



# CSTG-Newsletter n.100 ottobre 14

della learning community del Centro Studi di Terapia della Gestalt

www.cstg.it



paesaggio finlandese

<b>Edit</b>	<b>1</b>
<b>Thesis</b>	<b>3</b>
<b>Scuola e dintorni</b>	<b>8</b>
<b>Eventi</b>	<b>14</b>
<b>Dare Corpo</b>	<b>16</b>
<b>Segnalazioni</b>	<b>19</b>
<b>Perls's pearls</b>	<b>21</b>
<b>Risonanze</b>	<b>21</b>
<b>La disabilità che è in noi</b>	<b>21</b>
<b>Visti e letti</b>	<b>23</b>
<b>Da giornali e riviste</b>	<b>25</b>
<b>Spazi aperti alla pratica meditativa</b>	<b>26</b>
<b>Poesis</b>	<b>28</b>
<b>Witz e Giochi</b>	<b>29</b>

## Edit

Ci credereste? Io esitavo quando Cristina Tegon che amorosamente ha accudito la nostra creatura mi ha confermato che **questo è il numero 100 della nostra Newsletter!** Una creatura "autopoietica" come mi piace definirla dal momento che fiorisce ogni mese ... quasi per virtù propria. Solo alimentata dalla "cura" che alcuni di noi hanno nel selezionare materiale interessante (che arbitrariamente riteniamo tale, ma non senza un consenso di fondo sulla scelta che cerchiamo sia sempre condivisa) o nel fornire contributi più originali che dal nostro campo più specifico, amano irradiarsi nei territorio delle scienze umane, la poesia, la letteratura, l'arte, i diritti umani, la società in cui viviamo, la storia (anche delle "origini") e il mito che, come dice James Hillman "è stato la psicologia del mondo antico come la psicologia è il mito della mondo moderno". Celebreremo questo decimo anniversario con un brindisi all'ora di pranzo in occasione della XII Giornata sulla Ricerca che si terrà il 19 di questo mese presso la sede della Scuola a seguito della presentazione delle tesi di fine corso con il seguente calendario:

- Battistella Carlo "Psicoterapia di gruppo in un Day Hospital Psichiatrico: riflessioni teoriche ed esperienza". Relatrice Dott.ssa Iliara Veronesi
- Cighetti Jennifer "Disabilità mentale e interventi educativi in un'ottica gestaltica. Un punto di vista impopolare, tra paradossi e contraddizioni." Relatrice Dott.ssa Michela Parmeggiani
- Saccà Giorgia "Anoressia Nervosa e Disturbi del Comportamento Alimentare . Trattamenti a confronto". Relatore Dott. Riccardo Zerbetto.
- Moresi Francesca "Psicoterapia della Gestalt e Teoria dell'Attaccamento". Relatrice Dott.ssa Donatella de Marinis.
- La Carbonara Laura "L'arte del qui ed ora" – Psicoterapia della Gestalt ed improvvisazione teatrale". Relatrice Dott.ssa Michela Parmeggiani
- Mussa Jacob Giuliana "La Relazione d'aiuto a donne ferite dalla violenza: Competenza femminile e Terapia della Gestalt". Relatrice Dott.ssa Donatella de Marinis
- Piazzalunga Patrizia "La chiusura della terapia". Relatrice Dott.ssa Iliara Corti
- Galli Chiara "Il lutto nell'infanzia". Relatrice Dott.ssa Iliara Corti
- Racaniello Giovanni "La meditazione nei gruppi" . Relatore Dott. Riccardo Zerbetto
- Verzeletti Viviana "Elaborazione del lutto per la perdita del lavoro". Relatrice Dott.ssa Donatella de Marinis

Le sintesi di questi lavori, nel complesso molto apprezzabili e che saranno oggetto anche di un dibattito aperto in seno alla nostra learning Community, rappresentano anche il *topic* di questo numero.

- Come evento significativo segnaliamo *in primis* il Convegno **DIPENDENZA: QUELLA AFFETTIVA E TUTTE LE ALTRE. La addiction prone personality nelle sue diverse espressioni** che si terrà a Milano, dal 14 al 15 novembre 2014 presso l'Università Milano Bicocca – Padiglione U9-1, Via dell'Innovazione n.10. Il convegno, promosso dal CSTG e da ERIT-ITALIA, ha ottenuto il patrocinio di prestigiose associazioni scientifiche tra cui l'Università degli studi di Milano-Bicocca, Dipartimento di Psicologia e la federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia (FIAP). Hanno accettato di dare il loro contributo i Colleghi – sia in ambito universitario, che professionale - che si sono impegnati maggiormente in questo ambito di studi a cavallo tra psicoterapia, psichiatria e settore delle dipendenze e ci auguriamo che ne emerga una riflessione approfondita sulle radici profonde del fenomeno che, sempre di più, appare emergere da una matrice psicologica caratterizzata da una disregolazione affettiva che la pluriennale esperienza clinica nel Progetto Orthos ha permesso di esplorare e accompagnare nel difficile processo evolutivo e, in taluni casi, di autentica risoluzione. Di seguito si riporta il programma del Convegno a cui ci auguriamo non venga a mancare nessuno degli allievi che si sono formati nella nostra scuola in questi (non pochi) anni. Con grande soddisfazione, il Convegno verrà aperto da Riccardo Bettiga, nuovo presidente di OPL.



- Interessante (e squisitamente augurale) anche il convegno **"Essere felici"** che si terrà il venerdì 21 e sabato 22 novembre, sempre presso l'Università di Milano Bicocca, per iniziativa di IPSO - Istituto di Psicologia Somatorelazionale ed il cui programma è riportato al sito: <http://www.biosofia.it>. Interverrà, tra gli altri, Riccardo Zerbetto

- Si è concluso il **Progetto ENTRY**, coordinato dal CSTG, con la presentazione del **MANIFESTO sulla Prevenzione della violenza tra i giovani** la cui versione definitiva viene riportata sul sito <http://entryproject.files.wordpress.com> come anche le "azioni specifiche" e il modello di formazione per formatori elaborato nel corso di questi due anni di intenso e proficuo lavoro. E' stato davvero interessante, oltre che piacevole, collaborare con Partners di 8 paesi europei (Turchia compresa) su un tema così importante e che ci auguriamo abbia prodotto un materiale utilizzabile anche nel corso dei prossimi anni grazie anche ai coordinamenti di Michela Parmeggiani ([michela.parmeggiani@fastwebnet.it](mailto:michela.parmeggiani@fastwebnet.it)), Filippo Petrogalli e Matteo Covelli che su questo tema ha presentato una apprezzatissima tesi di laurea in Psicologia sociale.

- Si stanno costituendo tre **gruppi di lavoro sull'approccio gestaltico**: quello sull'Infanzia proporrà a breve 4 incontri coordinati da Alessandro Purcheddu che ringrazio per il lavoro svolto con grande cura e professionalità. Per quello sulle Dipendenze verranno date informazioni nel corso della NL mentre per quello sul Coaching anticipiamo la venuta di **Vicens Olivé** del prestigioso Istituto di gestalt di Barcellona che sarà nostro ospite a febbraio come visiting Professor. IL gruppo **"Psicologia e counseling scolastici"** coordinato da Filippo Petrogalli e Anna Fanetti sta lavorando a programmi specifici che saranno presentati a breve. Si va costituendo, inoltre, un gruppo di interesse su **"spazi aperti a pratiche meditative"** nella tradizione, in particolare, di **Claudio Naranjo** di cui verrà detto di seguito. A questo proposito merita ricordare come alcuni (ex)allievi stanno partecipando al Programma SAT-Uno mentre si è da poco concluso l'annuale **incontro tra i Collaboratori** più stretti di Claudio a cui ho avuto l'onore-possibilità di partecipare (credo che per me sia il 28esimo anno di frequentazione di questo collega che, senza remora, posso chiamare "maestro" e che abbiamo l'onore di avere come Presidente onorario della nostra Scuola).

- Si è svolto con grande successo di adesione (1.200 partecipanti) e ricchezza di contenuti il **convegno della FIAP su: "L'EMERGERE DEL SÉ IN PSICOTERAPIA. NEUROSCIENZE, PSICOPATOLOGIA E FENOMENOLOGIA DEL SÉ"** che si svolse dal 3 al 5 Ottobre del 2014 al Centro Congressi Riva del Garda ed al quale abbiamo dato un contributo sia io che Michela Parmeggiani. Hanno partecipato circa 25 allievi che mi risulta ne abbiano tratto una impressione decisamente positiva. Le relazioni di Damasio, Borgna, Gallese, Francesetti e Ammanniti compaiono sul sito [www.fiap.org](http://www.fiap.org) e merita sicuramente investire del tempo nel vederle perché davvero stimolanti. Personalmente sono stato invitato a partecipare ad una Tavola rotonda sulle "origini della FIAP" nel quale mi è stato accreditato il ruolo di fondatore della EAP-Italia da cui la FIAP è derivata. Questo riconoscimento – nonostante le resistenze di alcuni colleghi che tendono a minimizzare la derivazione della FIAP dalla *European Association for Psychotherapy-EAP* (di cui sono stato presidente nel 1996-7) temendo il "non-allineamento" con la Legge 56/89 istitutiva dell'Ordine degli Psicologi – ha comunque prodotto la mia nomina a socio onorario della stessa FIAP.

- Riguardo alle **Sedi decentrate, si terrà una serata di presentazione a Bolzano il 7 novembre** mentre sono in corso le procedure per la richiesta di apertura di una sede anche a Siena. Le serate di presentazione per i Corsi di psicoterapia e di counseling sono previste rispettivamente per le serate del 24 ottobre e 13 novembre.

- Vi invito ad affacciarmi sulla **rivista on-line del CSTG GESTALT WORLD** promossa da Elena Santoro. L'iniziativa si propone di offrire maggiori informazioni sul mondo della Gestalt terapia con articoli e interviste ai tanti personaggi del largo mondo internazionale della gestalt. La rivista, assolutamente gratuita, è accessibile all'indirizzo: <http://flip.it/UmEY8> , ma è possibile accedere alla rivista anche dal sito della scuola: [www.cstg.it](http://www.cstg.it) – NEWS. Sul nuovo profilo Twitter della nostra scuola, <https://twitter.com/CstgGestalt>, troverete inoltre tutte le notizie che riguardano le nostre attività e la segnalazione di eventi interessanti per il nostro mondo.

- Il prossimo **modulo intensivo di Orthos si terrà dal 9 al 30 novembre mentre quello di PRIMA (Psicoterapia Residenziale Intensiva Mirata per Aree)** in collaborazione con la **Fondazione ERIS di Milano, dal 1 al 21 dicembre.**

- dal 9 al 12 settembre 2014 si è tenuto a Helsinki in Finlandia il decimo **Congresso europeo su Gambling Studies and Policy Issues: What's next? Who's next? New directions in Gaming and Gambling** che ha rappresentato un'importante occasione di scambio e di confronto tra concessionari delle attività di gioco e operatori che si occupano di gioco patologico non solo in Europa, ma anche in Canada, Usa, Australia e Asia. Un versante nel quale l'Italia si presenta come portatrice di esperienze avanzate è anche quella dei trattamenti residenziali brevi per giocatori. Su tale argomento, sono stati riportati i risultati emersi da una ricerca sugli *outcomes* dei primi cinque anni di sperimentazione del trattamento in ambito residenziale del Programma Orthos per giocatori d'azzardo patologico che è stata particolarmente apprezzata in quanto innovativa anche nello scenario europeo.

- Prosegue la rubrica **La disabilità' che e' in noi**, a cura di Laura Maria Simeoni, counselor ([laura.m.simeoni@gmail.com](mailto:laura.m.simeoni@gmail.com)) che ringrazio per l'intelligenza e la dedizione a questo tema che, appunto, ci riguarda ... tutti.



- Nel fine settimana 6 – 8 dicembre è previsto un seminario a Noceto su **"Il Daimon e l'Ombra"** condotto da me e Massimo Habib che, seguendo la "chiamata del daimon" ha lasciato il non-amato lavoro di amministratore di condomini per dedicarsi alla Tangoterapia (ora definita "tango olistico") che gli dà molta soddisfazione oltre che il sostentamento per lui e la sua famiglia. Un interessante esempio di cambiamento radicale di vita che ci è di esempio ... salvo non dimenticare la necessaria prudenza che ogni cambiamento ovviamente comporta.

- In tema di impegno per i **diritti umani**, è confermato un incontro presso la Facoltà di Scienze politiche dell'Università di Siena per il 10 dicembre, data della pubblicazione della Dichiarazione Universale dei Diritti Umani con la partecipazione del past-president del partito democratico del Tibet Chime Youngdung che già è stato nostro ospite più volte su iniziative di sostegno alla autodeterminazione del popolo tibetano.

- Nella sezione che da questo numero verrà introdotta con il nome **"Spazi aperti alla pratica meditativa"** vengono riportate iniziative su questo versante specifico sulla linea della tradizione che, nella nostra scuola, si ispira in particolare all'insegnamento di Claudio Naranjo che, con il suo libro "On the Psychology of Meditation" del 1960 è stato sicuramente tra i precursori nella ricerca di quello spazio di incontro tra investigazione psicologica e pratica meditativa. Una tradizione che, come sappiamo, si "sposa" intrinsecamente al "lavoro sulla consapevolezza" in ambito sensoriale, cenestesico, emozionale, cognitivo e di relazione così proprio dell'approccio gestaltico. In tale ambito, proporrò ogni mese una "gestalt meditation" che, a mio modo di vedere, esprime l'originale territorio di incontro tra le pratiche meditative orientali "senza oggetto" (e che, in altre parole, privilegiano il tema della vacuità e l'andare "oltre le forme" di pensiero, emozione ed immagine) a quelle "con oggetto" di derivazione più occidentale che ci invitano ad accogliere ed, anzi, a mettere a fuoco i contenuti di coscienza, siano essi immagini, percezioni corporee, emozioni o pensieri. Nel rapporto "figura/sfondo" propostoci dalla gestalt si tratta quindi di stare nel "flusso di coscienza" (dhyān in sanscrito che diviene poi Chan in cinese e Zen in giapponese) che "naturalmente" alterna momenti di vuoto-vacuità (sfondo) alla morfogenesi (gestaltung) di un contenuto di coscienza a cui dare accogliimento e attenzione.

- ricordiamo che **la presentazione del corso di specializzazione nella psicoterapia**, riconosciuto dal MIUR, è fissata per il **24 ottobre alle ore 21**, mentre quella del corso di **counseling** è fissata per il **13 novembre**.

- Le foto sono prese dai contesti dove si sono svolti gli ultimi eventi riportati: Riva del Garda, Helsinki, Titignano in Umbria: attendiamo qualche foto di viaggio dai nostri lettori per i prossimi numeri, grazie.

Grazie e buona lettura

*Riccardo Zerbetto e lo Staff della Scuola*



Titignano

## *Thesis*

*(Abstract di tesi di specializzazione in psicoterapia e di fine corso di Counseling)*

### **PSICOTERAPIA DELLA GESTALT E TEORIA DELL'ATTACCAMENTO**

**Tesi di specializzazione in psicoterapia-  
Dott.ssa Francesca Moresi – Relatrice  
Dott.ssa Donatella De Marinis**

Relazione. Questa parola ha sempre avuto, per me, un grande significato. Spesso confuso, doloroso, incomprensibile, ma comunque

pregnante.

Sono sempre stata affascinata dai rapporti relazionali e per anni mi sono chiesta come fosse possibile avere dei rapporti "normali" con le altre persone, essendo consapevole della mia incapacità a costruire dei rapporti sani e nutrienti. Ricordo la fatica e la frustrazione, le paure e le sofferenze di tutte le relazioni che ho imbastito, da quelle familiari a quelle amicali.

E ho iniziato la scuola di Gestalt con ben chiaro nella mia mente l'obiettivo: imparare a stare in relazione con gli altri. Iniziando una lezione sugli scopi della psicoterapia, Riccardo Zerbetto ci ha chiesto: "qual è secondo voi lo scopo della terapia?". Ricordo bene la mia risposta: "risanare una ferita profonda, una ferita che deriva da una relazione, e che può essere curata solo attraverso una nuova relazione, ricca e nutriente, che permetta di sperimentare una base sicura, incrollabile, presente, che sia un sostegno, un calore, un affetto; che al tempo stesso sia sincera e a volte paterna. Una nuova base per esplorare il mondo, un nuovo imprinting su cui modellare le relazioni nel mondo esterno. E dunque la psicoterapia è anche indirizzata a un cambiamento relazionale che permetta di sperimentare legami più sani".



Con molta commozione scrivo che tutto ciò per me è avvenuto; ora godo a pieno delle relazioni con il mondo esterno, che finalmente mi regalano momenti di gioia e serenità, scevri dalle vecchie dinamiche, ansie e paure.

E allora è nata la mia idea di fare una tesi sulle relazioni. La teoria dell'attaccamento mi ha sempre affascinato molto, ho sempre sentito profondamente veri per me i costrutti di questa teoria e l'idea di legarli alla psicoterapia della Gestalt, dove la relazione terapeutica è nucleo fondamentale, mi ha molto intrigata.

Ho dunque cercato di esplorare, partendo dalla teoria dell'attaccamento, come essa si possa integrare nella pratica del terapeuta gestaltico, legandosi in particolare alla relazione terapeutica, anch'essa, in quanto relazione, investita dell'imprinting relazionale di ogni individuo.

A questo proposito ho trovato interessanti, in particolare, gli studi integrativi di Giusti e quelli di Giovanni Salonia e Spagnuolo Lobb, che riguardano proprio i rapporti tra la psicoterapia della gestalt, la psicoanalisi relazionale e le teorie dell'intersoggettività di Daniel Stern.

Ho poi voluto prendere in considerazione un quadro più ampio, quello della Gestalt Psicossociale, filone di ricerca che in Italia è stato portato avanti da Maria Menditto, sulla scia del lavoro di Polster. Per finire, ho tracciato un parallelismo tra la teoria dell'attaccamento e l'enneagramma, secondo quanto studiato da Sergio Messina ed Enzo Toin.

## **L'ARTE DEL QUI E ORA**

### **PSICOTERAPIA DELLA GESTALT E IMPROVVISAZIONE TEATRALE**

**Tesi di specializzazione in psicoterapia - Dott.ssa Laura La Carbonara – Relatrice Dott.ssa Michela Parmeggiani**

Psicoterapia e teatro sono discipline che spesso si incontrano e che hanno molto in comune: entrambe rappresentano processi conoscitivi dell'esperienza umana, forme di comunicazione, modi di entrare in relazione, strumenti per favorire il cambiamento in una persona o in un gruppo.

L'improvvisazione, intesa come modalità specifica di creazione artistica, è conosciuta soprattutto attraverso l'esperienza della musica jazz, ma è presente anche in diverse altre discipline artistiche: danza, pittura, poesia, teatro, altri tipi di musica ecc.

L'improvvisazione teatrale è una forma di teatro in cui gli attori non seguono un copione definito, ma inventano personaggi e storie improvvisando estemporaneamente. Non c'è copione, né sipario, tutto avviene sulla scena che diviene il foglio bianco su cui scrivere ogni volta una nuova storia, creata e interpretata nello stesso momento, nel qui e ora.

Il fascino che essa esercita sull'attore e sullo spettatore deriva proprio dalla contemporaneità tra la nascita dell'evento artistico e il godimento dello stesso, dalla consapevolezza della partecipazione a un evento creativo unico e non ripetibile.

L'improvvisazione teatrale ha poche regole molto semplici ma fondamentali per costruire una scena: attenzione, ascolto, non sovrastare, collaborare, accettare e supportare in modo creativo le proposte degli altri. Il lavoro di creazione della storia che si realizza nell'improvvisazione avviene nel fluire della relazione tra gli attori in scena, come atto creativo congiunto.

L'improvvisazione valorizza la spontaneità e rappresenta una vera e propria palestra per sviluppare la capacità creativa e liberarsi dai blocchi che la imprigionano o la limitano, come la paura di sbagliare o di sentirsi inadeguati o giudicati o diversi, ecc. Questi sono gli stessi blocchi che ciascun individuo può sperimentare nella propria vita.

Sono numerosi i punti di contatto tra la psicoterapia della Gestalt e l'improvvisazione teatrale: l'attenzione al presente, la valorizzazione dell'esperienza del vuoto fertile, della polisemia, dell'azione (mise en action), dell'adattamento creativo, dell'espressione spontanea, del contatto e molto altro ancora. Non è un caso che in Gestalt si utilizzi spesso la tecnica del monodramma.

Improvvisare è un'esperienza divertente che aiuta non solo a sviluppare la propria capacità di adattamento creativo, liberandosi dai blocchi, ma anche a imparare a sintonizzarsi con l'altro.

Sviluppare la propria capacità di improvvisare può essere quindi, oltre che divertente, anche estremamente terapeutico. Del resto, la vita stessa è spesso improvvisazione.

## **PSICOTERAPIA DI GRUPPO IN UN DAY HOSPITAL PSICHIATRICO: RIFLESSIONI TEORICHE ED ESPERIENZA**

**Tesi di specializzazione in psicoterapia- Dott. Carlo Battistella – Relatrice Dott.ssa Ilaria Veronesi**

Il presente lavoro di tesi di specializzazione in psicoterapia si inserisce nella cornice istituzionale costituita dai servizi di psichiatria che, a loro volta, afferiscono al sistema sanitario regionale e nazionale.

Nel primo dei quattro capitoli si affronta il tema della cura della malattia mentale da un punto di vista storico e legislativo. Come, nel tempo, è cambiata la concezione della malattia mentale, l'ipotesi eziopatogenetica e, di fatto, le modalità e i luoghi attraverso i quali cercare di offrire una risposta terapeutica e riabilitativa a favore di pazienti con rilevanti problematiche psichiche. Vengono, perciò, affrontate figure e approcci come quella di Pinel e il suo 'trattamento morale', Kraepelin e la sua concezione anatomo-patologica, Freud e la psicoanalisi, Jaspers e la fenomenologia, l'ospedale psichiatrico e la critica basagliana.





Sempre nel primo capitolo vengono passate in rassegna la Legge N. 36 del 1904 (Governo Giolitti) con la quale venivano regolamentati i già esistenti manicomi, la Legge 431 (Legge Mariotti) del 1968, la Legge 180 del 1978 (Legge Basaglia), i differenti Progetto Obiettivo Nazionali, i Piani Regionali per la Salute Mentale in Regione Lombardia fino ad arrivare alla proposta popolare di legge, denominata "181", che ho appoggiato e condiviso in modo attivo con il movimento delle Parole Ritrovate che si è occupato della raccolta firme necessaria ad una sua presentazione in Parlamento, avvenuta nel mese di dicembre 2013. Proposta di legge che ha introdotto con forza i concetti di *empowerment*, *recovery*, auto-mutuo-aiuto.

Nel secondo capitolo, in modo piuttosto descrittivo, si entra nel merito e nella specificità del servizio 'Day Hospital Psichiatrico', fornendone una definizione, le caratteristiche e la funzionalità. La sua organizzazione (operatori, valutazione, obiettivi, la necessità di un'integrazione tra orientamenti terapeutici e riabilitativi differenti, interventi familiari) e la tipologia di un'utenza caratterizzata da una condizione clinica sub-acuta e post-acuta. Pazienti con differenti inquadramenti psicodiagnostici accomunati dal concetto di 'crisi'.

Con il terzo capitolo si entra nel vivo delle riflessioni teoriche in funzione della pratica clinica. La Psicoterapia della Gestalt viene presa in considerazione per quelli che possono essere considerati limiti e potenzialità nell'intervento con la psicopatologia grave. Viene presa in considerazione la psicopatologia e la necessità di un processo diagnostico in funzione della promozione della salute mentale (resilienza, empowerment, recovery). L'eziopatogenesi è affrontata secondo l'ipotesi bipsicosociale e il modello vulnerabilità-stress, con contributi derivanti dalla psicologia animale e comparata, nel rapporto tra individuo e ambiente. Nella parte dedicata alle buone pratiche la psicoterapia di gruppo è presa in considerazione da un punto di vista storico, terapeutico e tecnico. Infine, nella parte dedicata alla valutazione, agli esiti e alla ricerca relativa ai trattamenti, un ampio paragrafo riguarda i fattori specifici e aspecifici in ambito psicoterapeutico.

Nel quarto ed ultimo capitolo, viene fornito un modello di intervento, su di una base esperienziale, che poggia le proprie basi sul concetto di elasticità, cooperazione, accessibilità, autoregolazione e la necessità di un approccio integrato (e integrativo). Il percorso terapeutico affrontato è stato pensato in funzione delle caratteristiche del servizio e dell'utenza coinvolta nell'esperienza descritta, con l'ambizione che la metodologia e i temi affrontati, nonché una possibile sua modularizzazione fossero riproducibili anche da parte di altri terapeuti in contesti differenti. Secondo l'orientamento gestaltico, la psicoterapia di gruppo e il ruolo dell'operatore sono presi in considerazione all'interno del ciclo di contatto. Il capitolo si chiude con la breve narrazione di due casi clinici.

Una riflessione conclusiva chiude il presente lavoro di tesi.



Giardini a Helsinki

**ANORESSIA NERVOSA E DISTURBI DEL  
COMPORTEMENTO ALIMENTARE  
TRATTAMENTI A CONFRONTO  
Tesi di specializzazione in Psicoterapia -  
Dott.ssa Giorgia Saccà Relatore Dott.  
Riccardo Zerbetto**

Lo sviluppo dei Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA) ruota attorno all'ideale di magrezza e al culto dell'apparenza. I meccanismi che portano ad interiorizzare l'ideale di magrezza, che spesso si accompagna ad un atteggiamento denigratorio verso l'obesità, sono fondamentalmente tre: il rinforzo sociale (fare proprio ciò che il gruppo, la comunità, la società apprezza e approva), il modellamento (fare

proprio uno o più comportamenti che si osservano negli altri) e il confronto sociale (confrontarsi continuamente con l'ideale proposto dalla società).

Oltre ai fattori sociali, gli elementi che causano l'insorgere dell'Anoressia Nervosa come degli altri Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA), sono ricollegabili ad aspetti biologici, psicologici e relazionali. Gli specialisti sono passati negli anni dal considerare questo tipo di disturbo come malattia (per la cura della quale un tempo si ricorreva esclusivamente all'uso di psicofarmaci, ricoveri, ed eventualmente a trattamenti cognitivi sul singolo), a considerare che i DCA psicogeni costituiscano una situazione complessa, la quale non può essere curata intervenendo da un solo punto di vista, ma è necessario l'apporto multiplo e integrato di un'equipe di professionisti esperti in settori e campi differenti.

Personalmente ho conosciuto la storia di tante ragazze, che ho incontrato durante gli anni di collaborazione con il Centro di Diagnosi e Cura dei Disturbi del Comportamento Alimentare dell'Azienda USL8 di Arezzo ed il "Centro Auryn". In seguito, durante il periodo di ricerca per la tesi che ho scritto a conclusione dei miei studi universitari, ho integrato alle precedenti esperienze, quella di Firenze di "Villa dei pini" e quella di Como presso l'Ospedale S. Anna. In questi ultimi mesi ho comparato le realtà suddette con il modello gestaltico e ho approfondito la teoria e la prassi che l'equipe dello Studio Metafora ha utilizzato nel lavoro terapeutico applicato ai casi di bulimia e anoressia psicogene. Comparando l'esperienza aretina e quella del Metafora, ho constatato che entrambi gli approcci hanno in comune la centratura su di un tipo di trattamento terapeutico integrato che prevede un lavoro mirato su aspetti sia psichici, sia corporei, sia relazionali. Il lavoro psico-corporeo applicato presso lo studio Metafora, attraverso terapie



individuali e in gruppo come quello "a mediazione corporea", basato sugli studi psicofisiologici di Ruggeri, pone l'accento sulla reintegrazione degli aspetti corporei scissi dalla propria consapevolezza, perché la/il paziente possa riappropriarsi della "soggettività" del corpo, diventato in questo tipo di patologia "oggetto", in qualche modo "ostaggio" della propria nevrosi.

Il lavoro centrato sul corpo presso il centro di diagnosi e cura dei DCA ad Arezzo ricalca il modello di tipo cognitivista, e della Psicobiologia, e porta maggior attenzione sui comportamenti e sui processi di pensiero, e il comportamento alimentare è considerato come risultante dell'integrazione tra individuo e ambiente. Nel trattamento con questo modello il paziente è rieducato ad un comportamento sano nei confronti del cibo, e allo stesso tempo riacquista adeguate competenze relazionali. Entrambi gli approcci chiamano in causa anche aspetti di tipo relazionale, considerando in primis il resto della famiglia della paziente, e secondariamente l'ambiente sociale allargato.

Per concludere presento il progetto Corpo e Immagine, sviluppato dall'equipe del Dottor Riccardo Zerbetto, che si propone di dare un taglio esistenziale al trattamento dei disturbi con l'alimentazione, considerata in senso lato come una manifestazione di un mal di vivere. Attraverso la de-enfatizzazione degli aspetti sanitario e dietetico, a favore di un intervento psicologico focalizzato sui processi di crescita interiore, l'equipe di Corpo e Immagine aiuta le persone che seguono il programma, a ritrovare un equilibrio psico-fisico che porti loro ad acquisire nuovamente le competenze necessarie al contatto, la fiducia e l'amore verso sé.

### **DISABILITÀ MENTALE E INTERVENTI EDUCATIVI IN UN'OTTICA GESTALTICA. UN PUNTO DI VISTA IMPOPOLARE, TRA PARADOSSI E CONTRADDIZIONI**

**Tesi di specializzazione in psicoterapia - Dott.ssa Jennifer Cighetti Relatrice: dott.ssa Michela Parmeggiani**

Sappiamo che per Perls la Gestalt non era solamente un approccio psicoterapeutico ma poteva essere considerata un vero e proprio "stile di vita". L'esperienza dei Gestalt-kibbutz in Canada è solo una delle tante dimostrazioni che rendono conto di quanto le dichiarazioni di Perls partissero da una profonda convinzione e venissero poi tradotte in atti concreti. Nel 1995 Serge Ginger scriveva di come le applicazioni non terapeutiche della Gestalt si fossero ormai diffuse negli Stati Uniti, in Germania, in Russia e in Francia; tra di esse citava l'area pedagogica, in particolare, le scuole e gli istituti di rieducazione per ragazzi in difficoltà, gli ospedali psichiatrici e il trattamento di famiglie in difficoltà. Ad oggi, nel 2014, in Italia sembra che la diffusione della Gestalt non sia così ampia in settori extra-terapeutici.

Questo lavoro nasce dalla volontà di raccontare la mia esperienza, inerente il mondo della disabilità mentale, attraverso la lente dell'approccio gestaltico, dal momento che in questo campo non sembrano esserci significative tracce di tale influenza. Dopo dieci anni di lavoro in un servizio per ritardati mentali, come educatore prima e come coordinatore poi, ho sentito la necessità di spogliarmi di tutti quelle ideologie e quegli "impliciti" fortemente presenti nel mondo del sociale e provare a osservare per un attimo il fenomeno da un punto di vista diverso.

Questo scritto, lungi dal fornire soluzioni o proporre strade alternative (anche se ammetto che l'idea di un Gestalt-Kibbutz per ritardati mentali appare molto stimolante), vuole semplicemente mettere in luce uno stato di fatto attuale, in cui la compresenza di valori culturali, e relativi agiti, per certi versi incompatibili (la solidarietà e la valorizzazione della persona svantaggiata da un lato, l'intelligenza e la produttività dall'altro) finiscono col generare molteplici paradossi e contraddizioni.

Posto che abbia poco senso parlare di "disabilità" in senso lato, poiché ognuna di esse con le proprie peculiarità porta con sé una storia, dei vissuti, delle aspettative, degli immaginari e delle possibilità reali completamente diverse l'una dall'altra, con riferimento alla disabilità mentale si è osservato negli ultimi decenni il passaggio da una logica di segregazione e svalorizzazione totale del disabile, quando non addirittura di eliminazione (le leggende del monte Taigeto a Sparta e della rupe Tarpea a Roma, i movimenti eugenetici, l'isolamento a vita nei manicomi, giusto per citare alcuni esempi), ad una prospettiva opposta di valorizzazione e integrazione a tutti i costi. Tanto il primo approccio ha posto enfasi sul deficit, tanto il secondo sembra minimizzarlo. Ad oggi, pur in presenza di retaggi culturali e pregiudizi di un passato non troppo lontano, ci troviamo in questa fase di rivalutazione ed accentuazione delle risorse e capacità della persona con ritardo mentale. Al punto zero tra queste due polarità, si deve ancora arrivare. È mio parere infatti che tanto l'una quanto l'altra ideologia contengano delle forzature e siano poco utili a comprendere il fenomeno in modo realistico e soprattutto a fornire delle linee guida per degli interventi di senso che possano incentivare lo sviluppo (fin dove possibile) della persona con ritardo mentale senza perderne di vista il benessere psicologico.

Nel trattare il tema, si è proceduto "a imbuto", ossia iniziando con osservazioni inerenti il livello macro (contesto socio-culturale e relativi valori) per arrivare al livello micro (analisi delle dinamiche personali e interpersonali). Il punto di partenza scelto per aprire la riflessione sul tema è il dato di realtà, una realtà che non si configura come condizione transitoria e che non volgerà mai (salvo rarissime eccezioni) ad una situazione di normalità (con tutte le precauzioni che l'utilizzo del termine "normalità" richiede). Nel descrivere cosa sia il ritardo mentale, le diverse definizioni riportate contengono tutte, in implicito e sottinteso, il principio fondante della Gestalt: il tutto è qualcosa di più e di diverso dalla somma delle parti. Ciò significa che un cervello menomato dalla nascita non implica semplicemente una riduzione quantitativa della prestazione cognitiva, ma influenza, modificando qualitativamente in modo importante, tutti gli aspetti della personalità, del comportamento, del pensiero, dell'apprendimento e della percezione; questo fa del ritardo mentale una gestalt unica e non assimilabile ad altre condizioni. Questa differenza



essenziale rischia oggi, a mio avviso, di essere dimenticata; per quanto strutturiamo programmi educativi, parliamo di progetto di vita, di inserimento lavorativo, rapportandoci nel fare questo ad un ipotetico grossolano modello di normalità più o meno alterata, in realtà non sappiamo nulla di quale sia la percezione di una persona con ritardo mentale, quali ragionamenti faccia, come senta, cosa senta, a cosa dia valore, quali siano i suoi meccanismi di regolazione organica. Oltre a ciò, naturalmente, va ricordato che nell'essere accomunate da un qualche deficit cognitivo le persone con ritardo sono tutte comunque ognuna un essere unico.

Tenendo sullo sfondo questa consapevolezza, ho provato a tratteggiare quelle che mi sono sembrate essere, in anni di attività colloqui e osservazioni, le più diffuse modalità di contatto riscontrate nell'esperienza con persone disabili, per passare poi a illustrare la realtà di uno dei servizi educativi oggi presenti, quello di formazione all'autonomia, nel quale lavoro come coordinatore ed educatore. Dopo aver messo a fuoco il mandato del servizio, e le implicazioni relative all'acquisizione di un'autonomia, ho poi passato in rassegna i principali nodi critici presenti nelle persone che sono a stretto contatto col disabile: la famiglia e gli educatori. L'esplorazione della propria parte disabile, il rapporto con l'autorità e con le figure genitoriali, la gestione delle emozioni e in particolare della paura e della rabbia, la necessità di un approccio sistemico ed olistico alla persona sono alcuni dei punti che affiorano da questa analisi. Ciò che emerge su tutto, ironia della sorte dato che se ne parla incessantemente, è proprio la mancanza di integrazione, intesa nel senso gestaltico di integrazione tra parti di sé, tanto a livello macro (società/ comunità) che a livello micro (intra-personale); proprio a questo riguardo appaiono rappresentativi i tabù riguardanti la sessualità della persona con ritardo e l'esplicitazione/trattazione della propria condizione di disabilità.

A conclusione di queste riflessioni sembra che la sfida per poter uscire dall'attuale situazione di paradossi e contraddizioni, consista nel provare a creare integrazione rinunciando a quelle azioni e a quell'ottica tanto rassicuranti che vanno in direzione di una normalizzazione che, lungi dal creare benessere e normalità, sembra impedire di fatto l'accettazione e l'integrazione del diverso.

## **LA CHIUSURA DELLA TERAPIA**

**Tesi di specializzazione in Psicoterapia - Dott.ssa Patrizia Piazzalunga Relatore: Dott.ssa Iliaria Corti**

Questo lavoro nasce dall'interesse suscitato in me da una delle ultime giornate di lezione tenuta dalla dott.ssa Ratti nel quarto anno del mio percorso in psicoterapia presso il CSTG.

La lezione, intitolata proprio "La chiusura della terapia" si aprì con la raccolta delle Gestalt che la parola chiusura evocava in ciascuno dei partecipanti.

Ricordo la ricchezza di pensieri che suscitò in noi quello stimolo e la diversità di vissuti che per ciascuno poteva caratterizzare il termine: si parlò infatti di curiosità, slancio e cambiamento, ma anche di timore, paura e abbandono. Nella stesso momento, con lo stesso stimolo si aprirono scenari differenti a caratterizzare un momento delicato e importantissimo della terapia.

Per me la chiusura ha sempre rappresentato un tema caldo, ampiamente lavorato nella mia terapia personale e portato alla mia consapevolezza anche attraverso il lavoro in gruppo durante il percorso di formazione.

Ad oggi fatico a trovare il modo corretto, se mai ne esiste uno per sancire il termine della terapia, la tolleranza alla chiusura dei legami, delle situazioni delle gestalt è per me sempre piuttosto faticosa.

Questa tesi vuole essere una riflessione circa i vari significati che il termine chiusura porta in sé e un viaggio all'interno delle fatiche che comporta il non saper chiudere un legame, una gestalt, un ciclo.

Attraverso alcuni riferimenti ai lavori di Perls sul metabolismo mentale e al ciclo del contatto focalizzo la mia attenzione su quello che può determinare una difficile chiusura, una tendenza a lasciare aperto quello che andrebbe invece chiuso in condizioni ottimali.

Una scarsa maturazione della attitudine di masticare ciò che ci viene dall'esterno sotto forma sia di oggetto fisico che di stimolo mentale, può inficiare la capacità a chiudere e, quindi, di prendere per sé le proprietà nutritive di un dato stimolo.

La tendenza al mantenere aperte alcune gestalt appartenenti al passato caratterizza gran parte di noi, la fase del ritiro è quella più faticosa nel ciclo della gestalt, a mio avviso il rimanere aggrappati a qualcosa, seppur energeticamente molto oneroso, è di gran lunga più comodo del lasciar andare per tornare ad un punto di vuoto fertile.

Ricordo la mia terapeuta quando mi disse che la scelta di ciò che ci è familiare è, talvolta, solo un automatismo poco dettato da una libera scelta, molto più impegnativo scegliere di chiudere tale modalità desueta e attivarne una poco nota, ma forse più efficace.

Quando chiudere?

Quando si è imparato ad assimilare, a masticare prima e a lasciar andare poi, quando si può correre il rischio di abbandonare la strada nota, ma poco efficace, per una forse più dispendiosa, ma fruttuosa.

Nella tesi riporto un riferimento ad un testo di Luisa Colli "La morte e gli addii", rivisitazione dell'Odissea omerica nella quale l'autrice evidenzia il parallelismo tra il viaggio dell'eroe verso la sua Itaca e la psiche umana.

Ulisse percorre un lungo tragitto costellato di mille traversie, tra cui la discesa agli inferi per incontrare i compagni e lo spirito della madre, tappa necessaria per poter continuare in modo decisivo il suo ritorno.

Solo attraverso il passaggio nel lutto, nella consapevolezza del distacco, lui decide davvero di poter tornare.

In questa tesi ho scelto di parlare di tante chiusure e di altrettante fatiche nel portarle a termine, ho voluto pormi quesiti, aprire, forse, riflessioni, portare un pezzo di me e del mio percorso...ancora così aperto!



## Scuola e dintorni

(a cura di: Antonella Chieffo [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it))



# XII GIORNATA ANNUALE SULLA RICERCA

**19 ottobre 2014**  
**ore 9.30 – 13.30**

presso la sede del C.S.T.G.  
Via Mercadante 8 (MI)

Coordinatore scientifico **Riccardo Zerbetto**  
Coordinatore didattico **Donatella De Marinis**

**9.30 – 13.30**

### Presentazioni delle tesi di diploma degli allievi della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia e di Counseling

Battistella Carlo

“Psicoterapia di gruppo in un Day Hospital Psichiatrico: riflessioni teoriche ed esperienza”. Relatrice Dott.ssa Ilaria Veronesi

Cighetti Jennifer

“Disabilità mentale e interventi educativi in un’ottica gestaltica. Un punto di vista impopolare, tra paradossi e contraddizioni.”. Relatrice Dott.ssa Michela Parmeggiani

Saccà Giorgia

“Anoressia Nervosa e Disturbi del Comportamento Alimentare . Trattamenti a confronto “. Relatore Dott. Riccardo Zerbetto.

Moresi Francesca

“Psicoterapia della Gestalt e Teoria dell’Attaccamento”. Relatrice Dott.ssa Donatella de Marinis.

La Carbonara Laura

“L’arte del qui ed ora” – Psicoterapia della Gestalt ed improvvisazione teatrale”. Relatrice Dott.ssa Michela Parmeggiani

Mussa Jacob Giuliana

“La Relazione d’aiuto a donne ferite dalla violenza: Competenza femminile e Terapia della Gestalt”. Relatrice Dott.ssa Donatella de Marinis

Piazzalunga Patrizia

“La chiusura della terapia”. Relatrice Dott.ssa Ilaria Corti

Galli Chiara

“Il lutto nell’infanzia”. Relatrice Dott.ssa Ilaria Corti

Racaniello Giovanni

“La meditazione nei gruppi” . Relatore Dott. Riccardo Zerbetto

Verzeletti Viviana

“Elaborazione del lutto per la perdita del lavoro”. Relatrice Dott.ssa Donatella de Marinis

Ingresso libero

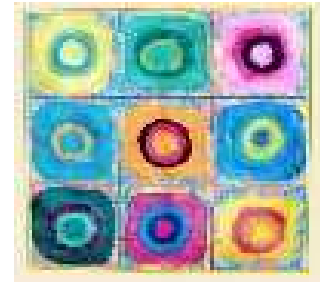




## Ciclo di incontri di presentazione del CSTG

Il Centro Studi terapia della Gestalt promuove un ciclo di incontri sulle più attuali prospettive di intervento nel campo della psicoterapia.

Gli incontri si propongono di offrire a quanti interessati la possibilità di entrare in contatto con alcune esperienze portate avanti in questi anni sia da terapeuti esperti, professori associati della scuola, che da giovani didatti.



### Calendario degli incontri 2014

- **Data da definire - Le parole della Gestalt per l'interculturalità.**  
*Luisella Imparato e Filippo Petrogalli*
- **19 settembre - Psicoterapia della Gestalt: gli inizi nell'ambiente artistico-culturale della New York degli anni '50.**  
*Sara Bergomi*
- **10 ottobre - La violenza sulle donne e la resilienza.**  
*Donatella de Marinis e Michela Parmeggiani*
- **1 novembre - Lutto e perdita nella prospettiva Gestaltica.**  
*Silvia Ronzani e Edward Callus*
- **5 dicembre - Il contributo della gestalt alla psicologia scolastica.**  
*Anna Fanetti e Filippo Petrogalli*

CSTG Via Mercadante 8 – Milano (MM Loreto)

*Il CSTG è co-fondatore della Federazione Italiana di Scuole e Istituti di Gestalt (FISIG), membro della Associazione Europea di Gestalt Terapia (AETG), Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia-FIAP e della European Association for Psychotherapy (EAP).*

**Gli incontri sono aperti e gratuiti (ore 20.00)**

Nel corso della serata è previsto un rinfresco per l'inaugurazione del percorso di incontri di promozione del CSTG.

Per informazioni: ✉ [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it)

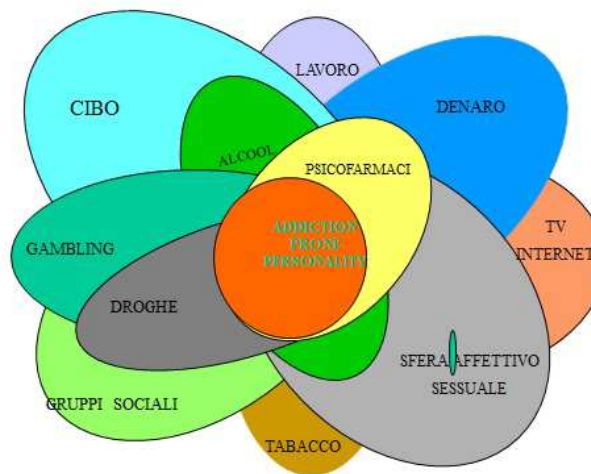
☎ 0229408785



## CENTRO STUDI DI TERAPIA DELLA GESTALT e ERIT-ITALIA, FEDERAZIONE DEGLI OPERATORI DELLE DIPENDENZE

con il patrocinio di:

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI MILANO "BICOCCA" DIPARTIMENTO DI PSICOLOGIA  
ORDINE DEGLI PSICOLOGI DELLA LOMBARDIA\*  
FEDERAZIONE ITALIANA DELLE ASSOCIAZIONI DI PSICOTERAPIA-FIAP  
FEDERAZIONE ITALIANA DEGLI ISTITUTI E SCUOLE DI GESTALT-FISIG  
ALEA- ASSOCIAZIONE PER LO STUDIO DEL GIOCO D'AZZARDO E DEI COMPORTAMENTI A RISCHIO  
ASSOCIAZIONE ORTHOS  
CAMPAGNA "METTIAMOCI IN GIOCO"  
ASSOCIAZIONE DEI GIOVANI PSICOLOGI DELLA LOMBARDIA



Promuovono un convegno su:

### DIPENDENZA: QUELLA AFFETTIVA E TUTTE LE ALTRE *La addiction prone personality nelle sue diverse espressioni*

Milano, 14 – 15 –16 novembre 2014

Università Milano "Bicocca di Milano – Padiglione U9-1 Via dell'Innovazione n.10

La "dipendenza", nelle sue varie forme, sembra essere un male epidemico dei nostri tempi. Siamo diventati più fragili avendo avuto condizioni di vita più tutelate (se non iperprotette), le incertezze sui valori e gli stili di vita della nostra società "liquida", come suggerisce Bauman, ci portano ad aggrapparci a sostanze, rituali o persone in modo più regressivo ed infantile? O siamo sempre stati esposti a questo dipendere dal clan familiare, dal gruppo e ci sentiamo quindi più soli nel processo di individuazione-solitudine a cui una cultura più individualistica ci condanna? Questa impressionante deriva dei nostri comportamenti che è esplosa negli anni '70 con le dipendenze dagli oppiacei, poi scivolata verso altre sostanze psicoattive ed un ritorno dell'alcol, si è spostata nell'ultimo decennio verso le dipendenze comportamentali, prime fra tutte il gioco d'azzardo a cui si affianca ora massicciamente quella da internet, smartphone e socialnetworks. Ma all'origine di tutte le forme di dipendenza emergono i tratti di un profilo di personalità riconducibile al "carattere orale" o alla *addiction prone personality* che trova conferma da numerosi studi di derivazione psicoanalitica, cognitivo-comportamentale e sistemico-relazionale che sembrano convergere nel riscontrare, all'origine di tale personalità, una costellazione familiare di tipo "edipico" contraddistinta dalla ipertrofia del ruolo svolto dalla figura materna unitamente ad una frequente carenza-assenza di una figura paterna. Sempre più spesso, ancora, l'approfondimento clinico evidenzia una condizione di dipendenza che, al di là della fenomenologia nella quale si esprime, rimanda ad una dipendenza affettiva che ne rappresenta spesso la matrice originaria. A questo punto ... siamo tutti dipendenti affettivi? E quale il confine tra il pathos così inscindibile da eros e le forme di patologia che vanno oltre la "normale follia" della possessione amorosa o dell'"attaccamento" affettivo? E come aiutare coloro che ne sono affetti (noi compresi, magari ...) a trovare in noi stessi quelle risorse e quel nutrimento affettivo che ci ostiniamo a



pretendere ci venga dato da altri? A questi e ad altri quesiti così tipici del nostro tempo cercheranno di dare stimoli di riflessioni alcuni dei professionisti più accreditati nelle diverse forme della psicoterapia e delle scienze umane.

*Venerdì 14 novembre 2014 dalle 14,20 alle ore 19,30*

## **Relazioni di apertura**

**Fabio Madeddu**, professore ordinario di Psicologia Clinica, Università Milano – Bicocca e PdLab-CREST  
*Psicodinamica dell'addiction fra comorbidità e disturbo di personalità*

**Riccardo Zerbetto**, psichiatra e direttore del CSTG, presidente della Assoc. Orthos per lo studio del GAP  
*Dipendenza affettiva, personalità dipendente e costellazione edipica*

**Massimo Clerici**, Professore Associato Confermato di Psichiatria Università degli studi di Milano Bicocca  
*Quale epidemiologia in tema di dipendenze?*

**Giuseppe Craparo**, Docente di Psicologia Università di Catania, *Psicodinamica e assessment delle addiction con presentazione dell'ABQ (Addictive Behavior Questionnaire)*

**Umberto Nizzoli**, Psicologo clinico, già responsabile del Dipartimento per le dipendenze di Reggio Emilia  
*Il craving nelle sue diverse forme*

**Primo Lorenzi**, aiuto dirigit. Clinica psichiatrica, osp di Careggi, Firenze e autore di *Maldamore*, Magi Editore  
*La dipendenza nel quadro della psicopatologia della vita amorosa*

*Sabato 15 novembre 2014 dalle ore 9,30 alle ore 13,30*

## **Diversi orientamenti in psicoterapia sulle dipendenze**

**Riccardo Zerbetto**, direttore del CSTG sede di Milano e direttore scient. Del Progetto Orthos  
*L'approccio umanistico-esistenziale e della Terapia della Gestalt alle dipendenze*

**Luciano Marchino**, psicologo e direttore del Centro Reich di Milano\*  
*L'approccio della Bioenergetica alle dipendenze*

**Vincenzo Dambrosio**, Psicoterapeuta e didatta ISERDIP Milano  
*L'approccio cognitivo-comportamentale e il protocollo TCC per la prevenzione dalle ricadute*

**Gherardo Amadei**, Prof. associato Psicologia dinamica e Dirett. Sc. Di special sul Ciclo di vita, Univ. La Bicocca, Milano: *L'approccio psicodinamico e della Mindfulness alle dipendenze*

**Rosalba Raffagnino**, Didatta ordin. FISIG e doc. Psicologia presso la Facoltà di Psicologia, Univ. di Firenze  
*Il legame di coppia tra co-dipendenza e relazione intersoggettiva*

**Giorgio Antonelli**, psicoanalista, già dirett. Rivista di letteratura e psicologia, autore di *Il mare di Ferenczi*  
*Relazione di transfert al confine tra induzione e liberazione dalla dipendenza affettiva*

*Sabato 15 novembre 2014 dalle ore 15 alle ore 19,30*

## **L'approccio alla dipendenza nelle sue diverse forme**

**Donatella De Marinis**, psicologa, didatta ord. FISIG e co-direttore del CSTG sede di Milano e **Giorgia Saccà**, psicoterapeuta: *Overeating e disregolazione affettiva*

**Cesare Guerreschi**, psicologo e Direttore della SIIPaC *Un approccio multimodale alla dipendenza sesso-affettiva*

**Paolo Antonio Giovannelli**, Psichiatra, Direttore Clinico Centro "ESC - Internet Addiction", Milano *Corpo, parole e significati nella cura delle dipendenze digitali*



**Daniela Santabondio**, counselor professionale ed ECP, curatrice del sito [www.dipendenzeaffettive.com](http://www.dipendenzeaffettive.com):  
*Per un approccio psicologico-meditativo al trattamento della dipendenza affettiva*

**Maria Pietro Farneti e Giovanna Puntellini**, Fondazione ERIS e Direttore dello SMI di Milano  
*I Programmi ORTHOS e PRIMA per il trattamento integrato di quadri di dipendenza da gambling e mista*

**La domenica 16 mattina verrà riservata allo svolgimento di workshop nelle diverse sedi delle Associazioni che co-sponsorizzano il Congresso**

*\*Enti e partecipanti in attesa di conferma.*

## **CSTG OPEN DAYS 2014**

### **PSICOTERAPIA DELLA GESTALT**

*Venerdì 10 ottobre - ore 14:30-20:00*

**DONATELLA DE MARINIS - Supervisione clinica sulle esperienze di tirocinio**

*Venerdì 17 ottobre - ore 14:30-20:00*

**RICCARDO ZERBETTO - Dall'analisi interminabile al concetto di crescita**

*Sabato 18 ottobre - ore 09:30-13:30*

**RICCARDO ZERBETTO - Disturbi di personalità con tratti ossessivo-compulsivi**

*Sabato 29 novembre - ore 09:30-13:30*

**RICCARDO ZERBETTO - La relazione terapeutica come fattore di cura**

*Venerdì 12 dicembre - ore 14:30-20:00*

**RICCARDO ZERBETTO - Il daimon ed il percorso di realizzazione personale in psicoterapia**

### **COUNSELING A ORIENTAMENTO GESTALTICO**

*Domenica 26 ottobre, ore 09:30-18:30*


**SARA BERGOMI - La narrazione nel counseling**

*Sabato 8 novembre, ore 09:30-18:30*

**D. DE MARINIS e G. AGLIATI - Fame e aggressività: la relazione con il cibo**

**INDISPENSABILE LA PRENOTAZIONE PRESSO LA SEGRETERIA CSTG**

 [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it)

 0229408785





**Riccardo Zerbetto e Massimo Habib  
presentano...  
"Il Daimon e l'Ombra"  
Noceto 6-8 Dicembre 2014**



Il *daimon*, parola greca dal significato abissale, non può tradursi come demone. Non è neppure traducibile in angelo, come è stato fatto nella tradizione cristiana. Per restare fedeli a Platone, il *daimon* è "metaxù" (intermedio) tra i mortali e gli immortali. Esprime quella "quiddità" irripetibile di universalità e contingenza che l'essere umano è chiamato a giocare nel tempo "finito" che gli è stato assegnato per poter realizzare (o meno ...) la unicità del suo essere-nel-mondo.

*Ethos andropo daimon*, dice ancora Eraclito ... il nostro comportamento nel mondo esterno è collegato a ciò che ci governa intimamente e questo può portarci ad un destino tragico se non abbiamo voluto o potuto conoscere la sua natura e prevederne le conseguenze o a realizzare la nostra potenziale natura. Esiste infatti anche la eudaimonia, quella inclinazione dell'animo che ci consente di vivere una vita in armonia con quello che siamo intimamente.

Ma come ascoltare questa voce interiore che ci dica chi siamo? Dobbiamo a Socrate l'arte di questo autoascolto. Un dono di natura se diamo credito al sogno avuto dal padre che, quando il figlio aveva solo 9 anni, gli disse di non preoccuparsi per la sua educazione dal momento che lui aveva già il suo *daimon* che lo istruiva ... A noi che siamo più "duri di orecchie (interiori)" è buona pratica coltivare ed affinare una attitudine a fare silenzio delle tante voci che ci vengono da fuori e che presumono di dirci quello che è bene per noi ed avviarci sulla strada del "conosci te stesso". Un percorso, questo, anche "infero" che, come nel caso di Dante "nel mezzo del cammin di nostra vita" ci apre gli abissi della nostra Ombra che spesso cerchiamo di evitare, ma che nasconde parti di noi importanti da integrare un Sé più pieno e non appiattito dai soli aspetti più evidenti ed "adattivi" della nostra identità.

Nella prospettiva gestaltica, sappiamo come il sé si configura "al confine di contatto" tra mondo interno e mondo esterno. Il *daimon*, quindi, in quanto espressione del sé, non esprime unicamente da una dimensione intrapsichica, ma anche di costruttiva interazione con l'ambiente dal quale può trovare elementi di crescita nel suo percorso espressivo-realizzativo.

*Riccardo Zerbetto*

Gran parte del mio lavoro consiste nello studio di ciò che avviene durante un episodio di contatto fra due esseri umani. Dopo aver assistito ad innumerevoli momenti di avvicinamenti, alberga in me una consapevolezza che qualcosa di misterioso sfugga alla comprensione.

Il *daimon*, a volte appare come un fantasma dispettoso e poi si nasconde dietro il nostro carattere, la nostra rigidità, la nostra consuetudine. Certo, molti allievi dei miei corsi condividono con me racconti di profonda intesa con sé stessi, nuove coscienze di sé, ma il mistero per me resta presente.

Quali sono le conseguenze del contatto? E in particolare di quello alto, petto a petto tipico del primo neonato con la mamma? Potremmo scrivere molto sul processo di individuazione che comincia proprio lì, quando il bambino inizia il suo lungo viaggio verso l'emancipazione in primo luogo corporea, ma se pensiamo a noi adulti possiamo facilmente sperimentare come il contatto con l'altro ci parli in primo luogo di noi. La nostra mano che tocca quella dell'amata/o si ravviva. Certo, perché sente l'altra persona, ma è la nostra mano a diventare calda, presente, significativa, misurabile.

Misteri a parte, ciò a cui assisto durante i seminari che propongo è qualcosa che ha a che fare con il concetto di svelamento. Come un sommergibile che mostra il periscopio, e così esiste quanto può al mare, così noi navighiamo spesso mezzi ciechi verso l'ignoto.

Quale magnificenza l'intero sommergibile che si palesa con la sua grandezza e la sua forma!

Così un contatto particolare, studiato, ordinato, ci permette di accedere a questa emersione e allo svelamento del nostro *daimon* più intimo e pure relazionale.

*Massimo Habib*

Questo seminario ci introdurrà, quindi, alla ricerca e alla familiarizzazione con aspetti forse poco conosciuti anche a noi stessi del nostro *daimon* utilizzando meditazioni statiche e dinamiche, la danza, il contatto con l'altro-da-sé, il mondo evocativo-immaginale aprendoci ai messaggi del sogno e ricorrendo ad una pratica antica di divinazione detta *catoptromanzia*.

*Riccardo Zerbetto e Massimo Habib*

**Riccardo Zerbetto** Psichiatra, direttore Centro Studi Terapia della Gestalt

**Massimo Habib** Gestalt Counselor, Fondatore della disciplina del TangoOlistico®

**Sede** "Podere di Noceto (Ville di Corsano), Via di Grotti-Bagnaia 1216

**Orari dei lavori** Sabato 6 Dicembre dalle 14.00 in poi. Domenica 7 tutto il giorno. Lunedì 8 dalle 9.00 alle 13.00

**Iscrizioni e costi** € 250,00 per iscrizioni entro il 31/10/2014. € 300,00 dopo tale data. L'importo include vitto e alloggio.

**Contatti** info sui contenuti del seminario: **Massimo Habib** 3358357593 massimo.habib@gmail.com

Logistica **Francesco Sorvillo** 3937848905



Eventi



Centro  
Studi di  
Terapia della  
Gestalt

## Il vissuto corporeo nella relazione d'aiuto



**23 ottobre ore 21.00 presso lo Studio Metafora**

L'approccio umanistico alle terapie non può trascurare il "vissuto corporeo" delle esperienze.

Come dice James Kepner, uno dei più importanti esponenti della Gestalt a livello mondiale nell'approccio corporeo, la nostra è un'esistenza "incarnata".

Avere a disposizione un bagaglio teorico e manuale sulla fisiologia, da integrare alle abilità di relazione d'aiuto, ci permette di intervenire direttamente sul corpo quando, a volte, "le parole non servono".

\*\*\*

L'evento, accreditato **Assocounseling**, sarà coordinato da:  
**Cristina Tegon**, counselor, massoterapista

Studio Associato Metafora - Via Vitruvio 4 (MM1 Lima) - 20124 Milano  
Tel: 02 29522329 Email: [segreteria@studio-metafora.it](mailto:segreteria@studio-metafora.it)



GPL Associazione Giovani Psicologi della Lombardia presenta  
Happy hour di beneficenza per  
Telefono Azzurro  
FIAT OPEN LOUNGE  
Via Tocqueville, 3 Milano  
Milano – 15 Ottobre 2014 –



Venerdì 21 e sabato 22 novembre  
IPSO - Istituto di Psicologia  
Somatoretazionale - organizza un  
convegno presso l'Università di  
Milano Bicocca.

Il titolo dell'appuntamento è:  
"Essere felici".

Programma al sito:

<http://www.biosofia.it>

Interverrà, tra gli altri, Riccardo  
Zerbetto

### CONGRESSO PROMOSSO DALLA EUROPEAN ASSOCIATION FOR THE STUDY OF GAMBLING (Helsinki 9-12- settembre 2014)

Il decimo **Congresso europeo su Gambling Studies and Policy Issues: *What's next? Who's next? New directions in Gaming and Gambling*** tenutosi a Helsinki in Finlandia dal 9 al 12 settembre 2014, ha rappresentato un'importante occasione di scambio e di confronto tra concessionari delle attività di gioco e operatori che si occupano di gioco patologico non solo in Europa, ma anche in Canada, Usa, Australia e Asia.

Ne sono emerse alcune tematiche di particolare attualità come l'importanza di differenziare il gioco sociale che non incide negativamente sul benessere dei milioni di giocatori che oggi si avvicinano alle molteplici occasioni di gioco con denaro e l'importanza di evidenziare i segnali che indichino il rischio di cadere in forme di gioco compulsivo in persone più fragili e predisposte. Molte relazioni hanno riguardato, in particolare, il rischio che corrono oggi gli adolescenti esposti massicciamente alla seduzione di una cultura consumistica e all'uso generalizzato di sistemi informatico-telefonici di accesso a possibilità di gioco.

Di fronte ad una leggera flessione di alcuni giochi più tradizionali, si assiste infatti ad una costante crescita dei giochi on line la cui accessibilità è praticamente ubiquitaria e senza reali possibilità di contenimento. A tale proposito si è molto discusso, anche grazie ad un autorevole intervento della italiana Valérie Peano della agenzia EGLA, della importanza di sviluppare una legislazione europea che, seppure non può avere ancora carattere cogente sugli stati membri, possa comunque fornire una cornice normativa di riferimento alla quale le legislazioni nazionali possano ispirarsi in una sostanziale omogeneità di indirizzi.

È stato anche sviluppato il tema della diffusione del gioco tra le donne anche grazie a ricerche scientifiche condotte congiuntamente in Italia ed altri paesi europei con il coordinamento di Fulvia Prever di Milano.

Fabio Lucchini, di FEDERSERD, ha inoltre presentato interessanti dati statistici a seguito dell'esperienza condotta attraverso il servizio di consulenza *on line* [www.giocaresponsabile.it](http://www.giocaresponsabile.it).

Un versante nel quale l'Italia si presenta come portatrice di esperienze avanzate è anche quella dei trattamenti residenziali brevi per giocatori. Su tale argomento, sono stati riportati i risultati emersi da una ricerca sugli *outcomes* dei primi cinque anni di sperimentazione del trattamento in ambito residenziale del Programma Orthos per giocatori d'azzardo patologico.

Il nostro Paese si distingue per la ricchezza di trattamenti ambulatoriali e residenziali mirati al superamento delle condizioni di tossicodipendenza. Tale condizione patologica è collegata nella stragrande maggioranza dei casi alla dipendenza da eroina e, in minor misura da cocaina e alcool. Mancano allo stato attuale risorse di trattamento per altre patologie che, pur avendo all'origine una struttura di personalità predisposta alla *dipendenza (addiction prone personality)*, si diversificano in una gamma di diverse espressioni fenomeniche che vanno dal gioco d'azzardo patologico, alla sex addiction, all'abuso di Internet, all'abuso di ecstasy, cocaina ed altri stimolanti.

Per tali condizioni morbose, risultano talvolta insufficienti sia gli interventi medico-psicologici in ambito ambulatoriale offerti dai Ser.T., per la scarsa incisività in situazioni di comportamento compulsivo grave ed inveterato, sia di tipo comunitario a causa dei lunghi periodi generalmente previsti per i programmi di recupero.

La tipologia dei "nuovi dipendenti" si esprime inoltre in una gamma estremamente diversificata a livello sociale, culturale, di età e di censo rendendo difficile un inserimento in contesti terapeutici predisposti per popolazioni target assai più omogenee e quindi meno adatte ad immissioni da parte di soggetti con storie personali e problematiche socio-adattive diverse e fortemente diversificate.

Ne deriva un forte disagio nella possibilità di offrire utili e realistici sbocchi terapeutici in situazioni che, seppure non ricalcano la devastante drammaticità di quadri di eroinomania primaria, comportano comunque forti elementi di sofferenza psico-adattiva ai singoli, alle famiglie ed alla collettività.

Si rende pertanto urgente sviluppare nuove forme di intervento che si confrontino con la recente evoluzione dei quadri patologici collegati alle nuove forme di dipendenza e che abbiano, a mio parere, le seguenti caratteristiche:

- Essere di durata più breve e comunque tale da rendersi compatibile con la permanenza di un inserimento nel tessuto sociale, lavorativo e familiare del soggetto;





- Avere una alta specificità di intervento sulla patologia specifica;
- Dotarsi di programmi a prevalente orientamento psicoterapico, più che medico, e articolati in modelli intensivi e fortemente strutturati al fine di poter incidere in profondità, pur in un arco di tempo limitato, sul comportamento disadattivo e sui nuclei problematici della personalità del soggetto;
- Prevedere una fase diagnostica accurata di *intake* in collegamento con i servizi sul territorio;
- Prevedere una fase di accompagnamento e consolidamento del lavoro psicoterapeutico collegato alla fase residenziale che sia sufficientemente strutturata e tale da non vanificare i risultati ottenuti.

Su tali linee progettuali è stata avviata una sperimentazione a partire dalla 2007 su proposta della Associazione Orthos e finanziata dalla Regione Toscana. Per la sua "messa a norma" si rende tuttavia indispensabile l'inclusione della ludopatia tra i LEA (livelli essenziali di assistenza) senza la quale non sono previsti finanziamenti mirati ad affrontare questa patologia specifica.

Il Progetto viene presentato sul sito: [www.orthos.biz](http://www.orthos.biz).



### Convegno "La psicoterapia con i pazienti difficili IN ONORE DEL CENTENARIO DELLA NASCITA DI SILVANO ARIETI"

Venerdì 10 ottobre 2014, ore 15.00 – 19.00 - Palazzo Blu, Lungarno Gambacorti 9, Pisa

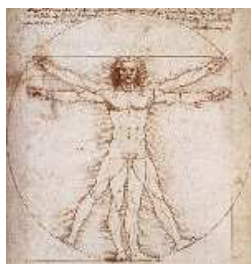
Sabato 11 e Domenica 12 Scuola Normale di Pisa, Aula Bianchi, Palazzo della Carovana, piazza dei Cavalieri, Pisa

Quest'anno ricorre il centenario della nascita del celebre psichiatra e psicanalista Silvano Arieti, che ha contribuito in modo determinante al rinnovamento della psichiatria e della psicoterapia italiane a partire dai primi anni '60. L'ampiezza e la profondità dei contributi da lui offerti alla comunità scientifica lo rendono un punto di riferimento nella storia della psichiatria, a cui almeno due generazioni di psichiatri si sono ispirati. Il suo monumentale *American Handbook of Psychiatry*, sette volumi da lui curati fra il 1955 e 1981, è stato per anni il testo di riferimento della psichiatria d'Oltreoceano.

Fu il padre della «psichiatria dinamica», cioè di una psichiatria d'ispirazione psicoanalitica, applicabile con opportune modifiche anche ai casi più gravi, ed egualmente sensibile al contributo delle Scienze umane per meglio comprendere e gestire la «relazione» col paziente e la sua sofferenza. Pisano

doc, il giovane Arieti fu obbligato dalle leggi razziali a riparare negli Stati Uniti, dove incontrò la psicoanalisi «culturalista» di Erich Fromm nella persona di Frieda Fromm-Reichman, sua maestra. Della mente umana seppe descrivere tanto gli abissi (*Interpretazioni della schizofrenia*, 1955) quanto le vette (*Creatività, la sintesi magica*, 1976) e, ben prima di altri studiosi, analizzò la natura logico-linguistica dei meccanismi arcaici (concetto di «paleologica»), facendo poi spazio al concetto di «Sé intrapsichico» (a fianco delle classiche istanze freudiane: Es, Io, Superio).

L'Associazione Silvano Arieti (<http://www.silvanoarieti.it>), fondata con l'intento di promuovere attività culturali e di ricerca e sviluppare i numerosi temi a cui Silvano Arieti si è dedicato durante la sua vita, ha organizzato nella sua città natale, un convegno a cui sono intervenuti psichiatri, psicoanalisti, studiosi e docenti di università italiane e internazionali. Con l'occasione vi è stato l'annullo filatelico per il francobollo commemorativo in onore di Arieti emesso da Poste Italiane nel centenario della sua nascita.



## Dare Corpo

A cura di: *Alessandra Callegari, Donatella De Marinis, Valter Mader, Giovanni Montani, Cristina Tegon, Riccardo Zerbetto*

### Gli Enneatipi, il movimenti del Qi e il sistema posturale (9) Di Giovanni Montani

**NOVE – Inerzia psicospirituale e tendenza alla mediazione**

I termini "pigrizia" e "indolenza" con cui viene indicata la passione dominante del Nove e la corrispondente fissazione non traducono il significato profondo del termine latino "accidia".

Con questo termine si intende una pigrizia della psiche e dello spirito, più che una tendenza all'inazione. Dal punto di vista psicologico l'accidia si manifesta come una perdita di interiorità, un rifiuto di vedere e una resistenza al cambiamento.

Un modo di essere che tende a perpetuare le cose come sono anche se rispetto alle continue mutazioni che avvengono nell'individuo, sono divenute ormai disfunzionali; si adatta alle circostanze piuttosto che affrontare punti di rottura che gli permettano di meglio ridefinire la sua traiettoria.





Teme le "crisi", sia personali che verbali che interpersonali e fa di tutto per evitarle impedendosi di avvertire che le "crisi", anche intense, sono necessarie alla conoscenza e implicite nella fisiologia del cambiamento e nella non rigidità che questa comporta.

E' come se avesse paura di non "rinascere" dopo la crisi, e così la crisi finisce per assumere il significato simbolico di morte. Assolutizza la fantasia sulla crisi pensando che se dovesse perdere il controllo, non riuscirà più a recuperarlo, impedendosi paradossalmente in questo modo di raffinare e maturare proprio gli strumenti di controllo attraverso l'esperienza, appunto evitando l'esperienza.

Come abbiamo visto anche per gli altri caratteri, ne deriva un circolo vizioso autoinvalidante che rischia di realizzare proprio le sue paure. Il nostro Nove si nega di viverci l'esperienza critica, retroflettendo e sostituendola con cicli di depressione endogena, ed in questo modo si impedisce di calibrare gli strumenti di controllo e di elaborazione del cambiamento rispetto alla sua maturità, complessità e momento storico. Ciò comporta che imbattendosi, suo malgrado in una zona di rottura, si ritrovi con strumenti di elaborazione e controllo inadeguati per il governo di un processo reale di cambiamento rischiando una depressione importante.

Dal punto di vista psicologico, l'accidia si manifesta come una perdita di interiorità, un rifiuto di percepirsi e una forte resistenza al cambiamento. La perdita di interiorità, unita al carattere rassegnato e altruista che vi si accompagna genera una sindrome di bontà d'animo, di una compulsione a dare, talvolta così eccessiva da rasentare la superficialità.

Il tipo Nove non solo è una persona che non ha imparato ad amarsi perché gli è mancato l'amore di cui aveva bisogno, ma che dimentica la frustrazione subita costruendosi una sorta di callo psicologico nei confronti della sofferenza (sua, non quella degli altri), ricorrendo ad una amputazione psicologica che fa di lui il meno sensibile dei caratteri nei suoi stessi confronti, e la più stoica delle personalità.

Il Nove, per lo più è una persona allegra e generosa, ma con una sorta di ripugnanza per l'indagine psicologica. Il motto del tipo Nove, per sé e per gli altri potrebbe essere "non creare guai". I più disfunzionali fra gli individui "iperadattati" vengono diagnosticati "dipendenti", anche se la dipendenza è un tratto che il Nove ha in comune con il Quattro e con la forma evitante del Sei.

Il Nove passa la vita a nutrire e a prendersi cura di tutti tranne di sé stesso. Non si pone nemmeno il problema di dare molto di più di quanto non riceva e di entrare in deficit energetico permanente, in quanto trova questa disparità legittima perché si sente il meno importante della famiglia e pensa che il suo valore sia misurabile solo in relazione a quanto riesce a dare agli altri.

Si sente sempre in debito, mentre invece stanziava in una situazione di credito permanente che non riesce mai a soddisfare perché il suo senso di inferiorità gli genera il tabù per l'egoismo.

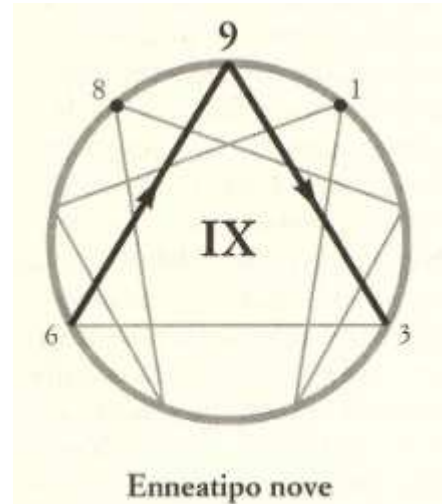
Fra le categorie citate dal **DSM III**, quella che maggiormente si avvicina al nostro Nove è la "personalità dipendente" con le seguenti caratteristiche:

1. E' incapace di prendere le decisioni quotidiane senza richiedere consigli e rassicurazioni in quantità eccessiva.
2. Permette che gli altri prendano per lui la maggior parte delle decisioni importanti, per esempio dove vivere, quale lavoro svolgere.
3. Si dice d'accordo con le persone, anche quando pensa che stiano sbagliando, per la paura di essere rifiutato.
4. Ha difficoltà nell'iniziare progetti o fare cose da solo.
5. Si presta a fare cose piacevoli e degradanti per essere gradito agli altri.
6. Quando è solo si sente a disagio o indifeso, o fa di tutto per non rimanere solo.
7. Quando dei rapporti stretti terminano si sente sconvolto o indifeso.
8. Spesso è tormentato dal timore di essere abbandonato.
9. E' facilmente ferito dalle critiche o dalla disapprovazione.

**Millon** individua la sindrome da dipendenza nel fenomeno che: "il centro di gravità delle persone dipendenti sta negli altri e non in loro stesse. Queste persone manipolano il proprio comportamento per compiacere coloro da cui dipendono in una forma o nell'altra e la ricerca d'amore si snatura e assume la forma di ricerca di simbiosi e accettazione totale che le porta a negare pensieri e sentimenti che possano dispiacere agli altri".

Tipica della sua Struttura Caratteriale è l'inerzia psicologica che si manifesta con una mancanza di fuoco, di effervescenza, una flemma dalla quale si cerca di tenere fuori ogni passione, una desensibilizzazione per anestetizzarsi contro la sofferenza; una conseguenza emotiva è lo smorzarsi dei sentimenti che può manifestarsi o con una flemma eccessiva o con una reticenza a dire di sé o nascondendosi dietro una giovialità e una genialità sottilmente sofferte e che servono da schermo affinché gli altri non possano accedere a ciò cui lui stesso non vuole accedere. A livello cognitivo, l'aspetto più determinante di questa persona è il rendersi sorda alle proprie voci interne: si tratta di una perdita della dimensione istintuale a favore dell'iperadattamento.

I Nove vengono spesso descritti come persone alla buona. Non è improbabile che abbiano uno scarso concetto di sé, segnale di una rassegnazione in termini di bisogni narcisistici: si preoccupano molto poco di eccellere o di brillare e





arrivano anche a trascurare il proprio aspetto fisico. Il Nove è un individuo **dimesso e umile**; la mancanza di pretese e la semplicità sembrano dipendere dal fatto che hanno rinunciato ad una posizione di primo piano (non vuole né brillare come il Tre, né essere il migliore come l'Uno) perché nella loro abnegazione c'è un profondo e inconscio desiderio d'amore e il desiderio inespresso di essere ricambiati in modo totale.

Non cercano dunque le luci della ribalta o l'eccellenza, ma cercano la simbiosi. Il senso del valore, come pure il senso dell'essere, nel tipo Nove, è soddisfatto non tanto dal plauso, quanto, con una partecipazione sostitutiva, dal vivere attraverso gli altri: la perdita d'identità diventa un'identità collettiva indifferenziata con la famiglia, i gruppi sociali, la nazione, il partito, la squadra e così via. Potremmo parlare di sostituzione della propria interiorità con una interiorizzazione dell'ambiente immediatamente esterno, del compagno, della compagna, degli amici, della famiglia, del gruppo, ecc.

Il Nove affronta la vita adottando la strategia del non volersi sentire, e ciò si traduce in una visione distorta del mondo esterno (debordante e invadente) e interno (minimo e irrilevante) con un bilancio in grave deficit per il secondo e con il venire meno di quella importantissima consapevolezza necessaria a mantenere il profondo senso dell'essere al di là delle molte e diverse esperienze in campo fisico e sensorio.

Egli cerca l'essere attraverso l'appartenenza: i bisogni dell'altro sono i suoi bisogni, i dolori dell'altro sono i suoi dolori, le gioie dell'altro sono le sue gioie. Ma vivendo in maniera simbiotica egli vive in maniera non autentica.

Sovente i Nove sono i caratteri morfologicamente più "rotondi" dell'enneagramma a causa della canalizzazione sul cibo (con il rifiuto o l'assunzione), il bisogno di rassicurazione derivante dal problema che "non conoscendosi" non poggiano su basi sicure e tentano di "ancorarsi" con il cibo, ma non è l'unico stile di personalità che può maturare dipendenze.

Questa affermazione calza con la struttura fisica dell'enneatipo Nove.

Dal punto di vista energetico l'enneatipo Nove risente di questa struttura e lo si evidenzia nella postura.

Specialmente nelle donne ma spesso anche negli uomini il corpo presenta una forma che potremo definire ad "anfora" cioè la parte mediana, la zona all'altezza della cintura, è più sviluppata rispetto alle altre parti corporee. Lo si può vedere molto bene nella figura 1.

Quando la metà mediana del corpo è proporzionalmente più grande sia di quella superiore (Fig. 1) che quella inferiore, si può asserire che l'individuo si trova meglio nei confronti degli aspetti stabilizzanti, casalinghi, solidi e privati della sua vita, come se avesse riempito tali parti della sua personalità e del suo corpo.

Si affiderà a tali parti per trovare sostegno ma svilupperà uno stile di vita che gli assicuri la continuazione di queste relazioni e di questi contatti. La parte superiore è sottosviluppata, contratta, la parte inferiore poco stabile e da una scarso radicamento, in pratica il grounding è scarso.

In pratica la persona ha ipersviluppato gli aspetti privati di se stessa a detrimento delle parti espressive, come se volesse esprimersi interiormente piuttosto che esteriormente.

Naranjo parla di depressione, flemma, mancanza di fuoco e queste osservazioni sono coerenti con lo stato energetico che presenta l'Enneatipo Nove.

Secondo la MTC questa struttura indica una situazione di ristagno del Qi, una forma di edema che risente dell'umidità, infatti seguendo i principi della MTC troveremo un ristagno del Qi del Fegato (questo genera la depressione) ed un ristagno del Qi della Milza (Flemma), con susseguente pesantezza, gonfiore addominale e rischio di implosione energetica.

Il Qi non risale e "stagna" con edema, cioè anche i liquidi non riescono a risalire. Nelle donne ciò è fonte di quella che viene chiamata "cellulite".

Questa situazione energetica ci dice che il Nove tende a non muoversi, ad essere molto statico. Infatti egli è molto lento nei movimenti, pesante e poco incline all'azione, che si sviluppa principalmente per rispondere alle esigenze del mondo esterno piuttosto che per le esigenze ed emozioni del suo mondo interno.

Questa stagnazione del Qi comporta una possibilità verso la depressione per il ristagno del Qi del Fegato e per gli squilibri dell'organo Milza ad una tendenza alla ruminazione cognitiva. Questo stato non induce ad un contatto vibrante con il Qi, ciò che Naranjo chiama mancanza di fuoco.

Il sistema muscolare sarà flaccido, specialmente i muscoli delle spalle e degli arti, questo è in sintonia con gli squilibri legati alla Milza che portano ad una mancanza di tono muscolare o atrofia.

Per assicurare una postura in equilibrio il Nove tenderà a sviluppare una corazza a livello della cifosi dorsale, con le spalle che tenderanno ad essere anteposte e "cadenti".

Il corpo in generale tende ad essere tozzo, tarchiato come a trovare una posizione di ancoraggio nella vita.

La situazione di "bontà" che esprime il Nove evidenzia un aspetto del Qi che si muove lentamente che non circola in modo armonioso.

Delisle così descrive gli aspetti del carattere dipendente che ingloba l'enneatipo Nove:

*"Sensibili a un buon numero di fattori di stress psicosociali legati all'abbandono e alla solitudine.."*

(G.Delisle, disturbi della personalità, Sover, Roma, pag. 164)

Per quanto riguarda la sua energia egli continua:

*"Il cliente dipendente è appena mobilitato. L'energia deve venire dall'altro, da colui che funge da mediatore nel rapporto fra lui e l'ambiente"*

(Ibidem, pag. 164)

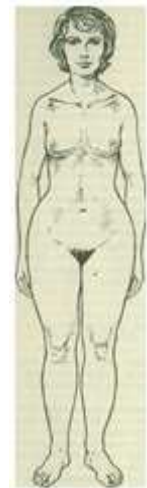


Fig. 1



Essendo confluyente con il mondo esterno sarà sempre in ascolto di esso e poco centrato sul suo mondo interno, sulle sue sensazioni ed emozioni. Sarà uno scarso conoscitore di se stesso e incapace di stare in contatto con il suo mondo interno. Quando va in questo contatto panico e ansia sono subito presenti, perciò il sistema energetico sarà sottoposto ad un consumo enorme di Qi. La sua pigrizia e la lentezza gli garantiscono la possibilità di un equilibrio scadente.

Poco conoscitore del suo corpo e poco consapevole di se stesso e poco in contatto con le sue corazze muscolari che tenderanno a cronicizzarsi. Il sistema muscolare come detto sopra tenderà a un ipotonicità anche se ciò non lo salva da zone con forti contratture muscolari come nella zona del collo e della parte dorsale delle spalle.

### Percorsi di crescita

L'enneatipo Nove dovrà lavorare sulla sua autonomia, sul riappropriarsi della sua consapevolezza corporea e del suo mondo interno.

La meditazione può essere un buon mezzo per stare in contatto con il suo interno e la sua interiorità che è spesso negata e rifiutata, con il suo vuoto.

Ma per non nutrire troppo la sua pigrizia e lentezza può essere utile anche un lavoro dinamico sul corpo con le ginnastiche energetiche cinesi e con una buona dose di movimento per rimettere in circolazione il Qi stagnante.

Potrà coltivare situazioni di ritiro, cioè di solitudine, per riappropriarsi di sensazioni ed emozioni piacevoli e stare in contatto con desideri che appaghino la sua libido.

Un buon lavoro con il massaggio lo riconnetterà alle sensazioni corporee e ai suoi blocchi e, visto che è sempre disponibile verso gli altri e il mondo esterno, coltivare un sano egoismo personale.

Il contatto con il suo mondo interiore può generare profonda tristezza, dolore e depressione per cui sarà importante un lavoro di terapia o di counseling che abbia la funzione di elaborazione ma anche di accompagnamento sulla via di un maggior equilibrio fra mondo interiore e mondo esterno per trovare quel punto di omeostasi o, come dice Perls, per avvicinarsi al suo "punto Zero".

### Bibliografia

**Claudio Naranjo**, 1994, *Carattere e Nevrosi*, Astrolabio, Roma, 1996

**Claudio Naranjo**, 1997, *Gli Enneatipi nella Psicoterapia*, Astrolabio, Roma, 2003

**Gilles Delisle**, 1991, *I Disturbi della Personalità*, Sovera, Roma, 1992

**Ken Dychtwald**, 1977, *Psicosoma*, Astrolabio, Roma, 1978

**Alexander Lowen** 1985, *Il Linguaggio del Corpo*, Feltrinelli, Milano, 1999

**Alexander Lowen** 1975, *Bioenergetica*, Feltrinelli, Milano, 1985

**Macioccia Giovanni**, *I fondamenti della Medicina Tradizionale Cinese*, Ambrosiana, Milano, 2000

**AIKI SHIATSU KYOKAI**, *dispense del corso di formazione professionale*

**Newsletters CSTG**, numeri dal 6 al 14, [www.cstg.it](http://www.cstg.it)

### Conclusioni

*Con questo articolo si conclude la lunga galoppata su Qi, Postura e Enneagramma. Spero che al termine di questo lungo lavoro qualcuno abbia avuto la possibilità di avere più chiare alcune situazioni personali legate al suo carattere e la sua postura. Se invece la confusione e il dubbio sono aumentati, ciò può essere un buono motivo per continuare ad indagare e ricercare in se stessi per aumentare la propria consapevolezza.*

*Per contributi a questo lavoro potete contattarmi al seguente indirizzo e-mail: [giovvm@libero.it](mailto:giovvm@libero.it)*

### Segnalazioni



#### **IL LAMENTO DEI MORTI La psicologia dopo il Libro rosso di Jung James Hillman - Sonu Shamdasani - ed Bollati Boringhieri**

Abbiamo ucciso i morti, e adesso ci aggiriamo in una vita che è poco più di un pregiudizio, lontani dalla pienezza dell'esistenza. Ecco il sintomo collettivo, la malattia di cui soffre la nostra cultura, e che le psicoterapie tentano invano di sanare. Lo intuì un secolo fa C. G. Jung, quando iniziò quella discesa nei propri abissi inferi che avrebbe speso anni a trascrivere, calligrafare e corredare di immagini sfolgoranti, consegnando poi il testo a un silenzio infranto solo nel 2009, con l'edizione che lasciò stupefatti: il "Libro rosso", favoleggiato da tempo nelle cerchie junghiane, vedeva la luce e la sua unicità ancora da decifrare scuoteva non solo l'edificio della psicologia analitica ma ogni altra costruzione concettuale eretta sul territorio della psiche. Lì nulla potrà essere come prima. E la convinzione comune di James Hillman e Sonu Shamdasani. Nel clima sintonico creato dalla loro spigliata libertà intellettuale, conversano a caldo sul significato di un'impresa per cui vanno cercate le parole adatte al di fuori dei linguaggi specialistici, in direzione metaforica, poetica e drammatica. Attraverso il dialogo di Hillman e Shamdasani si precisa così l'entità dello



scotimento. La gerarchia dei vivi e dei morti ne esce capovolta, perché nel profondo di sé Jung non rinviene i traumi personali che l'abbaglio introspettivo è solito portare a galla; vi incontra invece le figure ancestrali della storia umana, i morti che lamentano di restare inascoltati.

Rachele Magro

**Oltre le stelle. Vissuti ed emozioni di famiglie militari italiane**

2014, Collana: Punti di Vista Pagine: 110 Prezzo: € 16.00 Editore: Psiconline

Najaa

**Ti amo anima mia. Una storia di violenza**

2014, Collana: A Tu per Tu Pagine 150 Prezzo: € 14.00 Editore: Psiconline

Giulio Cesare Giacobbe

**Alla ricerca delle coccole perdute. Una psicologia rivoluzionaria per il single e per la coppia**

2014, Pagine: 214 Prezzo: € 6.90 Editore: Ponte alle Grazie

Loredana Lipperini

**Ancora dalla parte delle bambine**

2014, Collana: Universale economica. Saggi Pagine: 284 Prezzo: € 9.00 Editore: Feltrinelli

Howard Gardner

**Cinque chiavi per il futuro**

2014, Collana: Universale economica. Saggi Pagine: 198 Prezzo: € 8.50 Editore: Feltrinelli

Massimo Recalcati

**Il complesso di Telemaco. Genitori e figli dopo il tramonto del padre**

2014, Collana: Universale economica. Saggi Pagine: 154 Prezzo: € 8.00 Editore: Feltrinelli

AA.VV.

**La consulenza tecnica familiare nei procedimenti di separazione e divorzio**

2014, Collana: Psicologia sociale e clinica familiare Pagine: 336 Prezzo: € 35.00 Editore: Franco Angeli

Paul Ekman

**I volti della menzogna. Gli indizi dell'inganno nei rapporti interpersonali**

2014, Collana: Orizzonti Pagine: 352 Prezzo: € 16.00 Editore: Giunti Editore

Michela Capone

**Ascoltami. Le parole dei figli spezzati**

2014, Collana: Paideia Pagine: 136 Prezzo: € 13.00 Editore: Arkadia

Claudio Widmann

**Il simbolismo dei colori Nuova Edizione**

2014, Collana: Immagini dall'inconscio Pagine: 424 Prezzo: € 35,00 Editore: Ma. Gi.

Francisco J. Fiz Perez, Rossana Dalla Stella

**Pensieri in «gioco». Scenari educativi e dinamiche di sviluppo**

2014, Collana: Sviluppo integrale Pagine: 184 Prezzo: € 16.90 Editore: Persiani

Edoardo Giusti, Grazia Maggio

**Autismo in acqua. Valutazione e terapia integrata di mondi sommersi + DVD**

2014, Collana: Psicoterapia & counseling Pagine: 240 Prezzo: € 25.00 Editore: Sovera

Umberto Santucci

**Dodici passi per ottenere ciò che vuoi. Sfruttando al massimo la tua intelligenza**

2014, Collana: 12 Passi Pagine: 176 Prezzo: € 18,00 Editore: Franco Angeli

Angelica Moè

**Autostima. Che cosa è, come si coltiva**

2014, Collana: Universale Laterza Pagine: 118 Prezzo: € 12.00 Editore: Laterza





## Perls's pearls

Citazioni da Perls e non solo

(a cura di Laura Bianchi [laurabm@libero.it](mailto:laurabm@libero.it))

"Nell'era dell'elettronica non ci chiediamo più perché. Ci chiediamo come. Esaminiamo la struttura, la struttura molecolare, la struttura genetica, la struttura chimica. Quando comprendiamo la struttura allora possiamo cambiarla. E' la struttura che cerchiamo nella terapia della Gestalt, la struttura che ci interessa di più, è la struttura del copione della nostra vita. Cioè la struttura di come evitiamo l'immediatezza dell'esperienza. I copioni della vita sono le strutture di quei giochi che crediamo sicuri, ma ancor più sono le strutture di come impediamo a noi stessi di essere vivi, in contatto con il mondo e capaci di farvi fronte."

Tratto da "L'eredità di Perls. Doni dal lago Cowichan" di Fritz Perls e Patricia Baumgardner

## Risonanze

(a cura di Fabio Rizzo: [rizzofa@fastwebnet.it](mailto:rizzofa@fastwebnet.it))

Non è un bene per gli uomini che le cose vadano sempre come essi vogliono.

*Eraclito, I frammenti e le testimonianze, p. 43 (Fondazione Lorenzo Valla, 1989)*

Pongo una domanda oziosa: che cosa è meglio, una felicità a buon mercato o delle sofferenze sublimi? Ebbene, che cosa è meglio?

*F. Dostoevskij, Memorie del sottosuolo, p. 130-131 (Einaudi, 1988)*

L'io, quando non ottiene soddisfazione, comincia a ribellarsi, finché, gradualmente, portato dagli eventi ad ammettere la propria ignoranza e la propria impotenza, mille volte messo da parte dalla vita, alla fine impara a farsi da parte da solo. La verità del sé comincia allora a farsi strada, il 'cuore dei cuori' si manifesta e i bisogni dell'anima vengono finalmente ascoltati. Infatti, se la resistenza dell'io è davvero strabiliante, altrettanto lo è la tenacia dell'anima nel ricordarci la sua esistenza.

*L. Romano, Sumarah – il risveglio del maestro interiore, p. 116 (Ubal dini, 1999)*

L'enigmatica frase di Eraclito, non a caso detto l'oscuro, e la domanda apparentemente sibillina di Dostoevskij, trovano corrispondenza e una forma di chiarimento nel passo della Romano, autrice impegnata in un percorso spirituale nel quale è guidata da maestri dell'isola di Giava. Mediante il ricorso o l'allusione alla nota dicotomia tra quelle che tradizionalmente vengono considerate parti dell'individuo, i brani qui presentati testimoniano l'utilità di riorientare la propria attenzione distogliendola dall'apprensività dell'ego per volgerla verso la comprensività del sé, sviluppando una visione delle cose che non sia angusta e miope ma aperta e lungimirante.



Ingresso Congresso FIAP

## La disabilità che è in noi

(a cura di Laura Maria Simeoni, counselor

CSTG : [laura.m.simeoni@gmail.com](mailto:laura.m.simeoni@gmail.com))

"Io non sono una persona con disabilità. Questa affermazione in parte è vera ed in parte sono solo chiacchiere.

Ho 44 anni e sono miope dall'età di 18 anni. Senza occhiali sopravvivo ma la vita sarebbe piuttosto dura.

Da quando ho 36 anni ho problemi alla tiroide: tiroidite di Hashimoto, ipotiroidismo autoimmune. Ogni mattina ingoio la mia bella pasticca di Eutirox, ricca di ormoni tiroidei. Senza la pasticca soffrirei di problemi di demenza (non sto mettendo le mani avanti nel caso trovaste la tesi sconclusionata. Per questo



non ho scuse, i miei valori sanguinei grazie all'Eutirox vanno a gonfie vele!).

Ma vi svelerò una delle disabilità che più di tutte non vorrei avere perché si scontra fortemente con l'immagine che ho di me di persona capace di apprendere con discreta velocità e destrezza: ho una difficoltà elevata ad imparare le lingue straniere. Io dico che "non sento con le orecchie", non perché sono sorda ma perché i suoni delle parole mi sfuggono, non riesco a prestargli attenzione.

Non mi dilungherò oltre nel dirvi che non riesco a fare bene la ruota (la ruota, avete capito bene, quella che si fa in ginnastica artistica). Entriamo in un ambito davvero doloroso perché, se posso accettare di non comprendere qualcosa a livello cognitivo, proprio non ce la faccio a sostenere un'incapacità motoria: IO che nell'apprendimento degli sport sono sempre stata assai dotata! Non sto scherzando, per me questa è realtà.

Ben immaginate che l'elenco potrebbe continuare parecchio navigando fra esami di statistica inferenziale, in parte a me incomprensibili, e movimenti dell'hula hop che proprio non riesco a comprendere (eppure ci sono persone che imparano in pochi minuti!), sino ad arrivare agli aspetti emotivi sui quali tendiamo un po' tutti, chi più e chi meno, ad avere difficoltà.

La disabilità infatti non riguarda, come ci piace credere, solo gli aspetti motori, sensoriali e cognitivi ma anche l'ambito emotivo, la difficoltà a sentire e riconoscere le proprie emozioni e quelle degli altri.

Comunque, nonostante l'elenco sopra riportato possa essere allungato di molto, io non sono definita una persona con disabilità. Come mai?

Se mi attengo alle definizioni medico/scientifiche di fatto non sono definita con disabilità perché le mie anomalie rientrano nella norma, non superano una certa soglia, mi consentono di vivere nel mio ambiente in un modo ritenuto sufficientemente adeguato.

Spontaneamente mi vien da dire: bontà loro!

Per ora (è inutile illudersi, la disabilità è sempre in agguato e prima o poi molto probabilmente prenderà me come tutti voi) sono graziata e posso godere di totale autonomia decisionale ed operativa (ovviamente esclusi i limiti che mi auto infliggo da sola).

Ecco perché io amo chiamare la disabilità, quella che viene normalmente definita in questo modo, *disabilità conclamata*.

La **disabilità conclamata** è quella che si vede, quella che non si riesce a nascondere, quella che inevitabilmente appare e quando appare viene etichettata: *"mettono le parole, appena hai detto la parola questa ti ricade addosso come il coperchio di una bara"*. (Sapienza, "L'arte della gioia", Einaudi, 2008, p.397).

Da quel momento tanti aspetti si complicano, l'autonomia decisionale ed operativa diminuisce, le relazioni umane tendono ad ingarbugliarsi e si viene associati alla grande categoria dei *diversi*. I diversi, si sa, fanno paura ma con calma vedremo che le persone con disabilità sono una particolare razza di diversi e che nei loro confronti la paura può raggiungere il terrore (ovviamente, il più delle volte, totalmente negato).

E' per questo che ci danniamo l'anima per apparire il più possibile normali, anzi meglio, prestanti e di solito ci riusciamo abbastanza bene perché le anomalie motorie, sensoriali e cognitive lievi si riescono a nascondere con discreta facilità (e quando magari appaiono, con destrezza le si può anche far apparire dei vezzi) mentre le disabilità emotive, spesso presenti ed a volte in modo molto doloroso per se stessi e per gli altri, nella nostra società vengono il più delle volte accantonate con un semplice è un po' "stronzo/a" al quale spesso vengono associate anche valenze positive ("è uno/a che sa il fatto suo/ che agisce per i suoi interessi/ che sa stare al mondo"... e via dicendo).

Io se voglio so nascondere così bene le mie disabilità a tal punto che mi ero quasi convinta di non averne.

Ma sotto sotto ho sempre temuto che fosse solo un castello di sabbia.

Ecco come ho fatto a scoprirlo con certezza.

Ho incontrato per la prima volta una persona con disabilità quando ero bambina. A casa da amici in campagna c'era un bambino della nostra età (direi fra i 7 ed i 10 anni) che parlava emettendo dei versi poco comprensibili per chi non lo conosceva bene. Non mi ricordo altro. Il bambino giocò con noi ed a parte il linguaggio non ricordo altri aspetti che mi abbiano colpita. Tornando a casa chiesi a mia madre come mai di quella anomalia e lei mi rispose che la madre del bimbo aveva preso delle medicine, durante la gravidanza, che avevano provocato quel problema. Sarà...

Una mia cara amica delle elementari e medie ha un fratello minore con disabilità. Credo con autismo. Si chiama Luca. Me lo ricordo seduto per terra nella sua stanza in totale silenzio, da solo, mentre in sala si stava svolgendo una festa di compleanno di sua sorella: un bel numero di ragazzini urlanti, festeggianti e sorridenti. Per il resto ricordo la sua presenza senza vederlo, quando andavo dalla mia amica sapevo che c'era ma non ci incontravamo quasi mai.

Al liceo andai con altri amici in un Istituto per persone con disabilità ed anziani dove una nostra amica faceva del volontariato. Fu un'esperienza decisamente forte. Le persone vivevano in una piccola casetta all'interno di un cortile. Aprendo la porta fummo assaliti da una giovane ragazza, nella prima stanza sulla sinistra c'erano dei seggioloni con degli esseri umani deformati a tal punto da aver difficoltà a definirli tali. In altre stanze vi erano persone a letto ma con le quali era possibile un minimo di dialogo. Al secondo piano c'erano le persone anziane: anche se era un posto decisamente squallido risultava emotivamente molto più accogliente. Uscimmo nel cortile e trascorremmo un po' di tempo con ragazzi con problemi motori e/o cognitivi, compresa la ragazza che ci aveva accolto gridando all'entrata.



Pian piano si creò una relazione. La ragazza non si staccava da noi e quando decidemmo di andarcene ci chiese se saremmo tornati, lo chiese a me. Sorrisi e dissi di sì. Non tornai mai più. Ebbi così paura da credere di essere stata in un girone dell'inferno.

E poi c'è la disabilità dovuta alla malattia che arriva. Mia zia Rosanna, la sorella di mia madre, è morta all'età di 47 anni. Un tumore al seno trovato quando aveva circa 30 anni pian piano l'ha divorata. Abitavamo molto vicini e per alcuni anni andavamo sempre a casa sua. Negli ultimi due anni della sua vita il tumore è arrivato alle ossa, dolori atroci e mia zia si rimpiccioliva passando sempre più del suo tempo costantemente a letto. Le volevo bene, mi voleva bene, è morta nel 1976, io avevo 10 anni.

E potrei continuare.

La disabilità è fra di noi sempre, eppure noi ci illudiamo che non sia così.

Nel 2000 la disabilità ha deciso di venirmi molto vicino e probabilmente di non lasciarmi mai.

Nel 2000 è nata la mia seconda figlia...

... Ricordo un lavoro di parecchi anni fa. Michele Mozzicato, allora mio terapeuta, mi invitò a parlare a mia figlia immaginandola nella sedia davanti a me. Non riuscii a dire una parola, l'unica cosa che riuscii a fare fu prendere il cuscino che la rappresentava, portarmelo alla pancia e piangere, piangere, sentendo che lei era lì nella mia pancia.

Io non riesco a vederla e proiettavo su di lei tutto il mio dolore di bambina e di donna.

Nonostante continuassi ad agire per aiutarla, facendo ciò che era necessario ... mia figlia era solo uno schermo sul quale mi accanivo incapace di vedere il vero oggetto del mio sentire: la mia fragilità, la mia impotenza, la mia caducità, la mia vulnerabilità, la mia fallibilità, la mia paura, la mia rabbia, il mio dolore. Il mio essere solo una donna davanti all'immensità dei misteri dell'universo e della vita...

Alcuni mesi fa ho incontrato Luca, il fratello con autismo della mia amica, non lo vedevo da circa 30 anni. Ero entrata per caso in un piccolo supermercato dove non vado mai. Un uomo mi ha salutata, mi ha detto: "Ciao!". L'ho guardato, mi sono resa conto che era con disabilità, ho risposto con un gentile "ciao!" e mi sono voltata felice e soddisfatta della mia deliziosa capacità di sorridere e salutare con scioltezza e destrezza una persona con una disabilità a livello cognitivo. Luca era con un uomo più giovane di lui che in qualche modo l'ha richiamato, come per invitarlo a non infastidirmi. Solo quando ho tolto lo sguardo mi sono resa conto che era Luca. Non ho fatto nulla, ho pensato che l'evento fosse stato casuale, il mitico fato che mi fa incontrare Luca che mi saluta e me ne sono andata. Solo pochi giorni fa ho avuto un dubbio. Un dubbio legittimo che potrebbe con molta probabilità essere realtà.

Luca mi ha salutata perché mi ha riconosciuta. Io e l'uomo che era con lui non abbiamo capito nulla.

Pregiudizi ed in quel momento forse, molto probabilmente, le persone con disabilità siamo stati noi."

(tratto dalla mia tesi di Counseling: Laura Maria Simeoni, "La disabilità che è in noi. Specchiarsi nell'handicap", Cstg, 2010, pag. 6)



Ingresso Congresso FIAP

## Visti e letti

### "LA NOSTRA TERRA" DI GIULIO MANFREDONIA: NOSTRA DI CHI?

da: [www.taxidriverr.it](http://www.taxidriverr.it)

Benvenuti al Sud! Non è proprio il caso di *Filippo Gentile* (**Stefano Accorsi**); nel suo cognome tutta la docilità, la timidezza, l'arrendevolezza, insieme all'ossessione maniacale per l'ordine e la legalità.

Siamo alle solite, però: il personaggio venuto dal Nord, che vuole applicare le regole e si scontra con il modello meridionale, quello che prova sempre, in maniera più o meno creativa, ad aggirarle. Persino nella cooperativa pugliese *Libera e futuro*, nata per gestire le terre confiscate dalla mafia, non ci si stupisce per le tangenti e i raggiri. Peccato poi che nessuno dei soci abbia mai toccato la terra prima d'ora, a parte i veri contadini: *Cosimo* (**Sergio Rubini**) e *Veleno*, al quale sono stati sottratti terre e bestiame, appunto, avvelenandoli.

La storia scorre e si segue volentieri anche con qualche sorriso, ma alla fine resta la sensazione che sia rimasta un po' troppo in superficie, nella caratterizzazione dei



personaggi per niente rispettosa delle sfumature. Ci sono:

- L'immigrato nero, che fa l'immigrato nero e viene chiamato *Fiocco di neve*
- il disabile, che fa il disabile, ma non vuole glielo si dica
- l'ecologista bizzarra, *Azzurra (Iaia Forte)*, che benedice ogni piantina di pomodoro prima di inserirla nel terreno, ringraziando le forze dell'universo
- il tamarro (Veleno) che non perde mai la sua volgarità nella parola e nel gesto
- l'omosessuale, anzi due, forse le persone più libere dalla maschera, ma ci penseranno gli altri, Veleno soprattutto, a confezionare per loro le battute più scontate
- lo psicotico, troppo consapevole della sua patologia, allucinazioni comprese
- e poi non poteva mancare lei, la bella ragazza, *Rossana (Maria Rosaria Russo)*, a fare da co-protagonista perché l'uomo venuto da lontano se ne innamori e abbia una ragione in più per restare.

Sarà lei a dire che le differenze vanno rispettate, ma era il caso di renderle così smaccate? Una commedia dell'arte che stride con il messaggio di speranza del film, con il suo impegno di fondo, con una storia riconosciuta ufficialmente per l'impegno culturale. Comunque lodevole aver concepito una narrazione che parli di volontariato; gradevole l'auto-citazione del regista che verso la fine fa arrivare il pulmino di *Si può fare*, dal quale scendono i disabili psichici del suo precedente film. Qui come nell'altro, ci si muove all'interno di un gruppo, ma **Claudio Bisio** lavorava con persone compromesse dal punto di vista mentale, giustificando l'uso dello stereotipo. Non per pregiudizio, ma perché davvero i clichè si possono meglio applicare alla malattia mentale, che si manifesta nella fissità dei gesti e dei ruoli, quelli che la persona ammalata si costruisce per andare avanti, soffrire di meno, difendersi da se stessa e dal mondo.

Ne *La nostra terra* il personaggio più riuscito è quello di Cosimo-Rubini, un po' mafioso e un po' no, poi ancora pare di sì e poi ancora di no. Legato autenticamente alla terra che gli hanno portato via da bambino, sa come trattarla, conosce i segreti della tradizione, e non quelli proclamati da Azzurra, per cui inserire profondamente la pianta nella terra equivale a scendere nella profondità di se stessi, e via con altre sentenze new age e posture da illuminata. Sergio Rubini sa dare ad ogni scena un tocco di realtà e paradosso: estremo nel suo dialetto stretto stretto, imparerà molto dalla cooperativa, rimanendo sempre stesso. Non ha bisogno di esplicitare il suo processo interiore; dicono di più gli sguardi intensi nel volto vissuto, qualche lacrima nascosta, il ripiegamento su se stesso delle ultime scene.

Stefano Accorsi, invece, è costretto a ingurgitare gocce su gocce di tranquillanti per rendere l'ansia, sostituite poi dal vino per esprimere il cambiamento. Dovrà persino fare a botte, in un rito iniziatico voluto da Cosimo che vuole insegnargli come difendersi dal boss. Anche qui una relazione maschile vista tante volte: prima ci si azzuffa e poi se ne ride, complici.

E infine, la terra, che film recenti come *In grazia di Dio* di **Edoardo Winspeare** e *Le meraviglie* di **Alice Rohrwacher** ci hanno fatto avvertire in tutta la sua potenzialità e bellezza. Certo, il film di **Giulio Manfredonia** è una commedia e non gli si può chiedere la stessa intensità di chi racconta la campagna come luogo da cui fuggire (*Le meraviglie*) o a cui tornare (*In grazia di Dio*). E non c'è, nell'avventura sprovveduta della cooperativa, il coinvolgimento della famiglia o il senso del riscatto; non lo stupore degli occhi adolescenziali di *Gelsomina (Le meraviglie)*, né lo sguardo indurito di *Adele (In grazia di Dio)*. E neanche quelle scene lunghe e silenziose che della natura, se pure non sempre amata, ci restituiscono la magia, il mistero, il fascino aspro della quotidianità.

Evidentemente non era intenzione di Manfredonia incantare e coinvolgere lo spettatore con uno spazio mimetico che sottolineasse le emozioni dei personaggi, impegnato nella rappresentazione delle loro difficoltà relazionali e ambientali. Dice di aver visitato più cooperative di terre confiscate alla mafia prima del film, e può essergli servito a raccontarne gli sforzi, le contrarietà, il coraggio, a concludere comunicando fiducia, nonostante tutto.

Dubitiamo, però, che i gruppi di *Libera* siano costituiti davvero da persone così rigide psicologicamente, e così raccogliatrici, e che la loro scelta sia fatta per esclusione come quella degli ingenui volontari pugliesi:

- l'immigrato non ha un lavoro migliore a cui rinunciare
- Veleno non ha niente da perdere dopo che gli hanno distrutto proprio tutto
- Azzurra ha trovato il giusto contenitore per la sua nevrosi ambientalista
- il disabile può concedersi un'esperienza di integrazione non facile da trovare, altrimenti





- lo psicotico cerca nel gruppo l'accoglienza che gli sarà negata altrove

- persino la bella Rossana ha motivi di vendetta personale per la sua dedizione alla causa

- La scelta dei due omosessuali, uno dei quali cuoco raffinato, e quindi grasso (così c'è un altro motivo di derisione) sembra più trasparente. Ma, unita a quella degli altri, pare volerci suggerire che l'omosessualità sia ancora un problema al Sud, tanto da desiderare un gruppo di supporto e accettazione.

Nonostante questo limite di fondo, *La nostra terra* lo si vede volentieri, non fosse altro per l'interpretazione di **Sergio Rubini**, che rende bene, dall'inizio alla fine, l'ambiguità richiesta al suo personaggio; non a caso solo lui investe tutto se stesso nella cooperativa e sulla terra, lui solo vive in pochi mesi il dramma di tutta la sua vita. E, rispettando i toni della commedia, ci fa intuire, dietro la ruvidezza delle parole, la sincerità nella sua doppiezza. In un conflitto che fa impallidire quello di **Stefano Accorsi**, per il quale restare e partire è una continua oscillazione, che si risolve in maniera affrettata e poco convincente.

**Margherita Fratantonio**



Modern art Museum Helsinki

## Da giornali e riviste

(a cura di Silvia Ronzani: [sronzani@tiscali.it](mailto:sronzani@tiscali.it))

### MALATI DI CATTIVERIA

di **Gina Pavone**

da [d.repubblica.it](http://d.repubblica.it) del 18 aprile 2011

*Per spiegare perché le persone si comportano male con gli altri non basta parlare di cattiveria ma di malattia: una forma di scarsa capacità di empatia. Lo afferma il famoso psicologo inglese Simon Baron-Cohen, che ha appena pubblicato un libro sul tema. Ne parliamo con la filosofa Laura Boella*

È capitato a tutti di essere bistrattati senza motivo da un collega o di ricevere una rispostaccia chiedendo informazioni per strada. Oppure l'altro giorno siamo stati noi a non dare una mano a una donna in difficoltà con una valigia più grande di lei. E se quelle scorrettezze fossero in qualche modo scritte nei geni? Per spiegare perché le persone si comportano male con gli altri non basta parlare di cattiveria, almeno secondo Simon Baron-Cohen, psicologo inglese famoso per i suoi studi sull'autismo e sulle differenze tra i generi. Nel libro "Zero Degrees of Empathy. A New Theory of Human Cruelty", da poco uscito nel Regno Unito, Baron-Cohen cerca di spiegare la crudeltà affidandosi alla scienza invece che alla morale o alla religione, e per rintracciarne le cause parla di malattia invece che di male. Allora essere "carogne" è una patologia? In un certo senso sì: tutto dipende dall'empatia, la capacità di immedesimarsi in un'altra persona e capirne i sentimenti. Il nostro cervello è come "cablato" per l'empatia, tuttavia ci sono delle forti differenze individuali e la comprensione dell'altro non è frutto solo di sforzo intellettuale, ma dell'attività di precise aree cerebrali che ci rendono più o meno sensibili e attenti verso gli altri. "Baron-Cohen si dilunga sulla Shoà, esempio eclatante di cosa è capace l'essere umano con altri individui della sua stessa specie, ma nella sua analisi rientrano anche le piccole angherie quotidiane, quelle ordinarie, a cui di solito si fa poca attenzione, ma che rischiano di farci scivolare sempre più in basso nella scala dell'empatia. Per Baron-Cohen infatti la capacità di immedesimarsi negli altri può esprimersi in sei gradi, dal livello massimo, che denota forte intuitività e comprensione degli altri, fino all'inverso al grado zero, in cui la capacità empatica umana è pressoché assente. La maggior parte delle persone si trova più o meno a metà, e se tutti possono avere dei cali temporanei di empatia, ci sono anche individui poco empatici a causa di una precisa conformazione dei loro circuiti neurali. E quello che non può spiegare la genetica può farlo la storia individuale, innanzitutto il tipo di relazioni e affetti istaurati durante l'infanzia." Ma attenzione: il dato genetico e neurobiologico non può essere assolutizzato, altrimenti finiremmo per considerare il nazista Eichmann uno psicopatico, cosa che non era affatto", avverte Laura Boella, filosofa dell'università di Milano che ha dedicato parte dei suoi studi al tema delle relazioni tra le persone e sull'empatia ha scritto un saggio dal titolo "Sentire l'altro. Conoscere e praticare l'empatia", edito da Raffaello Cortina Editore. Dunque il determinismo biologico, l'attribuire tutto a geni e processi neurali, finirebbe per giustificare sia le scorrettezze quotidiane sia la crudeltà. Ma al di là dei rischi di trasformare un concetto con un forte impatto etico (il male) in un deficit materiale, secondo Boella la teoria di Baron-Cohen è interessante "come riflessione sul lato oscuro dell'empatia, perché da un po' di tempo questa capacità umana sembra diventata la risorsa che ci salverà, la molla che ci garantisce la socievolezza, la possibilità di stare insieme e occuparci dell'altro". Una prospettiva forse un po' troppo semplicistica, avverte la filosofa italiana: "Tutta una serie di analisi e teorie recenti hanno investito l'empatia di un ruolo salvifico per il mondo contemporaneo. Il discorso di Baron-Cohen è un invito a riflettere sul suo reale funzionamento". Insomma, dell'empatia si parla solo in positivo, come attitudine prosociale, che favorisce le relazioni umane, la cura, la condivisione della sofferenza altrui. "In realtà non si tratta di una capacità garantita, che possiamo dare per scontata, al contrario è molto fragile, vulnerabile e soggetta a cadute, subisce delle variazioni individuali notevolissime". Consistente è anche l'influenza di fattori esterni: "Ci sono situazioni sia patologiche come la schizofrenia o comunque borderline in cui stress, depressione, alcolismo, deficit dello sviluppo psichico nell'età





infantile possono compromettere notevolmente la capacità empatica. Baron-Cohen parla addirittura di modificazioni cerebrali e aree del cervello che si sviluppano in maniera deficitaria proprio in seguito a situazioni critiche dell'infanzia oppure a determinati fattori". La teoria di Baron-Cohen può essere utile a tenere sotto controllo i piccoli cedimenti quotidiani, che un pezzetto alla volta possono portare se non al grado zero di empatia, quanto meno a una pericolosa indifferenza verso gli altri. "Perché il male ha anche una dimensione impercettibile, che spesso lasciamo andare tranquillamente. Ci sono forme di malvagità che potremmo definire subliminale e che passano attraverso il non accorgersi e non tener conto della presenza degli altri. In questo senso la tesi di Baron-Cohen è collegabile alle teorie harendtiane sulla banalità del male". Banalità del male che può valere sia per i grandi criminali della storia che per le nostre disattenzioni quotidiane. "Il problema è che l'empatia la si dà per scontata ed è del tutto trascurata nell'educazione, invece dovrebbe essere coltivata e gestita attivamente, magari educando all'empatia anche a scuola", conclude Boella.



Helsinki vista dal mare

## *Spazi aperti alla pratica meditativa*

Una delle cose che mi sono concesso nel periodo estivo è di dedicare un po' di tempo alla pratica meditativa. Sono un pessimo mediatore perché non mi riesce facile mantenere l'impegno di una pratica quotidiana e ... anche se lo faccio, il flusso della mente, paradossalmente, invece di rallentare ... accelera.

Ho cercato quindi una forma che mi si confacesse maggiormente e mi sembra di

averla trovata in una pratica che definisco "*gestalt meditation*".

Sappiamo che l'Occidente privilegia le "cose", la realtà "oggettiva", i concetti (non a caso "afferrabili"), le forme, i pensieri e ha sviluppato delle pratiche meditative che "hanno per oggetto" un pensiero, un'immagine o altro. L'Oriente ha (misteriosamente ...) esplorato la parte opposta, quella della vacuità, del vuoto della mente, del perdersi in un tutto che è anche un niente ... "oltre la forma" ... in uno stato di quiete nella quale l'ego sembra potersi dissolvere

Entrambe hanno degli aspetti interessanti e mi sono dibattuto sempre su quale forma ritenere la più interessante. Sino a che non sono approdato – più consapevolmente in tempi recenti – alla Gestalt che ci rimanda al geniale principio della relazione Figura/Sfondo ...

Nel flusso della coscienza (Dhyan in indu, che diventa Chan in cinese, e Zen in giapponese) osserviamo infatti che i momenti di vuoto, assenza di pensiero (che abbia "forma") si alternano in un continuo fluire a momenti in cui emergono immagini, sensazioni, idee ...

E, come in un pezzo di musica, sono importanti sia i silenzi che le note ... che senza i silenzi non emergerebbero "in figura da uno sfondo". Ho trovato entusiasmante questa elementare constatazione, anche applicata alla pratica meditativa nella quale cerco di "espandere" i silenzi (un po' come nella musica minimalista e orientale) ma anche di accogliere i contenuti di coscienza mano a mano che si presentano.

Mi sono quindi concesso di fare un po' di sperimentazione e ne sono nate alcune sequenze meditative che condividerò in questo spazio "dedicato" e che vuole aprirsi anche ad altre proposte su questo ambito di ricerca e di "cura di sé". Quella che segue è una di queste (GM1 – Gestalt Meditation 1)

Riccardo Z.

### **Atman Brahaman**

Coscienza individuale Coscienza universale

Credo che questo binomio sintetizzi l'essenza dalla pratica meditativa.

Nel momento in cui mi fermo e mi accingo a "prendere coscienza" di ciò che è, di ciò che sono, del possibile significato del mio esser-ci ... per me e nel mondo non posso non chiedermi se questo atto di coscienza non sia collegato ad una Coscienza più vasta, potenzialmente universale, di cui la "materia stessa (manas) della mia coscienza è parte.



Ne nasci quindi il desiderio di sapere se sono "allineato", come coscienza individuale, a quella universale. Se, in altre parole, sono "parte di un tutto" che ha una sua logica interna, forse una sua armonia superiore nella quale possano trovare significato anche le tremende incongruenze di dolore e morte che trovo in me e attorno a me.

Questo "arrendersi al Tutto" si ritrova come nucleo essenziale di molto (forse tutte) le tradizioni spirituali. "Inshalla" nell'Islam, "sia fatta la tua volontà come in Cielo così in terra" come nel Padre nostro o "vivere *katà physis* (secondo natura) nella cultura greca", sono espressioni che rimandano all'atto di affidamento della coscienza individuale a quella cosmica. Questo "abbandono", specie nella tradizione orientale, è stato interpretato, tuttavia, come fatalistico e tale da giustificare il fatto che l'esistente va bene come è e che non resta che accettarlo per come di dispiega nello spazio-tempo. Di qui una componente che ha giustificato inedia e mancanza di opere tese a migliorare il mondo in quegli aspetti nei quali un fatalismo passivizzante non rappresenta la soluzione migliore.

Le "opere di misericordia" (dar da mangiare agli affamati etc ...) indicano al contrario un atteggiamento di sintonizzazione con un'idea di dio creatore che si prende attivamente a cuore la sorte delle creature. Certo la constatazione di quello che avviene nel mondo può giustificare seri dubbi circa l'accudimento divino ... ma a questa obiezione viene risposto che ci sono state dati gli strumenti per "prenderci cura di noi stessi attraverso l'amore vicendevole" e che sarebbe ingenuo aspettarci che il padreterno fosse sempre lì ad aggiustare le cose che noi sfasciamo. Al di là di sterili disquisizioni, è l'"atteggiamento d'animo" quello che conta e ...anche nella concezione che si ispira ai Veda si trascura spesso il fatto che Brahma non è solo personificazione della coscienza, ma anche della creatività. E' lui il creatore del mondo (preceduto da Prajapati e seguito da Daksa, Shiva e quanti nella storia del Cosmo avranno il compito di "ri-crearlo") ma è indubbio che è a lui che si riconduce la prima creazione del mondo sensibile.

Sintonizzarsi con lui significa quindi essere, nel nostro piccolo, partecipi di una coscienzialità che è anche operosa ... e che, in quanto tale, può anche sbagliare e "sporcarsi le mani con la materia creata". Il mito dice infatti che nell'atto stesso della creazione Brahma si macchiò di un odioso peccato: l'incesto. Avendo infatti creata come prima creatura una bellissima fanciulla non potè non innamorarsene ... cadendo per ciò stesso nel peccato dell'incesto. Una "macchia" che sarebbe insita nella stessa vicenda divina ... evidenziando una posizione ancora più radicale di quella narrata nella Genesi per la quale il peccato viene attribuito ai primi esseri umani e non allo stesso dio creatore ...

A questa coscienzialità creatrice di questo universo "terribile e meraviglioso", come viene definito dallo sciamano yaqui don Juan (dalle opere di Carlos Castaneda) cerchiamo quindi di "intonare" le nostre coscienze individuali, *athman*, la cui radice "ath" è quella del respiro. Ogni respiro può ricordarci quindi che la vita di cui siamo partecipi (*psychè* in Omero significa respiro, poi tradotto da Platone fino a noi in "anima") è parte dell'"*anemos*" (vento) che esprime la stessa "*anima mundi*". Quella anima-pensiero di Zeus che le sacerdotesse del più antico santuario di Dodona (in Epiro) vaticinavano ascoltando lo stormire della quercia. Respiro ... anima ... anima del mondo.

Seguono alcune proposte di "spazi aperti alla pratica meditativa" offerte da alcuni di noi che condividono, seppure a vario titolo, l'insegnamento ricevuto da **Claudio Naranjo** che, come sappiamo, rappresenta – oltre che il nostro presidente onorario - un maestro per molti di noi sia sul versante della Gestalt in quanto erede diretto dell'insegnamento di Perls, sia per quanto riguarda la Psicologia degli Enneatipi che, infine, per la pratica meditativa nelle sue varie forme di cui è profondo e sperimentato conoscitore. Di qui la proposta di dedicare al suo nome i nostri "spazi aperti"

#### **VINCENZO D'AMBROSIO - Sangha Sat e Dintorni - Meditazione quindicinale**

A Milano presso il Laboratorio dell'Essere, ormai da diversi anni, il venerdì sera, sono programmate delle serate di meditazione con una cadenza quindicinale. Questo percorso meditativo di pratiche di presenza che abbiamo denominato **Sangha Sat e Dintorni** è ispirato al pensiero e agli insegnamenti di Claudio Naranjo. La meditazione nelle sue diverse tradizioni millenarie, è una pratica che Claudio Naranjo, nell'ambito del programma SAT, propone integrandola con la Psicologia degli Enneatipi, la Gestalt e innumerevoli altre forme di terapia per promuovere l'umanizzazione e crescita del potenziale umano in senso psicologico e spirituale. Le serate di meditazione sono aperte ai sattiani (persone che seguono annualmente il Programma Sat) e a tutte le persone interessate alle pratiche di presenza che non conoscono la meditazione. Durante le serate di meditazione ci sono tre momenti distinti.

Il primo riguarda l'esplorazione di un tema, si lavora in coppia con la terapia alla pari in uno stato di presenza. Il tema viene scelto dal conduttore e riguarda il modo in cui il nostro carattere la nostra maschera ci impedisce di diventare pienamente noi stessi. In questo momento stiamo lavorando intorno alle passioni umane e al prossimo appuntamento tratteremo l'orgoglio.

Quindi si prosegue con una pratica di meditazione Vipassana che di volta in volta a seconda del tema può assumere delle diverse connotazioni. In genere la durata è intorno ai 45 minuti.

A seguire uno spazio di condivisione in cui chi lo desidera può parlare della propria esperienza durante le pratica e confrontarsi anche su eventuali dubbi rispetto al modo di praticare.

Le serate di meditazione sono gratuite, viene richiesto un contributo per l'affitto della sala che si aggira intorno ai € 05,00.

Infine c'è un momento sociale in cui si va al ristorante a cenare tutti insieme ovviamente solo chi lo desidera.

Le serate sono condotte da **Vincenzo D'Ambrosio**, Psicologo, Psicoterapeuta, allievo e collaboratore di Claudio Naranjo, istruttore di protocolli Mindfulness MBSR e MBCT, docente ISERDIP, CSTG e CENTRO BERNE.

Per partecipare alle serate di meditazione occorRe chiedere di essere iscritti alla mail list Sangha Sat e Dintorni per ricevere di volta in volta gli inviti: [dambrosio55@tiscali.it](mailto:dambrosio55@tiscali.it)

Di seguito l'invito per la prossima meditazione che si terrà venerdì 17/10 dalle ore 19 alle ore 21, presso il



Laboratorio dell'Essere in Via Antonio Dugnani 1, citofono esterno: Laboratorio dell'Essere, entrando nel portone prima porta a sinistra citofono N° 5.

La meditazione verrà attivata con un minimo di 10 iscrizioni, giovedì 02/10 nel pomeriggio riceverete una mail di conferma oppure di annullamento della serata a seconda del numero delle iscrizioni pervenute in tempo utile. Il calendario delle serate di meditazione programmate fino a Dicembre 2014 prevede quella di Novembre venerdì 07 e 21 e Dicembre venerdì 12

### **DISHA DANIELA SANTABBONDIO**

#### **Vipassana**

La meditazione Vipassana ci stimola ad osservare il nostro mondo interiore, a lasciare andare desideri, avversione e attaccamento, ad accettare la nostra realtà così come è e noi stessi così come siamo, con uno sguardo sempre più rilassato sulla realtà.

La nostra mente diventa piccola dentro questo spazio immenso, si scioglie così ogni tensione emotiva e corporea e siamo governati dal Sè autentico

#### **Tandava**

E' maestro tantrico Daniel Odier che ha portato in occidente la meditazione chiamata Tandava o "danza sacra di Shiva", la più antica meditazione di tutti i tempi, questa la sua descrizione:

"Il Tandava, è una danza libera, estremamente lenta, dove poco a poco il movimento si libera di tutte le tensioni muscolari e di tutta l'intenzionalità. In questo modo lo yogin scopre la propria libertà spaziale originaria, su cui è fondata tutta la ricerca Tantrica. E' una disciplina al contempo semplice da comprendere e ardua da concretizzare poiché introduce la spazialità a tre livelli: il corpo, la mente e le emozioni".

### **Disha Daniela Santabbondio**

Professional Counsellor; si è formata presso il "Centro Studi Terapia della Gestalt" a Milano e "L'Ecole Parisienne de Gestalt" a Parigi conseguendo l'European Certificate of Psychotherapy. È iscritta ad Assocounseling e all'European Association of Psychotherapy e alla Federazione Francese di Psicoterapia e Psicanalisi (FF2P)

### **PIERO ABBONDATI - VIVERE LA MEDITAZIONE. Ciclo di incontri quindicinali per apprendere ciò che già sappiamo.**

Gli incontri si rivolgono a tutti coloro che sono interessati all'autoconoscenza e al processo di trasformazione. Offrono i primi rudimenti della meditazione Buddhista per stimolare la pratica personale a casa. Il principio di lavorare sia individualmente, sia in coppia, sia in gruppo, combinando l'approccio meditativo a quello relazionale, si ispira all'insegnamento di Claudio Naranjo, uno dei grandi Maestri del nostro tempo e pioniere nell'integrazione di meditazione e psicoterapia ([www.satitattia.it](http://www.satitattia.it)).

gni incontro ha la durata di due ore (16.30-18.30) e si tiene in via Paolo Sarpi 23, presso **EL VIAJE Spazio YogaGestalt**.

Le date fino a Natale sono: sabato 18/10, sabato 1/11, domenica 16/11, sabato 6/12, domenica 21/12.

E' possibile partecipare agli incontri anche singolarmente. Il costo è di 20 euro.

Per iscriversi scrivere a: [pabbondati.meden@gmail.com](mailto:pabbondati.meden@gmail.com) 347 8230264

**Piero Abbondati.** Dottore in Filosofia, insegnante di Yoga, psicologo a indirizzo Gestalt e Analisi Transazionale. Pratica meditazione dal 2000, ha svolto ritiri collettivi e personali sotto la guida di Claudio Naranjo, di cui è collaboratore, e di Chogyal Namkhai Norbu, Maestro Dzogchen.

## **Poiesis**

*l'angolo della poesia e dell'arte (a cura di Silvia Lorè: [loresilvia@libero.it](mailto:loresilvia@libero.it))*

Per un solo verso si devono vedere molte città,  
uomini e cose, si devono conoscere gli animali,  
si deve sentire come gli uccelli volano,  
e sapere i gesti con cui i fiori si schiudono al mattino.  
Si deve poter ripensare a sentieri in regioni sconosciute,  
a incontri inaspettati  
e a separazioni che si videro venire da lontano,  
a giorni d'infanzia che sono ancora inespliciti,  
ai genitori che eravamo costretti a mortificare  
quando ci porgevano una gioia e non la capivamo,  
a malattie dell'infanzia che cominciavano in modo così strano  
con tante trasformazioni così profonde e gravi,



serata danzante congresso FIAP



a giorni in camere silenziose, raccolte,  
e a mattine sul mare, al mare, a mari, a notti di viaggio  
che passavano alte rumoreggianti e volavano con tutte le stelle,  
e non basta ancora poter pensare a tutto ciò.  
Si devono avere ricordi di molte notti d'amore,  
nessuna uguale all'altra, di grida di partorienti,  
e di lievi, bianche puerpere addormentate che si schiudono.  
Ma anche presso i moribondi si deve essere stati,  
si deve essere rimasti presso i morti  
nella camera con la finestra aperta  
e i rumori che giungono a folate.  
E anche avere ricordi non basta.  
Si deve poterli dimenticare, quando sono molti,  
e si deve avere la grande pazienza di aspettare che ritornino.  
Poiché i ricordi di per se stessi ancora non sono.  
Solo quando divengono in noi sangue, sguardo e gesto,  
senza nome e non più scindibili da noi,  
solo allora può darsi che in una rarissima ora  
sorga nel loro centro e ne esca la prima parola di un verso

(R. M. Rilke)



Titignano

realizzazione di una società a misura d'uomo attraverso la creatività e l'immaginazione.

**Reminiscenza**  
**È conoscenza di ciò**  
**Che è sempre stato**

Con questo haiku, creato nell'occasione, a **Riccardo Zerbetto** è stato dato un particolare riconoscimento ad un concorso interno all'evento di poesia globale "100Thousand Poets for Change" (100mila Poeti per il Cambiamento) tenutosi il 27 settembre 2014 a Milano, così come in più di ottocento città dislocate in oltre cento Paesi. Si tratta della più grande performance poetica ed artistica di ogni tempo, che coinvolge annualmente migliaia di poeti, musicisti e artisti impegnati per la

## Witz e Giochi

per sorridere un po'

(a cura di Cristina Tegon: [cristina.tegon@gmail.com](mailto:cristina.tegon@gmail.com))

