

## IMPARARE A PERDONARE- L'USCITA DAL SOGNO

### livello elementare

*Questo è il seminario di base per comprendere il perdono ed imparare a praticarlo.*

*E' stato pensato come la logica prosecuzione del seminario sulla metafisica, che ne costituisce l'indispensabile premessa teorica. Cercheremo infatti di impostare praticamente la pratica dello studente, spiegando in dettaglio e con numerosissimi esempi come si applica il perdono nella vita quotidiana.*

*Nel corso la parola "perdono" ha un significato diverso da quello tradizionale. Come chiarisce il Libro degli esercizi, infatti, noi perdoniamo gli altri per quello che non ci hanno fatto, e non - come avviene di solito- per quello che ci hanno fatto (L.pII.1.1:1-3)*

*Per comprendere bene questo concetto, cercheremo di sviscerarne le basi teoriche, dall'idea che "la proiezione fa la percezione", ai quattro tipi di giudizio, dal significato di "esperienza" ai vari tipi di falso perdono.*

*Un'enfasi particolare verrà posta sulla principale pratica del corso, ossia il guardare i propri pensieri senza giudizio né colpa.*

*Ed infine studieremo la sintesi pratica compiuta da Ken, ossia i tre passi del perdono, ed impareremo a praticarla.*