



## Città di Villorba

PROVINCIA DI TREVISO

Comunicato Stampa n. 36 dell'11 aprile 2023

### La Forza della Fragilità

Domenica 16 aprile dalle ore 10:00 alle ore 17:30 presso la Barchessa di Villa Giovannina il Comune di Villorba organizza il workshop "La forza della Fragilità X-Way Gift per la Stella di Marta".

**Villorba.** Domenica 16 aprile dalle ore 10:00 alle ore 17:30 presso la Barchessa di Villa Giovannina il Comune di Villorba organizza il workshop "La forza della Fragilità X-Way - Gift per la Stella di Marta". Il workshop sarà tenuto da Manuela Galiazzi (Psicologa e Psicoterapeuta) e Filippo Scarzia (ICF Life Coach) creatori di X-Way. E' un evento gratuito a numero chiuso, cui ci si iscrive compilando il form al seguente link: [www.x-way.it/iscrizione-gift-villorba](http://www.x-way.it/iscrizione-gift-villorba).

La Stella di Marta racconta la storia di una ragazza Villorbese, Marta, la cui famiglia ha saputo credere nella forza dell'amore e della vita diventando testimone del fatto che dentro di noi vive una parte capace di accogliere amorevolmente anche la più scomoda delle verità. Una famiglia che può insegnarci qualcosa di molto importante. Quando siamo in questo spazio, sappiamo accettare coraggiosamente il corso degli eventi, sappiamo riconoscere e abbracciare le nostre risorse e le nostre fragilità, così come quelle altrui. In questo spazio ci arrendiamo saggiamente a quello che c'è e vediamo le cose per quello che sono davvero. "Questa parte di noi - sottolineano i tutor del workshop - la chiamiamo Essenza. Seppure questa parte sia viva e sempre presente dentro di noi, spesso non riusciamo ad accedervi a causa dell'Ego, quell'insieme dei nostri tratti caratteriali, delle vecchie convinzioni, degli schemi di comportamento ereditati dall'infanzia: quando l'Ego è al comando, l'Essenza si copre".

Quali preziose risorse potremmo scoprire abbracciando la nostra e altrui fragilità? Il workshop ha lo scopo di far riconoscere in quale modo l'Ego prova a tenerci bloccati. Ci saranno preziose testimonianze, esperienze, meditazioni guidate e passeggiate nella natura... Per un giorno si potrà ritrovare se stessi e scoprire che nella fragilità si nasconde la più grande delle forze, quella dell'amore.

#### Temi del workshop

Orario 10:00 – 13:00: Testimonianza, Il messaggio, L'imprevedibilità e il movimento della vita, Il concetto di resilienza, La forza dell'amore e della fiducia, La mente alleata dell'anima, Come si creano le nostre difese e da cosa ci difendono, Esperienza contemplativa, Sperimentare la consapevolezza e la presenza. Orario 14:30 – 17:30: Esperienza di condivisione a coppie, Esplorazione dei meccanismi difensivi, Fare sempre qualcosa, Mi piace - non mi piace, Costruire storie, Etichettare, Riconoscere la fragilità dalla quale ci si difende, Esperienza di reciprocità, La mia fragilità è la tua fragilità, Esperienza di connessione, Scoprire i tesori che un cuore aperto dona – una nuova prospettiva, Conclusioni.