

Il perdono

sentiero verso la libertà

conferenza e seminario di
SILVIA BRANDOLIN

conferenza introduttiva **17 febbraio 2023** ore 20.30

seminario

18 febbraio ore 9.30-13; 16-18

19 febbraio ore 9.30-13

Silvia Brandolin è nata nel 1960, ha una figlia.

Ha incontrato l'Antroposofia nel 1987; dal 2017 svolge attività di Counseling in biografia sulla base dell'Antroposofia;

è cofondatrice dell'associazione Arte dell'Io e Umanità e fa parte del collegio dei docenti dell'ente formativo Antropos-Sofia.

Tiene seminari in diverse formazioni.

info Antonino Bruculeri tel. 3298982515

Paola Delfino tel. 3477766047

La Fenice via Antonio Veneziano 77 Palermo

IL PERDONO

Il seminario, proposto e guidato da Silvia Brandolin, si è svolto secondo il metodo laboratoriale. Il gruppo di partecipanti, attraverso letture e attività, è stato coinvolto in un percorso di comprensione e riflessione sul tema. Momento significativo è stato quello delle attività espressive e creative, in cui ogni partecipante, prima lavorando in coppia e poi comunicando al gruppo, si è messo in gioco attraverso la riflessione e il confronto su esperienze vissute.

SIGNIFICATO DEL PERDONO

Il Perdono per me è un atto di forza. Non perdonare è un atto di debolezza. Gli effetti del perdono sono: tornare a respirare, ad essere leggeri, fine del senso di oppressione dato dal rancore (A. L.)

Il perdono per me è una liberazione da un male, è la voglia di lasciarlo andare.(G. T.)

Il perdono come riconciliazione tra l'ieri e l'oggi, passato e futuro, nell' attimo presente, Istante santo in cui umano e divino s'incontrano. (M. C.)

Il Perdono per me non è un frutto della mente, che nasce da un io razionale. È qualcosa che arriva da dentro, dal cuore e ti fa vedere l'altro come in un rispecchiamento. Gli effetti sono profondi: non senti il peso dell'offesa ma un senso di leggerezza. Cambi lo sguardo sui fatti vissuti e lo trasformi in benevolenza.(A.A.)

PERDONO

Come il ricordo, il passato cambia
sfuma i contorni, si arricchisce
è il lasciare andare.
Quel punto è importante
irrinunciabile, irrimediabile.
quel legame, che fa male,
ma che pensi di non poter sciogliere.
Come un elastico teso
lasciato va via,
lontano
senza quel punto
era solo un punto
un puntolino.
Sono lontana
non lo vedo più.
Viaggio
ancora respiro.
Sono. (D. C.)

L'ESPERIENZA IN PAROLE E IMMAGINI

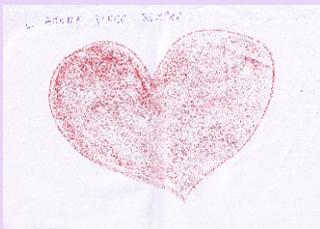
COMPRESIONE

Nel cammino della vita non si possono "Rivivere" i propri errori,
che hanno "Infranto" il cuore di chi ti ama,
ma solo nella futura «Comprensione» si ha la speranza del Perdono. (G. T.)



IN ATTESA DEL MIO CAMBIAMENTO

Io come un bozzolo
Insignificante, al buio, triste
Sto rinchiusa dentro al mio involucro
Aspettando che avvenga
un cambiamento interiore in me
In attesa di diventare
La più meravigliosa farfalla
che possa esistere.
La rinascita
Con mio grande stupore
Mi liberai della zavorra
che portavo da mesi
Trasformandomi in quella farfalla
che tanto desideravo
E fu così che passai dalla tristezza,
dal dolore e dalla sofferenza
Al sentimento più puro
che possa esistere
L'amore
Perché l'amore vince sempre. (D. M.)



INTERIORITÀ

Notturmo d'inverno
trapassa lentamente
In una primavera infinita
verso maturità d'estate. (M. C.)



L'AMORE VINCE SEMPRE

La vita terrena passa,
Tutto giunge a compimento.
Ciascuno porta nel cuore il proprio destino,
Ma più forte del destino è la speranza
aldilà della vita. (M. V.)



NATALE DEL CUORE

Lasciatemi così
come una cosa
posata
in unangolo
e dimenticata.

Qui non si
scorgono che
spiragli
che squarciano
il buio.

È la luce
del cuore. (A. A)



CONSIDERAZIONI SULL'ESPERIENZA

Il seminario è stato un'esperienza significativa, anche se avevo già iniziato una riflessione sul valore del perdono. Sviluppare le forze del Perdono è un lavoro che ci impegna per tutta la vita. (A. A.)

Questo seminario è stato una bella occasione per riflettere su questo grande tema che riguarda tutti e incide in maniera così importante nella vita di ognuno. Averlo fatto insieme a Silvia e ad altre persone ha reso questa esperienza particolarmente positiva e ha rinsaldato i rapporti con gli altri partecipanti. Siamo grati a Silvia Brandolin per avercene data la possibilità. (Maria V.)

Concordo con Maria, è stata una bella esperienza che ci ha arricchito molto a livello personale, in quanto ha liberato le nostre anime, ridandoci una luce nuova. Grazie mille a tutti. (D. M.)

Bellissima esperienza. Grazie a tutti. (D.C.)

CITAZIONI SUL PERDONO

"La cosa più difficile per l'uomo è perdonare." Gandhi

"Ogni volta che si presta veramente attenzione si distrugge un po' di male in sé stessi." Simone Weil

"... sono ferite ... che ci logorano e che, ostinate e tenaci come edera che si attacca ai muri, oscurano e avvelenano le relazioni interpersonali, le corrodono e le arrugginiscono, imprigionandoci in una disperata solitudine, divorata dal pensiero del risentimento e della ritorsione." Eugenio Borgna

"Parlatene, parlatene sempre, perché i silenzi diventano pietre e le pietre diventano muri e i muri distanze incolmabili." Serena Santorelli

"... fare appello al potenziale più alto dell'uomo che permette di trasformare una tragedia personale in una vittoria, una sofferenza in realizzazione umana." V. Frankl

"Da queste profonde ferite usciranno farfalle libere." Alda Merini

" Perdonare e riconciliarsi non significa far finta che le cose siano diverse da quelle che sono. Una vera riconciliazione può avvenire solo mettendo allo scoperto i propri sentimenti: meschinità, violenza, dolore... verità... solo affrontando la realtà si ottiene una vera guarigione." D. Tutu

BIBLIOGRAFIA

D. Lumerà, *La cura del perdono. Una nuova via alla felicità*, Mondadori

L. Maggi, *Perdono*, Romena Editrice

J. Monbourquette, *L'arte di perdonare*, Paoline Edizioni

S. Prokofieff, *Il significato occulto del perdonare*, Wida Edizioni

G. Testa, *Il perdono è un bel guadagno*, Effatà Edizioni

D. Tutu, *Non c'è futuro senza perdono*, Feltrinelli

S. Wiesenthal, *Il girasole. I limiti del perdono*, Garzanti