

WORKSHOP INTENSIVO IN PRESENZA

STOICISMO & ENNEAGRAMMA

Programma del fine settimana

30 e 31 ottobre e 1 novembre 2026 · Rimini · Italia

Docente: ALBERTO PEÑA CHAVARINO

Un viaggio di autoconoscenza e trasformazione personale attraverso la filosofia stoica e la psicologia dell'enneagramma, per conoscere e governare te stesso.

«Non sono le cose a turbare gli uomini, ma le opinioni che essi hanno delle cose.»

— EPIETTETO

1

VENERDÌ POMERIGGIO LE FONDAMENTA



Costruisci le basi per il tuo viaggio interiore



I principi stoici
gli insegnamenti essenziali e i tre fondamenti dello stoicismo.



Il metodo AutoGnosis
come unisce stoicismo ed enneagramma.



La psicologia dei 9 enneatipi e dei 3 istinti
ripasso della mappa che useremo nel weekend.



Le 3 massime di Delfi
Conosci te stesso · Niente in eccesso · L'eccesso di fiducia porta alla rovina.



Le 3 leggi della natura
come funziona e come cambia la personalità.

2

SABATO MATTINA E POMERIGGIO LE TECNICHE



Allena la mente, il desiderio e l'azione con tecniche pratiche



La disciplina del pensiero
come gestire le impressioni, i giudizi e i pensieri automatici.



La disciplina del desiderio
come trasformare i tuoi desideri egoici in energia positiva.



La disciplina dell'azione
come passare dalla consapevolezza ai risultati concreti.



Applicazione ai 9 enneatipi
e ai tre centri (mente, emozione, istinto) con esercizi specifici.



Casi pratici, esempi reali
e lavoro esperienziale in gruppo.

3

DOMENICA MATTINA LA META



Definisci la tua bussola per la vita



Le 9 virtù eneastroiche
come allenare la tua virtù e trasformare il tuo vizio.



I 9 ideali eneastroici
i principi più elevati che orientano la tua vita.



Le 9 filosofie di vita
un modo pratico e realistico di vivere secondo la tua natura.



Il tuo piano personale
definisci i tuoi obiettivi concreti e i prossimi passi.



Integrazione finale
conclusioni e cerchio di chiusura.



COSA OTTERRAI?

- ✓ Maggiore chiarezza su chi sei e su come funzioni.
- ✓ Strumenti pratici per gestire emozioni e pensieri.
- ✓ Un metodo integrato di autoconoscenza e cambiamento.
- ✓ Una bussola personale per il tuo cammino di vita.
- ✓ Nuove relazioni e una comunità di persone affini.

CONOSCI
e GOVERNA
TE STESSO



A CHI È RIVOLTO?

- ✓ A chi vuole conoscersi e migliorare la propria vita.
- ✓ A chi è interessato alla psicologia dell'enneagramma.
- ✓ A chi vuole applicare la filosofia stoica nella vita quotidiana.
- ✓ A chi cerca strumenti pratici e un metodo trasformativo.
- ✓ A chi desidera vivere con più equilibrio, libertà e senso.



FILOSOFIA
SENZA TEORIA VUOTA



PSICOLOGIA
CONCRETA E PRATICA



UN METODO
INTEGRATO E UNICO



TRASFORMAZIONE
REALE NELLA VITA QUOTIDIANA

«La maggior rivoluzione della nostra generazione è la scoperta che, al cambiare gli atteggiamenti interni della nostra mente, possiamo cambiare gli aspetti esterni delle nostre vite.»

— WILLIAM JAMES

PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

www.enneagrammaitalia.it
segreteria@enneagrammaitalia.it
Segreteria AIE - Matilde Leone