

COSA MI PORTO A CASA DA QUESTO INCONTRO?

1. - Il coraggio di cambiare - La crisi ha un tempo, non posso soffrire per sempre
- Imparare a lasciarsi andare alle cose belle, positive della vita.
2. Essere aperti al cambiamento - accettare le frustrazioni - saper gioire nonostante i pesi che abbiamo dentro.
3. La condivisione del dolore aiuta a riprendere a rivivere.
4. Risorse.
5. Grande incoraggiamento.
6. Coraggio.
7. Cercare di vivere appieno ogni giorno perché il domani è un dono.
8. Non sono sola, lo sapevo ma ho la consapevolezza sentendo le 10 persone qui.
9. Un vissuto importante.
10. Oggi è un incontro con un momento di riflessione, un aiuto per spostare lo sguardo ed osservare le cose da una diversa prospettiva.
11. La consapevolezza che ognuno di noi vive il dolore in modo diverso anche se la parola "dolore" è uguale per tutti.
12. Mi porto a casa la consapevolezza della forza del gruppo.
13. Porto a casa l'invito alla "speranza" per il futuro
- 14.- Coraggio di ricominciare (poter)(scegliere) - conoscenza e amore per sé - amore per gli altri senza dipenderne - punti di vista diversi (ricchezza) e scelte diverse possibili (non pensate).
15. Dobbiamo solo accettare.
16. Una giornata di sole!
17. Esperienze/dori di vita vera, condivisione.
18. Speranza La cerco! Cercatela! Ad ogni costo.
19. Non è una gara ma ...sentendo gli altri mi accorgo di quanta strada ho fatto crescendo...
- 20....L'importanza della condivisione.
21. Mi porto a casa una profonda sensazione di rispetto per l'altro e mi trovo in una dimensione di ascolto.
22. Guardare avanti - considerare/amare le persone e famiglia in quanto sono un bene prezioso.
23. Cosa ci portiamo a casa del gruppo: condivisione, consapevolezza, sollievo.
24. Positività, realismo, possibilità.
25. La conferma che ciascuno ha gravi sofferenze con cui confrontarsi e che dipende da noi, elaborare le perdite.
26. Cosa ci portiamo a casa da questo incontro? Che ognuno di noi è un dono per gli altri, che vediamo con il cuore e che siamo tutti connessi. Grazie.
27. Cosa tengo oggi? La consapevolezza del nostro percorso di cambiamento, continuo, e dell'accettazione, necessaria, per vivere con un minimo di pace ... fintantoché non saremo anche noi luce.

28. Riflessione
29. Cherofobia. Cosa si porta a casa, solo sofferenza.
30. Questa giornata per me è stata importante anche se è la prima volta, abbiamo condiviso ognuno il nostro dolore.
31. Porto a casa la consapevolezza di avere avuto una vita fortunata grazie ad una famiglia e parentela "saggia" aperta all'aiuto degli altri e prossimo.
32. Esperienza che se cambi non è egoismo.
33. Il distacco fa parte della vita. Bisogna trovare il buono e il bello di ogni esperienza.
34. Sofferenza.
35. Da questo incontro mi porto a casa che nonostante tutto, la vita ti riserva sempre delle piccole gioie per andare avanti.
36. Unione fa la forza.
37. - Condivisione - Conforto - Accoglienza - Aiuto nel superare alcuni limiti che a distanza di anni ancora mi porto.
38. Speranza.
39. Raccolto nuove esperienze di dolore e sofferenza.
40. Credere nelle mie forze.
41. Mi porto a casa l'esperienza di avere condiviso emozioni con persone forti nonostante tutto.
42. Condivisioni.
43. Questa giornata mi ha lasciato maggior consapevolezza che uscire dalla zona di comfort può comportare il miglioramento di sé stessi.
44. Il dolore condiviso è sempre dolore ma sembra essere più sopportabile il proprio.
45. Non siamo soli, dobbiamo affrontare i cambiamenti, possiamo trovare il coraggio per proseguire e gioire.
46. Condivisione.
47. - Maggiore spirito di condivisione - Empatia con gli altri.
48. Cambiamento Gioire Sorridere.
49. - Speranza - Cambiamento (o almeno si cerca) - Indicazioni e consigli per come affrontare le situazioni.
50. Condivisione e ascolto, sorrisi e nuova grinta.
51. Complicità.
52. Non siamo soli, ognuno ha dolori e grandi possibilità.
53. Forza e aiuto.
54. Molti spunti per pensare - quanti dolori ci sono.
55. Condividere aiuta.
56. La felicità non fa altro che soffocare un po' il mio dolore che dopo mi ritrovo più triste e più sola.
57. la consapevolezza che se decido...posso cambiare.
58. Per me la condivisione è una "forza".

59. La speranza di ritrovare la voglia di dare ... ancora amore e di tornare a sorridere.

60. mi porto a casa il senso di appartenenza ad una umanità che vive le stesse cose,

61. Cherofobia.

62. Non siamo onnipotenti.

63. Ho capito che il mio dolore non è "originale" e mi fa sentire uomo tra uomini.

64. Scoperta Conoscenza di sé.