

Conducono :

Gianella Girotto psicologa psicoterapeuta, insegnante di biodanza, ha lavorato per molti anni con i morenti, conduce gruppi di crescita personale. Ha pubblicato *La grazia del perdono, Dissensi*, 2015.

Mara Vinanti counselor, didatta di biodanza, conduce gruppi di crescita personale, conduttrice di costellazioni famigliari mediali metodo B.Hellinger.

Per informazioni:

Gianella 3467674218 girottogianella@libero.it

Mara 3404962337 mara.vinanti@hotmail.it

Barbara 3493635006

Iscrizioni entro il 20 settembre

Orari: Domenica 9.30 - 13.30

Costi: Ogni stage costa 50 euro quello conclusivo di una giornata 100 euro

Stages di approfondimento:

- Perdono dei genitori
- Perdono nella coppia
- Perdono di se stessi
- Perdono nella malattia e morte
- Perdono abusi e violenze
- Perdono e aborto

Per partecipare a questi stages di approfondimento è obbligatorio avere fatto quelli di base.

Shangri-la A.S.D. e A.P.S.

c/o **Centro Il Sagittario**

Strada Statale del Santo 3 (SR307)

San Giorgio delle Pertiche (PD)

Associazione Il Soffio A.P.S. organizza

PERDONO

Il primo mattone per un ponte verso la pace



**Percorso di accompagnamento al perdono
una domenica mattina al mese**

dal **2 ottobre 2016** per cinque incontri

Sede:

SHANGRI-LA A.S.D. e A.P.S.

Centro "IL SAGITTARIO"

San Giorgio delle Pertiche (PD)

Questo percorso di crescita personale è un'opportunità rivolta a tutte le persone che sentono di avere dei conti in sospeso con qualcuno, compresi se stessi e desiderano essere accompagnate nei passaggi che permettono di arrivare al perdono.

Il nostro approccio rispetto al tema del perdono è di tipo psicologico-spirituale. Sentiamo che, in questo tempo ricco di trasformazioni, è necessario dare spazio a questo aspetto dell'essere umano per aiutarlo a riconciliarsi con tutte le parti di sé: fisica, emotiva e spirituale.

Alcune ricerche scientifiche hanno evidenziato il rancore come una forma di "malattia" che ha ripercussioni negative sul corpo, sulle relazioni e sulla salute mentale; sostengono la validità dell'atto del perdono come una forma di guarigione e recupero della salute globale.

Il perdono è la via che conduce alla pace del cuore creando una connessione con l'anima; perdonare è la via che apre il cuore

alla grazia di accogliere se stessi e l'altro essere umano come un fratello, al di là di quello che vedono gli occhi.

Perdonare è un lavoro dell'anima che richiede un tempo di transizione e di coraggio per attraversare i sentimenti che sono necessari per arrivare al perdono.

Nell'atto di perdonare si offre un dono a chi ci ha ferito e si diventa liberi di proseguire il proprio cammino evolutivo.

Perdonare fa avvicinare all'unica forma di amore possibile nel futuro di un'umanità in pace: l'amore incondizionato.

Non si vede bene che con il cuore.

L'essenziale è invisibile agli occhi.

Antoine De Saint Exupéry

Obiettivo :

crescita personale e relazionale

Contenuti :

- Conoscenza di un processo fondamentale per l'esistenza
- Cos'è il perdono e analisi delle emozioni che suscita
- Gestione e trasformazione delle stesse