

V ISKANJU IN SPOZNAVANJU SAMEGA SEBE

Zdi se, da življenje vse hitreje brzi mimo nas in občutki, da nimamo kontrole, ciljev ali smisla se vse pogosteje javljajo v našem vsakdanu. V želji po biti uspešni, sprejeti in ljubljani ter obenem izpopolnjeni in srečni se večina ujame v past uma, ki nas žene v nenehno tekmo s časom, sredstvi, ljudmi, in celo življenjem samim. V to tekmo se lahko ujamemo tako močno, da nismo več sposobni prepoznati svojega notranjega vodstva ali izkusiti resničnega miru, sočutja in iskrene ljubezni. Neprepoznavanje notranjega vodstva pa se, predvsem v mladih, dandanes kaže tudi v izjavah kot so "se še iščem" in "želim rešiti x svetovni problem". To "iskanje" pa je v večini primerov zgolj pokazatelj na pomanjkanje stika s samim seboj, nepoznavanje samega sebe in zmedenost.

Nevarnost razmišljanja o "samospoznavanju" je v tem, da kaj hitro zapademo v igro uma, ki v nas prebudi želje po in ideje o preroditvi samega sebe ter pompozni viziji za našo prihodnost. V resnici, pa nas ta način pelje le dlje po poti lastnega ujetništva, stisk in vse večje zmedenosti.

Po drugi strani, pa je prepoznavanje ujetosti v tekmo življenja v resnici lahko blagoslov, saj nam je dano zavedanje, da potrebujemo konkretno spremembo. In sicer, spremembo dojemanja lastnega obstoja ter potrebo, da se naučimo ta obstoj opazovati in izkušati na bolj čuječ in poslednično bolj spontan način. To pa nas neogibno pelje do prepoznavanja lastne poti in odgovornosti ter poguma, da ji vse bolj sledimo. Obenem pa začnemo izkušati polnost, lahkotnost in igrivost življenja, ki nam skozi našo spontanost nudi potrebne odgovore, rešitve in sredstva za izpolnjevanje naše vloge v odnosih, družbi in okolju.

Vabljeni vsi, ki:

- Se iščete ali ste zmedeni glede svoje življenjske poti.
- Veste kaj bi, pa ne najdete načina ali poguma.
- Čutite, da živite prazno in neizpopolnjeno življenje.
- Živate življenje polno stresa, anksioznosti ali razočaranj.

Na dvodnevni delavnici ***V Iskanju in Spoznavanju Samega Sebe*** se bomo v prvem delu podrobneje spoznali s konceptom samospoznavanja, ovirami na poti do samospoznavanja, konkretnimi primeri in praktičnimi usmeritvami ter vajami za bolj zavedne korake po tej poti. V drugem delu, pa bomo izmenjali izkušnje in spoznanja, ki jih boste izkusili tekom tedna in poiskali odgovore ter dodatne usmeritve, ki vam bodo pomagali bolj konkretno in samostojno stopiti na pot samospoznavanja.

Prvi del, prvi dan:

- Ovire in slepe ulice na poti samospoznavanja.
- Ustvarjanje prostora za nova spoznanja.
- Usmeritve na poti samospoznavanja.
- Praktične vaje za delo med srečanjema.

Drugi del, drugi dan:

- Izmenjava izkušenj, opažanj in spoznanj v času med obema srečanjema.
- Vprašanja in odgovori.
- Dodatne usmeritve za nadaljnje samostojno delo.

Kraj in čas:

Dom Krajanov Preddvor

Prvi del: 17. april 2019, od 17:30 do 19:30

Drugi del: 24. april 2019, od 17:30 do 19:30

Predavatelj: Mitja Žibert, osebni svetovalac na področju samospoznavanja in samopomoči.

Prispevek za obe delavnici: 10€

Prijave na:

- Telefon: 051 305 320
- Email: mitja@potmodrosti.si
- Obrazec na spletni strani: www.potmodrosti.si

Za pristnejši stik z udeleženci in kvalitetnejše delo, je število mest omejeno.

Več informacij o dogodku in predavatelju na www.potmodrosti.si

