

Percorso Comunicare con Empatia: Liberare la Corrente del Tempo Futuro



Io sento la mia sorte, la mia sorte mi trova.
Io sento la mia stella, la mia stella mi trova.
Io sento le mie mete, le mie mete mi trovano.
La mia anima e il mondo sono uno.
La vita, si fa più chiara attorno a me,
La vita, si fa più carica per me,
La vita, si fa più ricca dentro me.

Questo sarà un seminario con lo scopo generale di migliorare la comunicazione e permettere maggiore connessione interpersonale. Si svilupperà attraverso l'approccio chiave della Comunicazione Nonviolenta (Marshall Rosenberg) la comprensione dei sette processi vitali nella loro metamorfosi animico/sociale, pratiche prese dall'Apprendimento del Destino (Coen van Houten) ed altre fonti antroposofiche. Gli approcci e tecniche adottate sono mezzi e tappe per acquisire una nuova conoscenza delle forze del destino che intessono la nostra vita.

Ogni incontro, ogni evento, ogni piacere o dispiacere può diventare un'occasione per cambiare, crescere, migliorare le nostre relazioni personali, liberare karma futuro, oppure il contrario di tutto ciò. La

parola, si sa, è un'arma a doppio taglio. Come possiamo usarla in modo Michaelico?

La meta, riassunta brevemente, è quella di evolvere da un approccio metodologico prescritto ad una nuova coscienza. Lo scopo ultimo è quello di smettere di interpretare ciò che la vita ci porta e cominciare a vivere nel presente con la serenità di vivere accettando ciò che è. La vita stessa ci mostrerà le forze del destino al lavoro, non le nostre speculazioni. Questo è il cammino che ci porta da interesse / tolleranza a empatia / accettazione.

Connettere più profondamente con le forze in opera nel nostro destino significa aumentare la nostra capacità di:

- Comunicare effettivamente e mantenere connessione anche quando c'è tensione e conflitto; sapere quali trappole evitare
- Espandere la nostra immaginazione morale (coscienza) mettendola in pratica attraverso tecnica morale (metodo)
- Comunicare tra se superiori, piuttosto che tra doppi
- Aumentare la nostra capacità di celebrare ciò che il destino ci apporta giornalmente
- Percepire i nostri divari/tensioni/conflitti in base alle espressioni di sentimento e di volontà
- Favorire la corrente del karma futuro, quella che ci permette di superare ostacoli e creare liberamente (condurre "atti più liberi")

"Ora, se si fanno gli esercizi descritti nel mio libro, *La conoscenza dei mondi superiori e il suo raggiungimento*, e si riesce così a opporre la propria deliberata quiete interiore a questo movimento in cui si è coinvolti in ogni atto di volontà, se—per metterlo in un quadro che può essere applicato a tutte le attività di volontà—si riesce a mantenere l'anima ferma mentre il corpo si muove attraverso lo spazio, si riesce ad essere attivi nel mondo mentre l'anima rimane tranquilla, mentre essa svolge un'attività e allo stesso tempo la osserva silenziosamente, allora il pensiero permea la volontà proprio come la volontà fu precedentemente soffusa di pensiero [come si fa nel lavorare, ad esempio, con i contenuti di *La Filosofia della Libertà*]. (Rudolf Steiner, conferenza del 6 febbraio 1923 a Stoccarda, nel ciclo "Formazione di Comunità")

Yáò

vi annuncio un seminario che si terrà da fine settembre a dicembre. Tra una settimana o due avrò tutta l'informazione sul mio sito internet. Sopra troverete annesso un documento con i dettagli

Qui