

“CONOSCI TE STESSO” “AUTOCURARSI” (ΓΝΩΘΙ ΣΑΥΤΟΝ-NOSCE TE IPSUM)

Introduzione

Sul tempio di Delfi era scritto: “Conosci te stesso”, “Nulla di troppo”. Questo è il messaggio per ognuno di noi.

il cammino per conoscere se stessi ci porta nella profondità della nostra mente a chiederci come nasce un pensiero? Come nasce un desiderio? Quando arriviamo sulla terra alla nostra nascita partiamo da un punto zero o siamo già inseriti in una storia che ci condiziona e ci coinvolge? Qual è il ruolo della memoria? Il ruolo delle emozioni? Chi sono io? come nasce uno stato d’animo? Ecco il percorso che insieme esploreremo per comprendere se esiste uno spazio di azione non condizionato, libero da opinioni e pregiudizi.

Obiettivi

- Esplorare se esiste uno spazio per un’azione non condizionata.

- Scoprire il fascino della ricerca.
- Creare una relazione autentica con se stessi e con gli altri.
- Esplorare lo spazio che esiste nel nostro cervello.

Destinatari

“Ti avverto, chiunque tu sia. Oh tu che desideri sondare gli Arcani della Natura, se non riuscirai a trovare dentro te stesso ciò che cerchi, non potrai trovarlo nemmeno fuori. Se ignori le meraviglie della tua casa, come pretendi di trovare altre meraviglie?
In te si trova occulto il Tesoro degli Dei. Oh! Uomo conosci te stesso e conoscerai l’Universo e gli Dei.”

Durata

le sessioni si svolgeranno in 10 incontri, ognuna della durata di due ore.

Metodologia

Dialogo socratico.
Gli incontri avranno una parte teorica di introduzione e una parte di esercizio pratico.