

Το Σάββατο 21 Ιανουαρίου στις 18:30 στην αίθουσα της Ένωσης Ποντίων Πιερίας πραγματοποιήθηκε διάλεξη από τον Κωνσταντίνο Φυτόπουλο Ομοιοπαθητικό, Ψυχίατρο, Ψυχοθεραπευτή με θέμα:

"Βιωματική Ψυχοθεραπεία & Αυτογνωσία για Καλύτερη Ποιότητα Ζωής"

{youtube}hp5YknJcoq8{/youtube}

Για να έχουμε υγιείς σχέσεις σε μία κοινωνία απαραίτητη προϋπόθεση είναι να είμαστε καλά με τον εαυτό μας. Μόνο τότε είμαστε αληθινοί και μπορούμε να συνυπάρχουμε αρμονικά με την οικογένειά μας και τους συνανθρώπους μας. Η βιωματική ψυχοθεραπεία & αυτογνωσία μπορεί να μας οδηγήσει να γνωρίσουμε τον εαυτό μας. Μερικά από τα θέματα που απαντήθηκαν στην διάλεξη είναι:

Πως μια κρίση προσωπική ή κοινωνική, αντί να οδηγήσει στην κατάρρευση, μπορεί να γίνει ευκαιρία για μεταμόρφωση και ωρίμανση ; Υπάρχουν στάδια σε αυτήν την διεργασία και ποια είναι αυτά;

Πως μπορούν παλιά, παρωχημένα και δυσλειτουργικά μοντέλα αντίδρασης και οργάνωσης, να αντικατασταθούν με άλλα, πιο λειτουργικά, φιλικά, ανθρώπινα, ολιστικά, οικολογικά και αποτελεσματικά ;

Γιατί δεν μπορούμε να αντέξουμε, να χωρέσουμε αυτό που είμαστε, τους ανθρώπους που υπάρχουν στη ζωή μας και γενικά την πραγματικότητά μας ;

Γιατί συνήθως ταυτιζόμαστε με την νευρωτική, διχασμένη, προγραμματισμένη μας διάσταση που είναι στενάχωρη ;

Βρίσκεται η σύγκρουση μέσα στους ανθρώπους, οπότε αν δεν επιλυθεί εκεί, δεν θα μπορέσει να επιλυθεί πουθενά αλλού ;

Πως η Ψυχοθεραπεία και η Αυτογνωσία μπορούν να μας φέρουν σε επαφή, να μας συντονίσουν με την ατμόσφαιρα των χαρισμάτων μας, με εκείνη τη ευρύχωρη διάσταση μέσα μας όπου είμαστε ολοκληρωμένοι, ενοποιημένοι, συνειδητοί, απλοί, ειρηνικοί, πλήρεις και ευτυχισμένοι.