



***EDUCAR-SI***  
**PER EDUCARE**  
**AL PERDONO**

**Un cammino da  
fare insieme**

Dott.ssa Antonella Arioli

27 novembre 2015



## FARE SPAZIO ...

RABBIA

RANCORE

RISENTIMENTO

DUBBIO

SENSO DI COLPA

SENSO DI IMPOTENZA

FASTIDIO

DEL GIUDIZIO

PAURA INSOPPORTABILITA'

TIMORE DI APPARIRE  
DEBOLI

VERGOGNA



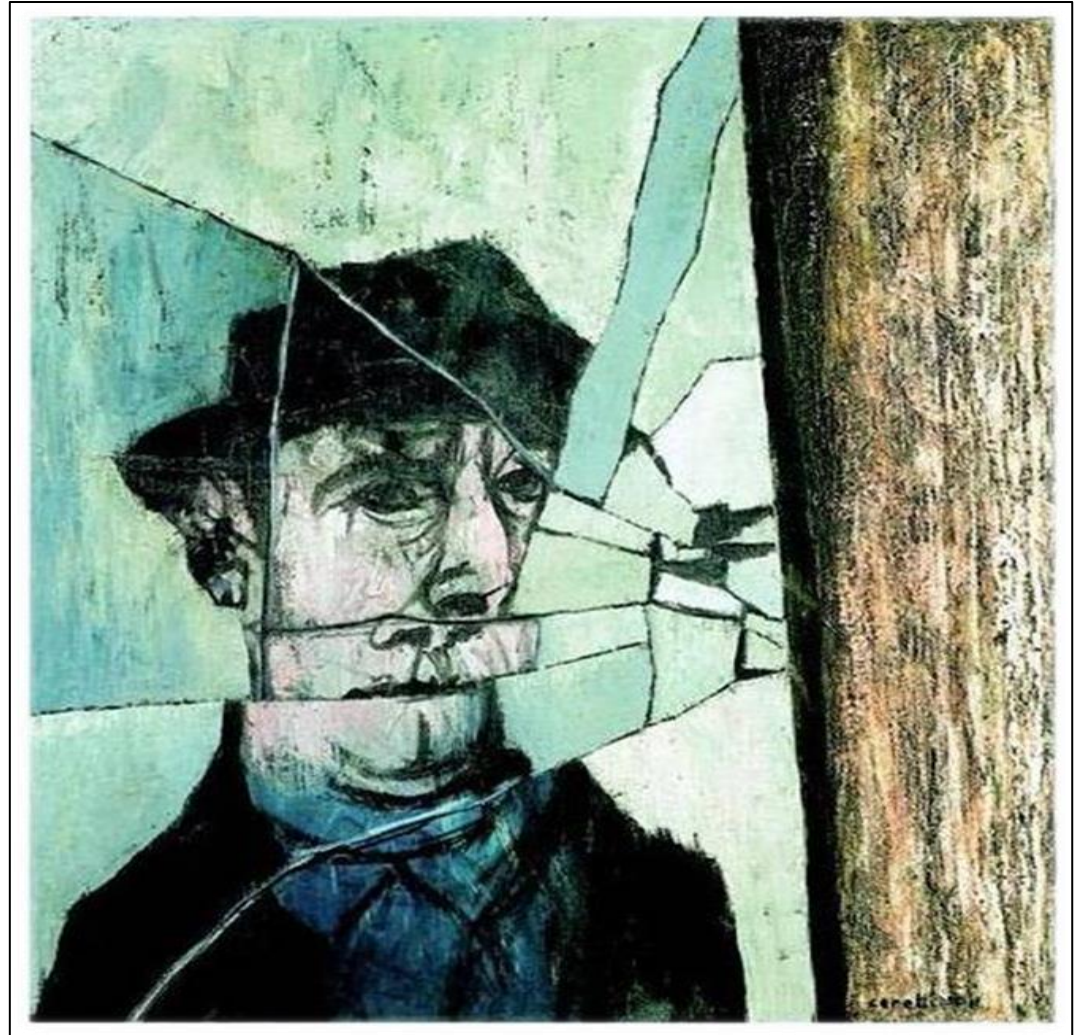
# "FARE I CONTI" CON I PROPRI VISSUTI

"Emozioni e  
affetti (...) ci  
*agiscono*  
nonostante la  
nostra  
volontà  
cosciente"  
(M.G. Riva)

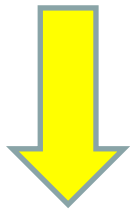


# UN PROCESSO INTERIORE...

- IL PERDONO NON PUO' ESSERE PRESCRITTO
- IL PERDONO NON PUO' ESSERE PRETESO
- IL PERDONO NON PUO' ESSERE IMPROVVISATO



# ESIGENZA DI TROVARE UN SENSO

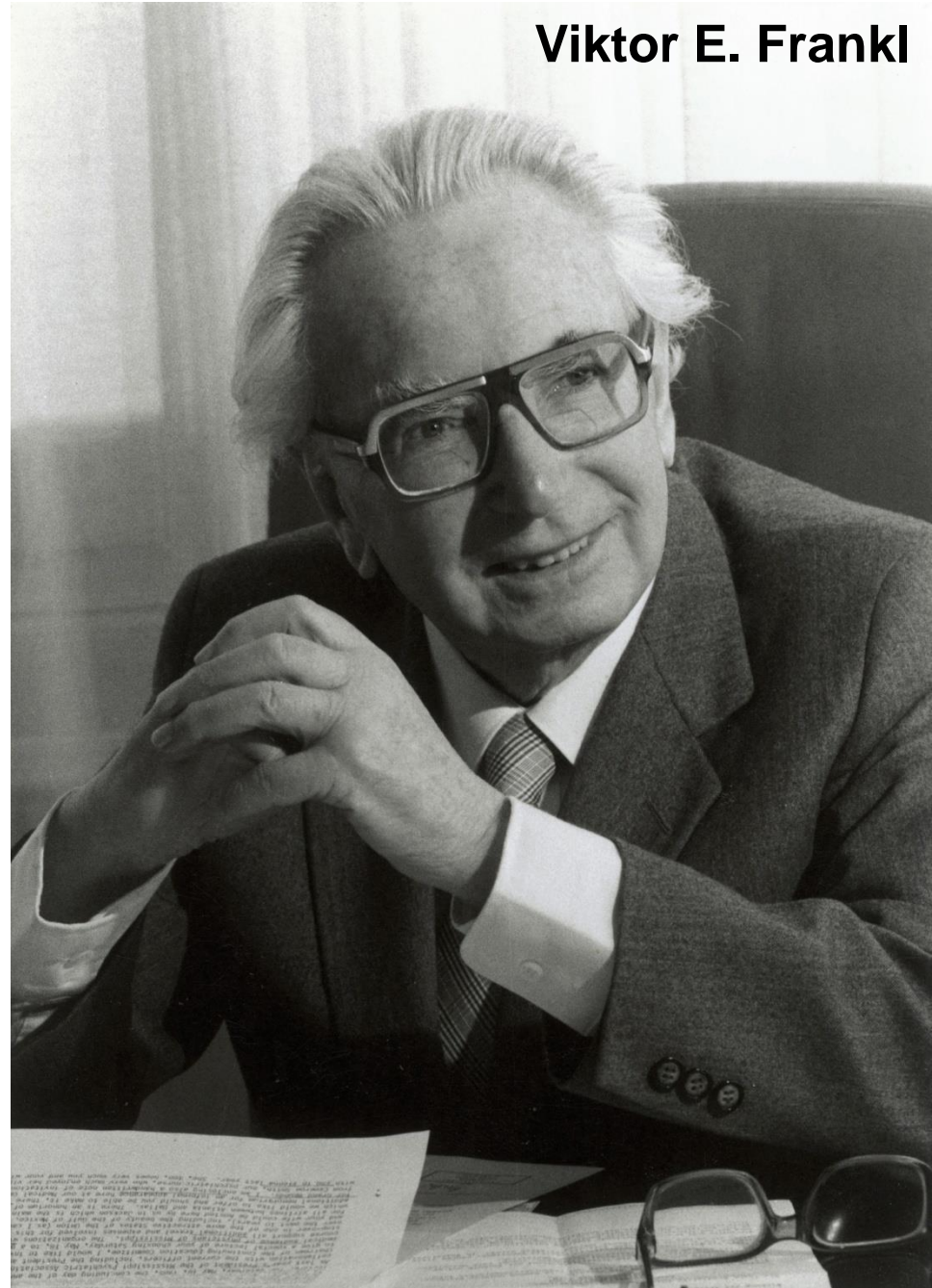


DAL «PERCHE»

AL PER-CHE

AL PER-CHI

Viktor E. Frankl



# UNA SCELTA



VALORI

COSCIENZA



DECIDERSI PER IL PERDONO

# SOLIDITA', FERMEZZA



# ASCOLTO





# APERTURA

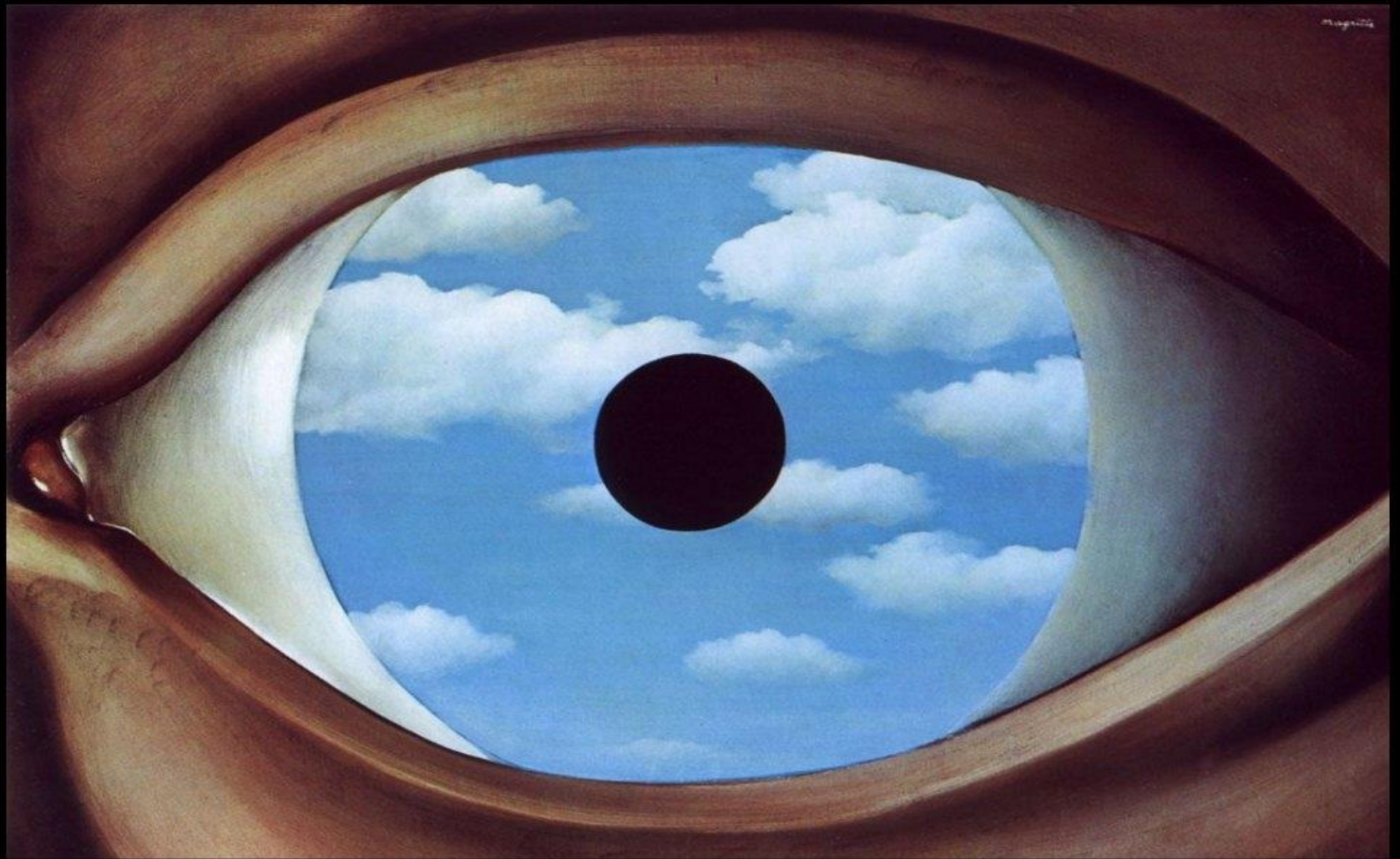
da ferita  
a feritoia

LA PORTA DELLA  
FELICITA'  
... SI APRE VERSO  
L'ESTERNO

(S. KIERKEGAARD)



# AUTOTRASCENDENZA



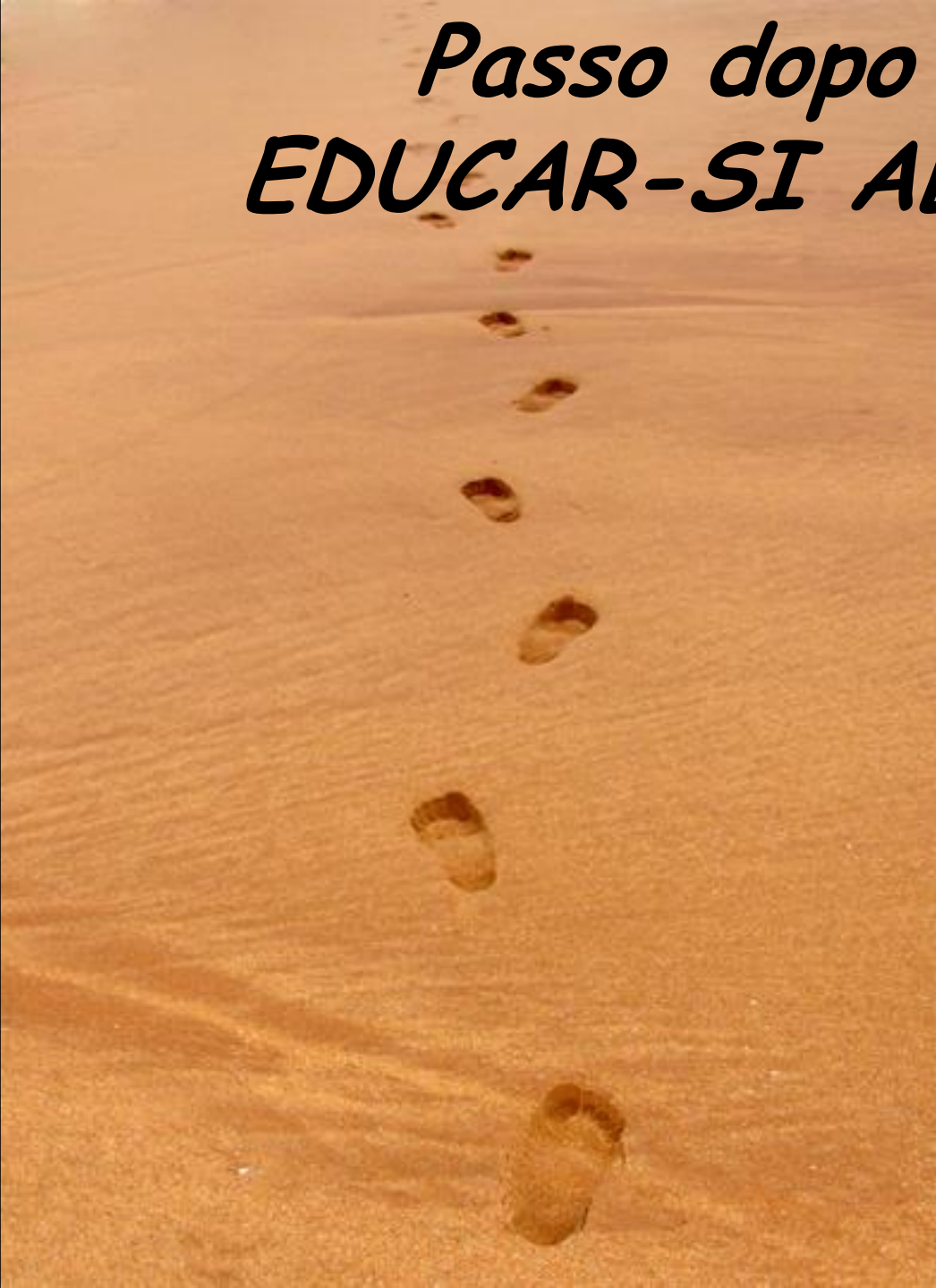


Ogni sofferenza non avrebbe senso se non fosse  
anche un'esperienza di crescita interiore

***NON AVRETE IL MIO ODIO***



*Passo dopo passo ...*  
**EDUCAR-SI AL PERDONO**



**ACCOMODARSI FRA I PROPRI VISSUTI**



# "FERMATI E PENSA"





*“Avevo  
imparato a  
leggere in  
me stessa  
e così ero in  
grado di  
leggere  
anche negli  
altri”*

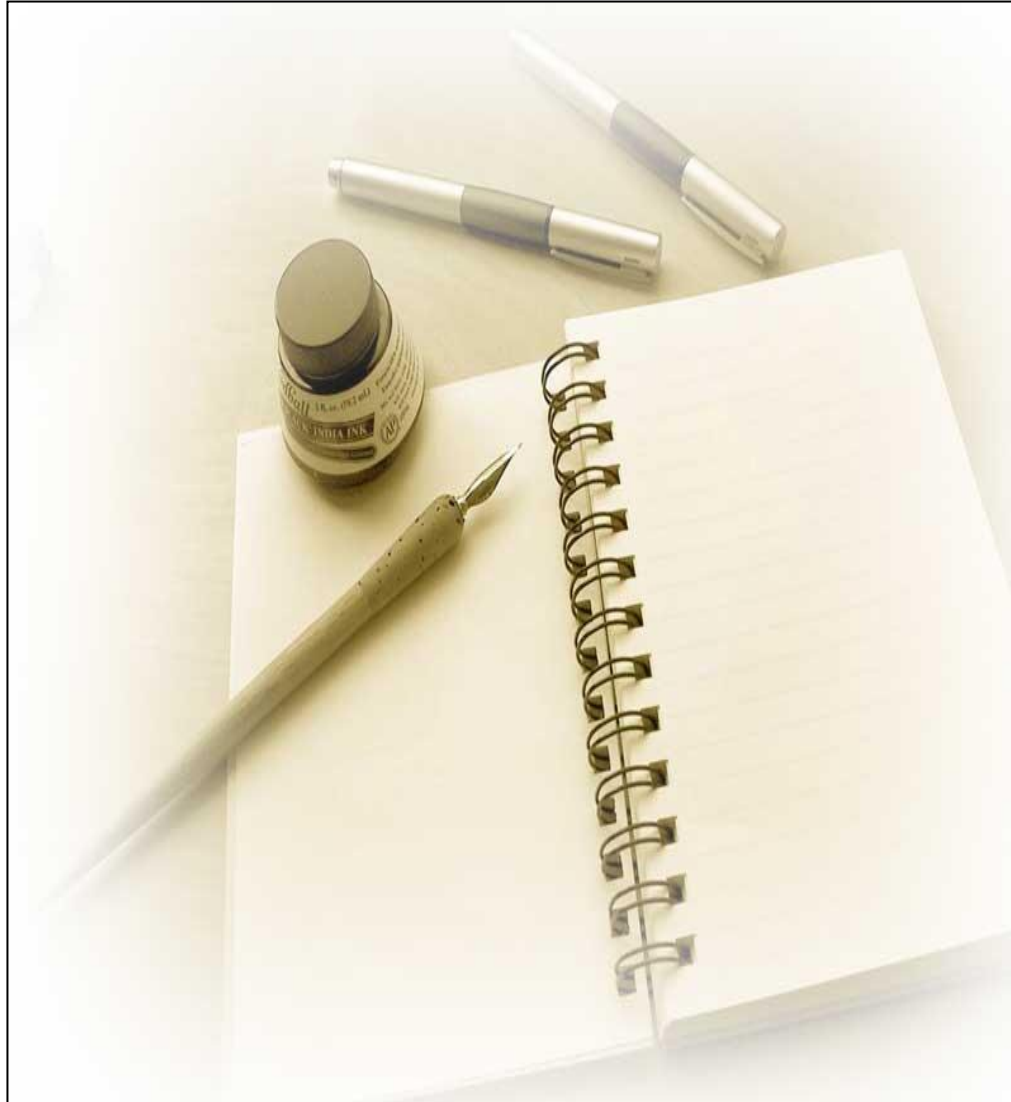
*(E. Hillesum)*

# ACCETTARE, NON CENSURARE



- Divieti e  
censure posti:*
- *da noi stessi*
  - *dagli altri*
  - *dalla cultura*

# AUTO-DISTANZIARSI



# CONDIVIDERE E COMUNICARE

*dia-logos*



# LA RISORSA DELLA COMUNITA'



***“La felicità è reale solo  
quando è condivisa”***

**“Nelle terre estreme”  
(Jon Krakauer)**

# SCEGLIERE E TRASFORMARE

A partire dal mettere in discussione il *modo* in cui vediamo le cose ...



“Non si padroneggia  
una tonalità emotiva  
liberandosi da essa,  
ma in virtù della  
tonalità opposta”  
(M. Heidegger)

COLTIVARE LA  
RICERCA DI SENSO,  
NONOSTANTE  
TUTTO ...

*"In verità non  
importa affatto che  
cosa possiamo  
attenderci noi dalla  
vita, ma importa solo  
ciò che la vita attende  
da noi"*

*(v. e. Frankl)*



# PERDONARE PER RICOMINCIARE ...



... E PER NON RIMANERE  
INGABBIATI NEL RANCORE



***“AGISCI COME SE VIVESSI PER LA SECONDA VOLTA  
E LA PRIMA VOLTA AVESSI SBAGLIATO TUTTO,  
PROPRIO COME SEI SUL PUNTO DI FARE”***

