

Organizzato da Le Vie cultura in collaborazione con Philo - Pratiche filosofiche e Centro yoga le Vie

Sede del seminario: Centro Yoga Le Vie - via d'Azeglio 35, Bologna

Ciclo: Pratiche filosofiche e Meditazione

Esercizi spirituali e Pratiche filosofiche

Domenica 29 ottobre dalle 10,30 alle 16

L'ESERCIZIO DELLA LECTIO FILOSOFICA E LE CINQUE REGOLE DELLA COMUNICAZIONE BIOGRAFICO-SOLIDALE

Conduce **Lucio Belloi**
Interviene **Michele Bovo**



Verranno presentate e praticate le fasi fondamentali della Lectio Filosofica a partire da testi significativi su cui concentrare la propria attenzione. Il fine è quello di lasciarsi interrogare dal testo stesso, confrontarlo con la propria esperienza, e di cogliere elementi che possano contribuire ad una riflessione sulla propria esperienza/condotta di vita, favorendo l'individuazione di possibili cambiamenti da intraprendere. In sostanza, il metodo della Lectio filosofica viene proposto come prassi di trasformazione e di crescita individuale.

Le Cinque Regole della comunicazione biografico-solidale

Nell'ambito delle pratiche filosofiche di gruppo, le 5 regole favoriscono l'arricchimento reciproco attraverso la valorizzazione delle differenze, cioè attraverso un confronto dialogico che privilegi: il riportare a sé (alla propria esperienza) quanto si comunica, lo scambio libero di esperienze che non si riduce ad una mera contrapposizione di tesi, il rispetto e l'empatia verso l'altro evitando la sovrapposizione di proprie interpretazioni a ciò che l'interlocutore esprime, l'apprezzamento di punti di vista differenti, anche quando percepiti come inconsueti od ostici, e la contestuale sospensione del giudizio che favorisce la consapevolezza e l'emersione dei propri lati d'ombra.

L'esercizio praticato in gruppo prevede:

- Lettura e contestualizzazione del testo oggetto della Lectio
- Meditazione del testo, che si articola in diverse fasi di lavoro individuale dei partecipanti
- Uso della scrittura per annotare brevemente gli aspetti che ciascuno ritiene più significativi in relazione al lavoro richiesto
- Condivisione e confronto in gruppo sul lavoro svolto seguendo le Cinque Regole della comunicazione biografico – solidale, illustrate prima dell'esercizio.

Domenica 29 ottobre dalle 10,30 alle 16

Intervallo pranzo 13-14

N. minimo 6 partecipanti

Costo 45 euro

Per iscriversi inviare una mail a leviecultura@gmail.com, almeno 10 giorni prima dell'incontro. Le quote versate in anticipo non saranno rimborsate in caso di mancata partecipazione al laboratorio, con la sola eccezione di sospensioni decise unilateralmente da Le Vie e Philo.

Lucio Belloi Laureato in filosofia e già docente di liceo in materia. E' stato responsabile delle attività culturali della Fondazione San Carlo di Modena e direttore di Isfod srl – Istituto per la Formazione dei Dirigenti della Pubblica Amministrazione regionale e locale. Attualmente è formatore e consulente di organizzazione, gestione delle risorse umane e comunicazione. Ha frequentato il corso in Analisi Biografica ad Orientamento Filosofico presso Philo – Scuola Superiore di Pratiche Filosofiche.

Michele Bovo Incontra la pratica della meditazione nel 1984. Da allora si dedica all'approfondimento della pratica e allo studio delle tradizioni contemplative prevalentemente buddhiste. Dal 2006 partecipa a ritiri residenziali e corsi di Meditazione Vipassana organizzati da vari centri legati sia alla tradizione Mahayana che Theravada, sotto la guida di maestri come Ghesce Tenzin Tempel, Ghesce Ciampa Ghiatzoe insegnanti tra cui Oliviero Rossi, Mario Tannavaro, Andrea Cappellari. Nel 2012 ottiene l'abilitazione come Istruttore Mindfulness per applicare i protocolli MBSR.

www.yogalevie.it
www.scuolaphilo.it