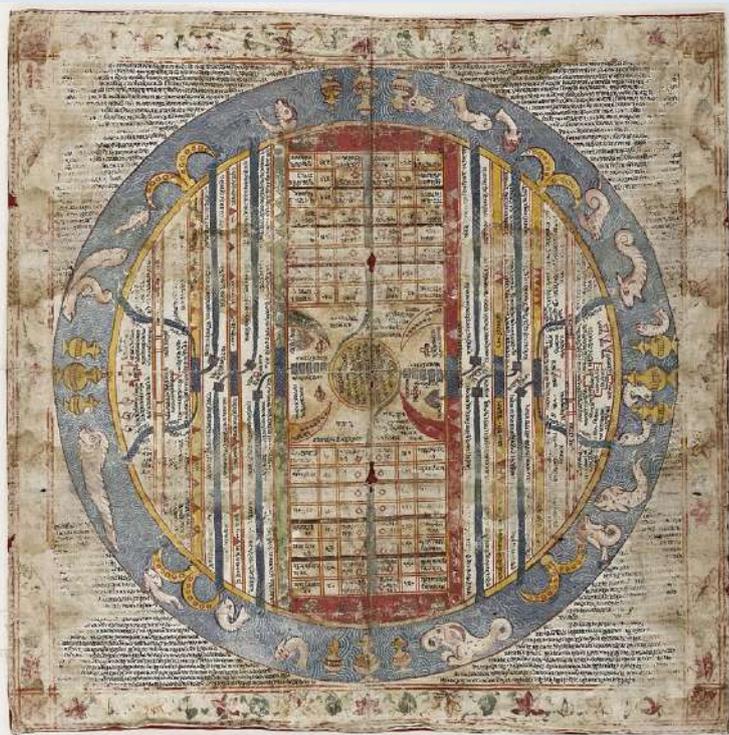


# Esercitarsi a vivere

## Le pratiche filosofiche

Percorso di incontri su Philo Zoom



La filosofia come stile di vita offre oggi nuove vie di esperienza, coniugando insegnamenti vicini e lontani nel tempo e nello spazio. Un movimento nutrito da diverse tradizioni, capace di rigenerare i significati essenziali della vicenda umana e della sua ricerca di senso.

Le pratiche filosofiche che Philo coltiva da oltre vent'anni si offrono in questo ciclo a chiunque intenda farne conoscenza e soprattutto esperienza: in ogni incontro ascolterete una presentazione teorica dei diversi esercizi filosofici e verrete coinvolti in una loro sperimentazione pratica.

Gli esercizi filosofici, secondo formule antiche che hanno assunto a Philo

fisionomie rinnovate, trovano per la prima volta nel percorso "Esercitarsi a vivere" una loro ampia articolazione, attraverso metodi e strumenti proponibili negli attuali contesti della cura e della formazione di sé e degli altri.

*I conduttori e le conduttrici degli incontri sono filosofi, analisti biografici a orientamento filosofico (Sabof), pedagogisti, psicologi, psicoterapeuti, sociologi, professori universitari nell'ambito delle scienze umane e docenti di Philo (Scuola in Abof e Mitobiografica).*

Il percorso è a cura di Ivan Carlot, Ivano Gamelli, Chiara Mirabelli, Amabile Villa.

Prevede 2 moduli da 10 incontri ognuno: il primo da gennaio a giugno 2025, il secondo da ottobre 2025 a febbraio 2026.

Gli incontri sono su Zoom, due mercoledì al mese (esclusi i mesi estivi e le festività) dalle ore 20.45 alle ore 22.30.

## Esercitarsi a vivere. Le pratiche filosofiche

### CALENDARIO DEGLI INCONTRI

**PRIMO MODULO:** gennaio 2025 - giugno 2025  
10 incontri, ogni due mercoledì, ore 20.45-22.30

*29 gennaio 2025*

**Tra pratiche filosofiche antiche e rinnovate**

Romano Màdera

*12 febbraio 2025*

**Praticare il corpo**

Ivano Gamelli

*26 febbraio 2025*

**Allenare la consapevolezza con l'esercizio della morte**

Laura Campanello e Maia Cornacchia

*12 marzo 2025*

**Accorgersi di essere: la meditazione sul presente**

Andrea Daddi e Sara Oliva Boch

*26 marzo 2025*

**L'esame di coscienza: interrogare il proprio animo**

Andrea Arrighi e Cristina Trabucchi

*9 aprile 2025*

**La natura come esercizio di trasformazione**

Andrée Bella e Patrizia Melli

*23 aprile 2025*

**Il testo e la vita: la lectio filosofica**

Moreno Montanari e Uber Sossi

*7 maggio 2025*

**Lo studio come pratica di presenza**

Susanna Carbone e Stefania Portaccio

*21 maggio 2025*

**Gesti che raccontano, voci che sfiorano**

Domitilla Melloni e Roberta Secchi

*4 giugno 2025*

**Biografie solidali. Regole e mete della comunicazione**

Ivan Carlot e Susanna Fresko

**SECONDO MODULO:** ottobre 2025 - febbraio 2026  
10 incontri, ogni due mercoledì, ore 20.45-22.30

*8 ottobre 2025*

**Lo sguardo dall'alto che tocca il mondo**

Elena Bartolini e Amabile Villa

*22 ottobre 2025*

**Inspirare il cosmo, trascendere l'io**

Claudia Baracchi e Laura Rosella Schluderer

*5 novembre 2025*

**Il maestro: le trappole dell'ereditare**

Sabina Cagnoni e Judith Ceragioli

*19 novembre 2025*

**Dalla spiegazione alla comprensione: dialogo, racconto, immagini**

Nicole Janigro e Ivan Paterlini

*3 dicembre 2025*

**La biografia come pratica filosofica**

Paolo Jedlowski e Benedetta Silj

*17 dicembre 2025*

**Dall'autobiografia alla mitobiografia e ritorno**

Ludovica Danieli e Chiara Mirabelli

*14 gennaio 2026*

**Le regole della bellezza: la via sistemica**

Laura Formenti e Andrea Prandin

*28 gennaio 2026*

**La disputa: per conoscere e agire con fattiva consapevolezza**

Romano Màdera e Alice Venditti

*11 febbraio 2026*

**L'analisi biografica a orientamento filosofico**

Romano Màdera

*25 febbraio 2026*

**Polifonie: la spiritualità laica**

Savino Calabrese e Massimo Diana

Il percorso – a partire dalla primavera 2026 – prevede poi alcune giornate facoltative di pratiche in presenza (con iscrizione a parte): date e modalità verranno comunicate più avanti.

### COSTI E MODALITÀ DI ISCRIZIONE

- **Abbonamento all'intero percorso** (20 incontri): 160 euro. Iscrizioni tramite il sito di Philo, alla pagina: [https://www.scuolaphilo.it/evento-philo/esercitarsiavivere\\_202408121833/](https://www.scuolaphilo.it/evento-philo/esercitarsiavivere_202408121833/)
- **Primo modulo**, da gennaio a giugno 2025 (10 incontri): 100 euro. Per iscrizioni scrivere un'email a: [info@scuolaphilo.it](mailto:info@scuolaphilo.it)
- **Secondo modulo**, da ottobre 2025 a febbraio 2026 (10 incontri): 100 euro. Iscrizioni a partire da marzo 2025, tramite il sito di Philo, [www.scuolaphilo.it](http://www.scuolaphilo.it)
- **Per gli allievi in corso della Scuola in Abof e di Mitobiografica**: 100 euro complessivi per entrambi i moduli. Per iscrizioni scrivere un'email a: [info@scuolaphilo.it](mailto:info@scuolaphilo.it)