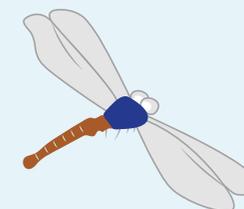


PERDONO

Il perdono è spesso difficilissimo da evocare; figuratevi se poi si tratta di metterlo in pratica. Come possiamo fare per abbassare le nostre barriere protettive e perdonare chi ci ha fatto del male? Il perdono, invece di renderci vulnerabili al dolore, spesso ce ne libera. Quando perdoniamo smettiamo di essere controllati dalle emozioni negative suscitate da una situazione o una persona che ci ha recato danno. Apriamo il cuore, così da accettare più positività e più amore. Questo mese concentratevi su come portare più perdono, e quindi pace, nella vostra vita. Chiudersi in se stessi blocca la compassione, la speranza e la positività, mentre il perdono ci permette di riflettere sulle nostre esperienze, così da poter tornare a danzare, come una libellula pronta a sfrecciare sull'acqua.

AFFERMAZIONE DEL MESE

Sblocco il mio cuore per trovare il perdono.



27 FEBBRAIO - 5 MARZO

perdono

«Se vogliamo davvero amare dobbiamo capire come perdonare».

MADRE TERESA (1910-1997), MISSIONARIA CATTOLICA

27 / LUNEDÌ

28 / MARTEDÌ

1 / MERCOLEDÌ

2 / GIOVEDÌ

3 / VENERDÌ

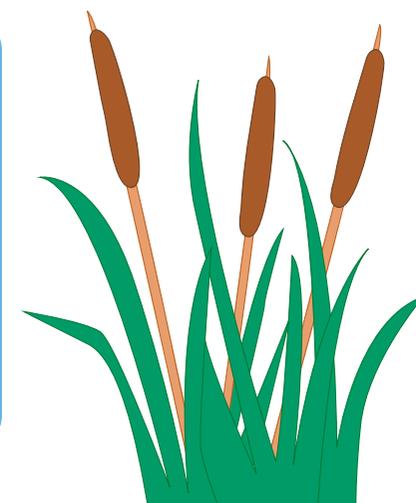
4 / SABATO

5 / DOMENICA ☺

NOTE

PERDONATE TOTALMENTE

Quante volte avete detto di avere perdonato, ma l'avete fatto senza alcuna sensazione di amore o pace? Si tratta davvero di perdono? Davvero avete trovato l'amore contro ogni previsione? Questa settimana trovate una persona che sta aspettando il vostro perdono e concedeteglielo totalmente, magari accompagnandolo con parole concilianti, un sorriso, o un atto di gentilezza. Ritrovate la sensazione dell'amore.



MARZO - PROSPETTO RIASSUNTIVO

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
27	28	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

Questo mese sono grato/a per...

Riflessioni sul PERDONO

In che modo, durante questo mese, il perdono ha arricchito la tua vita?

Chi hai scelto di perdonare? In che modo il perdono ha trasformato il tuo rapporto con quella persona?

Come puoi essere più aperto al perdono, in futuro?
