

## Scheda aggiornamento

Titolo dell'aggiornamento	Seminario "In assenza di gravità. La via della rappacificazione con se stessi".
Ente erogante	SHINUI - CENTRO DI CONSULENZA SULLA RELAZIONE
Durata espressa in ore	8
Tipologia di corso	<input type="radio"/> In presenza <input checked="" type="radio"/> FAD <input type="radio"/> Mista
Date e orari di svolgimento	Sabato 1 febbraio 2020, dalle 09:30 alle 17:30.
Sede di svolgimento	Centro La Porta - Fondazione Serughetti, viale Papa Giovanni XXIII n. 30 a Bergamo.
Costo onnicomprensivo	80,00 euro <input checked="" type="radio"/> + IVA <input type="radio"/> IVA inclusa <input type="radio"/> IVA esente
A chi si rivolge	<input type="radio"/> Solo a counselor <input checked="" type="radio"/> A counselor e altre tipologie di professionisti
Numero massimo di partecipanti	50
Responsabile didattico dell'aggiornamento	CECILIA EDELSTEIN
Nominativo/i del/dei formatore/i	TIZIANA MANTOVANI Mediatrice familiare, counselor sistemico relazionale, formatrice e supervisore CNCP, didatta A.I.M.S. e membro del comitato scientifico del Master in Mediazione Familiare dell'Università di Verona. Insegnante certificata di meditazione secondo il Sistema creato da Sajeewa Hurtado, da anni si dedica alla ricerca interiore e conduce percorsi individuali e di gruppo volti all'introspezione e all'evoluzione personale e relazionale. Per ulteriori informazioni si rimanda al sito.
Metodologia didattica	<input type="radio"/> Teorica <input type="radio"/> Esperienziale <input checked="" type="radio"/> Mista
Documento rilasciato al discente	Attestato contenente le ore e il programma svolto con evidenziati gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling
Materiale didattico consegnato al discente	<input type="radio"/> Dispense <input type="radio"/> Materiale audio/visivo <input checked="" type="radio"/> Altro <input type="radio"/> Nessun materiale
Modalità di richiesta informazioni	Tramite il sito <a href="http://www.shinui.it">www.shinui.it</a> , inviando un'e-mail a <a href="mailto:segreteria@shinui.it">segreteria@shinui.it</a> , oppure telefonando allo 035 241039.

Programma dettagliato del corso

Le situazioni relazionali passate o presenti che non ci danno pace assumono in noi la forma del senso di colpa, del rimpianto/rimorso, debito/credito, vittima/carnefice... e vanno ad abitare la nostra parte oscura. Sono zavorre che ci rendono "pesanti" e costituiscono un sabotaggio al nostro cammino evolutivo.

Durante la giornata, aiutati dalla visione sistemica e sostenuti da piccoli esercizi, i partecipanti verranno condotti verso la leggerezza che si può manifestare solamente prendendo quelle situazioni tra le proprie mani e accogliendo la possibilità di sciogliere tutti i vincoli che ne derivano.

Si proverà insieme a fare un primo passo di questo percorso e per farlo si starà profondamente a contatto con il proprio corpo e con ciò che in esso si manifesta, con la forza di gravità che ci tiene ancorati al suolo e ci impedisce di fluttuare nell'aria e nella vita.

Ci saranno brevi momenti di meditazione, scoprendo che la meditazione fa già parte della nostra vita senza che noi lo sappiamo.

Trovare pace e perdono verso di sé richiede il coraggio di tuffarsi nella propria oscurità per "ripartorirsi" dal buio del proprio utero e, letteralmente, venire alla luce.

Varie