



SEMINARIO

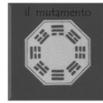
Al di là
del
confine



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

1



AUTOMATISMI

L'individuo
agisce in base
ai propri riflessi
automatici



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

2



AUTOMATISMI

Convinzioni
profondamente radicate
scatenano reazioni
emotive incontrollate

- ✓ alcuni razionalizzano a posteriori (la mia scelta!)
- ✓ altri non ricorrono all'autoinganno...se ne fregano



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

3



AUTOMATISMI

L'individuo non è
disposto ad affrontare i
propri problemi.
Sono presenti anche in
persone evolute, in
quanto spesso alcune
aree della coscienza
sono offuscate



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

4



LA CECITA'...COSTA!

Conseguenze

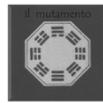
- ✓ soffocamento della capacità di dare e ricevere
- ✓ limitazione delle possibilità dello spirito e della vita



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

5



AL DI LA' DEGLI AUTOMATISMI

Possiamo
diventare coscienti
dei nostri riflessi
automatici



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

6



AL DI LA' DEGLI AUTOMATISMI

Vengono portati alla luce:

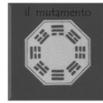
- ✓ sotterfugi
- ✓ razionalizzazioni
- ✓ autoinganni
- ✓ giustificazioni



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

7



AL DI LA' DEGLI AUTOMATISMI

L'automatismo,
divenuto cosciente,
non è più un
automatismo



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

8



AL DI LA' DEGLI AUTOMATISMI

Certi automatismi si
superano abbastanza
facilmente.

Per altri si continua a
rimanere ciechi ancora
a lungo.



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

9



AL DI LA' DEGLI AUTOMATISMI

Riconoscendo

- ✓ conclusioni erranee
- ✓ emozioni distruttive
- ✓ tendenza all'auto inganno
- ✓ mancanza di integrità



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

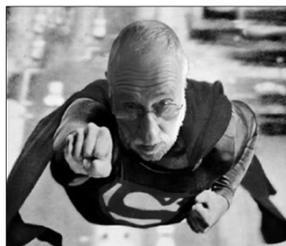
10



AL DI LA' DEGLI AUTOMATISMI

Ci riesce difficile perché

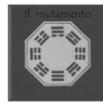
- ✓ Non vogliamo affrontare resistenze e paure
- ✓ Non vogliamo rinunciare ad apparire migliori di quello che pensiamo di essere.



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

11



LA VANITA'

Amiamo considerarci
più evoluti
e più liberi
di quanto siamo



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

12



LA VANITA'

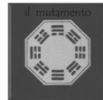
Più neghiamo la nostra realtà, più soffriamo
Potremmo facilmente evitare queste sofferenza inutili se fossimo più sinceri e onesti con noi stessi



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

13



IN CAMMINO

L'individuo preferisce agire in modo cieco ed automatico e trovare false giustificazioni per il proprio comportamento



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

14



IN CAMMINO

Nel momento in cui ci rendiamo conto di essere governati da false idee, non agiamo più ciecamente e automaticamente
Questo richiede esercizio e volontà!



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

15



IN CAMMINO

Un esempio di automatismo?

L'ostilità

- ✓ Espresa apertamente e riversata sugli altri
- ✓ Repressa e soffocata e riversata contro se stessi



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

16



1° PASSO CONSAPEVOLEZZA

Quando un individuo prende coscienza della propria ostilità cessa di reagire in modo automatico.



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

17



1° PASSO CONSAPEVOLEZZA

Ma anche se riconosce che l'ostilità determina alcuni aspetti del suo comportamento, non è detto che ne comprenda il perché



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

18

 **AL DI LA' DELLA
CONSAPEVOLEZZA**

E' necessario capire

- ✓ i motivi della sua esistenza
- ✓ le cause che la generano
- ✓ le situazioni del passato che ancora oggi la scatenano
- ✓ le false convinzioni su cui è basata



29/01/2012 associazione IL MUTAMENTO 19

 **2° PASSO
COMPrensIONE**

Comprendere significa saper dare risposte a tutte queste domande.

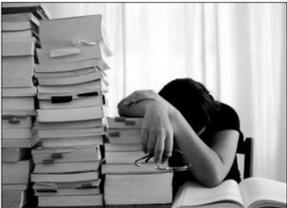
Le risposte non sono imparate a memoria ma sono ricavate dall'esperienza personale vissuta realmente



29/01/2012 associazione IL MUTAMENTO 20

 **2° PASSO
COMPrensIONE**

In quale misura siamo impegnati a comprendere ciò di cui siamo diventati consapevoli?



29/01/2012 associazione IL MUTAMENTO 21

 **2° PASSO
COMPrensIONE**

E' possibile che raggiungiamo la comprensione in determinate aree, mentre in altre non riusciamo a superare la resistenza ad affrontare le reazioni automatiche



29/01/2012 associazione IL MUTAMENTO 22

 **COMBINAZIONE DI
LIVELLI**

Possiamo scoprire un automatismo, ma continuare a reagire ciecamente senza saperlo



29/01/2012 associazione IL MUTAMENTO 23

 **COMBINAZIONE DI
LIVELLI**

Possiamo avere una fugace intuizione su noi stessi, ma poi conservarne solo il ricordo, che riprenderà vita solo quando ammetteremo di avere ancora meccanismi automatici dentro di noi.



29/01/2012 associazione IL MUTAMENTO 24



COMBINAZIONE DI LIVELLI

Non succede mai che un individuo, nel raggiungere un nuovo stadio, si lasci completamente alle spalle gli stadi precedenti, oppure che si trovi del tutto bloccato allo stadio più basso.



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

25



AL DI LA' DELLA COMPrensIONE

Comprendiamo quando ci rendiamo conto che le convinzioni limitanti e le emozioni distruttive sono dannose perché generano illusioni e ci allontanano dalla realtà



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

26



AL DI LA' DELLA COMPrensIONE

Ma comprendere non vuol dire conoscere il senso



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

27



3° PASSO CONOSCENZA

Non significa soltanto comprendere le cause e gli effetti delle immagini e dei malintesi, ma sapere che al di là delle conclusioni sbagliate vi sono sempre quelle giuste.



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

28



3° PASSO CONOSCENZA

Sono sempre solo l'errore e l'ignoranza causare infelicità, disarmonia e confusione, nient'altro potrebbe produrle



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

29



CONOSCERE IL SENSO

Quando scopriamo il senso dietro a un nostro particolare errore che iniziamo a comprendere, comincia a succedere qualcosa dentro e intorno a noi



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

30



CONOSCERE IL SENSO

Non giungiamo a questa conoscenza studiando teorie o leggendo libri, anche se trattano argomenti spirituali



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

31



CONOSCERE IL SENSO

Possiamo arrivarci soltanto permettendoci di crescere andando al di là degli automatismi, della consapevolezza e della comprensione.



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

32



CONOSCERE IL SENSO

Quando il cammino personale segue questo percorso raggiungiamo la parte più profonda del nostro essere e inizia ad apparirci evidente il senso che sta dietro a tutte le cose



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

33



USCIRE DALLA SOFFERENZA

Quando scopriamo la verità che sta dietro all'illusione...



29/01/2012

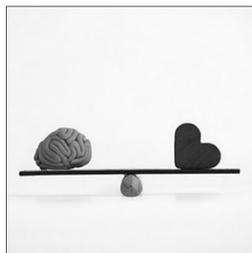
associazione IL MUTAMENTO

34



USCIRE DALLA SOFFERENZA

- ✓ il dualismo viene trasceso
- ✓ allo squilibrio psichico si sostituisce l'equilibrio
- ✓ confusione, disordine, conflitto fanno posto all'ordine e all'unità



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

35



USCIRE DALLA SOFFERENZA

Tutto ciò genera emozioni sane e pensieri costruttivi che si traducono in un nuovo modo di agire.



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

36



CHE ASPETTIAMO?

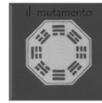
E' indispensabile che siamo noi a prendere l'iniziativa di crescere, attraversando questi livelli...



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

37



CHE ASPETTIAMO?

- ✓ La consapevolezza dei riflessi automatici
- ✓ La comprensione del motivo per cui esistono e dei loro effetti
- ✓ La scoperta della verità che si nasconde dietro di essi



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

38



CHE ASPETTIAMO?

Aspettare i miracoli significa ignorare che tutto è miracoloso...
noi compresi!



29/01/2012

associazione IL MUTAMENTO

39