


 Spazio pubblicitario in vendita  
 pubblicita@mentelocale.it

Libri Torino Lunedì 14 settembre 2020

## Torino Spiritualità 2020 il programma completo nel segno del Respiro

Il respiro fermo del **tempo sospeso**, il fiato corto della **sorpresa**, l'espiazione profonda che libera **sollievo**, il soffio vitale della **libertà** e del **raccoglimento**: **Torino Spiritualità**, progetto della Fondazione Circolo dei lettori, torna **da giovedì 24 a domenica**



**27 settembre 2020** per quattro giorni di indagine intorno al **Respiro**, atto che innerva tutte le tradizioni filosofiche e spirituali, capace di svelare ogni piega del sentire umano.

È nei mesi del lockdown, infatti, che abbiamo capito **che cosa significhi davvero respirare**: la più automatica delle azioni si è imposta all'attenzione collettiva alimentando **paura**, perché **fragile**, e reclamando **cura**, poiché **preziosa**. Abbiamo dovuto **imparare a studiare il nostro respiro, a sorvegliarlo, a temere quello degli altri**. E ancora, pensarci incapaci di respirare ha significato immaginarci privati di noi stessi, perché dal primo vagito all'ultimo fiato **la nostra esistenza è il nostro respiro**. E il ritmo del nostro respiro è il **ritmo della nostra libertà**.

La sfera di **pluriball** scelta come immagine guida del festival intende alludere proprio a questa **doppia natura del respiro: una vulnerabilità da avvolgere e custodire, per proteggerla dagli urti di questo tempo, e l'eterea bellezza di una perla fatta d'aria**. E a ben guardare, perfino il passo con cui ci appropriamo del mondo e lo elaboriamo possiede il ritmo duplice della respirazione: un'**inspirazione**, per portare **il fuori dentro di noi**, e un'**espirazione**, per rendere in **visioni, parole e pensieri** ciò che abbiamo preso.

Una rassegna da vivere in tutta sicurezza, più concentrata, inclusiva e diffusa in città: per la prima volta, infatti, il festival avrà il suo **Padiglione**, allestito in piazza **Carlo Alberto**, quasi una vela pronta a salpare per un viaggio nel pensiero, che ospiterà, tra gli altri, il **dialogo di apertura Di uomini e di piante. Il respiro dei viventi, giovedì 24 settembre, ore 18.30, con Vito Mancuso**, la

 Spazio pubblicitario in vendita  
 pubblicita@mentelocale.it

 Spazio pubblicitario in vendita  
 pubblicita@mentelocale.it

divulgatrice scientifica **Alessandra Viola** e il curatore del festival **Armando Buonaiuto**: un confronto per ragionare su cosa il mondo vegetale abbia da insegnare al nostro respiro. Sempre nel Padiglione, l'intervento del maestro buddhista **Lama Michel Rinpoche**, il confronto tra il fondatore della comunità di Bose **Enzo Bianchi** e il latinista **Ivano Dionigi**, la testimonianza tra arte e autobiografia del vescovo di Pinerolo monsignor **Derio Olivero**, la lezione di **Massimo Recalcati**.

Tra le nuove location del festival anche il **Cortile di Combo**, nel cuore di Porta Palazzo, spazio che ha ospitato il calendario di grandi rassegne estive **Blu Oltremare** nell'ambito di **Torino A Cielo Aperto**. Sul palco di Combo, tra gli altri, il reading **Oscar e la dama in rosa**, giovedì 24 settembre alle ore 21, il dialogo tra il filosofo **Silvano Petrosino** e l'attore **Giacomo Poretti**, l'incontro tra il direttore d'orchestra **Beatrice Venezi** e il sovrintendente del Teatro Regio **Sebastian Schwartz**, accompagnati dai giovani musicisti della **Scuola Popolare di Musica del Baretto**.

E ancora, tra gli ospiti del festival, la filosofa **Francesca Rigotti**, lo storico delle religioni dell'India **Federico Squarcini**, il direttore dell'Istituto di giudaistica alla Freie Universitaet di Berlino **Giulio Busi**, lo storico **Carlo Greppi**, il linguista **Federico Faloppa**, l'antropologo **Marco Aime**, i **sufi delle confraternite Qādiriyya e Murīdiyya** dell'Islam senegalese, il **coro dell'Abbazia della Novalesa**, il virtuoso di flauto tradizionale giapponese **Marco Lienhard**.

Ad arricchire il programma, i consueti laboratori esperienziali della **Scuola di Otium** e un inedito calendario di **appuntamenti online**, con gli interventi in streaming (sulla pagina Facebook del festival e su [torinospiritualita.org](http://torinospiritualita.org)), tra gli altri, di **Alberto Manguel**, **Pablo d'Ors**, **José Tolentino de Mendonça**, **Pascal Bruckner** e **Roberto Saviano**. Gli incontri di questa edizione diventeranno podcast, fruibili gratuitamente sul canale SoundCloud della Fondazione Circolo dei lettori.

A causa dell'emergenza Covid-19 sono state ridotte le capienze delle location del festival. **L'accesso alle location di spettacolo è consentito solamente alle persone provviste di mascherina e previa prenotazione (per gli eventi gratuiti) o acquisto di biglietto**. All'ingresso viene misurata la temperatura ed è necessario presentare il modulo di autocertificazione scaricabile da [torinospiritualita.org](http://torinospiritualita.org). La manifestazione rispetta le misure di emergenza per la prevenzione Covid-19 emanate dai DPCM in vigore.

### **Torino Spiritualità: le camminate spirituali**

Tra boschi, colline, parchi e città per assaporare la bellezza del respiro. **Si raccomandano giacca impermeabile, scarpe adeguate e borraccia. In caso di maltempo gli itinerari possono subire variazioni**. In caso di annullamento la quota di partecipazione è rimborsata con un voucher spendibile presso il Circolo dei lettori entro il 31/12/2020.

Quota di partecipazione Euro 15, ridotti Carta Extra Euro 10 (acquisto presso il Circolo dei lettori a partire dal 1/09) Informazioni 011 4326827.

È necessario portare con sé il modulo di autocertificazione scaricabile da

www.torinospiritualita.org

Bus non previsti. I luoghi di partenza delle camminate saranno raggiunti con i propri mezzi (indicazioni all'atto dell'iscrizione)

Presentazioni degli itinerari sul sito di Torino Spiritualità.

#### **SABATO 12 SETTEMBRE // ITINERARIO MONTANO**

##### **A SALIRE C'È PIÙ SPERANZA. RICORDANDO TIZIANO TERZANI**

Verso la diga di Rochemolles con il sacerdote e scrittore **Paolo Scquizzato**

*Pranzo al sacco. Dislivello mt. 100. Escursione per tutti.*

*POSTI ESAURITI*

#### **SABATO 12 SETTEMBRE // ITINERARIO NEI PARCHI CITTADINI**

##### **CON(T)ATTO NATURALE. FOREST THERAPY PIEMONTE**

Verso il Colle della Maddalena, a cura di **Eugenio Berardi** e **Fabio Castello**

*Pranzo al sacco. Dislivello mt. 450. Escursionisti mediamente allenati.*

*POSTI ESAURITI*

#### **DOMENICA 13 SETTEMBRE // ITINERARIO MONTANO**

##### **RESPIRI IN QUOTA**

Al Plan dell'Azaria con il maestro di Qi Gong **Davide Iavarone** e la guida escursionistica **Alessandra Masino**

*Pranzo al sacco. Dislivello mt. 350. Escursionisti mediamente allenati.*

#### **DOMENICA 13 SETTEMBRE // ITINERARIO COLLINARE**

##### **A SALIRE C'È PIÙ SPERANZA. RICORDANDO TIZIANO TERZANI**

Sulla collina di Superga con il sacerdote e scrittore **Paolo Scquizzato**

*Pranzo al sacco. Dislivello mt. 350. Escursionisti mediamente allenati.*

*POSTI ESAURITI*

#### **SABATO 19 SETTEMBRE // ITINERARIO MONTANO**

##### **LA MEMORIA DEL GHIACCIO**

Al Pian della Mussa con gli scrittori **Enrico Camanni** e **Enrico Pandiani**

*Pranzo al sacco. Dislivello mt. 350. Escursionisti mediamente allenati.*

#### **SABATO 19 SETTEMBRE // ITINERARIO CITTADINO**

##### **LO SPIRITO DELLA CITTÀ, IL RESPIRO DEI PASSI**

In città con il narratore **Giorgio Olmoti** e il presidente Polski Kot **Alessandro**

##### **Ajres**

In collaborazione con **Circolo culturale Polski Kot**

*Partenza pomeridiana. Cena al sacco. Itinerario per tutti.*

#### **DOMENICA 20 SETTEMBRE // ITINERARIO MONTANO**

##### **LA LEGGENDA DELLO CHABERTON**

Tra le Antiche Borgate con il libraio e storyteller **Davide Ferraris**

*Pranzo al sacco. Dislivello mt. 300. Escursione per tutti.*

*POSTI ESAURITI*

#### **DOMENICA 20 SETTEMBRE // ITINERARIO MONTANO**

##### **SONO UN BOSCO CHE CAMMINA. SEMINARIO DI BOSCHESI**

Al Fantabosco di Ceresole Reale con l'homo radix **Tiziano Fratus**

*Pranzo al sacco. Dislivello mt. 100. Escursione per tutti.*

**Torino spiritualità: il gruppo di lettura**

9/16/23 e 30 settembre, ore 19.00 il Circolo dei lettori

**UN'OSTINATA COSPIRAZIONE | LA BIBBIA COME STORIA DI RESPIRI**con **Paolo Scquizzato**, sacerdote e scrittore

Quattro quadri biblici sulla realtà del respiro, principio vitale che abita la creazione, muove l'avventura umana e supera la morte con **Paolo Scquizzato**, sacerdote e scrittore al Circolo dei lettori **9,16, 23 e 30 settembre, ore 19.00**.

9 settembre | **IL RESPIRO DÀ INIZIO ALLA CREAZIONE E ALLA CREATIVITÀ**interviene **Elena Loewenthal**, direttore Fondazione Circolo dei lettori16 settembre | **IL RESPIRO MUOVE IL PROFETA**23 settembre | **IL RESPIRO COME FRUTTO MATURO DEL BENE**30 settembre | **IL RESPIRO COME FRUTTO DELL'AMORE PIÙ GRANDE***Riservato ai possessori di Carta Plus, Carta Smart o Carta Extra.***Il programma di giovedì 24 settembre**

18.30 Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

**DI UOMINI E DI PIANTE: IL RESPIRO DEI VIVENTI**con **Vito Mancuso**, teologo e **Alessandra Viola**, divulgatrice scientifica, modera **Armando Buonaiuto**, curatore Torino SpiritualitàIntro musicale **Emanuele Via & Charlie T**

Immobili e silenti, le piante sembrano appartenere a universi impenetrabili. Ma se fossero molto più che il placido e variopinto sfondo del nostro vivere? Perché parlare di respiro implica necessariamente parlare di loro, della loro fisiologia, ma anche di una relazione con il mondo che forse possono insegnarci, e di una spiritualità che non deve prescindere dal loro benessere.

**Torino Spiritualità** comincia **giovedì 24 settembre**, ore **18.30** in piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità con il dialogo di apertura **Di uomini e piante: il respiro dei viventi**, presso il Padiglione del festival allestito in **piazza Carlo Alberto**. Il teologo **Vito Mancuso** e la divulgatrice scientifica **Alessandra Viola**, autrice di *Flower Power* (Einaudi), intrecciano ecologia e teologia per riflettere sul mondo in quanto respiro, modera **Armando Buonaiuto**, curatore di Torino Spiritualità. Ma prima che la conversazione abbia inizio, il mondo vegetale prende forma di spartito nella performance strumentale degli **Emanuele Via & Charlie T**, che proprio agli alberi hanno dedicato il concept album *Resina* (*ingresso gratuito, prenotazione obbligatoria*).

**21.00 Cortile di Combo, corso Regina Margherita 128****[OSCAR E LA DAMA IN ROSA](#)**Reading di **Piero Marcelli**, al pianoforte **Chiara Bertoglio**, musiche originali di **Stefano Guerese**In collaborazione con **Associazione Stefano Guerese**

Al Cortile di Combo, alle **ore 21**, il reading *Oscar e la dama in rosa* di Eric-Emmanuel Schmitt con l'attore **Piero Marcelli** e **Chiara Bertoglio** al pianoforte, musiche originali di **Stefano Guerese**. È la storia di Oscar, dieci anni e una brutta malattia che lo costringe a trascorrere il tempo in ospedale,

intenzionato a non perdersi, nonostante tutto, nemmeno un minuto della vita scapestrata e poetica che gli brilla accanto, a portata di cuore e di penna. L'evento è in collaborazione con Associazione Stefano Guerresi (*ingresso Euro 5*).

### Il programma di venerdì 25 settembre

15.00 il Circolo dei lettori, via Bogino 9

#### IL DONO DEL RESPIRO

Con **Comitato Interfedi della Città di Torino**

Attingendo dal corpus scritturale di ciascuna tradizione religiosa, i rappresentanti del **Comitato Interfedi** offrono letture e interludi musicali dedicati al respiro, dono vitale che sostiene l'umano e lo connette a terra e cielo, al Circolo dei lettori **venerdì 25 settembre alle 15**.

18.00 Tempio Valdese di corso Vittorio Emanuele II

#### CHI PUÒ PARLARE DEL RESPIRO

Con **Giampiero Comolli**, scrittore, **Daniele Garrone**, teologo, **Giuseppe Naretto**, medico interventista e palliativologo, **Brunetto Salvarani**, teologo, modera **Emmanuela Banfo**, giornalista

A Cura Di Centro Culturale Protestante

Il respiro è il momento di comunicazione più lieve, continuo e immediato tra il nostro corpo e il mondo. Collocandosi sulla soglia tra coscienza e inconscio, tra veglia e sonno, esso custodisce il silenzio e il mistero, esprime il calore della vita, è simbolo di inizio e fine. L'incontro è al Tempio Valdese di Corso Vittorio Emanuele II, **venerdì 25 settembre alle 18**, intreccia voci e discipline per inseguire, del respiro, l'indefinibile e affascinante latitudine con **Giampiero Comolli**, scrittore, **Daniele Garrone**, teologo, **Giuseppe Naretto**, medico interventista e palliativologo, **Brunetto Salvarani**, teologo, modera **Emmanuela Banfo**, giornalista.

*Ingresso Euro 5, da versare sul posto*

18.30 Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

#### [ISPIRAZIONE: IL RESPIRO DELLA MENTE E DEL CUORE](#)

con **Vito Mancuso**, teologo

Avere l'ispirazione o perdere l'ispirazione non dipende da noi. Proprio la sorgente del frutto più prezioso della vita interiore, cioè la creatività (scaturigine della vita artistica ma anche etica e sentimentale) non è in nostro potere. Così come attingiamo l'aria che ci tiene in vita da una dimensione che ci supera, detta atmosfera, allo stesso modo attingiamo l'aria che mette in moto cuore e mente da una dimensione forse ancora più grande. Ne parla in Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità **venerdì 25 settembre alle 18.30**.

*Ingresso Euro 8 | Ridotto Carta Extra Euro 5*

18.30 Cortile di Combo

#### [RIDERE È RESPIRARE](#)

Con **Silvano Petrosino**, filosofo e **Giacomo Poretti**, attore comico

Brevi e veloci espirazioni. Da un punto di vista fisiologico la risata è questo, una modificazione del ritmo respiratorio, spesso foriera di effetti benefici per l'organismo. Ma chi è capace di ridere di sé e della vita conosce un'altra

proprietà della risata: essere cristallina e vorticoso, contagiosa nella migliore accezione del termine, capace di allentare la gravità del mondo e di liberare un respiro che è insieme gioia e sollievo. Ne parlano **Silvano Petrosino** e **Giacomo Poretti** al Cortile Combo **venerdì 25 settembre alle 18.30**.

*Ingresso Euro 5*

18.30 il Circolo dei lettori, Sala Grande

### **ALL'ULTIMO RESPIRO**

con **Giulio Biino**, presidente Fondazione Circolo dei lettori

“All’ultimo respiro” non è solo un modo di interpretare la vita vivendola come se non ci fosse un domani, ma anche un modo di giocare le proprie possibilità fino alla fine, come nelle tre incredibili storie di sport qui raccontate: vittorie arrivate quando nessuno ci credeva più, quando il pubblico già stava abbandonando gli spalti perché tutto era ormai deciso. Al Circolo dei lettori **venerdì 25 settembre alle 18.30 Giulio Biino** racconta le vittorie più dolci, quelle inaspettate per tutti ma non per chi ci hai creduto fino all’ultimo respiro.

*Ingresso Euro 5*

21.00 Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

### **LA BELLEZZA SOTTOSTANTE**

Con **Daniele Mencarelli**, scrittore e finalista Premio Strega 2020 e **Paolo Alliata**, sacerdote, modera **Armando Buonaiuto**, Curatore Torino Spiritualità Sotto la scorza del visibile ci sono epifanie in attesa, tracce di trascendenza capaci di allargare gli orizzonti del quotidiano. Sono indizi che testimoniano al tempo stesso assenza e presenza, e operano trasformazioni nella materia di cui siamo fatti, infondendo un respiro che non potevamo immaginare. Come trovarli? Con l’intuito dei narratori, con l’occhio dei poeti. Ad accompagnare il pubblico nel profondo della bellezza sottostante, **Daniele Mencarelli**, scrittore e finalista Premio Strega 2020 e **Paolo Alliata**, sacerdote, modera **Armando Buonaiuto**, Curatore Torino Spiritualità in piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità **venerdì 25 settembre alle 21**.

21.00 Cortile di Combo

### **MISTICHE NOTE: LA MUSICA IN DIALOGO**

Con il coro **Abbazia Della Novalesa** e i sufi delle **confraternite Qādiriyya** e **Murīdiyya** dell’islam senegalese, letture **Antonella Delli Gatti**

In collaborazione con Centro Studi Federico Peirone

Il fascino del medioevo cristiano e del sufismo islamico si incontrano in una serata in cui musica sacra, canto devozionale e letture di testi della tradizione colgono il respiro del mondo materiale per innalzarlo verso Dio. Nelle corde delle mistiche note accompagnano il coro **Abbazia Della Novalesa** e i sufi delle **confraternite Qādiriyya** e **Murīdiyya** dell’islam senegalese insieme alle letture di **Antonella Delli Gatti** **venerdì 25 settembre alle 21** nel Cortile Combo.

*Ingresso Euro 5*

21.00 il Circolo dei lettori, Sala Grande

### **GUIDO CERONETTI. LA PROFEZIA DELLE PAROLE**

Con **Enrico Tallone**, editore e **Elena Loewenthal**, direttore Fondazione Circolo

dei lettori, performance artistiche di **Paola Roman**, attrice, **Stefano Faravelli**, pittore, **Oliviero Pari**, cantante e pianista

In collaborazione con Tallone Editore

Ricordi, evocazioni fantasmatiche, letture, musica e marionette per inaugurare la mostra Guido Ceronetti. La profezia delle parole, esposizione che celebra quarant'anni di sodalizio tra Tallone Editore e il genio di Ceronetti: bozze, scambi epistolari e le 37 edizioni di pregio edita da Tallone sono esposte per la prima volta, visitabili presso le sale del Circolo dei lettori fino al 22 ottobre.

L'incontro è **venerdì 25 settembre alle 21** al Circolo dei lettori con **Enrico Tallone**, editore e **Elena Loewenthal**, direttore Fondazione Circolo dei lettori, performance artistiche di **Paola Roman**, attrice, **Stefano Faravelli**, pittore, **Oliviero Pari**, cantante e pianista.

### Il programma di sabato 26 settembre

10.00-12.00 Cimitero Monumentale

#### **IL SOFFIO CREATIVO. PASSEGGIATA STORICA**

Con **Federica Tammarazio**, storica dell'arte (Associazione Penteseleia), letture teatrali e canti **Giorgia Di Molfetta**, supervisione teatrale **Chiara Lombardo** (Municipale Teatro)

Nei miti delle origini le divinità, soffiando sulla materia inanimata, la portano in vita. Ma cosa accade quando è un essere umano a emettere un "soffio creativo"? Accade che il soffio si fa voce, preghiera, canto, espressione del pensiero. **Sabato 26 settembre**, nel Cimitero Monumentale **dalle 10 alle 12**, un percorso al femminile tra scrittrici, giornaliste, pensatrici, artiste, filantrope, religiose, attiviste e figure politiche tra '800 e '900, per raccontare e animare le loro storie con **Federica Tammarazio**, storica dell'arte (Associazione Penteseleia, letture teatrali e canti **Giorgia Di Molfetta** e supervisione teatrale **Chiara Lombardo** (Municipale Teatro)

*Quota di partecipazione Euro 12 | Ridotto Carta Extra Euro 8*

*Ingresso corso Novara 131/A | In replica domenica 27 ore 10.00*

11.00 Cortile di Combo

#### **ANIMA, ANEMOS, AUTOMA**

Con **Maurizio Ferraris**, filosofo

Anemos, in greco "soffio", e Animus hanno la stessa origine. Ed è il soffio che ci viene tolto dal Virus, con la sensazione di una morte per annegamento. Eppure questa debolezza dell'Anima è anche la sua forza, ciò che ci rende capaci di vita. Proprio quel che manca agli automi, che senz'Anima non vanno da nessuna parte. Questi automi sono sia naturali (il Virus) che artificiali (il Web), e la nostra scommessa non è solo sconfiggere il Virus, ma anche fare del Web uno strumento di progresso umano. Nel Cortile di Combo, **sabato 26 settembre alle 11**, **Maurizio Ferraris** parla del paradigma "Anima, anemos, automa".

*Ingresso Euro 5*

11.00 Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera

#### **RESPIRARE IL NOME DI DIO**

con **Maciej Bielawski**, teologo

Molte tradizioni spirituali, antiche e odierne, praticano vie di meditazione e preghiera in cui il pensiero si unisce alla disciplina del respiro, in cerca di

pace e contemplazione. Sono prassi provenienti sia dalle culture orientali che occidentali, intimamente legate alle rispettive visioni antropologiche, cosmologiche e teologiche, e meritano di essere conosciute. **Maciej Bielawski** è al Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera, **sabato 26 settembre alle 11.**

11.30 Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

### **COMINCIANDO DAL RESPIRO**

con **Lama Michel Rinpoche**, maestro buddhista della tradizione NgalSo Ganden Nyengyu.

Spesso viviamo il presente come se fosse un semplice risultato del passato, compiendo le nostre scelte sulla base di ciò che ci è accaduto. Ma il presente, più che l'esito del passato, dovrebbe essere dove si costruisce il futuro. Dobbiamo agire oggi secondo quello che vogliamo essere domani, non secondo ciò che siamo stati ieri. Come? Con visione e consapevolezza, e cominciando dal respiro. **Lama Michel Rinpoche** è in piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità **sabato 26 settembre alle 11.30.**

*Ingresso Euro 5*

15.30 Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera

### **IL SENSO DEL RESPIRO**

con **Ilaria Drago**, attrice, **Sabrina Giarratana**, scrittrice e Poetessa, **Nicoletta Polla-Mattiot**, fondatrice Accademia del Silenzio, **Bruno Rizzato**, Subacqueo e fotoreporter, contributo video di **Giuseppe Cederna**, attore, moderano i giornalisti **Luciano Minerva** e **Darwin Pastorin**

In collaborazione con Associazione la città di Isaura

Un incontro per dare voce a donne e uomini che in diversi campi hanno coltivato il "senso del respiro", che ne conoscono per esperienza le qualità, le potenzialità, i segreti, e che da questa conoscenza hanno tratto risultati professionali e personali. Un invito ad ancorarsi al respiro, a interrogarlo a fondo, per trarre da noi stessi il meglio di ciò che possiamo **sabato 26 settembre alle 15.30** al Museo Nazionale del Risorgimento con **Ilaria Drago**, attrice, **Sabrina Giarratana**, scrittrice e Poetessa, **Nicoletta Polla-mattiot**, fondatrice Accademia del Silenzio, **Bruno Rizzato**, Subacqueo e fotoreporter, contributo video di **Giuseppe Cederna**, attore, moderano i giornalisti **Luciano Minerva** e **Darwin Pastorin**.

15.30 Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

### **PROFUMA DI MELE IL TUO RESPIRO: IL CANTICO DEI CANTICI**

con **Salvatore Veca**, filosofo

«Come profumo di mele è il tuo respiro». Così si legge nel Cantico di cantici, poema che celebra l'esperienza del desiderio e della bellezza. Attribuito al re Salomone, il Cantico ha affascinato teologi e poeti, santi e filosofi, mistici ed esegeti, che hanno cercato di scioglierne il mistero. Nella lettura laica di Salvatore Veca, fulcro di queste pagine sublimi è lo sguardo dell'amore, capace di trasfigurare la vita e svelare l'invisibile. **Salvatore Veca** è in Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità **sabato 26 settembre alle 15.30.**

16.00 Cortile di Combo

### **CONGEDI IMPOSSIBILI. LA MORTE E L'EMERGENZA**

Con **Guidalberto Bormolini**, monaco e tanatologo, **Lama Michel Rinpoche**, maestro buddhista **Giovanni De Luna**, storico, modera **Ana Cristina Vargas**, direttore Fondazione Fabretti

In collaborazione con Fondazione Fabretti

Per le vittime del Covid-19, la pandemia ha significato andarsene senza avere accanto i propri cari e senza la possibilità di un accompagnamento religioso. Per chi ha perso una persona amata, ha significato affrontare l'urto del lutto senza il conforto di una ritualità funebre condivisa. Questioni dolorosamente aperte, sulle quali occorre riflettere ancora vengono indagate da **Guidalberto Bormolini**, monaco e tanatologo, **Lama Michel Rinpoche**, maestro buddhista, **Giovanni De Luna**, storico, modera **Ana Cristina Vargas**, direttore Fondazione Fabretti **sabato 26 settembre alle 16** nel Cortile di Combo.

16.00 il Circolo dei lettori, Sala Grande

### PAUSA. IL RESPIRO DELLA MUSICA

con **Fabio Biondi**, violinista e direttore d'orchestra e **Elena Loewenthal**, direttore Fondazione Circolo dei lettori

L'atto del respiro si gioca tra inspirazione ed espirazione, ma tra i due movimenti c'è un terzo elemento non meno essenziale: la pausa. Lo stesso vale per la musica, che è misurata alchimia di note e di silenzi. Un'esecuzione che non sappia dosare i tempi tra un periodo musicale e l'altro è pari a un respiro affannoso: foga e concitazione dove dovrebbe esserci armonia. L'incontro è al Circolo dei lettori **sabato 26 settembre alle 16** con **Fabio Biondi**, violinista e direttore d'orchestra e **Elena Loewenthal**, direttore Fondazione Circolo dei lettori.

16.45 MAO Museo d'Arte Orientale

### SHAKUHACHI. MELODIE PER UN GIARDINO

Con **Marco Lienhard**, suonatore di shakuhachi, letture **Francesco Puleo**  
 Selezione testi **Rev. Elena Seishin Viviani**

In collaborazione con Mao Museo D'arte Orientale

Lo shakuhachi è il tradizionale flauto verticale giapponese in bambù, strumento di cui l'artista svizzero Marco Lienhard è un vero virtuoso. Ascoltare il soffio che si fa suono nell'incantevole cornice dei giardini giapponesi del MAO è esperienza di delicata bellezza. Il pubblico si addentra nelle melodie per un giardino con **Marco Lienhard**, suonatore di shakuhachi e letture **Francesco Puleo**, selezione testi **Rev. Elena Seishin Viviani sabato 26 settembre alle 16.45** al MAO Museo d'Arte Orientale.

*Ingresso Euro 8 | Ridotto Carta Extra Euro 5 | Posti limitatissimi*

*In replica domenica 27 presso Giardini Sambuy ore 6.30*

17.00 Centro Buddha della Medicina

### MENTE, PRANA E RESPIRO

con i maestri **Lama Dino Cian Ciub Ghialtzen** e **Tina Pema Dekhiela**

Una sessione di insegnamento e pratica su tre pilastri della consapevolezza e sul rapporto che li unisce con con i maestri **Lama Dino Cian Ciub Ghialtzen** e **Tina Pema Dekhiela** al Centro Buddha della Medicina **sabato 26 settembre alle 17**.

*Prenotazioni [info@buddhadellamedicina.org](mailto:info@buddhadellamedicina.org)*

18.00 Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

### DI AMPIO RESPIRO

con **Enzo Bianchi**, biblista e **Ivano Dionigi**, latinista, modera **Armando Buonaiuto**, curatore Torino Spiritualità

Vasta, generosa, capace di accogliere le forme molteplici del reale e di esprimere il potenziale che ci portiamo dentro. Così dovrebbe essere la nostra vita: "d'ampio respiro". Spesso però scegliamo di attraversarla come fosse una corsa affannosa, e ci ritroviamo presto con il fiato corto. Tra insegnamenti del passato e riflessioni sul presente, un dialogo su quel che può ridare ossigeno a cuore, mente e spirito. In dialogo **sabato 26 settembre alle 18** in Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità, **Enzo Bianchi**, biblista e **Ivano Dionigi**, latinista, modera **Armando Buonaiuto**, curatore Torino Spiritualità

*Ingresso Euro 8 | Ridotto Carta Extra Euro 5*

18.00 il Circolo dei lettori, Sala Grande

### IL RESPIRO FRAGILE. PER UNA NUOVA TRAMA DELLE RELAZIONI ECONOMICHE E SOCIALI

con **Antonio Calabrò**, direttore Fondazione Pirelli e **Juan Carlos De Martin**, docente e pensatore digitale

Quali sono le sfide da intraprendere e le opportunità da cogliere per dare all'Italia un respiro nuovo, capace di tenere insieme benessere e solidarietà, sicurezza e democrazia, crescita e sostenibilità? Una conversazione sulle scelte da fare oggi per costruire la società più giusta e inclusiva di domani con con **Antonio Calabrò**, direttore Fondazione Pirelli e **Juan Carlos De Martin**, docente e pensatore digitale al Circolo dei lettori **sabato 26 settembre alle 18**.

18.00 Eremo del Silenzio, presso Museo Carcere Le Nuove

### UN RESPIRO DI EREMITAGGIO URBANO

Con **Juri Nervo**, piccolo fratello secolare

In collaborazione con Eremo Del Silenzio

Respiro e sospiro, come due amanti danzanti, si prendono e si lasciano, si cercano e si confondono, si respingono per poi scoprirsi indissolubili. Nella preghiera sono momenti distinti e dinamici. Un incontro per scoprire come il respiro sia elemento fondante della preghiera stessa e possa essere un valido compagno di viaggio nella scoperta dell'Eremitaggio Urbano. A ogni partecipante sarà donata la *Regola del piccolo fratello secolare* **sabato 26 settembre alle 18** all'Eremo del Silenzio, presso Museo Carcere Le Nuove con **Juri Nervo**, piccolo fratello secolare

Prenotazioni [info@eremodellsilenzio.it](mailto:info@eremodellsilenzio.it) | 340 3870668

18.30 Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera

### DEL PRINCIPIO VITALE: RESPIRO, VISTA, BATTITO

con **Francesca Rigotti**, filosofa

Si dice che il respiro sia sempre stato sinonimo naturale di vita e simbolo assoluto dell'esistenza. Eppure, il respiro non è l'unico principio che gli esseri umani abbiano considerato sorgivo: presso i greci, ad esempio, era la luce l'elemento vitale per eccellenza. E che cosa dire del battito del cuore, che ritma l'intera esistenza e fino alla morte palpita per proprio conto? Ne parla

**Francesca Rigotti** al Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera  
**sabato 26 settembre alle 18.30.**

18.30 – 22.30 Casa del Quartiere di San Salvario

### **SNODI CONTEMPORANEI**

Presentazione del progetto “Snodi temporanei di raccolta e distribuzione di beni alimentari per persone in difficoltà” a cura di

Rete delle case del quartiere Aps

In collaborazione con Unione Buddhista Italiana

Negli ultimi mesi abbiamo fatto l’esperienza di non disporre di ciò che, forse impropriamente, chiamiamo la nostra libertà. Abbiamo dovuto adattarci e sperimentare modi di relazione che, se ci hanno fatto toccare con mano il senso del limite, ci hanno però restituito nuove forme di interazione. Alla presentazione del progetto **sabato 26 settembre alle 18.30** presso la Casa del Quartiere di San Salvario, seguono la cena dei volontari e, alle 21.00, lo spettacolo di improvvisazione teatrale La Casa di Quarta a cura di Teatrosequenza.

*Prenotazioni [info@casadelquartiere.it](mailto:info@casadelquartiere.it) | 011 6686722*

21.00 Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

### **L'ARTE APRE IL RESPIRO**

con **Mons. Derio Olivero**, vescovo

«Malato di Covid, ho imparato che ogni respiro è un regalo. Per vivere abbiamo bisogno di respirare, abbiamo bisogno di aperture. E questo è ciò che insegnano molti dipinti di Monet, di van Gogh, di Chagall». Alle 21 presso Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità, **Mons. Derio Olivero** racconta un intreccio di autobiografia e arte sotto il segno della meravigliosa *Crocifissione bianca* di Chagall.

*Ingresso Euro 5*

21.00 Cortile di Combo

### **VENTO, RESPIRO DEL MONDO: CRISTOFORO COLOMBO**

con **Giulio Busi**, filologo

Di tutti i misteri che avvolgono la vita di Colombo, il segreto più importante è il vento. Il miracolo dell’andata al nuovo mondo e quello, non meno stupefacente, del ritorno si basano sul gioco dei venti, un gioco che Cristoforo ha intuito prima e meglio di chiunque altro. Dalla sua recente biografia del navigatore, **Giulio Busi** trae la sapienza quattrocentesca dei venti misteriosi dell’Atlantico e mostra come dal vento nasca l’età moderna nel Cortile di Combo **sabato 26 settembre alle 21.**

21.30 il Circolo dei lettori, Sala Grande

### **VERA VIRTUAL EXPERIENCE REAL APPROACH | QUIETE**

Con la partecipazione musicale di **Vera Ensemble**

Un progetto di associazione **Fluxlab**

Con il sostegno di Compagnia Di San Paolo

VERA è una ricerca tecnologica, sociale e artistica, un nuovo concetto di performance immersiva in cui, attraverso l’uso di Virtual Reality, musica e battimenti binaurali, vengono esplorate le emozioni umane. In occasione del

festival Spiritualità viene proposto in anteprima uno dei 5 capitoli del progetto: Quietè. Il progetto dell'associazione **Fluxlab** è all Circolo dei lettori **sabato 26 settembre alle 21.30** con la partecipazione musicale di **Vera Ensemble**.

*Per partecipare, una volta prenotati, occorre registrarsi su [www.progettovera.com](http://www.progettovera.com)*

*In replica domenica 27, quattro turni: ore 10.00., 11.30, 14.00, 15.30*

### Il programma di domenica 27 settembre

6.30 Giardini Sambuy

#### SHAKUHACHI. MELODIE PER L'ALBA

Con **Marco Lienhard**, suonatore Di shakuhachi, letture **Francesco Puleo**,

Selezione Testi **Rev. Elena Seishin Viviani**

In collaborazione con Giardino Forbito

Lo shakuhachi è il tradizionale flauto verticale giapponese in bambù, strumento di cui l'artista svizzero Marco Lienhard è un vero virtuoso.

Ascoltare il soffio che si fa suono mentre sopraggiunge l'alba è esperienza di delicata bellezza. Con **Marco Lienhard**, suonatore Di shakuhachi, letture

**Francesco Puleo** e selezione Testi **Rev. Elena Seishin Viviani** ai Giardini

Sambuy **alle 6.30 domenica 27 settembre**.

*Ingresso Euro 8 | Ridotto Carta Extra Euro 5*

10.00 – 12.00 Cimitero Monumentale

#### IL SOFFIO CREATIVO. PASSEGGIATA STORICA

Replica.

Due turni: 10.00 e 11.30 il Circolo dei lettori, Sala Grande

#### VERA VIRTUAL EXPERIENCE REAL APPROACH | QUIETE

Replica.

11.00 Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera

#### QOHELET, IL SOFFIO INFINITO

Con **Ludwig Monti**, monaco e biblista

Gioiello di sapienza contenuto nell'Antico Testamento, Qohelet fonde luce e tenebra, prestandosi a letture di segno opposto. Manuale di scetticismo radicale per alcuni, testo attraversato da un soffio di misteriosa levità per altri, questo piccolo libro è una scossa a ogni esistenza, un invito a guardare la realtà con nuovi occhi. Con **Ludwig Monti**, monaco e biblista, in pubblico entra nel mistero del Qohelet **domenica 27 settembre alle 11**, al Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera.

11.30 Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

#### **SENZA RESPIRO: IL CHIUSO E L'APERTO NELL'ESISTENZA UMANA**

con **Massimo Recalcati**, psicoanalista

Inspirare, espirare. Trattenerne, liberare. Un doppio movimento, quello del respiro, che è simmetrico a quello dell'animo umano, sempre lacerato tra desiderio d'aperto e pulsione alla chiusura. Come creature marine che aspirino al profumo dell'oceano, lasciamo la riva alle nostre spalle, ma poco dopo già facciamo ritorno, servi volontari di un soffio contrario. **Massimo Recalcati** è in Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità **domenica 27 settembre alle 11.30**.

### Ingresso Euro 8 | Ridotto Carta Extra Euro 5

Due turni: 14.00 e 15.30 il Circolo dei lettori, Sala Grande

#### **VERA VIRTUAL EXPERIENCE REAL APPROACH | QUIETE**

Replica.

15.00 Cortile di Combo

#### **RESPIRO DUNQUE SONO**

con **Massimo Recalcati**, psicoanalista e **Simone Regazzoni**, filosofo

In collaborazione con Scuola Holden

Per molto tempo la filosofia è stata pensata come un discorso teorico, che poco o nulla avrebbe a che fare con la nostra esistenza concreta. Eppure in origine le cose non andavano così: la filosofia, con Platone, nasce in una palestra a nord-ovest di Atene come allenamento dell'anima e del corpo. E da qui deve ripartire oggi, abbandonando la postura cartesiana del "penso dunque sono" per la postura del corpo vivente che dice: "respiro dunque sono". Ne parlano nel Cortile di Combo **domenica 27 settembre alle 15**

**Massimo Recalcati**, psicoanalista e **Simone Regazzoni**, filosofo.

*Ingresso Euro 5*

15.30 Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

#### **SOFFIO DIVINO E RESPIRO UMANO NELLA MISTICA EBRAICA**

Con **Giulio Busi**, filologo

All'inizio era il soffio: "Uno, spirito del Dio vivente; due, spirito dallo spirito di santità". Lo afferma il Libro della formazione, il testo più profondo di tutta la tradizione mistica ebraica. Giulio Busi, direttore dell'Istituto di giudaistica alla Freie Universität di Berlino, esplora il simbolismo di ruah, la parola che, nella lingua santa, cattura il ritmo cosmico. "Vento", "soffio", "spirito": nell'antica sapienza, microcosmo e macrocosmo si fondono e danzano all'unisono. Ne parla **Giulio Busi** in Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

**domenica 27 settembre alle 15.30.**

**15.30 Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera**

#### **SVOLTE DEL RESPIRO. PAUL CELAN, THOMAS BERNHARD E IL SOFFIO DELLA REDENZIONE**

Con **Luigi Reitani**, germanista e traduttore, introduce **Federico Vercellone**, filosofo

In collaborazione con Centro Culturale Protestante

Consapevolezza storica e riflessioni filosofiche si intrecciano nella raccolta poetica Atemwende (Svolta del respiro), pubblicata da Celan nel 1967. Qui il tema del soffio vitale è centrale, come lo sarà in Il Respiro. Una decisione (1978) di Bernhard. In entrambi i casi il soffio vitale implica il suo contrario: la malattia come processo naturale, il soffocamento sociale, il veleno dell'oppressione politica. Da «dono divino», il respirare si trasforma così in consapevole atto di resistenza, di poetica, di amore. **Luigi Reitani**, germanista e traduttore e **Federico Vercellone**, filosofo, accolgono il pubblico nelle svolte del respiro **domenica 27 settembre alle 15.30** al Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera.

18.00 il Circolo dei lettori, Sala Grande

## L'ARTE IN TUTTI I SENSI

Con **Luca Beatrice**, critico d'arte

Abbiamo a disposizione cinque sensi per conoscere il mondo, eppure nei confronti dell'arte si predilige la vista. Oggi però molte esperienze tendono a una plurisensorialità, talora immateriale, che spinge l'arte in direzione del coinvolgimento emotivo. Un percorso attraverso le opere di Ólafur Elíasson, Ryan Gander, Teresa Margolles e Luca Vitone per riflettere su come "respirare arte" non significhi solo contemplare, ma essere dentro l'opera. **Luca Beatrice** accompagna in un viaggio nell'arte al Circolo dei lettori **domenica 27 settembre alle 18.**

18.00 Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera

### **TOGLIERE FIATO AL RESPIRO. IL PRĀNĀYĀMA COME NON SI È MAI INTESO**

Con **Federico Squarcini**, storico delle religioni e filosofie dell'India

Per l'animale umano l'aria che respira è luogo di quotidiana ambientazione, di cui è ospite e ospitante da migliaia di secoli. L'abitudine a tale condizione è così radicata da renderla quasi invisibile: l'aria respirabile è ormai nulla più che un bene di consumo, un diritto naturale e insindacabile. Ma prendendo spunto dagli antichi trattati indiani sulle "modalità di governo della respirazione" (prāṇāyāma), **Federico Squarcini** al Museo Nazionale del Risorgimento, Aula della Camera **domenica 27 settembre alle 18** propone una lettura assai diversa di questa intima e intensa esperienza della nostra vita sensibile.

18.30 Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità

### **GLI EMARGINATI HANNO IL FIATO DOLCE**

Con **Marco Aime**, antropologo, **Federico Faloppa**, linguista e **Carlo Greppi**, storico, modera **Anna Pozzi**, giornalista

"Gli emarginati hanno il fiato dolce" scriveva anni fa Alda Merini. Ma a osservare la realtà odierna verrebbe da dire che gli esclusi, quelli messi all'angolo o lasciati indietro, di fiato non ne hanno quasi più. Il loro respiro è oppresso da muri fisici e mentali, soffocato dalle onde, strangolato da parole capestro che non cingono per descrivere, ma per ingabbiare. L'incontro è con **Marco Aime**, antropologo, **Federico Faloppa**, linguista e **Carlo Greppi**, storico, modera **Anna Pozzi**, giornalista in Piazza Carlo Alberto, Padiglione Torino Spiritualità **domenica 27 settembre alle 18.30.**

*Ingresso Euro 5*

18.30 Cortile di Combo

### **RESPIRARE DI CONCERTO**

Con **Beatrice Venezi**, direttore d'orchestra e **Sebastian Schwarz**, sovrintendente Teatro Regio

Musica Quartetto di violini della Scuola Popolare di Musica - Cineteatro Baretto

Se la musica è respiro, non solo in senso metaforico, l'orchestra è dove si impara a respirare insieme, traendo dalla molteplicità la perfetta armonia.

Perché questo avvenga bisogna studiare il proprio soffio, rispettare quello degli altri, conoscere l'arte dell'attesa, riconoscere la fertilità dell'errore... una scuola di convivenza artistica e umana su cui volteggia la bacchetta del

Maestro. L'appuntamento è al Cortile di Combo con **Beatrice Venezi**, direttore d'orchestra e **Sebastian Schwarz**, sovrintendente Teatro Regio accompagnati dalla musica del Quartetto di violini della Scuola Popolare di Musica - Cineteatro Baretto **domenica 27 settembre alle 18.30.**

*Ingresso Euro 5*

### **Torino spiritualità: il programma degli eventi online**

**Otto incontri in diretta streaming e on demand sulla pagina facebook del festival e su [www.torinospiritualita.org](http://www.torinospiritualita.org)**

VENERDÌ 25 SETTEMBRE | 15.00

#### **RESPIRARE PAGINE, IMMAGINARE MONDI**

con **Alberto Manguel**, scrittore e traduttore e **Armando Buonaiuto**, curatore Torino Spiritualità

Leggere romanzi è fare esperienza sensoriale di altri mondi: osservarli mentre prendono consistenza poco a poco e poi entrarci d'un balzo per ispirarne le storie. Tra Alice e il capitano Achab, Cappuccetto Rosso e Madame Bovary, la dichiarazione d'amore di chi, nell'immaginazione letteraria, ha trovato il proprio respiro vitale. **Alberto Manguel**, scrittore e traduttore e **Armando Buonaiuto**, curatore Torino Spiritualità sono in diretta streaming e on demand sulla pagina facebook del festival e sul sito di Torino Spiritualità **venerdì 25 settembre alle 15.**

VENERDÌ 25 SETTEMBRE | 18.00

#### **IL RESPIRO ANIMALE**

Con i filosofi **Leonardo Caffo** e **Felice Cimatti**

Il nostro antropocentrismo ci porta a dare valore unicamente al nostro respiro, ma nel vasto mondo degli animali i respiri sono così tanti da costituire una sinfonia. E paradossalmente, proprio mentre noi eravamo prigionieri delle nostre case, il respiro animale ha guadagnato un'inedita libertà. I filosofi **Leonardo Caffo** e **Felice Cimatti** sono in diretta streaming e on demand sulla pagina facebook del festival e sul sito di Torino Spiritualità **venerdì 25 settembre alle 18.**

SABATO 26 SETTEMBRE | 11.00

#### **IL RESPIRO PRIMA DEL SILENZIO**

con **Pablo D'ors**, scrittore e **Armando Buonaiuto**, curatore Torino Spiritualità  
 Se per udire il suono del respiro bisogna essere capaci di silenzio, per non dissolvere il silenzio bisogna saper trattenere il fiato. La relazione che lega il silenzio al respiro è molto stretta, ma dove cercarla? Nella pratica della meditazione ad esempio, o nella vastità del deserto. **Pablo D'ors**, scrittore e **Armando Buonaiuto**, curatore Torino Spiritualità sono in diretta streaming e on demand sulla pagina facebook del festival e sul sito di Torino Spiritualità **sabato 26 settembre alle 11.**

SABATO 26 SETTEMBRE | 15.00

#### **IL PROFUMO DI DIO**

Con **José Tolentino De Mendonça**, cardinale

L'olfatto è la via di accesso a un linguaggio invisibile che pervade la realtà: ogni istante, ogni stagione, ogni persona ha il suo odore. La Bibbia stessa va

letta non solo con la vista, ma anche con l'olfatto, perché quando le parole non bastano, il profumo si insinua tra le sue pagine come un inno o come un grido. **José Tolentino De Mendonça**, cardinale è in diretta streaming e on demand sulla pagina facebook del festival e sul sito di Torino Spiritualità **sabato 26 settembre alle 15**.

SABATO 26 SETTEMBRE | 18.00

### ABBIAMO TEMPO

Con **Pascal Bruckner**, filosofo e scrittore e **Elena Loewenthal**, direttore Fondazione Circolo Dei Lettori

La vita si distende tra il primo respiro e l'ultimo sospiro. Un arco d'esistenza che, di generazione in generazione, si fa sempre più lungo. A espressioni come "la vita è un soffio", si sostituisce un nuovo sentire: "abbiamo tempo". Ma come attraversare gli anni extra di cui ci troviamo a disporre? **Pascal Bruckner**, filosofo e scrittore e **Elena Loewenthal**, direttore Fondazione Circolo Dei Lettori sono in diretta streaming e on demand sulla pagina facebook del festival e su [www.torinospiritualita.org](http://www.torinospiritualita.org) **sabato 26 settembre alle 18**.

DOMENICA 27 SETTEMBRE | 11.00

### RESPIRO, LINGUAGGIO, VOLONTÀ

Con **Andrea Moro**, linguista e **Elena Loewenthal**, direttore Fondazione Circolo dei lettori

Coprire le orecchie per escludere i suoni. Serrare gli occhi per non vedere. Ma tappare naso e bocca e smettere di respirare? Non possiamo farlo che per qualche manciata di secondi (di minuti, se allenati) salvo poi recuperare con affanno quel che abbiamo perduto. Il nostro dominio sul respiro è limitato, e nasce forse da qui l'identificazione tra soffio e anima. **Andrea Moro**, linguista e **Elena Loewenthal**, direttore Fondazione Circolo dei lettori sono in diretta streaming e on demand sulla pagina facebook del festival e sul sito di Torino Spiritualità **domenica 27 settembre alle 11**.

DOMENICA 27 SETTEMBRE | 15.00

### RESPIRO, CAOS, POESIA

con **Franco "Bifo" Berardi**, filosofo e **Armando Buonaiuto**, curatore Torino Spiritualità

Respiro, caos e poesia. Tre parole legate da un'idea: che la poesia possa riavvicinarci a una realtà sempre più astratta, sterile e asfittica. Nel caos contemporaneo che ci avvolge, nel ritmo accelerato che ci travolge, solo la parola poetica può salvare il linguaggio dalla stretta soffocante della tecnica. **Franco "Bifo" Berardi**, filosofo e **Armando Buonaiuto**, curatore Torino Spiritualità sono in diretta streaming e on demand sulla pagina facebook del festival e su [www.torinospiritualita.org](http://www.torinospiritualita.org) **domenica 27 settembre alle 15**.

DOMENICA 27 SETTEMBRE | 17.00

### IL DIRITTO DI RESPIRARE

Con **Roberto Saviano**, scrittore

Il respiro è l'atto basilare dell'essere umano, emblema di vita nuda che ci accomuna tutti. Eppure davanti all'inermità di chi vive la vita con affanno siamo spesso indifferenti, e così non c'è giorno senza che un fiato venga

soffocato, annegato, strozzato. Perché tanta riluttanza a comprendere che ciascun respiro ha diritto all'aria? **Roberto Saviano** è in diretta streaming e on demand sulla pagina facebook del festival e sul sito di Torino  
 Spiritualità **domenica 27 settembre alle 17.**

### Torino Spiritualità: la scuola di otium

Spazi di respiro per mettersi in cerca della propria essenza più autentica.

*Ingresso singolo laboratorio Euro 12\**

*Ridotto Carta Extra (posti limitati) Euro 8\**

*\*salvo dove diversamente indicato*

### Venerdì 25 settembre

10.00 – 13.00 il Circolo dei lettori, Sala Grande

#### [RESPIRARE CONSAPEVOLI CON L'APNEA](#)

con **Giulio Caresio**, istruttore e responsabile di zona Apnea Academy e maestro federale di apnea Fipsas e altri istruttori della scuola Mondapne

In collaborazione con Scuola Mondapnea Torino

Osservare, capire e poi guidare il proprio respiro in modo semplice, naturale e mirato, con esercizi e suggerimenti che derivano dall'esperienza diretta di chi da anni pratica l'apnea, la forma di digiuno più breve, profonda ed essenziale.

L'appuntamento è al Circolo dei lettori con **Giulio Caresio**, istruttore e responsabile di zona Apnea Academy e maestro federale di apnea Fipsas e altri istruttori della scuola Mondapne **venerdì 25 settembre dalle 10 alle 13.**

*Si raccomandano abiti comodi e tappetino.*

14.30 – 17.00 il Circolo dei lettori, Sala Gioco

#### [IL RESPIRO CONSAPEVOLE COME VEICOLO VERSO UNA MENTE MEDITATIVA](#)

con **Rosi Grillo**, insegnante yoga

Il respiro collega il corpo-materia al vasto campo mentale-emozionale, due dimensioni che si influenzano reciprocamente. Utilizzare il respiro in modo corretto aiuta a conoscere più in profondità la mente e a raggiungere uno stadio di consapevolezza. Nello yoga, infatti, la pratica del respiro consapevole diviene fondamento della meditazione. L'incontro è al Circolo dei lettori **venerdì 25 settembre dalle 14.30 alle 17** con **Rosi Grillo**, insegnante yoga.

*Posti limitatissimi. Si raccomandano abiti comodi e tappetino.*

18.00 – 20.30 il Circolo dei lettori, Sala Gioco

#### [PRASSI DELLA PREGHIERA ESICASTA](#)

con **Maciej Bielawski**, teologo

Conosciuta anche come "preghiera del cuore" o "preghiera di Gesù", la preghiera esicasta è stata elaborata principalmente dai mistici bizantini, trovando poi accoglienza in vari ambiti spirituali del cristianesimo. La prassi unisce disciplina corporea, controllo del respiro, sorveglianza dei pensieri e ripetizione di una frase sacra, al fine di unirsi a Dio e trovare pace. Il teologo **Maciej Bielawski** è al Circolo dei lettori **venerdì 25 settembre dalle 18 alle 20.30.**

*Chi lo desidera può portare con sé cuscino da meditazione o tappetino (non indispensabili).*

**Sabato 26 settembre**

10.00 – 12.00 Giardini Sambuy

**IL SUSSURRO DEL MONDO. ESPERIENZE DI ASCOLTO E RESPIRO**Con **Eric Minetto**, scrittore

A cura di Giardino Forbitto

Non urla, non grida, non alza mai la voce. È timido e discreto il respiro: sussurra appena, come un filo di brezza tra le foglie. Quello che sussurra però è il segreto della vita, che se ascoltato può portare gioia e serenità. Per questo, forse, il Buddha ha detto che “parlare è un bisogno, ascoltare un’arte”.

**Sabato 26 settembre dalle 10 alle 12**, nei Giardini Sambuy **Eric Minetto**

accompagna il pubblico in un’esperienza di ascolto e respiro.

*Ingresso gratuito. Prenotazione obbligatoria: [giardinoforbuto@gmail.com](mailto:giardinoforbuto@gmail.com) | 3356304455 | 3351462955. In replica domenica 27/9 stesso orario.*

10.30 – 13.30 il Circolo dei lettori, Sala Grande

**[HARA, PUNTO DI EQUILIBRIO](#)**Con **Andrea Loreni**, funambolo

Un respiro lento e profondo, una postura corretta e la giusta tensione che spinga verso l’alto e contemporaneamente radichi a terra. Questi gli elementi necessari per essere nello Hara, area energetica situata pochi centimetri sotto l’ombelico: punto d’equilibrio su cui lavorare per quietare la mente, trovare il proprio centro e, per i più temerari, avventurarsi su un filo sospeso in sala.

L’appuntamento è con **Andrea Loreni**, funambolo, **sabato 26 settembre dalle 10.30 alle 13.30** al Circolo dei lettori.

*Si raccomandano abiti comodi, doppie calze, tappetino.*

10.30 – 12.30 Galleria 57

**RESPIRA LA MENTE E IL CORPO**con **Emanuela Genesio**, insegnante yoga

Imparare ad ascoltare il respiro è uno degli investimenti più preziosi che possiamo regalarci per ottenere benessere e longevità. Una lezione teorico-pratica per sperimentare i benefici del respiro consapevole attraverso tecniche estrapolate dal prāṇāyāma e dal Qi Gong terapeutico, e scoprire le basi filosofiche e anatomiche degli esercizi proposti. **Sabato 26 settembre dalle 10.30 alle 12.30 Emanuela Genesio**, insegnante yoga, tiene un incontro sull’ascolto del respiro a Galleria 57.

*Ingresso gratuito. Posti limitatissimi. Si raccomandano cuscino da meditazione e coperta.*

14.30 – 17.00 il Circolo dei lettori, Sala Gioco

**[IL CANTO BIZANTINO E GLI OTTO MODI DEL RESPIRO](#)**

con **Irene Rotondale**, cantore liturgico e musicoterapista e **Iossif Restagno**, protopresbitero della chiesa greco-ortodossa di Torino

Attraverso il canto liturgico e l’uso del corpo, un percorso spirituale e culturale alla scoperta della preghiera cristiana delle origini e di una tradizione canora che nel corso dei secoli si è conservata immutata. Al Circolo dei lettori **sabato 26 settembre dalle 14.30 alle 17.00** il pubblico si addentra nell’armonia del canto Bizantino con **Irene Rotondale**, cantore liturgico e musicoterapista e **Iossif Restagno**, protopresbitero della chiesa greco-

ortodossa di Torino.

*Non sono richieste precedenti esperienze di canto.*

### **Domenica 27 settembre**

8.30 – 10.00 Arco Monumentale (ingresso Parco del Valentino)

#### **[ALLENARSI CON PLATONE E NIETZSCHE](#)**

con **Simone Regazzoni**, filosofo

All'apparenza antitetici, Platone e Nietzsche sono vicinissimi su un punto: concepiscono la filosofia come messa in gioco del corpo, come esercizio fisico. Prendendo spunto dalle pagine delle loro opere, un allenamento filosofico all'aria aperta, nel Parco del Valentino **domenica 27 settembre dalle 8.30 alle 10.00** con **Simone Regazzoni**, per esercitare equilibrio, forza, coordinazione e imparare la "respirazione tattica".

*Si raccomandano tenuta sportiva e scarpe da ginnastica.*

10.00 – 13.00 e 15.00 – 18.00 piscina Galileo Ferraris - Aquatica Torino

#### **[APNEA STATICA, RILASSAMENTO E RESPIRO](#)**

con **Giulio Caresio**, istruttore e responsabile di Zona Apnea Academy e maestro federale di Apnea Fipsas e altri Istruttori Della Scuola Mondapnea In collaborazione con Scuola Mondapnea Torino e Aquatica Torino Un'esperienza magica per toccare con mano come l'acqua e l'atto di trattenere il respiro possano favorire il rilassamento e creare lo stato fisico e mentale ideale per respirare al meglio, **domenica 27 settembre dalle 10.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 18.00** nella piscina Galileo Ferraris - Aquatica Torino con **Giulio Caresio**, istruttore e responsabile di Zona Apnea Academy e maestro federale di Apnea Fipsas E Altri Istruttori Della Scuola Mondapnea. *Posti limitatissimi. Si raccomandano accappatoio, costume, cuffia, ciabatte, borsoni da portare a bordo vasca. Consigliati tappetino, maschera o occhialini. Obbligatorio esibire certificato medico sportivo. La quota di iscrizione comprende anche la tessera sociale Mondapnea Torino, che dà diritto a partecipare alle attività della scuola per la stagione 2020-21 e a uno sconto del 20% sulle attività di Aquatica Torino.*

*In replica nel pomeriggio con orario 15.00 – 18.00*

15.00 – 17.00 il Circolo dei lettori, Sala Gioco

#### **UN GIORNO MORIREMO, MA TUTTI GLI ALTRI GIORNI NO**

con **Caterina Giavotto**, tanatologa e **Emanuela Pluchinotta**, psicologa La morte sorprende, imbarazza, terrorizza: è il grande tabù della nostra epoca, ma anche l'unica certezza. Come imparare a confrontarsi con il limite estremo? Attraverso il respiro e la meditazione. Un laboratorio interdisciplinare per imparare a vivere pienamente alla luce della nostra condizione mortale con **Caterina Giavotto**, tanatologa e

#### **Potrebbe interessarti anche:**

- ▶ **[La Grande invasione 2020, a Ivrea torna il Festival della lettura. Il programma completo](#)**
- ▶ **[A Venaus una settimana di eventi con Elio Germano, Cristiano Godano e Franki Hi Nrg](#)**
- ▶ **[Salone del Libro di Torino 2020: gli scrittori vanno online dal 14](#)**