



ESERCIZI SPIRITUALI PRATICHE FILOSOFICHE

ESERCIZI SPIRITUALI PRATICHE ANTICHE

- | | | | |
|----|-------|---|--------------------------------------|
| 1) | I.1 | Esercizio del capo | |
| 2) | II.1 | ascesi | } Concentrazione e rapporto con sé |
| 3) | II.2 | esercizio morte (più meditatio malorum) | |
| 4) | II.3 | esame di coscienza | |
| 5) | III.1 | Sguardo dall'alto | } Espansione io e rapporto col cosmo |
| 6) | III.2 | Espansione nel cosmo | |
| 7) | III.3 | Natura | |
| 8) | IV.1 | Rapporto con il maestro | |
| 9) | V.1 | Rapporto con gli altri | |

ESERCIZI ACCADEMICI

- 10) VI.1 Studio/ricerca
- 11) VI.2 Lezione (frontale e ripetizione della stessa) neutra
- 13) VI.3 Discussione
- 14) VI.4 Argomentazione e dimostrazione

ESERCIZI SPIRITUALI DELLE PRATICHE FILOSOFICHE RINNOVATE

- 15) VII.1 Regole biografica solidale
- 16) VII.2 lectio Filosofica
- 17) VII.3 Meditazione filosofica
- 18) VII.4 disputa interiorizzata
- 19) VII.5 ermeneutica simbolica
- 20) VII.6 Consulenza filosofica e/o analisi biografica a orientamento filosofico
- 21) VII.7 Percorsi di consapevolezza corporea
- 22) VII.8 Autobiografia, biografia, mitobiografia
- 23) VII.9 Comunità di ricerca (P4C)
- 24) VII.10 Filosofia come via

ESERCIZI SPIRITUALI TRASCULTURALI

- 25) VIII.1 Meditazione, tradizioni spirituale (occidente e oriente)
- 26) VIII.2 Invocazione, preghiera, mantra: apertura all'intero.



Cecilia De Paola

counselor@ceciliadepaola.it

cellulare +39 348 7949388

skype cecilia.depaola

sito www.ceciliadepaola.it