

Sabato  
7 Marzo  
ore  
14,30/17,30

## Volere è Potere



Allenare la Volontà  
Per Sperimentare La Libertà

Scoprire di avere una volontà significa diventare un soggetto attivo che può scegliere. È possibile paragonare la Volontà ad un direttore d'orchestra. Se immaginiamo la nostra personalità come una grande orchestra costituita da una moltitudine di musicisti, il ruolo della Volontà diventa quello di dirigere ed armonizzare il gruppo musicale al fine di far emergere un'armonia, una sintesi armonica dal tutto che all'inizio appare come disomogeneo. In questo laboratorio, attraverso esercizi, visualizzazioni ed altro potremo acquisire qualche strumento per la nostra crescita.

A cura di Roberta Mauri, counsellor in psicosintesi

Iscrizione almeno 7 giorni prima dell'evento

Per informazioni:

cell. 339 890 7324 (Ettore) - 320 1540671 (Luisa)



## I CHING

Conferenza a cura del Sac. Vittorio Lo Valvo d.R.

«Esamina dapprima le parole, medita tutto ciò che esse intendono, le norme fisse allora si palesano. Se tu però non sarai l'uomo giusto, a te il significato non si svela.»

Martedì  
10 Marzo  
ore 20,45  
Ingresso libero

La teoria che sta alla base dell'I Ching (come anche della filosofia cinese) è proprio quella secondo cui *tutto è in continuo mutamento*. Questo incessante mutamento è però la conseguenza di un principio di coerenza interna dell'universo, secondo cui un gesto apparentemente casuale è in realtà connesso ed espressione di una tendenza universale. Si tratta di un'idea di connessione che ha caratterizzato non solo la filosofia cinese, ma anche quella occidentale. Basti pensare che nel 1952, 3000 anni dopo la stesura del Libro dei Mutamenti, il filosofo Carl Gustav Jung teorizzò la Sincronicità servendosi proprio dei principi dell'I Ching.

# I RICOSTRUTTORI

Sede di  
GENOVA



Vico Del Pesce 1 Genova Sturla  
Tel. 339 890 73 24

Programma Iniziative

Gennaio - Marzo

# 2020

I CHING

Meditazione e Neuroscienze  
Respirazione Consapevole  
Costellazioni Familiari  
Autoformazione Psicosintesi  
YOGA

# COSTELLAZIONI FAMILIARI E SISTEMICHE

Conferenza di presentazione  
Ingresso libero

Venerdì 24 Gennaio ore 20,45



Sabato  
25 Gennaio  
ore 9,30/18

## WORKSHOP

Gradita la preiscrizione

Conduce la Dott.ssa Cristina Fara, biologa, ha frequentato sessioni di lavoro con dott. B. Hellinger, dott. L. Macaniello, dott. G. Place e di altri specialisti per approfondire la propria esperienza professionale e umana.

Con l'espressione Costellazioni Familiari e Sistemiche si intende alludere a qualsiasi gruppo umano stabile a partire dalla famiglia. Il Dott. Bert Hellinger, psicoterapeuta tedesco di fama internazionale, ha scoperto e messo in atto un metodo che consente di svelare dinamiche nascoste all'interno della famiglia o di un contesto sociale, facendo quindi emergere le origini del conflitto.

Durante l'intervallo di pranzo si consumerà ciò che ogni partecipante porterà di vegetariano ed analcolico

Lunedì  
27 Gennaio  
ore 20,45  
Ingresso libero



## Meditazione e Neuroscienze

Gli effetti psicofisici della meditazione

Conferenza a cura del Dott. Arcangelo Giordano  
medico chirurgo, omeopata, agopuntore.

Il Dott. Giordano spiegherà, supportato da decine di articoli comparsi sulle più famose e accreditate pubblicazioni scientifiche e dalla sua personale esperienza, come la Meditazione agisce in tutti i piani del nostro essere, rendendoci maggiormente consapevoli e migliorando la nostra esistenza.

## WORKSHOP

Gradita la preiscrizione

Domenica  
23 Febbraio  
ore 10/12,30

## Respirazione Consapevole

Conduce il tenore Andrea Antonietti

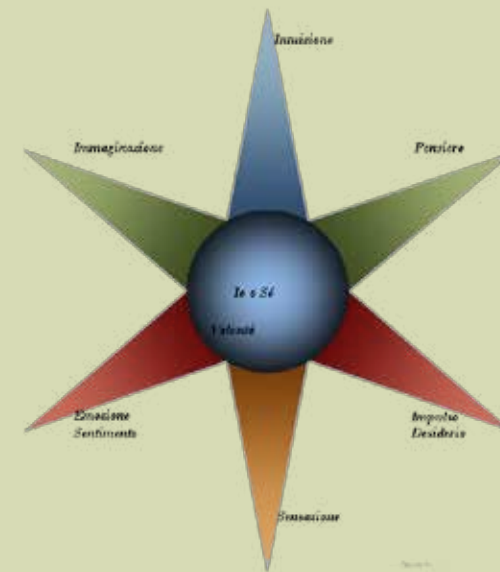


Breve percorso per individuare gli elementi di base per rendere il respiro strumento di benessere psicofisico, con particolare riferimento alle caratteristiche delle due fasi della respirazione: la respirazione meccanica o esterna e la respirazione cellulare o interna, focalizzandosi sulla interrelazione tra iperventilazione e ruolo dell'anidride carbonica

## Laboratorio di Autoformazione

### Esploriamo La Nostra Stella

Sabato  
15 Febbraio  
ore  
14,30/17,30



A cura di Roberta Mauri, counsellor in psicotesi

Attraverso la stella delle funzioni osserviamo, giochiamo e lavoriamo. Sensazioni, impulsi, emozioni, pensieri, immagini ed intenzioni, le nostre funzioni psichiche, se usate in modo armonico, possono costruire, creativamente, il nostro futuro personale e di relazione

Iscrizione almeno 7 giorni prima dell'evento