



Associazione Culturale
Strada Maggiore 24 - 40125 Bologna
P. Iva 03529801205 - C.F. 91365850378
tel. 348.0001064 - presidenza@errorday.it

Amare e cose dell'altro mondo.

Interventi formativi, didattici e laboratoriali di Vittorio Riguzzi

Questo corso intende indagare sulla parola più pronunciata nella storia dell'umanità: "amore".

Cosa si nasconde dietro a questo sentimento? Fino a che punto l'inconscio e l'istinto muovono verso il desiderio dell'altro, e quando invece l'amore è invece un luogo delle mente e dello spirito? Quando si può parlare di sola emozione e quando di eros? Quali sono i condizionamenti della cultura e della società nelle nostre scelte di un partner e perché, se davvero lo vogliamo, cerchiamo qualcuno con cui condividere la vita prestandoci a sancire un patto che è così facile trasgredire? La relazione di coppia si fonda sull'amore o sul progetto? Quanto dura l'innamoramento? Siamo ancora disposti a rispettare i patti che impongono rinunce?

Vedremo quali sono i fattori dell'attrazione nelle specie animali (tra cui gli umani); quanto incide l'esperienza familiare nella nostra vita affettiva; quali sono i criteri di una scelta consapevole. E infine perché si possa amare autenticamente -e prima di tutto amare se stessi - è necessario *conoscere* se stessi: la conoscenza come atto d'amore è il passo più delicato e difficile.

Laboratori di visione e ascolto, test attitudinali e bias.

Vittorio Riguzzi <http://www.nuovaaccademia.altervista.org/DOCENTI/riguzzi.html>

Per imparare a comprendere:

- la differenza tra *emozioni primaria* e *sentimenti*
- il ruolo che le emozioni giocano nel nostro generale meccanismo di difesa e nel processo di adattamento alla realtà.
- la funzione che i sentimenti rivestono nella costruzione di relazioni durature.
- quali sono le varietà dell'amore nei diversi ambiti della vita (sociale, familiare, spirituale, materiale, ...) e quali sono le diversità che intercorrono tra amore, innamoramento, infatuazione, attaccamento, attrazione, seduzione, istinto, pulsione e bisogno dell'altro
- l'importanza del rapporto genitori-figli e come i primi anni della formazione siano un laboratorio fondamentale per la costruzione della coscienza personale, e per la nostra capacità di capire, perdonare e empatizzare con gli altri

- come liberarsi delle relazioni tossiche che continuiamo a tenerci legati a persone che ci rendono infelici
- come gestire senza impazzire i mezzi di comunicazione di cui non possiamo fare a meno e non farci fregare dalle forme inconsistenti della bellezza e dalle emozioni dirompenti: social media, spotify, porno, videogame.
- amore di sé e autorappresentazione tramite storie e selfie: chi siamo veramente quando entriamo in contatto reale con una persona che ci segue su Instagram;
- in che misura sia possibile parlare di “spontaneità” o di reazioni compulsive ai tanti condizionamenti culturali, e quanto invece possiamo usare la nostra libertà di scelta per costruire ciò che vogliamo essere nella vita.

Contatti

Marco Moscardi, amministrazione@errorday.it, tel. 338 6085979

Vittorio Riguzzi vittorio.riguzzi@fastwebnet.it tel. 347 4258583