

# *La forza straordinaria dell'imperfezione e della debolezza umana*

Non cambiare, ti voglio bene così come sei

a cura di

*Jolanda De Respinis*  
COUNSELOR RELAZIONALE ESISTENZIALE



## Spiritualità

Spiritualità deriva dal latino  
*Spiritus*  
e significa:  
spirito, respiro, soffio

Spirituale (per gli antichi):  
guidati o abitati dallo spirito  
(indicava uno stile di vita non  
centrato sulle realtà materiali)

## Imperfezione

Imperfetto deriva dal latino  
*Perficere* (compiere)  
e significa:  
non finito, incompiuto,  
incompleto

L'importanza di raccontare storie per spiegare la spiritualità

Il fatto di narrazione allude a un  
disagio umano fondamentale,  
suggerisce l'imperfezione umana.  
Dove c'è la perfezione non c'è  
storia da raccontare.



# La storia dell'imperfezione

*“C'è una crepa in ogni cosa  
che Dio ha fatto e  
quindi in ciascuno di noi”*

*Ralph Waldo Emerson  
saggista e filosofo americano  
(1803-1882)*





# Il luogo della spiritualità dell'imperfezione

E' un luogo santo,  
un luogo d'amore,  
un luogo dove si conosce Dio,  
un luogo dove gli uomini  
scoprono di amarsi l'un l'altro





## La tensione verso... e l'autoinganno

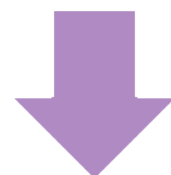


essere uomo è essere *incompleto* ma desiderare ardentamente la totalità  
essere uomo è essere *incerto* ma desiderare ardentemente la certezza  
essere uomo è essere *imperfetto* ma volere la perfezione  
essere uomo è essere *finito* ma avere sete di infinito

L'imperfezione è la frattura nella corazza,  
la ferita che permette a Dio di entrare



**Imperfezione:**



la religione la chiama *peccato*  
la filosofia la chiama *errore*  
la terapia la chiama *debolezza*



# La realtà del limite e l'impossibile ideale della perfezione



**I Padri del deserto non suggeriscono un progetto di perfezione  
ma un programma di sopravvivenza alle nostre imperfezioni**



Noi siamo:  
“meno degli Dei, più delle bestie,  
ma anche qualche cosa di entrambi”





# Sperimentare la spiritualità, sperimentare la vita

- 
1. Liberazione
  2. Gratitudine
  3. Umiltà
  4. Tolleranza
  5. Perdono
  6. Appartenenza



# Liberaazione

Liberarsi dall'attaccamento di:

- guadagno materiale
- ego
- passione di dominio sugli altri

Liberarsi dal bisogno di:

- controllare ed essere controllati
- essere efficienti
- essere giusti (nel giusto)





# Gratitudine

Non abbiamo nulla se non siamo capaci di essere grati  
Solo chi è grato è veramente capace di ricevere





## Umiltà

L'essere umano non è  
né meglio né peggio,  
né più grande né più piccolo  
di qualsiasi altra cosa  
nell'universo



# Tolleranza

Tutti siamo imperfetti:  
tutti lottiamo contro  
gli stessi demoni





# Perdono

“Lo stupido non perdona né dimentica  
L'ingenuo perdona e dimentica  
Il saggio perdona ma non dimentica”



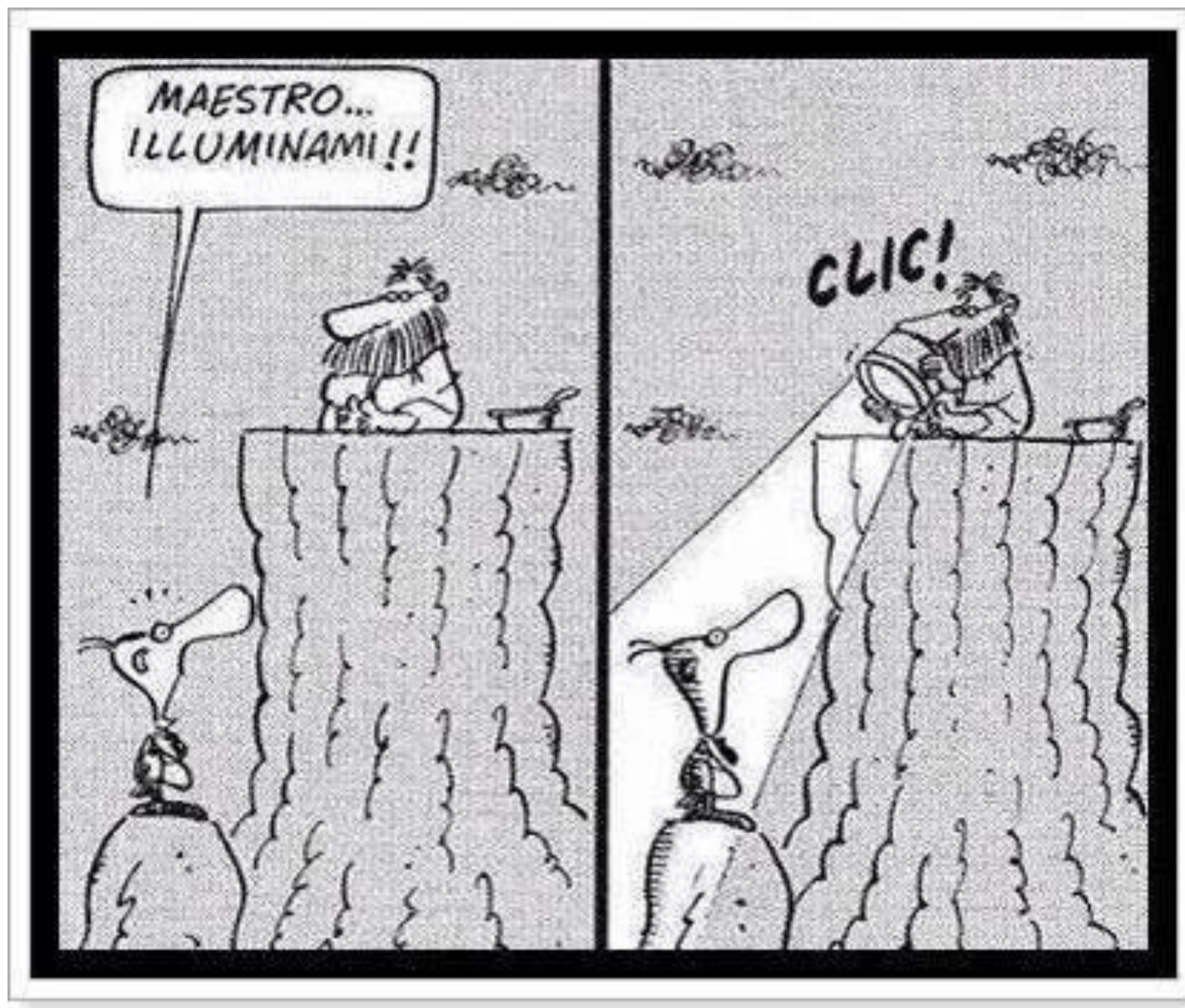
# Appartenenza

La sofferenza  
comincia nella nostra  
prima casa  
con la nostra famiglia





Rido Ergo Sum  
Umore e spiritualità dell'imperfezione



Siamo umani per questo siamo esseri imperfetti, al diavolo la perfezione. Se fosse tutto fottutamente perfetto, non commetteremmo mai errori che ci rendono migliori, non avremmo un cuore che ci rende vivi anche quando soffriamo e non vivremmo nelle nostre grandi passioni che ci nutrono e distruggono insieme. Io la chiamo "imperfessione perfetta" che ci rende dannatamente speciali.

Annalisa Carrera



**GRAZIE**

*Jolanda De Respinis*

[www.counselingdivita.it](http://www.counselingdivita.it)

[www.facebook.com/counselingdivita.it](https://www.facebook.com/counselingdivita.it)

