica posturale cinese, adatta a tutti, che attraverso una sequenza di otto esercizi mira a educare la coordinazione tra respiro e movimento, favorendo uno stato mentale di calma e lucidità. Guida inoltre tre diverse sessioni di meditazione, introducendo tecniche fondamentali della tradizione buddhista Theravada: Anapana (concentrazione sul respiro), Vipassana (osservazione equanime delle sensazioni) e Metta-Bhavana (gentilezza amorevole). Pratiche semplici, che non richiedono di abbracciare alcuna tradizione spirituale o filosofica e diventano validi strumenti per allenare concentrazione, visione introspettiva, capacità di relazionarsi con sé e il mondo.

## *IL CALENDARIO DELLE GIORNATE*

### **Venerdì 4 aprile**

- Dalle ore 14.00 | Ritrovo, accoglienza sull'Isola di San Servolo
- Ore 16.30 – 17.00 | Sala Teatro | Saluti d'apertura e inizio delle Officine, con **SIMONE CASON**, Amministratore Unico di San Servolo srl, **MASSIMILIANO BRAGHIN**, Infinityhub SpA Benefit, **ARMANDO BUONAIUTO**, curatore Officine
- Ore 17.00 – 18.00 | Sala Teatro | «Oserò turbare l'universo?», incontro con **ERSILIA VAUDO**
- Ore 18.00 – 19.30 | Sala Teatro | **Ciò che sono prima di diventare: la via della non dualità**, incontro con **PAOLO SCQUIZZATO**
- Ore 20.00 | Cena di benvenuto

### **Sabato 5 aprile**

- Ore 7.45 – 8.30 | Parco o Palazzina Grecale sala E | **Pa Tuan Chin "Otto Pezze di Broccato"**, sessione di ginnastica tradizionale cinese con **GABRIELE GORÌA**
- Ore 8.45 – 9.30 | Prima colazione
- Ore 9.45 – 11.15 | Sala Teatro | «**Legato in un volume ciò che per l'universo si squaderna**», incontro con **CLAUDIO WIDMANN**

- Ore 11.30 – 13.00 | Salette dedicate | **L’eternità in un’ora (e mezza)**, sessioni laboratoriali con:  
**ALESSANDRA VIOLA** - *Un giardino tutto per sé. Pratiche di “coltivazione” interiore* - gruppo A  
**GABRIELE GORIA** - *L’atelier del fuoco. Pratiche di termoregolazione corporea* - gruppo B  
**PAOLO SCQUIZZATO** – *Chi sono io? Pratiche di autoindagine* - gruppo C
- Ore 13.15 – 14.30 | Pranzo
- pausa
- Ore 15.00 – 17.00 | Sala Teatro | **«Il cielo in un fiore selvatico»**, conversazione tra **ALESSANDRA VIOLA** e **VITO MANCUSO**
- pausa
- Ore 17.30 – 19.00 | Salette dedicate | **L’eternità in un’ora (e mezza)**, sessioni laboratoriali con:  
**PAOLO SCQUIZZATO** – *Chi sono io? Pratiche di autoindagine* - gruppo A  
**ALESSANDRA VIOLA** - *Un giardino tutto per sé. Pratiche di “coltivazione” interiore* - gruppo B  
**GABRIELE GORIA** - *L’atelier del fuoco. Pratiche di termoregolazione corporea* - gruppo C
- pausa
- Ore 19.30 – 21.00 | Cena
- Ore 21.30 – 22.15 | Palazzina Grecale sala E | Sessione di meditazione Anapana con **GABRIELE GORIA**

### Domenica 6 aprile

- Ore 7.45 – 8.30 | Palazzina Grecale sala E | Sessione di meditazione Vipassana con **GABRIELE GORIA**
- Ore 8.45 – 9.30 | Prima colazione
- Ore 9.45 – 11.30 | Sala Teatro | **Verso una nuova etica naturale**, incontro con **VITO MANCUSO**
- Ore 11.45 – 13.15 | Salette dedicate | **L’eternità in un’ora (e mezza)**, sessioni laboratoriali con:  
**GABRIELE GORIA** - *L’atelier del fuoco. Pratiche di termoregolazione corporea* - gruppo A  
**PAOLO SCQUIZZATO** – *Chi sono io? Pratiche di autoindagine* - gruppo B  
**ALESSANDRA VIOLA** - *Un giardino tutto per sé. Pratiche di “coltivazione” interiore* - gruppo C
- Ore 13.30 – 14.45 | Pranzo
- Ore 15.00 – 15.30 | Palazzina Grecale sala E | Sessione di meditazione Metta-Bhavana con **GABRIELE GORIA**
- Ore 15.30 – 15.45 | Palazzina Grecale sala E | Saluti finali e conclusione della residenza

**n.b.** Si raccomanda ai partecipanti di portare con sé un tappetino da yoga, un piccolo cuscino e, a discrezione, una coperta.

### NOTE BIOGRAFICHE

**Gabriele Goria** | Artista marziale, pedagogo teatrale e illustratore, pratica arti marziali e meditazione da oltre trent’anni. Insegna T’ai Chi, meditazione e Kung fu presso il Performing Arts Research Centre della University of the Arts di Helsinki e conduce laboratori e seminari di formazione e di studi interreligiosi in vari istituti in Finlandia e in Italia. Ancorata al dialogo tra arte e spiritualità, la sua ricerca esplora il rapporto tra introspezione ed espressione creativa. Tra le pubblicazioni: *Active Silence: Reinventing spirituality through art-research* (Mimesis 2015) e *Conversazioni intorno al fuoco. Meditazione e tradizioni spirituali* (con Paolo Scquizzato, Lindau 2022).

**Vito Mancuso** | Teologo laico e filosofo, ha insegnato presso l’Università Vita-Salute San Raffaele di Milano, l’Università degli Studi di Padova e attualmente è docente del master in Meditazione e Neuroscienze dell’Università degli Studi di Udine. Ha fondato presso il MAST di Bologna il “Laboratorio di Etica”. Autore di numerosi saggi, il suo pensiero può essere complessivamente definito come “filosofia della relazione”.

Editorialista di “La Stampa”, tra i suoi libri, tutti editi da Garzanti: *I quattro maestri. Socrate, Buddha, Confucio, Gesù* (2020), *Etica per giorni difficili* (2022), *Non ti manchi mai la gioia* (2023), *Il dono della gioia* (2024) e *Destinazione speranza* (2024).

**Paolo Scquizzato** | Sacerdote e scrittore, è docente di Antropologia Teologica presso l’Università Cattolica. Si occupa di formazione spirituale, conduce gruppi di Meditazione Silenziosa e accompagna viaggi di carattere spirituale attraverso deserti, ashram e monasteri in diverse parti del mondo: nord Europa, Egitto, Marocco, Algeria, India e Giappone. Guida biblica in Palestina, è fondatore dell’Associazione Scuola Diffusa del Silenzio, nata con lo scopo di proporre percorsi di spiritualità in dialogo con la cultura contemporanea. Tra i libri: *Conversazioni intorno al fuoco* (Lindau 2022), *Se non lo cerchi lo trovi. Introduzione alla meditazione silenziosa* (Paoline 2023), *Venire alla luce* (Gabrielli 2024).

**Ersilia Vaudo** | Astrofisica, dal 1991 lavora all’Agenzia Spaziale Europea. È presidente e co-fondatrice dell’associazione “Il Cielo itinerante”, che con un pulmino carico di esperimenti e telescopi porta il cielo dove non arriva, promuovendo l’alfabetizzazione scientifica di bambini e bambine in zone di povertà educativa. È stata curatrice della XXII Esposizione Internazionale della Triennale di Milano sul tema “Unknown Unknowns”. Nel 2022 le è stata conferita l’onorificenza Commendatore dell’Ordine della Stella d’Italia. Ha pubblicato *Mirabilis. Cinque intuizioni che hanno rivoluzionato la nostra idea di Universo* (Einaudi 2023) e *Perché studiare fisica (non) è complesso* (Mondadori 2024).

**Alessandra Viola** | Scrittrice, giornalista e produttrice televisiva con una passione per il mondo vegetale, insegna Comunicazione dell’ambiente all’Università San Raffaele di Milano. Ha ideato e condotto la trasmissione RAI *Clorofilla* e la rubrica *Racconti verdi* (Rai3). È autrice di saggi di divulgazione scientifica, tra cui *Verde brillante* (con Stefano Mancuso, Giunti 2013), *Flower Power. Le piante e i loro diritti* (Einaudi 2020) e *Chiedi a una pianta* (Laterza 2024). Ha vinto due volte il Premio Gambrinus e due volte il Premio Nazionale di Divulgazione Scientifica. Sua, la prima proposta al mondo per il riconoscimento dei diritti delle piante.

**Claudio Widmann** | Psicoanalista junghiano, è associato in qualità di senior analyst e con funzioni di docenza e supervisione al Centro Italiano di Psicologia Analitica (CIPA) e all’International Association for Analytical Psychology (IAAP). È socio onorario della Società di Psicoanalisi Critica (SPC) e dell’Istituto Mediterraneo di Psicologia Archetipica (IMMPA). Ha svolto attività clinica in libera professione per oltre quarant’anni e attualmente è attivo come docente, supervisore e saggista. Tra i libri: *La Divina Commedia come percorso di vita* (Magi Edizioni, 2020), *Sul destino* (Magi Edizioni, 2024), *Il simbolismo dei colori* (Moretti&Vitali, 2024), *L’individuazione – Principio, processo e fine* (Mimesis, 2024).