



Università Popolare F. Petrarca

La psicologia del buddhismo: antichi insegnamenti che illuminano il presente *lezione di*
presentazione ad ingresso gratuito

Docente: Ferruccio Gobbato

Orario: martedì - ore 20:00

Inizio: 08 ottobre 2019

Durata: circa 1 ora

PROGRAMMA DEL CORSO:

2500 anni fa il principe Siddharta, destinato a diventare re, ha realizzato che ogni ricchezza, ogni potere, ogni piacere non lo avrebbero esonerato da malattia, vecchiaia e morte. Ha così lasciato il palazzo in cui era cresciuto ed il ruolo affidatogli dalla società per trovare una soluzione all'angoscia che provava. Dopo sei anni di ricerca ed ascesi è diventato un buddha, un illuminato. Da quel momento ha insegnato agli altri ciò che aveva imparato sulla mente umana, sui condizionamenti che la tengono in stato di infelicità e sulle pratiche che portano ad una liberazione da tali condizionamenti.

Il corso La psicologia del buddhismo - Antichi insegnamenti che illuminano il presente - vuole ripercorrere gli aspetti psicologici dell'insegnamento del Buddha che, alla luce della moderna psicologia scientifica, si rivelano estremamente attuali.

STRUTTURA

Dieci + dieci incontri settimanali teorico-pratici di due ore ciascuno (20.00 – 22.00), comprensive di breve pausa, collegati da compiti pratici da svolgere a casa tra un incontro e l'altro. Periodo: ottobre 2019 - aprile 2020.

DESTINATARI

Il corso è rivolto a persone che desiderano approfondire la conoscenza del buddhismo nei suoi aspetti più psicologici.

CONTENUTI

- Le 4 nobili verità
- I 4 fondamentali
- I 3 rifugi
- La ruota della vita
- I 12 fattori interdipendenti

BIBLIOGRAFIA

- Kalu Rinpoche, La via del Buddha, Kogei editore.
- Yongey Mingyur Rinpoche, Guida alle pratiche fondamentali del buddhismo tibetano, Ubaldini Editore.
- Jack Kornfield, Il cuore saggio, Corbaccio Editore.
- Rune Johansson, La psicologia dinamica del buddhismo antico, Ubaldini Editore.

FORMATORE

Ferruccio Gobbato: psicologo psicoterapeuta, ipnoterapeuta, praticante di meditazione buddhista.

Per ulteriori informazioni: 328 47 24 617 – ferruccio.gobbato@gmail.com