

1 DE FEBRER DE 2020 | TREMP (PALLARS JUSSÀ, LLEIDA)



# LA CURA DEL PERDÓ

Seminari experiencial



*Un viatge que t'allibera del patiment, ensenya a estimar i a transformar els problemes en recursos descobrint-te a tu mateix.*

El perdó és part d'una nova educació en la consciència; una estratègia evolutiva necessària per a la salut, el benestar i la qualitat de la vida.

És una de les habilitats personals i socials cabdals en l'educació de tots els individus i d'una generació de nous líders.

El perdó permet desenvolupar capacitats importants per a l'esfera personal, relacional i social: transformar els problemes en recursos, gestionar els conflictes, desenvolupar l'empatia madura, afavorir una cultura integrada a la pau.

En els darrers anys s'han multiplicat les publicacions científiques que tenen a veure amb el perdó i basant-se en estudis en neurociència que demostren que el perdó és un instrument fonamental per a la salut i la qualitat de la vida.

## **Daniel Lumera**

*Expert en l'àmbit de la ciència del benestar i de la qualitat de la vida.*

*Daniel Lumera és autor de best-sellers, docent i conferenciant. És considerat un referent internacional en la pràctica de la meditació.*

*Deixeble d'Anthony Elenjmittan, que va ser deixeble directe de Gandhi. Divulga una educació basada en la consciència, la interculturalitat, la cooperació i la pau.*

*Director de la Fundació Internacional My Life Design, Fundador de l'Acadèmia dels Codis i de la International School of Forgiveness (ISF).*

*Creador del mètode My Life Design®, el disseny conscient de la pròpia vida professional, social i personal que s'estructura en recorreguts formatius i s'aplica a nivell internacional en empreses i institucions públiques i privades, dins el sistema educatiu, penitenciari i sanitari.*



## *Orientació i contingut del seminari*

INTERNATIONAL SCHOOL OF FORGIVENESS (ISF)

### Les tres promeses:

- Prometo d'assumir-me la total responsabilitat de la meua vida
- Prometo d'estar disponible al canvi
- Prometo tenir el coratge d'atrevir-me, escollint viure la vida que jo sento justa per a mi i no aquella que els altres senten justa per a mi



### Tècniques experiencials:

- Les 4 Claus de la Cura del Perdón
- Una ciència de la Felicitat: les fórmules del perdó per al benestar, la qualitat de la vida i la realització personal
- Com transformar els problemes en recursos i lliberar-se del patiment
- Integrar la relació Mare-Pare
- Creativitat i perdó
- Sanar les relacions amb la homeopatia relacional
- La Cura del Perdó en les relacions, en el creixement individual i col·lectiu

"Deixaré anar tot el dolor, tot penediment, tota afecció i tot el que crea patiment ho donaré a la vida. Només hi haurà lloc en el meu cor per a la calor que em vas deixar. Tu seràs només felicitat dins meu. Aquest és el do per a tu i per a mi. "

**Daniel Lumera**

*Seminari "La Cura del Perdó"  
1 de febrer de 2020  
Sala d'actes de la Fundació Fiella  
Plaça Mossèn Casimir Torrent, 1  
Tremp (Pallars Jussà, Lleida)*

**Horari:**  
*Matí: 09.30h - 13.30h  
Tarda: 15.00h - 17.30h*

**Preu: 90 euros**

**Info i inscripcions:**  
[Suntremp@gmail.com](mailto:Suntremp@gmail.com)  
606532393

