Daniel Lumera incanta L’Aquila

Marzo 9, 2026



L’AQUILA – Un incontro intenso e partecipato, dedicato al valore umano e sociale del perdono, si è svolto ieri pomeriggio, 8 marzo, all’Aquila nell’aula magna della Scuola Ispettori e Sovrintendenti della Guardia di Finanza. L’iniziativa è stata promossa dalla One Group e L’Aquila Made In. L’evento si è svolto con il patrocinio del Comune dell’Aquila, del Consiglio Regionale d’Abruzzo e della candidatura L’Aquila 2026, oltre al patrocinio del Soroptimist International Club L’Aquila, realtà da tempo impegnata nella promozione dei diritti e dei valori della solidarietà. “Abbracciare il perdono. I valori femminili nel nuovo millennio”, ha visto protagonista il biologo naturalista e ricercatore Daniel Lumera, tra le voci più note a livello internazionale sui temi della gentilezza, della consapevolezza e delle pratiche del perdono.

L’iniziativa, gratuita e molto attesa, ha registrato una grande partecipazione di pubblico. Dopo i saluti istituzionali dell’assessore al turismo e alle pari opportunità del Comune dell’L’Aquila Ersilia Lancia, degli organizzatori Francesca Pompa (One Group), Angelo De Nicola e Goffredo Palmerini (L’Aquila Made In), il testimone è passato a Lumera, che ha guidato i presenti in una riflessione profonda sul significato del perdono nella vita personale e nella società contemporanea.

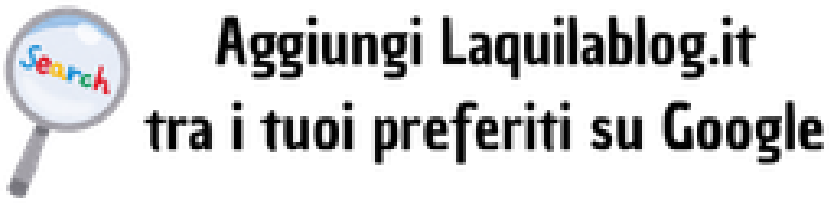
«Il perdono ha trasformato radicalmente la mia vita – ha raccontato – e lo ha fatto in uno dei momenti di crisi più profonda, quando tutto mi sembrava perduto». Secondo Lumera, il perdono, se compreso

nella sua dimensione più autentica, rappresenta una vera e propria via di trasformazione interiore: «È una pratica che, al pari della meditazione, può guarire, liberare e portare l'essere umano a riconciliarsi con l'unità fondamentale alla base della vita».

Il ricercatore ha sottolineato come il perdono permetta di scoprire la natura autentica dell'amore e il suo potere di guarigione. «Perché questo accada – ha spiegato – ognuno di noi deve imparare ad andare oltre se stesso, oltre il dolore e la rabbia. Serve il coraggio di entrare in contatto con il proprio cuore, ognuno con i propri tempi e con i propri modi».

Nel corso dell'intervista Lumera ha raccontato anche il proprio percorso personale e spirituale. «Io sono semplicemente un ricercatore – ha spiegato –; sono stato monaco laico nella tradizione indo-vedica e ho avuto la fortuna di avere un maestro che era stato discepolo diretto del Mahatma Gandhi. Le mie radici affondano nei valori del perdono, della gratitudine e della gentilezza. Credo che siano medicine naturali fondamentali per questo tempo».

Il tema del perdono, particolarmente significativo per la storia e l'identità spirituale della città dell'Aquila, è stato affrontato anche alla luce del difficile scenario internazionale segnato da guerre e tensioni. «Quando ho studiato gli effetti del perdono sul cervello umano – ha spiegato Lumera – sono rimasto stupito: stimola l'empatia, aiuta a percepire i problemi come risorse, influisce sulla neuroplasticità cerebrale. È davvero una medicina naturale».



Secondo il ricercatore, oggi più che mai è necessario proporre modelli culturali alternativi alla diffusione del cinismo e della violenza. «Le nuove generazioni ricevono spesso il messaggio che senza cinismo non si può sopravvivere. Io credo invece che dobbiamo mostrare che una persona di successo è qualcuno che sa perdonare, che sa ascoltare e che sa essere gentile».

Tra i momenti più toccanti dell'incontro, il racconto di un'esperienza vissuta da Lumera nell'accompagnamento al fine vita di un'adolescente gravemente malata. Nel ricordo del ricercatore, la madre della ragazza, che non riusciva a staccarsi dalla figlia. Nel suo tragico e doloroso racconto Lumera ha spiegato quanto sia stato difficile aiutare una mamma a lasciare andare il dono più prezioso della vita. La madre emotivamente coinvolta seppur trafitta dal dolore è riuscita, aiutata dalle parole di Lumera, dopo un lungo silenzio, a pronunciare per tre volte la frase «Io ti lascio andare». Pochi istanti dopo, la figlia ha esalato l'ultimo respiro. Un episodio che ha profondamente colpito il pubblico presente, rimasto in un rispettoso silenzio per l'emozionante e forte racconto.

L'incontro si è concluso con una standing ovation e con numerose domande da parte dei partecipanti. «Questo pubblico è molto domandante» – ha detto Lumera in tono scherzoso-. Prima dei saluti finali, Daniel Lumera ha guidato i presenti in un breve esercizio di respirazione, definito "la pratica dei 28 respiri", seguito con grande attenzione dalla sala. Applausi prolungati e sentiti hanno accompagnato la chiusura dell'evento, seguita da una lunga fila di persone per l'annunciato firmacopie e i selfie con il ricercatore.

Un messaggio, quello lanciato da Lumera all'Aquila, che si riassume in una frase semplice ma potente: «La gentilezza e il perdono sono contagiosi».



© laquilablog.it | Daniel Lumera incanta L’Aquila

