



“La vera scoperta non è
trovare nuove terre, ma
vederle con nuovi occhi”

Marcel Proust

Perché crediamo ciò che crediamo?
Perché ci comportiamo
come ci comportiamo?
In che modo prendiamo le decisioni
che ci sembrano giuste?
Come definiamo ciò che è possibile
e ciò che non lo è?
Come possiamo scoprire ciò che oggi
ci è inaccessibile?
Conoscere è libertà!

Il Mondo che non Vedo

Una breccia nei molti pregiudizi
attraverso cui conosciamo il mondo

IV EDIZIONE

“Non vediamo le cose come sono, le vediamo come siamo”
Talmud



Il percorso nasce con l'intento di offrire uno spazio di riflessione sul nostro modo di percepire la realtà, noi stessi e gli altri. Uno spazio per imparare a porsi domande che consentano di ampliare la sfera del benessere, il senso di efficacia e la consapevolezza del proprio potenziale inespresso, per ricercare, così, nuove prospettive possibili e ritrovare una rinnovata vitalità.

Affrontare tematiche inerenti il processo decisionale, che permette di orientarci più o meno liberamente nel mondo, consente di aprire nuovi spazi di azione e ampliare il campo delle opportunità che saremo in grado di scorgere.

L'obiettivo è promuovere un'esperienza di riflessione in merito alla conoscenza e al condizionamento, che miri ad un graduale processo di ampliamento della prospettiva, verso un cammino di maggiore libertà, responsabilità e pace.

Il percorso formativo, **gratuito per i soci Arcoltris**, si avvale di un approccio interdisciplinare e, in questa IV edizione, desidera ampliare il tema del condizionamento nel processo decisionale e nelle relazioni, per scoprire come funzioniamo, migliorare la relazione con noi stessi e gli altri e allenarci a vedere con maggiore flessibilità. In quanto, solo imparando a vedere ciò che rimane nascosto ci dotiamo di un nuovo paio di lenti e possiamo renderci conto di quante cose ci siamo persi finora.

SABATO 15 FEBBRAIO 2020

1. La realtà inventata. La raccolta e la selezione delle informazioni come processo di adattamento e di evoluzione. L'incapacità della mente di percepire l'ambiente per ciò che è. La mappa non è il territorio.

SABATO 29 FEBBRAIO 2020

2. A ciascuno la propria mappa. Lo studio dell'esperienza soggettiva. Il ruolo dell'interpretazione e i rischi della comunicazione. Trasformare la nostra rappresentazione del mondo. Esercizi per la libertà mentale.

SABATO 21 MARZO 2020

3. “Ti vedo come mi sento!” Stati mentali e percezione. Usare il cervello per stare meglio. Cambiamenti di stato. Gli “stati risorsa”. Scoprire e migliorare il proprio inner game.

SABATO 4 APRILE 2020

4. Come diventiamo ciò che siamo? Il “libretto delle istruzioni” della tua macchina biologica. Schiavi delle abitudini. L'origine della programmazione. Il potere del subconscio, delle convinzioni e dei valori. Inevitabilmente condizionati.

“La credenza che la realtà che ognuno vede sia l'unica realtà è la più pericolosa di tutte le illusioni”

Paul Watzlawick

SABATO 2 MAGGIO 2020

5. A tua insaputa. Il fantasma dietro le quinte. La natura del condizionamento. L'amata zona comfort e le difficoltà a cambiare. Oltre i limiti del nostro pensiero storico e culturale.

SABATO 16 MAGGIO 2020

6. Usare il cervello per comprendere l'altro: al di là del pregiudizio. Ti presento la mia mappa. Un mondo di specchi. Costruiamo gli altri in base a ciò che siamo. Imparare ad ascoltare: un gesto di presenza. Programmati per sentire l'altro?

SABATO 30 MAGGIO 2020

7. Salta al posto di comando. Oltre gli automatismi e la programmazione. Il ruolo della presenza mentale e della consapevolezza. Puoi essere felice qualunque cosa accada. Un atto di presenza. Superare le proprie credenze. Ampliare lo spazio del possibile.

SABATO 13 GIUGNO 2020

8. L'arte di cambiare. Il mondo che intravedo. Un salto nel vuoto. Accettare la sfida. Un passo alla volta verso la piena Responsabilità e l'agognata Libertà.

Tutti gli incontri si terranno **dalle 15 alle 19** in via Barbolani 26 a **Marina di Pisa**.

Iscrizioni entro e non oltre il **7 febbraio 2020** scrivendo a **progettoremedio@gmail.com** o contattando Ivan al **3406475799**

“Nessuno è più schiavo di chi si crede libero e non lo è” Goethe