

La sintonia mistica degli opposti

La sintonia mistica degli opposti, o *coincidentia oppositorum*, è uno stato psichico che troviamo come tappa fondamentale in molte tradizioni di pratica spirituale. Sia in occidente con l'alchimia medioevale, evolutasi poi nella psicoanalisi di matrice junghiana, che in oriente attraverso lo yoga kundalini e il tantra.

In questo contributo scopriamo insieme come il processo della congiunzione degli opposti corrisponda a uno stato risultante, sia fisico che mentale, proprio della meditazione. Come l'abituarsi al meditare possa quindi tendere a stabilizzare gli opposti, consentendoci di passare a un livello più evoluto di crescita interiore.

Questo episodio fa parte del podcast per meditare "[Consapevole in pratica](#)" disponibile su diverse piattaforme per podcast come [Spotify](#), [Apple podcast](#), [Google Podcasts](#) e [Youtube](#).