



Conferenza e Corso



Meditazione e Mente



RELATORE: DEMETRIO BATTAGLIA - *LIBERO* RICERCATORE E FORMATORE

Come funziona la Mente?

Conosciamo il funzionamento degli oggetti che ci circondano, conosciamo tutte le funzioni del nostro Smartphone o del Televisore, ma **sappiamo poco o nulla** della nostra **Mente**:

Come nascono i nostri **Pensieri**?

Come formuliamo le nostre **Idee**?

Non siamo in grado di disciplinare la mente perché nessuno ci ha mai insegnato a farlo.

Ansia, iperattività mentale, distrazione, incapacità di concentrazione, mancanza di lucidità e di memoria sono alcuni dei sintomi che manifestano l'incapacità di utilizzare al meglio il più meraviglioso strumento di cui siamo dotati.

[...]Se non conoscete la vera natura della mente, non riuscirete mai a risolvere nessuno dei problemi che assillano la vostra vita. Potete sforzarvi, ma siete destinati a fallire. La mente è l'unico vero problema. Quindi anche se risolverete questo o quel problema, non servirà a nulla, perché la radice rimarrà intatta[...]
(La Natura della Mente - Osho)

Cos'è la Meditazione?

Nel corso della serata **sfateremo leggende e false informazioni** sulla **Meditazione** e sul funzionamento del mondo dei pensieri e delle idee.

Vi proponiamo un viaggio alla scoperta della **Meditazione**, una **disciplina millenaria** che la maggior parte delle civiltà nel mondo ha conosciuto e praticato.

*La Meditazione non è una pratica saltuaria
né una disciplina estemporanea.
La Meditazione è uno stile di vita.*