

“La Bellezza che vedi in me è un riflesso della Tua”

(Jalāl Al-Dīn Rūmī, poeta persiano - 1207/1273)



# EYE CONTACT EXPERIMENT

REAL CONNECTIONS  
DON'T REQUIRE WIFI

Un minuto per guardarsi negli occhi.

24 APRILE - VARESE

GIARDINI ESTENSI DALLE 14.00



Eye Contact Experiment - Monza

Organizzato da Annamaria Marinelli



Con la collaborazione di:





## CHE COS'È **Eye Contact Experiment**

È un esperimento sociale nato in Australia che si sta diffondendo in tutto il mondo e recentemente anche in tutta Italia (Milano, Monza, Lecco, Como, Bergamo, Sondrio, Lodi, Roma, Napoli, Palermo, ecc...)

L'esperienza offre la possibilità di **recuperare il proprio bisogno naturale di contatto con se stessi e con gli altri** nell'incontro silenzioso, occhi negli occhi, con persone sconosciute e non.

**È un momento di ritrovo aperto a tutti, non ci sono regole prestabilite.** È uno stimolo per uscire dalla nostra "zona di comfort" emotiva provando a superare diffidenza e resistenze interiori, riscoprendo la capacità di connessione empatica

## COME FUNZIONA

Siediti di fronte ad una persona, meglio se sconosciuta.

Guardatevi negli occhi senza parlarvi per un minuto. Violino e pianoforte accompagneranno dal vivo questo momento, che vuole essere un espediente ed uno stimolo affinché ognuno possa integrare nella propria quotidianità empatia verso il prossimo, per sviluppare la capacità di percepire emotivamente il prossimo.

L'evento è **TOTALMENTE GRATUITO ED ADATTO A CHIUNQUE** (bambini, adulti, uomini, donne...) Lasciate spazio alle emozioni.

## LO SCOPO

È un momento per rallentare, fermarsi e andare **oltre le barriere della comunicazione verbale e razionale** che oggi ci separano anche a causa della digitalizzazione delle comunicazioni, lasciando che siano le emozioni a parlare attraverso il silenzio, gli sguardi ed il libero fluire del linguaggio del corpo.