



# CSTG-Newsletter n.24 giugno 08

della learning community del Centro Studi di Terapia della Gestalt

## Sommario

<i>Edit</i> .....	1
<i>Topic</i> .....	2
<i>Scuola e dintorni</i> .....	4
<i>Eventi</i> .....	5
<i>AUTOBioGRAFIA</i> .....	7
<i>Segnalazioni</i> .....	9
<i>Biblio</i> .....	10
<i>Perls's pearls</i> .....	12
<i>Risonanze</i> .....	12
<i>Mito e Psiche</i> .....	12
<i>Visti e letti</i> .....	15
<i>Da giornali e riviste</i> .....	15
<i>Trips and dreams</i> .....	18
<i>Poiesis</i> .....	20
<i>Witz</i> .....	21

## Edit

Il mese passa in fretta. Specie quando si deve assemblare un nuovo numero della NL. In questo caso ... è passato in frettissima e quindi sarò superbreve per non ritardare l'invio di un numero che si è già (... miracolosamente?) riempito di "buone" cose, se mi passate la metafora mangereccia. In breve:

- Un interessante topic con il contributo di Donatella de Marinis su "**Vivere, non sopravvivere**", un invito che ci auguriamo di prendere con convinzione!
- Ci avviciniamo ai **residenziali estivi** con una buona notizia: la Porcilaia è in via di ultimazione e debbo riconoscere che Turi e Bartolo hanno fatto davvero un egregio lavoro. In ogni caso ... il nome resterà quello. Che dite? Vuol dire che, con metaforica rievocazione, ci ricorderemo di non fare la fine dei compagni di Ulisse che, narcotizzati dai frutti del loto, avevano perso la "mappa" del percorso e si erano dimenticati di riprendere il cammino per il ritorno a casa. Una casa, che come ci ricorda Kavafis nella sua bella poesia su Itaca ... non è quella che avevano lasciato 20 anni prima, ma quella totalmente nuova che può ritrovare un navigante dopo tante peripezie di vita.
- A proposito di **Return March** ... due parole di aggiornamento riguardo a quella verso il Tibet. A seguito di mediazioni piuttosto delicate, è stato accettato il Progetto delle 1000 bandiere a

sostegno dei Marciatori. Potete trovare alcune informazioni su [www.1000flagsprotibet.org](http://www.1000flagsprotibet.org). Conclusione: TUTTI AD ALMORA questa estate. Una bellissima cittadina alle pendici di vette himalaiane ad oltre 7.000 con antichi templi shivaiti e nei pressi del più importante parco naturale indiano, famoso per le sue tigri. Nell'occasione ... un forum permanente sui diritti civili proclamati dall'ONU esattamente 60 anni e che ... vengono barbaramente calpestati tuttora in molti contesti, non ultimo (!) il Tibet. La presenza dei "foreign supporters" rappresenterà quindi un forte elemento di sostegno ai marciatori che si trovano ad affrontare la fase più delicata del loro sogno di tornare in Tibet (dove la gran parte non sono ancora mai stati essendo nati in esilio). Di fronte ai marciatori ci sono attualmente 1.000 poliziotti indiani ed i 5 presidenti delle associazioni promotrici della Marcia sono da una settimana in prigione. Serve quindi un allargamento dell'attenzione del mondo a questa disperata quanto commovente iniziativa che valga ad attrarre l'attenzione del mondo sul sacrosanto diritto alla autodeterminazione dei popoli. Per chi vuol sapere di più, oltre ai siti web, è in vendita questo mese uno splendido inserto del National Geographic che vi consiglio di non perdervi.

- Il **Workshop con le colleghe del Fritz Perls Institute di Dusseldorf** è stato molto apprezzato, mi pare. E' stato interessante scambiare delle idee nella mattinata di domenica nella quale ci è stato presentato il modello elaborato da Ilarion Petzhold nel quale l'approccio psicologico si arricchisce di componenti collegate alle cosiddette "scienze umane" come filosofia, arte e letteratura. In poche parole, ci siamo sentiti ... a casa.
- Anche la **Giornata sulla Gestalt Art** è stata stimolante e ricca di contributi niente male. Ma visto lo scarso spazio residuo, ci ripromettiamo di riportare alcune sintesi di contributi sui prossimi numero
- Le foto ed i testi associati sono tratti da una bella pubblicazione a cura di Marina Mander, counselor in formazione della Scuola, e Beppe Giacobbe (pittore): **Catalogue des Adieux**. Un testo pubblicato da Editions des rouergue in francese ...prima che in italiano. Nemo profeta in patria! Il testo è comunque a disposizione per chi lo volesse acquistare.

Mi ero proposto una introduzione breve e ... cerco di mantenere la promessa. Con un invito a celebrare Cerere, tutt'uno con le messi che in questo periodo ci riempiono il cuore, gli occhi (e, presto, la pancia)

*Riccardo Zerbetto*



J'ai récité ton nom comme un mantra  
jusqu'à ce que les mots aient perdu leur sens,  
et moi aussi.

Adieu

*Ho recitato il tuo nome come un mantra fino a quando le  
parole hanno perso i sensi, e anch'io.  
Addio*

## Topic

**Intervento della dott.ssa Donatella De Marinis  
alla giornata organizzata da UILCA Lombarida e  
Milano, presso la Banca Popolare di Milano, dal  
titolo "VIVERE E NON SOPRAVVIVERE - AAA  
Autostima Assertività Autorealizzazione"**

E' dalla parola – quella mia e quella di altre donne  
che vorrei partire.

In particolare dalle parole di Paola Mencarelli, perché  
dopo vent'anni di insegnamento, sentir dire da Paola  
che sono un modello per le mie allieve ... mi fa  
commuovere! E mi piace dirlo perché credo che sia  
una particolarità femminile: non tanto l'emozione, che  
hanno anche gli uomini, quanto la possibilità di dirlo  
senza troppa vergogna.

Ora vorrei passare dalla mia voce ad altre voci  
femminili, quelle che spesso si sentono nei nostri studi  
di psicoterapia.

"Non riesco a farmi pagare adeguatamente, mi  
vergogno, non so perché"

"Io non posso parlare in pubblico, è più forte di me,  
mi paralizzò"

"Io non ho il coraggio di rispondere al mio capo, anche  
quando lui sa che ha torto"

"Non riesco a liberarmi di un collega che mi molesta  
sessualmente. Vedo altre più decise, io cerco di  
scappare appena posso"

"Ho paura a esporre le mie idee"

"Vorrei andare al cinema da sola, ma mi vergogno"

"Ho sempre cercato di andare d'accordo con tutti, non  
sofferto i conflitti"

"Tutti si rivolgono a me per i loro problemi, ma poi è  
come se io non avessi il diritto di stare male"

*Io non riesco ... io non posso ... io non ho il coraggio  
... io ho paura .. io mi vergogno ... io non sofferto ...  
io non ho il diritto ...*

Nei colloqui e nelle analisi delle donne questa  
impotenza è continuamente attraversata nelle sue  
forme più svariate.

Un'altra delle cose che io sento dire è " io sarei voluta  
nascere maschio, non perché sia più bello, perché è  
più facile."

E devo confessarvi che io che ho un unico figlio,  
quando lo aspettavo ed ho saputo che sarebbe stato  
maschio ho pensato la stessa cosa. E forse comincia  
da lì il mio lavoro con le donne.

Quindi, più che da un'esperienza nel lavoro, anche se  
le cose che vi ho letto hanno molto a che fare con il  
mondo del lavoro, parlerò delle esperienze e delle  
problematiche femminili perché esse sono  
assolutamente le stesse nel lavoro e nella vita  
familiare e sociale.

E vorrei farvi un elenco dei sintomi e delle  
problematiche che tornano costantemente.

**DELEGITTIMAZIONE:** le donne non si legittimano.

**AUTOLESIONISMO:** le donne sono le prime a farsi del  
male ... ben aiutate anche dagli altri ...

**MASOCHISMO:** sto quasi bene, mi sento importante,  
anche quando l'altro mi fa del male... o forse proprio  
per questo, se mi fa male sono importante per lui... e  
questo a me fa piacere

**DESIDERIO:** non so cosa voglio veramente, non so  
qual è veramente il mio piacere... e questo sia a livello  
esistenziale che anche, più banalmente, a livello fisico  
e sessuale

**DIPENDENZA:** ho bisogno dell'amore degli altri - che  
in alternativa diventa bisogno di qualche sostanza. Voi  
sapete che il problema dell'alcolismo nelle donne è  
estremamente diffuso, anche se sotterraneo.

**VITTIMISMO** non ce la faccio, ce l'hanno tutti con me,  
io non ho altra via d'uscita - e al contrario

**NARCISISMO:** sono approvata ma non per quello che  
sono ma perché rispondo a ciò che gli altri vogliono da  
me

**IMMAGINARIO IPERTROFICO:** mi perdo nella fantasia,  
non vado ad esprimermi nel reale, ho una buona  
fantasia, un mio mondo nel quale mi rifugio

**ISTERIA:** brutta definizione per noi donne, e ne parlo  
nel senso più ampio di tutti quei sintomi fisici che  
spesso le donne hanno e che sono un'espressione di  
dolore che non può essere portata ad un altro livello.  
Il mio corpo parla per me.

**IPERATTIVISMO:** spessissimo le donne sono  
iperattive, non stanno mai ferme, fanno sempre



qualcosa ... e perché ? Perché non c'è miglior modo per dimenticare se stesse facendo dell'altro

IPERTROFIA DELLA MATERNITÀ: siamo mamme dei nostri figli, dei nostri mariti, dei nostri colleghi di lavoro, dei nostri amici. Che cosa c'è di meglio che essere queste GRANDI MAMME ...

E in ultimo, il COMPLESSO DI POTERE, nel senso di *aggressività vicariata*: le donne – è vero - a volte sono terribili, più che nell'affermare loro stesse, nel distruggere qualcosa negli altri. E questa è una aggressività non ben direzionata.

Tutto questo, possiamo dire, ha un fine esclusivamente personale ?

A volte sì, a volte le madri non sono le migliori amiche delle proprie figlie, i padri neanche, perché loro stessi non hanno avuto dei buoni indirizzi dei buoni modelli.

Sicuramente tutto quello che è stato detto esiste: c'è una violenza che tutti i giorni avviene contro le donne, una violenza fisica e quotidiana, e una molto più sottile e continua che è quella psichica. E sicuramente nella famiglia ci possono essere delle motivazioni per i sintomi che io nominavo prima.

Ma delle volte nella ricerca che facciamo con le nostre pazienti queste cose sono meno evidenti, sono meno presenti, e quindi viene il dubbio e il bisogno di capire come mai subiscono le stesse cose anche se le famiglie e le storie personali sono diverse, non ci sono questi elementi o non sono così evidenti.

E allora alcune delle nostre riflessioni – cito con piacere la collega Marina Valcarengi, autrice di un libro che io ritengo fondamentale per la lettura delle donne, che è "L'aggressività femminile" e da cui traggio molti spunti per l'intervento di oggi – alcune riflessioni che ci portano a ipotizzare che ci sia qualcosa di trasversale, di più ampio nel vivere delle donne e nella loro esistenza, che è un *inconscio collettivo femminile*.

Che va molto oltre la mia esperienza individuale, nel senso della mia vita, ma che viene da lontano, dagli archetipi, dalle esperienze, dalla storia, e che noi donne abbiamo dentro perché ci è – ovviamente – tramandato nei secoli.

E questo inconscio collettivo trasversale da sempre ha un sapore maschile.

Voi direte, ma come mai? Le donne e gli uomini sono nello stesso numero, normalmente le persone che vengono schiacciate fanno parte di minoranze, non sono le maggioranze (le donne sono oggi la maggioranza ed anche nel passato sono state in quantità uguale agli uomini).

Chiaramente le ipotesi che si fanno sono più di ordine antropologico e fanno parte di una lettura dell'evoluzione del mondo.

C'è stata un'epoca in cui il modello femminile – che sicuramente ha un modello di pensiero diverso da quello maschile ed anche un modello di comportamento diverso – era meno funzionale: l'epoca in cui dall'agricoltura si è passati ad altri tipi di costruzione sociale, in cui c'è stato bisogno di andare a caccia e di cominciare a guerreggiare. Sicuramente in quel momento il modello maschile era più adatto. E quindi è come se, per l'evoluzione della specie, ci sia stata una scelta di modello di genere, facendo sì che le donne, probabilmente, cedessero uno spazio che in

quel momento sentivano non essere più il migliore perché la specie si evollesse.

Questo però ha fatto sì che questo modello si affermasse come il più forte – un modello di pensiero più logico deduttivo, più direzionato, che va sicuramente più sull'oggetto e cerca di penetrarlo – ma che forse oggi come oggi ha incominciato ad avere le sue crepe, che non è più l'unico modello di pensiero che possiamo trovare nel nostro mondo.

Tutte le fragilità, di cui dicevo prima, delle donne, tutti questi sintomi che sembra stiano esplodendo, forse trovano finalmente un modo – e sono sintomi che non leggo quindi in negativo, ma come una specie di urlo femminile che non riesce più a stare in mondo; che non solo non va bene per le donne, ma che forse non va più bene per il mondo.

Noi vediamo che praticamente da sempre siamo in un mondo di guerre, un mondo che divide e non connette, e questo mondo si rifà completamente ad un modello di pensiero maschile.

E quando dico un modello di pensiero maschile, non voglio dire che ci siano modalità intrinsecamente diverse tra maschi e femmine: noi tutti sappiamo – partendo dalla teoria dei tre cervelli - che siamo dotati di una corteccia, del mesencefalo e del paleonefalo – e li abbiamo tutti uguali per maschi e femmine.

La nostra corteccia è diversamente orientata: emisfero destro ed emisfero sinistro. Si dice che nel maschile sia più sviluppato – non in senso ipertrofico ma da un punto di vista di utilizzo, l'emisfero sinistro, quello logico-deduttivo.

Nelle donne sia più sviluppato il modello dell'emisfero destro, quindi sintetico, induttivo, ricettivo, che non divide ma tende ad assorbire, a conoscere le relazioni tra le cose e a mettere insieme.

Credo quindi che se noi facciamo un momento di osservazione più ampia, più sociale, più politica, ci rendiamo conto che questo è uno dei momenti in cui è veramente più importante che questo modello di pensiero riprenda del potere, perché c'è un modello di autodistruzione del mondo, che non si può certo imputare alle donne.

Credo quindi che, anche se sempre nella storia ci sono stati momenti in cui il pensiero femminile ha cercato di imporsi (può apparire banale, ma ricordiamo il momento in cui le donne sono state tacciate di stregoneria e sono state uccise e perseguitate – e loro stesse autoaccusandosi hanno alzato la testa ed affermato il loro modo di essere). E' successo parecchie altre volte, ma parecchie altre volte il potere maschile è riuscito ad avere la meglio e ribadisco non solo il potere maschile inteso come potere dell'uomo, ma una società organizzata in modo patriarcale, maschile.

Forse questo è il momento in cui la società ha bisogno che il pensiero collettivo accetti il pensiero femminile come un substrato al quale appoggiare un possibile cambiamento che non salverà solo le donne, ma potrebbe salvare, veramente, una sfera più ampia dell'umanità.

Questo, che è un pensiero sicuramente femminile, mi ha molto toccato alcuni anni fa ad un convegno sulla psicosomatica, dove un famoso collega, maschio e potente, uno psichiatra organicistico che certamente non se la menava tanto sulle filosofie e con le



antropologie, il professor Pancheri, ora mancato, ha proprio annunciato che nella nostra società secondo lui era il pensiero femminile che poteva salvare e dare nuovi indirizzi alle società umane.

Questo mi ha fatto molto piacere, che non sia solo la donna che arriva a questa autolegittimazione, ma che alcuni uomini, che hanno assolutamente assolto la loro funzione maschile, possano riconoscere questo alle donne.

E non intendo questo in senso di contrapposizione: a me non interessa fare la guerra tra maschi e femmine. Io conduco gruppi, ed è molto divertente quando gli uomini si mettono su un divano, le donne sull'altro, e cominciano a dire "siete stronzi" "siete isteriche" "siete dei figli di ..." "a voi non vi si può capire, siete pazze" ... ecco "siete pazze" è la frase che credo ognuna di noi si sia sentita dire almeno una volta nella vita: alzi la mano la donna che non se lo è mai sentito dire ... perché la porterò in processione! (Io poi, figuratevi, ho un marito psichiatra ... figuratevi se non me l'ha detto, e con scarsa cognizione di causa, ovviamente...).

Quindi non intendo fomentare un *contro*. Ma rivendico un'unione dei due modelli di pensiero maschile e femminile, perché l'uno non può fare a meno dell'altro: Un modello in cui io – portando il mio femminile – porto uno spazio di pensiero che comprenda, che accolga e che possa condividere.

E mi auguro che questo possa andare anche oltre queste mie speranze.

Devo dire che qualcosa sta avvenendo, proprio nel mio piccolo studio di psicoterapeuti: dopo dieci anni che lavoro con dei gruppi femminili, e durante i quali ho sempre sentito dire dai colleghi maschi "anche noi dovremmo farne uno ..." da un anno e mezzo è partito il gruppo maschile.

Quindi qualcosa forse si muove, nel disagio maschile – dato che non siamo solo noi donne a stare male – quando cadono certi presupposti stiamo male tutti – e quindi invece di fare una lotta tra poveri conviene che ci aiutiamo.

Credo anche che, ognuno si confronti con il proprio pari, proprio per riconoscersi e poter andare più forti e meno aggressivi in una situazione di confronto.

E chiudo con l'auspicio che proprio da qui possa partire un'esperienza di confronto tra il pensiero femminile e il pensiero maschile, che finalmente provino a confrontarsi come due realtà di convivenza e di possibile collaborazione, senza che l'uno debba negare il potere dell'altro.

Grazie

## Scuola e dintorni

(a cura di Rosi Tocco: [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it))

### ^ DREAMWORK

"Il sogno... è una specie di attacco frontale al cuore della nostra non-esistenza" Fritz Perls

**Percorso esperienziale nel sogno e nel mondo immaginale condotto da:**

**Riccardo Zerbetto, Herbert Hoffman e Stefano Crispino**

Il workshop prevede 25 ore di lavoro teorico-esperienziale accreditabili per il Master su **Dreamwork e mondo immaginale** promosso dal CSTG e si svolgerà presso il

**Podere di Noceto (Ville di Corsano) dal 19 al 22 giugno 2008**

(dal giovedì pomeriggio alla domenica alle ore 14)

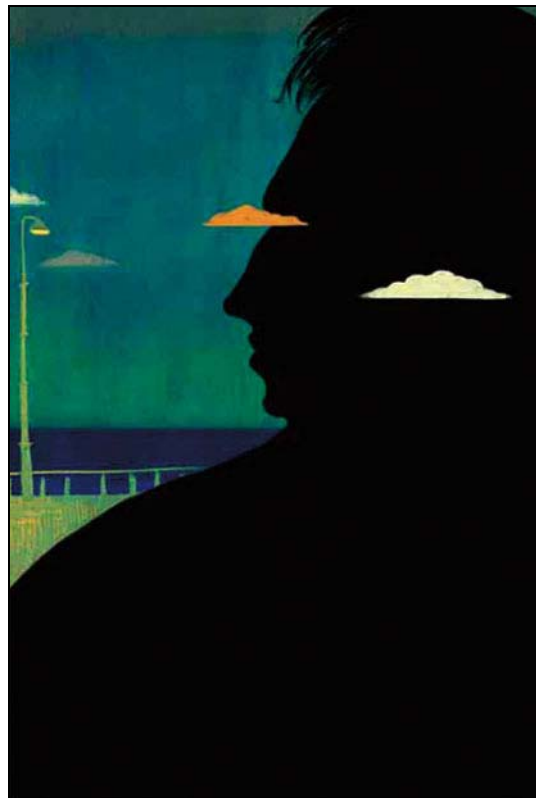
Il costo è di 300 euro complessivamente (210 di corso e 90 di vitto e alloggio per i tre giorni)

E' prevista una estensione del periodo da lunedì a giovedì sotto la forma di "portico del sognatore" (nella tradizione della oniromanzia greca del Portico di Anfiarao ad Oropos in Attica) nel quale i partecipanti possono predisporre al lavoro sulla propria dimensione onirico-immaginale.

Il costo di questo periodo è di 60 euro al giorno comprensivo di sessione di meditazione, body work, group sharing e attività di GestaltArt

La partecipazione è limitata a 20 partecipanti in ordine di prenotazione con bonifico

Per informazioni, [www.psicoterapia.it/cstg](http://www.psicoterapia.it/cstg) e [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) – tel 0229408785



On n'arrête pas la mer.

Adieu

*Il mare non si può fermare  
Addio*



## Eventi

**E' nata la libreria PUNTOZERO**

un luogo dove vivere insieme i libri per capirli meglio. PUNTOZERO si propone di essere un luogo d'incontro per condividere e vivere esperienze attraverso conferenze (sempre gratuite), incontri e seminari. La libreria è gestita da Riccardo Sciaky, Massimo Habib e Brunella Di Giacinto e agli allievi CSTG riserva uno sconto del 10%.

Ovviamente PUNTOZERO si propone di essere un punto di riferimento per la cultura gestaltica e più in generale per il mondo delle psicologie umanistiche.

Mensilmente proporremo alcune conferenze e seminari.

Per Giugno...

**Conferenze (ore 21, PUNTOZERO )**

**Riccardo Sciaky** 12 GIUGNO 2008 *CAVALCHIAMO LE EMOZIONI*

**Giovanna Campo Antico** 19 GIUGNO 2008 *ALLE RADICI DELL'AUTOSTIMA*

**Seminari**

**Giusi Carrera e Valter Mader** 6/8 GIUGNO 2008 *WEEK-END RESIDENZIALE DI MEDITAZIONE*

**Massimo Habib** 14 GIUGNO 2008 h.10.00 – 18.00 *UNA TECNICA PER COMPIERE SCELTE CONSAPEVOLI*

**Riccardo Sciaky** 21 GIUGNO 2008 h. 10.00 – 18.00 *CAVALCHIAMO LE EMOZIONI*

**Giovanna Campo Antico** 28 GIUGNO 2008 h. 10.00 – 18.00 *ALLE RADICI DELL'AUTOSTIMA*

Lo staff di PUNTOZERO

tel e fax 0220480888 - cell. 3358357593

[info@ilpuntozero.com](mailto:info@ilpuntozero.com)

Via Castel Morrone 35 20129 Milano

**"TU CHIAMALE SE VUOI... EMOZIONI"**



incontri per studenti della maturità

Vi proponiamo un percorso di consapevolezza in cui

condividere e contenere l'ansia da esame  
creare condizioni di una maggiore serenità:  
elaborando le proprie insicurezze e  
valorizzando le proprie risorse

**Ci vediamo sabato 14 giugno in viale Monza n. 82, dalle ore 9.30 alle ore 17.30. Il lavoro sarà esclusivamente di tipo esperienziale: si giocherà seriamente; ci si prenderà seriamente, giocando.**

**Costo dell'iniziativa: euro 50.**

**Il corso è riservato ad un numero massimo di dieci partecipanti.**

**Per le iscrizioni rivolgersi in sede sabato 7 giugno dalle 17.00 alle 19.00.**

Conduttrici del corso: dott.ssa Margherita Fratantonio e dott.ssa Rita Rogari, docenti, counselor di formazione gestaltica, esperte in conduzione di gruppi.  
Cell. 347.98.03.058 o 348.31.81.445  
[marghefratti@libero.it](mailto:marghefratti@libero.it) rita.rogari@email.it

Itaca Italia, Saman e AGCI organizzano una mobilitazione generale per il 26 Giugno, Giornata Mondiale per la lotta alla droga.

L'iniziativa ruota attorno ad un appello e alla celebrazione di una giornata di riflessione e discussione:

**UN GIORNO DI SCIOPERO DEI CONSUMI**  
Almeno per un giorno non arricchiamo le narcomafie  
**PAUSE DRUGS**

Consumi occasionalmente, usi con regolarità, ti senti dipendente? Scegli questo giorno come pausa di riflessione sul significato che l'utilizzo di sostanze psicoattive ha nella tua vita

CHE SIA ANCHE UN GIORNO DI "SOSTA E RIFLESSIONE" ANCHE PER I SERVIZI

Fermarci a pensare sul ruolo che ognuno sta "interpretando" nell'immaginario sociale del recupero dei dipendenti da sostanze

IL CONVEGNO

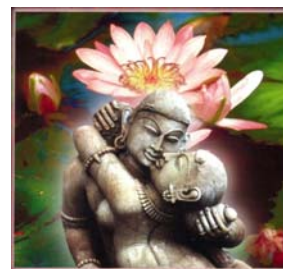
**RIFLETTIAMOCI ASSIEME**

**" Vale ancora la pena curare i drogati? "**

Milano, via Plinio 38 Sala Grande – Spazio Energolab  
Ore 10.00 – 14.00

Tra breve, attraverso la newsletter ed il nostro sito verranno diffusi il programma definitivo e le modalità di iscrizione: [www. ITACA Italia .it](http://www.ITACAItalia.it)

**IL "CON-TATTO" DI COPPIA**



Per-corso per imparare il massaggio d'amore di coppia



Questo percorso è promosso dal CSTG come proposta a tutte le coppie che hanno voglia di sperimentarsi nel loro cammino di crescita.

Il massaggio rappresenta la più antica e ancestrale forma di comunicazione non verbale e costituisce uno dei più raffinati e potenti mezzi di comunicazione tra esseri umani.

In Giappone il massaggio faceva parte della cultura familiare. Ogni famiglia metteva a punto il suo peculiare stile arricchendolo ad ogni passaggio generazionale.

Con il passare dei tempi, anche per fattori culturali e religiosi, il linguaggio del corpo ha lasciato il posto all'uso della razionalità come momento di espressione privilegiato e con ciò si è perso un modo espressivo vitale per sentirsi e sentire. Il massaggio, nella difficoltà della nostra società, rappresenta perciò un potente strumento per rimetterci in contatto con la dimensione più intima e delicata della nostra identità umana.

#### Il "con-tatto" di coppia

Nella nostra cultura fondata sull'aver e poco attenta all'essere, la coppia ha difficoltà a stare in contatto, a sentirsi. Rischia di perdere la sua intimità, il suo linguaggio, unico per ogni coppia, il sentire il proprio corpo e quello del proprio partner, rischia di perdere la conoscenza dell'altro, fatta di emozioni, sensazioni. Toccando la pelle del nostro partner in realtà tocchiamo il suo sistema nervoso e, attraverso questo, il suo corpo e le sue viscere, entriamo in contatto con le sue emozioni e contattiamo anche le nostre emozioni più profonde.

#### Durata e programma del per-corso

Con questo corso vi proponiamo un per-corso per recuperare il con-tatto, sviluppare una maggiore conoscenza dell'altro e imparare un massaggio d'amore, prendendosi cura della persona amata.

È aperto a tutte le coppie (coppie già di fatto nella vita!) che desiderano sperimentarsi. La durata è di 8 incontri quindicinali il martedì sera a Milano, dalle 19.30 alle 22.00, a partire da fine settembre.

Il corso prevede un numero minimo di almeno 4 coppie.

Durante le lezioni verranno insegnate varie tecniche di massaggio: shiatsu, massaggio dolce, massaggio connettivale, massaggio antistress e tecniche meditative da effettuarsi individualmente e in coppia. Durante il percorso sono previsti momenti di feedback e di sostegno alle coppie.

**Per iscriversi e informazioni Tel. 333 6304430 oppure 338 3873022.**

#### Conduttori del per-corso

**Giovanni Montani:** terapeuta shiatsu, counselor, esperto in tecniche corporee.

**e-mail:** giovnm@libero.it

**Cristina Tegon:** terapeuta shiatsu, counselor, esperto in tecniche corporee.

**e-mail:** cristina.tegon@n-ter.org

Gestalt Associates Training Los Angeles presents

Couples & Gestalt Therapy Training  
Lake Margis - Lithuania July, 2008

Rita Resnick, Ph.D.

Gestalt Associates Training Los Angeles

ritaresnick@gatla.org

www.gatla.org

**casa della cultura**

via Borgogna, 3 Milano

#### Martedì 3 giugno ore 18,00

presentazione del libro:

#### Lezioni di filosofia della comunicazione di Ugo Volli *Edizioni Laterza*

La comunicazione è ovunque, nei gesti più semplici, nelle espressioni che condividiamo con il mondo animale, come nell'arte, nella politica, nelle città, nella letteratura, nel cinema, in Internet. Il linguaggio è insomma solo una parte, anche se certamente dominante, della comunicazione. Analizzando come la stessa natura umana sia determinata dal nostro carattere comunicativo, Ugo Volli offre in queste pagine una triplice definizione della comunicazione, come tre sono i livelli del coinvolgimento comunicativo: come cerchio che ci circonda sempre, come rete che ci unisce agli altri, come sguardo che interroga e interpreta il mondo. Il primo livello, il cerchio: la nostra completa umanità non può realizzarsi al di fuori dell'ambiente comunicativo in cui siamo inseriti. Il secondo livello, la rete: nella sfera della comunicazione costituiamo di continuo relazioni, costruiamo scambi, assumiamo responsabilità. Ogni atto di comunicazione è *per* qualcuno e si traduce nel dialogo. Questo è il livello dove nascono l'etica e l'estetica. Il terzo livello, lo sguardo: la comunicazione ci impone di costruire senso, cioè di *interpretare* gli atti comunicativi cui siamo esposti, dando loro prospettiva e finalità. È una sfida intellettuale e morale di straordinaria difficoltà, si tratta di costruire letteralmente il nostro mondo. È a questo livello che nascono le religioni, le culture, le grandi narrazioni e i meccanismi collettivi di interpretazione del reale.

#### Mercoledì 4 giugno ore 18,00

presentazione del libro:

#### Gli otto venti di Silvia Rosselli *Sellerio editore*

Il poetico titolo, "Gli otto venti", sintetizza il turbine dell'esistenza: nel buddismo essi sono le circostanze contrapposte di prosperità e declino, onore e disonore, lode e biasimo, sofferenza e piacere. Non lasciarsi travolgere da questi venti, siano essi positivi o negativi, è il traguardo difficilissimo della serenità: ogni vita che vi tende diventa esempio. In tale luce, il corale drammatico dei Rosselli e dei loro cari, emerge con la prepotenza e il fascino della testimonianza, seducente come un romanzo epico, gruppo in cui identifichiamo i valori più alti di un secolo e il seme del futuro germogliare. L'autrice - figlia di Nello Rosselli, storico e antifascista, fratello di Carlo, fondatore del movimento politico "Giustizia e libertà", assassinati dal regime nel 1937 - dopo la morte del padre e sino al 1946 è vissuta in esilio tra Svizzera, Inghilterra e Stati Uniti. Al ritorno in Italia, sposatasi giovanissima, ha avuto tre figli. Affidatasi



alla psicoanalisi ai tempi in cui era disciplina "sospetta" - antecedenti al famoso *Le parole per dirlo* di Marie Cardinal - è stata allieva di Ernst Bernhard e tra i fondatori dell'AIPA. Con il metodo junghiano ha esercitato per venticinque anni con fede da pioniere.

**Mercoledì 4 giugno ore 21,00**

I costi dell'arroganza e i guadagni della cooperazione  
presentazione della prima :

**Scuola di competenza sociale**

e del libro:

**Registi di se stessi. Idee per manager, insegnanti, genitori**

di Ludovica Scarpa *Bruno Mondadori*

Da tempo le scienze sociali ed economiche si interrogano sul significato e sul valore della fiducia interpersonale. La fiducia è necessaria al benessere individuale e alla costruzione di una società pacifica. Ai cittadini, ai singoli individui, rimane una domanda aperta: a chi spetta la responsabilità di creare fiducia, benessere e pace?

Secondo gli ideatori della Scuola di Competenza Sociale, è possibile per ciascun individuo assumersela, con le proprie comunicazioni quotidiane, con le interazioni e col comportamento. È possibile allenarsi a comportarsi in modo costruttivo, a partire dalla propria vita quotidiana. Comunicazione e comportamento dipendono dal nostro pensare, dal nostro interpretare le situazioni e il mondo, dando loro un significato, o un altro: una scuola di competenza sociale vuole diffondere strumenti costruttivisti, sistemici e cognitivi per pensare osservando il proprio pensare, così che sia adeguato ai nostri scopi. Compreso quello di vivere in una società pacifica, solidale, altruista. Alla serata saranno presenti rappresentanti di diverse Associazioni: "Fondazione Casa della carità", "Fondazione Sasso di Maremma", Centro di Solidarietà - Ceis di Grosseto, AISE - Associazione Insegnanti Solidarietà Educativa.

**Giovedì 5 giugno ore 18,00**

presentazione del libro:

**Alberto de Bernardi. Discorso sull'antifascismo.**

a cura di Andrea Rapini

*Bruno Mondadori*

**Venerdì 6 giugno ore 21,00**

presentazione del libro:

**Mario Mariani. La casa dell'uomo.**

a cura di Massimo Rizzardini

*Lupetti*

**Lunedì 9 giugno ore 18,00**

presentazione del libro:

**L'anello di Asclepio**

**L'Italia dal Risorgimento alla Repubblica.**

di Giorgio Cosmacini

*Viennepierre.edizioni*

**Giovedì 12 giugno ore 18,00**

presentazione del libro:

**Storia dei partiti politici.**

**L'Italia dal Risorgimento alla Repubblica.**

di Maurizio Ridolfi

*Bruno Mondadori*

**Lunedì 16 giugno ore 18,00**

presentazione del libro:

**Seneca sui benefici**

a cura di Martino Menghi

*Laterza*

**Martedì 17 giugno ore 18,00**

presentazione del libro:

**Sentieri rossi nella metropoli.**

**Per una storia delle Brigate Rosse a Milano.**

di Andrea Saccoman

*CUEM Storia*



**AUTOBIOGRAFIA**

(a cura di Elena Manenti)

*ele.manenti@libero.it*

**DIARIO E VECCHIAIA**

**LA SCRITTURA DEI MIEI GIORNI**

di Florida Scott-Maxwell

*"Queste note non sono pensieri.*

*Sono gli schianti e i pianti di un cuore  
che pian piano si apre"*

Nel 1965 quando Florida Pier Scott-Maxwell (1884-1979) scriveva il suo diario era un'anziana donna d'ottantuno anni. Aveva trascorso la sua vita in Scozia dove, dopo esser stata moglie e madre ed essersi impegnata per il suffraggio femminile, aveva, a cinquant'anni, iniziato la professione di psicologa analista, allieva diretta di Carl Gustav Jung. Quando scrive questo diario, tradotto in Italia dall'Editore Marietti nel 1998 con il titolo *La misura dei miei giorni*, Florida è una donna sola che vive la vecchiaia come tempo di "eroica impotenza" durante il quale, nel trascorrere lento di giorni e notti insonni domande sempre più pressanti e insidiose si addensano nella sua mente: domande sul tempo che si ritrova a vivere e insieme sullo stato del mondo. Nasce così il diario: "Ero lì che cucivo, o facevo un gioco di pazienza, noioso e calmante; ed ecco che domande cominciavano a girarmi per la testa e comincio ad appuntarle in questo notes che usavo per i miei schizzi. Le domande erano insistenti e io comincio il gioco di fare domande e dare risposte".

Il diario introduce nella quotidianità la riflessione e la valutazione. I pensieri sono afferrati "caldi e repentini quali sorgono dalla mente" come scrisse Virginia Woolf nel suo diario che teneva per "riposarsi e sgrovigliare il cervello". La forma del diario consentiva loro di non dare nulla di definitivo, di non correggere le contraddizioni sentite.

Quella che leggiamo in queste righe, che nella vita fu scrittrice, psicoanalista, autrice di teatro, madre e moglie, è una donna che, attraversata la propria



esistenza, si è spogliata di ogni vanità riconducendo le sue riflessioni all'essenziale relazione tra sé e la verità. La vecchiaia distacca dal groviglio della vita personale, fa sentire come per tutta l'esistenza si sia "stati imprigionati in personalità e circostanze e credenze assurdamente piccole" e libera proprio attraverso la sconfitta che la vecchiaia stessa rappresenta, una forza impersonale, un testimone muto di tutta la vicenda umana. Florida così, proprio nella stagione della vecchiaia avanzata si sente investita di un'imprevista carica passionale, da una voglia "di mettere a posto le cose come se fossi ancora in debito con la vita". Si sente nel "fuoco della realtà" capace ancora di interrogarsi e affrontare i problemi del suo tempo con slancio, di "sorvegliarlo più di quanto non facesse prima" e questa spinta arriva proprio alla fine dei suoi giorni, mentre solo alcuni anni prima si godeva la sua tranquillità di donna agiata e colta.

Ciò che voglio presentarvi qui è un breve intreccio di alcuni brani tratti dal diario di Florida Scott-Maxwell nei quali si alternano considerazioni sulla scrittura e sull'età della vecchiaia, come invito alla lettura integrale del diario<sup>1</sup>.

*"Questo quaderno diventa il mio alleato o la mia rovina. Io butto giù idee generali, pregiudizi, limitazioni, e proprio qui il quaderno mi viene meno, perché lui non fa commenti. E' anche il mio muro del pianto. E quando gioco il torvo e confortante gioco di annotare quanto tutti gli altri abbiano torto, il quaderno tace, e io ascolto il suo silenzio e imparo".*

"La vecchiaia è davvero un tempo di eroica impotenza. Ci si deve confrontare con la propria incapacità a correggersi. Sono sempre lì a dirmi: "Guardati!, ed è tutta la vita che provi". Ho ancora tutti i vizi che conoscevo e con cui lottavo fin da quando sono nata, mi sembra. Qualcuno si è modificato, ma non molto. Non posso ordinare né dominare i tumulti della mia mente. O è la mia sensibilità nervosa? Questo non è effetto della vecchiaia; la vecchiaia definisce soltanto i nostri limiti. La vita mi ha molto cambiato, molto migliorato, ma anche mi ha lasciato com'ero. Sbaglio l'ortografia, sono ipercritica, egocentrica e vulnerabile. Non riesco a essere semplice. Nel mio sforzo di essere chiara divengo complicata. Conosco i miei difetti tanto bene che non me ne curo proprio. Sono più forti di me. Sono me."

*"Sono diventata leggera e duttile in seguito a tutti gli errori che ho fatto, ma mi piacerebbe che un diario sapesse ridere. Vecchi e soli, si vive a un così alto livello morale, si è circondati di verità eterne, troviamo da ogni parte nobili austerità da scalare e paurose profondità di introspezione. E' inumano. Io ho voglia di ridere."*

"La vecchiaia mi sconcerta. Pensavo che fosse una stagione calma. I miei settant'anni erano interessanti e belli sereni, ma i miei ottanta sono appassionati. Man mano che invecchio divento più fervida. Con mia

grande sorpresa esprimo di slancio convinzioni accessissime"

*"Che divertimento è filosofeggiare nell'intimità del diario. E' come mi immagino debba essere pattinare sul ghiaccio. Un grande, delizioso slancio da una parte, con tutta la sua forza, e poi, senza alcuna preoccupazione, un egualmente delizioso slancio nella direzione opposta. Il mio diario non mi aiuta a pensare, ma alleggerisce il mio cuore confuso"*

"I vecchi non sono difesi dalla vita da impegni, o piaceri, o doveri; siamo aperti alla nostra capacità di sentire, non possiamo sfuggirla, ed è troppo. Dovremmo evitare ogni problema, soprattutto quelli insolubili; sono di gran lunga troppo gravi per noi, ma è proprio questo che ci attrae".

*"Non vivo in un'epoca che mi consenta di avere gonne di fruscante seta nera che mi ondeggiavano intorno, e nemmeno porto un bastone di ebano da battere sul pavimento in segno di aspro rimprovero; allora, siccome questo mi è negato, sbotto con una frase nel mio diario e mi sento meglio. Oggi, se una nonna si vuole imporre, l'unico luogo sicuro per farlo è il diario"*

"Il linoleum della mia cucina è così nero e splendente che ballo il valzer mentre aspetto che la pentola bolla. Questo piacere è per i vecchi che vivono soli. Gli altri devono dissolversi nel ruolo assegnato loro. Mi domando se viver soli ci renda più vivi. Energie preziose non vanno sprecate in disaccordi e compromessi. Sei passata attraverso quei lunghi anni in cui esser soli era un dolore, ora sei uscita dalla parte giusta di questa dura disciplina. Sola, fai quello che ti pare tutto il giorno e diventi naturale. Forse questa naturalezza si sviluppa in altezza e in profondità, andando al di là di ciò che sappiamo; non possiamo esprimerla, dobbiamo solo tenerla cara, come la vita che rende ricchi i nostri giorni"

*"Noi siamo trafitti e guidati da leggi che comprendiamo solo in parte e alla fine veniamo a sapere che la lezione che impariamo e impariamo di nuovo e di nuovo è quella di accettare un'eroica impotenza. Qualche incomprensibile legge ci inchioda a un punto di contraddizione dove non abbiamo scelta dove il bene e il male sono compagni inseparabili e non si può trattarli separatamente, dove – con il cuore spezzato, estatici – possiamo risolvere il conflitto solo accogliendolo ciecamente nei nostri cuori"*

"Hai bisogno solo di richiamare gli eventi della tua vita per diventare completamente te stessa. Quando possiederai veramente tutto ciò che sei stata e hai fatto, cosa che potrà richiedere tempo, sarai invasa dal fuoco della realtà. Quando finalmente la vecchiaia avrà raccolto tutte le sue parti, non sarà agevole allora lasciare andare tutto, tutto quello che hai vissuto, valutato, tutto?"

*"Stamattina quando mi sono svegliata e mi sono accorta che la notte era stata buona, che i miei dolori non erano troppo forti, sono rimasta ad aspettare l'esalante momento di tirare le tende,*

<sup>1</sup> Tutte le citazioni sono tratte da: Florida Scott-Maxwell, *La misura dei miei giorni*, Editore Marietti, Genova, 1998





vedere il cielo, e ho sorpreso me stessa dicendo ad alta voce: "Miei cari, cari giorni!".

## Segnalazioni

### Libri



Marina Mander, Beppe Giacobbe

#### **Catalogue des Adieux**

éditions des rouergue

*"Il contrario dell'amore non è l'odio, ma l'addio." Poiché molte storie d'amore finiscono senza nemmeno una parola d'addio, Nina Dermar, editrice parigina, decide di pubblicare un "Catalogo degli addii". L'autore, reclutato attraverso un annuncio su "Le Monde", è uno specialista di abbandoni. Dai quattro angoli del mondo invia a Nina le sue lettere d'addio. Sul filo di tale corrispondenza, Peter si nutre dei commenti della sua editrice lasciandosi prendere a poco a poco da un pericoloso, seppur platonico, gioco d'amore, mentre Nina non fa che ricordargli che il contratto che li lega è squisitamente commerciale. Eppure nell'incrocio di parole, di desideri e di dolori sottili, si nasconde una trappola. Le parole dissimulano, le firme rivelano. Al lettore il compito di indovinare...*

Da [www.psicoonline.it](http://www.psicoonline.it):

Cesare Guerreschi

#### **L'azzardo si veste di rosa. Storie di donne, storie di gioco, storie di rinascita**

2008, Collana: Serie di psicologia

Pagine: 144 Prezzo: € 16,00 Editore: Franco Angeli

Lucia Zannini

#### **Medical humanities e medicina narrativa. Nuove prospettive nella formazione dei professionisti della cura**

2008, Collana: Pedagogie dello sviluppo

Pagine: 280 Prezzo: € 23,00 Editore: Raffaello Cortina

Bruno Carmine Gargiullo, Rosaria Damiani

#### **Il crimine sessuale tra disfunzioni e perversioni. Con schede cliniche di oltre 70 casi**

2008, Collana: Strumenti per il lavoro psico-sociale ed educativo

Pagine: 256 Prezzo: € 26,00 Editore: Franco Angeli

Legrenzi Paolo

#### **Crede**

2008, Collana "Farsi un'idea"

Pagine: 144 Prezzo: € 8.80 Editore: Il Mulino

Miszczyszyn Anastasia

#### **Il potere delle radici. Sciogliere i nodi del destino, amare e prosperare con la psicogenealogia**

2008, Pagine: 224 Prezzo: € 15.00 Editore: Apogeo

Pietro Perconti

#### **L'autocoscienza. Cosa è, come funziona, a cosa serve**

2008, Collana Biblioteca di Cultura Moderna

Pagine: 168 Prezzo: € 18,00 Editore: Laterza

Cosenza Domenico

#### **Il muro dell'anoressia mentale**

2008, Collana Psiche e coscienza

Pagine 212 Prezzo: € 18.00 Editore: Astrolabio Ubaldini

Mario Trevi

#### **Dialogo sull'arte del dialogo. Psicoanalisi e psicoterapia**

2008, Collana: Nuova Serie Feltrinelli

Pagine: 160 Prezzo: € 12.00 Editore: Feltrinelli

Salvo Pitruzzella

#### **L'ospite misterioso. Che cos'è la creatività, come funziona e come può aiutarci a vivere meglio**

2008, Collana: Psicoterapie

Pagine: 224 Prezzo: € 22,00 Editore: Franco Angeli

Allan N. Schore

#### **La regolazione degli affetti e la riparazione del sé**

2008, Collana: Psiche e coscienza

Pagine: 466 Prezzo: € 36.00

Editore: Astrolabio Ubaldini

Adler Alfred

#### **Il carattere dei nevrotici. Compendio di psicologia individuale e di psicoterapia**

2008, Collana: Grandi tascabili economici

Pagine: 357 Prezzo: € 6.00 Editore: Newton Compton

Edward De Bono

#### **Buona idea! Esercizi per il pensiero creativo**



2008, Pagine: 128 Prezzo: € 14,00

Editore: Stéphanie Hahusseau

**Chi ha paura dell'umore nero? Il lato positivo delle emozioni negative**

2008, Pagine: 128 Prezzo: € 14,00 Editore: Erickson

Marco Dallari

**In una notte di luna vuota. Educare pensieri metaforici, laterali, impertinenti**

Pagine: 192 (32 pp. a colori) Prezzo: € 18,50

Editore: Erickson

Thomas H. Ogden

**L'arte della psicoanalisi. Sognare sogni non sognati**

2008, Collana: Psicologia clinica e Psicoterapia

Pagine: 184 Prezzo: € 19,80 Editore: Raffaello Cortina

John W. Santrock

**Psicologia dello sviluppo**

ISBN: 9788838664250,

Prezzo: € 39,00 2008, Pagine: 463 Editore: McGraw-Hill

Hill

Paolo Maria Clemente

**Imperfetto onirico. Quando sognare diventa un viaggio consapevole**

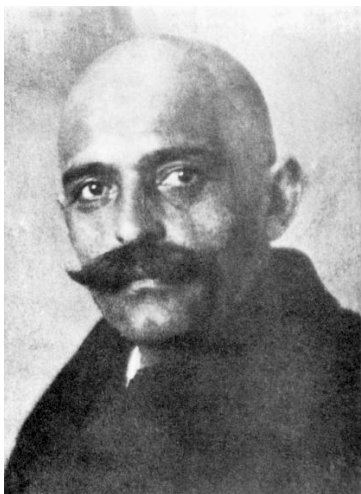
2008, Collana: Scaffale aperto - Psicologia

Pagine: 192 Prezzo: € 18 Editore: Armando

## Biblio

(pubblicazioni, tesi e documentazione)

(a cura di Giusi Carrera: [giusi.carrera@gmail.com](mailto:giusi.carrera@gmail.com))



Georges Ivanovitch Gurdjieff

(1866? - 1949)

### Bibliografia orientativa

Abbiamo ritenuto importante dare un'idea dell'opera di Gurdjieff poiché è grazie agli scritti suoi e dei suoi allievi che l'enneagramma ha cominciato ad essere conosciuto in occidente, non come classificazione

caratteriale, ma come vero e proprio principio esplicativo dell'universo.

Questa bibliografia, riportata qui in estratto per ragioni di spazio, è stata compilata da Dario Chioli, che ringrazio per la disponibilità. La versione integrale, che vi invito a consultare, si trova al sito:

[www.superzeko.net/doc\\_dariochioli\\_saggistica/DarioChioliBibliografiaItalianaSuGurdjieff.htm](http://www.superzeko.net/doc_dariochioli_saggistica/DarioChioliBibliografiaItalianaSuGurdjieff.htm)

### OPERE SCRITTE DA GURDJIEFF

#### DU TOUT ET DE TOUT - DEL TUTTO E DI TUTTO - ALL AND EVERYTHING:

Récits de Belzébuth à son petit-fils. Critique objectivement impartiale de la vie des hommes. Trad. it. di Letizia Comba e Igor Legati: **Racconti di Belzebù al suo piccolo nipote. Critica oggettivamente imparziale della vita degli uomini** (L'Ottava, Milano, 2 volumi, 1988-1990). Titolo inglese: Beelzebub's Tales to His Grandson.

Rencontres avec des hommes remarquables. Trad. it. di Gisèle Bartoli: **Incontri con uomini straordinari** (Adelphi, Milano, 1977). Titolo inglese: Meetings with Remarkable Men.

La vie n'est réelle que lorsque "Je suis". Trad. it. di Danilo Cassina e Mariella Fumagalli: **La vita è reale solo quando «Io sono»** (Neri Pozza, Vicenza, 2002). Rimasta incompiuta, uscì la prima volta nel 1975 a New York col titolo Life is real only then, when «I am». Esiste anche una precedente traduzione italiana non molto felice di Maria Grazia Giovannini: La vita reale (Basaia, Roma, 1987).

The Herald of Coming Good. First Appeal to Contemporary Humanity. Trad. it. di Maurizio Toshen Graziani: **Il nunzio del bene venturo. Primo appello all'umanità contemporanea** (Astrolabio, Roma, 2003). Probabilmente scritta da Gurdjieff in russo, uscì nel 1933 a Parigi tradotta in inglese presumibilmente da un suo allievo. Fu successivamente ritirata dalla circolazione.

Gurdjieff parle à ses élèves 1917-1931. Trad. it. di Igor Legati: **Vedute sul Mondo Reale - Gurdjieff parla ai suoi allievi** (L'Ottava, Milano, 1985). Titolo inglese: Views from the Real World.

### TESTIMONIANZE

P. D. Ouspensky (Pëtr Demjanovic Uspenskij), In Search of the Miraculous. Fragments of an Unknown Teaching (1949). Trad. it. dal francese a c. di Henry Thomasson: **Frammenti di un insegnamento sconosciuto** (Astrolabio-Ubaldini, Roma, 1976). La più notevole e nota opera "di presentazione" della figura e dell'insegnamento di Gurdjieff, avallata - pare - da lui stesso. Contiene elementi che non compaiono nelle opere scritte da Gurdjieff stesso, mentre peraltro non ne contiene altri che invece vi compaiono.



**Louis Pauwels**, Monsieur Gurdjieff (Editions du Seuil, Paris, 1954). Trad. it. di Roberta Rambelli: **Monsieur Gurdjieff** (Edizioni Mediterranee, Roma, 1972). Notevole raccolta di testimonianze, suscitò polemiche al suo apparire ma è nel complesso assai interessante.

**Margaret Anderson**, The Unknowable Gurdjieff (Routledge & Kegan Paul, Londra, 1962). Trad. it. di Anna Maria D'Amico: **L'inconoscibile Gurdjieff** (Gremese, Roma, 1989). Di una discepola di Gurdjieff.

**John Godolphin Bennett**, Gurdjieff. A Very Great Enigma (1963), Trad. it. di Salvatore Maddaloni: **L'enigma Gurdjieff** (Astrolabio-Ubaldini, Roma, 1983). Di un discepolo di Gurdjieff tra i più interessanti.

**Thomas de Hartmann**, Our Life with Mr. Gurdjieff (1964). Trad. it. di Liana C. Ferri: **La nostra vita con il Signor Gurdjieff** (Astrolabio-Ubaldini, Roma, 1974). Libro postumo di Thomas de Hartmann (1886-1956), completato dalla moglie Olga. Senz'altro una delle testimonianze più interessanti.

**John Godolphin Bennett**, Gurdjieff: Making a New World (Turnstone, Londra, 1973). Trad. it. di Pietro Negri: **Gurdjieff. Un Nuovo Mondo** (Astrolabio-Ubaldini, Roma, 1981).

**Fritz Peters**, Gurdjieff Remembered (1974). Trad. it. di Rossana Terrone: **I miei anni con Gurdjieff** (Adea Edizioni, Cremona, 1994). Raro.

**Fritz Peters**, Boyhood with Gurdjieff (1976). Pref. di Henry Miller. Trad. it. di Manuela Boccali e Maria Cristina Vidi. A cura di Giuliano Boccali: **Alla scuola di Gurdjieff** (Editoriale Nuova, Milano, 1983). Successivamente riedito: 1) da L'Ottava di Catania col titolo La rasatura del prato e la conoscenza di sé ; 2) nel 1992 da SE, Milano, col titolo La mia fanciullezza con Gurdjieff. Molto bello, Gurdjieff visto da un bambino.

**René Zuber**, Qui êtes-vous, Monsieur Gurdjieff? (Courrier du Livre, Paris, 1977). Trad. it. di Serena Maiani, Marco Pettini, Angela Russa, Jeanne Spiegel: **Monsieur Gurdjieff, ma lei chi è?** (Psiche, Torino, 2000). Interessante.

**Annie Lou Staveley**, Memories of Gurdjieff (Aurora, Or., Two Rivers Press, 1978). Trad. it. di Giovanni Turchi e Leonardo Chiesi: **Momenti d'oro con Gurdjieff** (Aequilibrium, Milano, 1997). La Staveley studiò con Jane Heap ma anche con Gurdjieff.

**John Godolphin Bennett & Elizabeth Bennett**, Idiots in Paris (1991). Trad. it. di Pierpaolo Sarli: **Idioti a Parigi. Alla scuola di G.I. Gurdjieff. Diari 1949** (Edizioni Mediterranee, Roma, 1996).

**Tchesslav Tchechovitch**, Tu l'aimeras (L'Original, Paris, 2003). Trad. it. di Emanuele Vacchetto: **Tu l'amerai. Ricordi di G. I. Gurdjieff** (Ubaldini, Roma, 2004). Molto interessante, utilissimo a dissipare le voci che cercano di attribuire a Gurdjieff questa o

quella tradizione; vi appare evidente che mantenne elementi del cristianesimo ortodosso, mentre reputava che tutte le religioni del mondo fossero composte di due elementi, uno legato al contesto socioculturale, spesso fonte di contrasti, e l'altro oggettivo e comune a tutte, che giammai può originare dissidio. L'autore frequentò Gurdjieff a lungo.

**Nicolas de Stjernvall**, Daddy Gurdjieff: Quelques souvenirs inédits (Georg Editeur S.A., 1997). Edizione italiana a cura di PierLuigi Zoccatelli, trad. it. di D. Giardini: **Daddy Gurdjieff. Alcuni ricordi inediti**, Mediterranee, Roma, 2007.

**Solange Claustres**, La Prise de conscience et G.I. Gurdjieff (Eureka, Utrecht, 2003). Trad. it. di M. Bornoroni: **G.I. Gurdjieff e la Presa di Coscienza** (Edizioni Mediterranee, Roma, 2007). L'autrice fu per otto anni allieva di Gurdjieff e si dedicò in particolare ai movimenti (danze sacre).

#### AUDIOVIDEO

Alle citazioni bibliografiche di Dario Chioli aggiungo un paio di indicazioni su film e video che possono interessare gli appassionati.

**Peter Brook**, **Meetings with Remarkable Men** (1979), film indipendente, tratto dal libro di Gurdjieff racconta gli anni della sua formazione. Non esiste versione italiana. Ebbe una nomination all'Orso d'oro di Berlino nel 1979.

Estratti dal film, con in particolare i movimenti (danze sacre) si trovano su YouTube :  
<http://it.youtube.com/watch?v=23HFQcEFY08>  
<http://it.youtube.com/watch?v=1jbdj5KjDuM&feature=related>

Un video che mostra Gurdjieff a Parigi:  
[http://it.youtube.com/watch?v=HAoGM\\_CdvGI](http://it.youtube.com/watch?v=HAoGM_CdvGI)

Una danza sull'enneagramma:  
<http://it.youtube.com/watch?v=cDali37OtZc>

Un esempio della musica per pianoforte composta da Gurdjieff e Thomas de Hartmann  
<http://it.youtube.com/watch?v=LUeTmH7jXQs>

Sacred hymns, [eseguiti da] Keith Jarrett, pianoforte, München, ECM, 1980 (CD)

Gurdjieff-de Hartmann [6 CD, esecutore:] Alan Kremski, pianoforte, Paris, Auvidis, 1990 (CD)

#### WEBGRAFIA

Sul sito del CESNUR un ampio articolo su **L'eredità di Gurdjieff** da cui partire per ulteriori ricerche:  
[http://www.cesnur.org/religioni\\_italia/g/gurdjieff\\_01.htm](http://www.cesnur.org/religioni_italia/g/gurdjieff_01.htm)



### Perls's pearls Citazioni da Perls e non

solo

(a cura di Laura Bianchi laurabm@libero.it)

"In ogni richiesta il punto interrogativo rappresenta l'amo. Ogni volta che ci si rifiuta di rispondere a una domanda, si aiuta l'altro a sviluppare le sue risorse personali. Imparare significa soltanto scoprire che una certa cosa è possibile. Insegnare significa far vedere a una persona che qualcosa è possibile."

"The questionmark is the hook of a demand. Every time you refuse to answer a question, you help the other person to develop his own resources. Learning is nothing but discovery that something is possible. To teach means to show a person that something is possible."

(da *Gestalt Therapy Verbatim* di Frederick S. Perls. Trad. It.: *La Terapia Gestaltica parola per parola*)

### Risonanze

a cura di Fabio Rizzo rizzo.f@fastwebnet.it

Il lasciare agire, il fare nel non-fare, l'abbandonarsi del Maestro Eckart è diventato per me la chiave che dischiude la porta verso la via: bisogna essere psichicamente in grado di lasciar accadere. Questa è per noi la vera arte, che quasi nessuno conosce. La coscienza interviene continuamente ad aiutare, correggere e negare, e in ogni caso non è capace di lasciare che il processo psichico si svolga indisturbato. C. G. Jung (da Riccardo Zerbetto)

Il non fare, nella misura in cui arresta tutto quello che è presente nella psiche, è una cura naturale a tutto ciò che sta andando per il verso sbagliato. Quali che siano le dinamiche, le abitudini, le emozioni e i pensieri, se siamo in grado di interrompere ogni attività non funzionale a cui ci stiamo dedicando, otteniamo un temporaneo stato di salute. Lo stato di calma ci aiuta, indipendentemente dal tipo di comportamento compulsivo che permea la psiche, e possiamo affermare che il tentativo di acquietare l'inerzia dell'agitazione mentale progressiva è come una erosione dell'io. Il lasciar andare opera come un antidoto all'io. Da un certo punto di vista l'io è come un usurpatore che ha preso il controllo della psiche, cosicché al posto di una situazione, salutare e auspicabile, di controllo dell'intero complesso corpo/mente da parte del tutto, è solo una parte ad aver preso il controllo: un'isola all'interno della psiche che pretende di essere il tutto e chiama se stessa 'io', instaurando un'implicita tirannia interiore.

C. Naranjo, *La via del silenzio e la via delle parole*, p. 24 (Astrolabio, 1999)

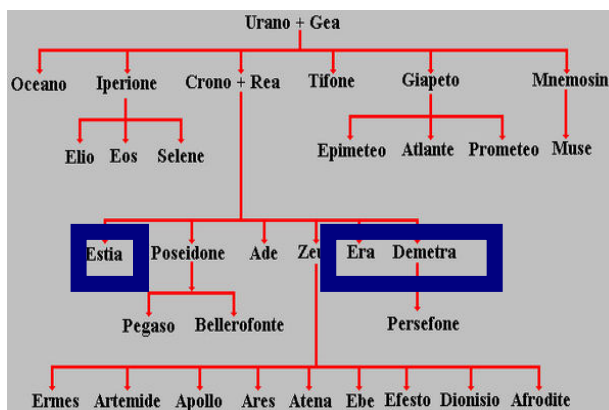
Al contrario dell'azione (diretta, volontaria, funzione di uno scopo), l'agire-senza-agire possiede un'efficacia indiretta; procede da un condizionamento e si realizza attraverso la trasformazione. Il modello, o almeno l'esempio privilegiato è tratto dalla crescita delle piante. Non bisogna né tirare le piante per farle crescere più rapidamente (immagine di un'azione "diretta"), né tralasciare di sarchiare ai loro piedi per aiutarle a spuntare (con un condizionamento favorevole). Non si può forzare la pianta a crescere, non si deve nemmeno trascurarla; ma, liberandola da ciò che potrebbe intralciare il suo sviluppo, bisogna lasciarla spuntare.

François Jullien, *Trattato dell'efficacia*, p. 106 (Einaudi, 1998)

### Mito e Psiche

(a cura di Rosa Versaci rosa.versaci@libero.it)

#### Il cielo: palcoscenico per le divinità Le figlie di Crono e Rea



#### ESTIA

Primogenita di Crono e di Rea, la più anziana nella prima generazione degli dei dell'Olimpo. Zia nubile degli dei della seconda generazione. Per diritto di nascita era una delle dodici maggiori divinità dell'Olimpo, dove non abitava, cosicché non protestò, quando Dioniso, dio del vino, crebbe d'importanza e la sostituì nella cerchia dei dodici.

Estia era la meno conosciuta fra le divinità più importanti dell'antica Grecia. Tuttavia era tenuta in grande onore, veniva invocata e riceveva le offerte migliori in ogni sacrificio che i mortali presentavano agli dei. Scrive Károly Kerényi: <<Dopo la vittoria sui Titani, essa aveva chiesto a Zeus l'onore di restar vergine e di ricevere, di tutte le cose, il primo sacrificio e ciò le era stato concesso>>.

Descritta come la 'venerabile vergine Estia' fece voto di castità e rifiutò le proposte di Apollo e Poseidone. Infatti, Afrodite, dea dell'amore, non aveva alcun potere su di lei.



Jean Bolen in "Le dee dentro la donna"(1984) parla di Estia inserendola nel gruppo delle "dee vergini" cioè dee incontaminate ed immuni all'innamoramento.

Estia fu raramente rappresentata da pittori e scultori con sembianze umane, in quanto non aveva un aspetto esteriore caratteristico: la sua importanza stava nei rituali simbolizzati dal fuoco. Suo simbolo era il cerchio e la sua presenza era avvertita nella fiamma viva posta nel focolare rotondo al centro della casa e nel braciere circolare nel tempio di ogni divinità. Ogni città, nell'edificio principale, aveva un braciere comune, il pritanoo, dove ardeva il fuoco sacro di Estia, che non doveva spegnersi mai. Poiché le città erano considerate un allargamento del nucleo familiare, era adorata anche come protettrice di tutte le città greche.

Nelle famiglie, il fuoco di Estia provvedeva a riscaldare la casa e a cuocere i cibi. Il neonato diventava membro della famiglia dopo cinque giorni dalla nascita, con un rito in cui il padre lo portava camminando attorno al focolare. La novella sposa portava il fuoco preso dal braciere della famiglia di origine nella sua nuova casa, che solo così veniva consacrata.

« Per lungo tempo credetti stoltamente che ci fossero statue di Vesta, ma poi appresi che sotto la curva cupola non ci sono affatto statue. Un fuoco sempre vivo si cela in quel tempio e Vesta non ha nessuna effigie, come non ne ha neppure il fuoco (Ovidio, Fasti, VI, 255-258) »

Esiste, inoltre, una dualità archetipica tra Estia ed Ermes: il cerchio ed il pilastro sono diventati i simboli del principio femminile e maschile. Ermes ed Estia rappresentano le idee archetipiche dello spirito e dell'anima. Ermes è lo spirito che accende l'anima.

In astronomia: non ci sono riferimenti ad Estia.

## DEMETRA

Demetra da Δημήτηρ, "Madre terra" o "Madre dispensatrice". Dea delle messi, presiedeva all'abbondanza dei raccolti. I romani la conoscevano come Cerere, da cui la parola cereale. Nutrice della gioventù e della terra verde, artefice del ciclo delle stagioni, della vita e della morte, protettrice delle leggi sacre. Demetra donò al genere umano la conoscenza delle tecniche agricole come la semina, l'aratura e la mietitura. Dea amata in quanto apportatrice di messi, ma anche, temuta in quanto capace di provocare carestie, come ricorda il mito di Erisittone che, avendola offesa tagliando degli alberi da un frutteto sacro, ne venne punito con una fame insaziabile.

Demetra viene raffigurata come una bellissima donna dai capelli d'oro, vestita di blu o come una figura matronale seduta. L'archetipo di Demetra è la madre. Questa dea rappresenta l'istinto materno che si realizza nella gravidanza o nel dare agli altri nutrimento fisico, psicologico o spirituale. Il rapporto con la figlia Persefone è quello più significativo e ci occuperemo di loro nel prossimo numero della rubrica.

Il nome di Demetra è legato a quello di Poseidone ("Signore distributore" o "Compagno della distributrice"). *"Si raccontava che Demetra fosse già alla ricerca della figlia rapita Persefone, quando Poseidone incominciò a perseguitarla con la sua brama amorosa. La dea si trasformò in giumenta e si mischiò ai cavalli pascolanti del re Onkios. Poseidone però si accorse dell'inganno e si congiunse a lei sotto forma di stallone"* (Cattabiani, 1998). Demetra fu letteralmente furibonda ("Demetra Erinni") per lo stupro subito, ma lavò via la propria ira nel fiume Ladona ("Demetra Lousia"). Dall'unione nacquero una figlia, il cui nome non poteva essere rivelato al di fuori dei Misteri Eleusini, ed un cavallo dalla criniera nera chiamato Arione.

Durante un residenziale a Noceto, nel 2003, Riccardo Zerbetto scrisse un componimento dedicato a Demetra, che è rimasto nei cassetti della memoria per qualche tempo ed in questa occasione vorrei condividere proponendolo qui di seguito:

### A Demetra

Noi ti celebriamo  
Demetra  
madre di messi  
dai seni fiorenti  
che ti adagi radiosa  
tra docili valli fecondate da fiumi  
e ruscelli divini  
che tutti provengono  
dall'Amante e Padre  
Zeus e Fratello  
che tutto irradia  
del lucente  
e forte suo seme.

Certo è fatica  
per l'uomo  
tenere ai tuoi passi  
assecondare i tuoi fianchi  
con il lucido aratro  
e le miti  
bestie possenti

Ma il cuore rigonfia  
a vedere le messi  
rinascere  
dal vasto tuo seno  
nutrimento dell'uomo  
e di tutti i viventi  
che si nascondono tra i tuoi anfratti  
lottano  
e si adagiano molli  
sulle dolci pendici  
Certo infelice  
colui che il canto  
della tua lode ignora  
e del santo tuo nome

Se spande il sudore  
guardando al suo avido ventre  
senza levare lo sguardo  
alla fonte prima  
dei molti suoi beni



Ignaro non ricorda  
che le molte  
forme di vita  
che il mondo sovrano  
accoglie ospitale  
vengono  
dal cupo tuo ventre fecondo  
che il nome tuo abita  
prima che gli occhi si aprano  
alla tenera luce  
e pur dopo  
per sempre

A te  
il canto innalziamo  
di trepida lode

Lo cantino ancora  
le ceneri  
a cui le nostre vite presto ritornano  
mescolate alle zolle tue  
sante.

In astronomia: La costellazione della Vergine (Virgo) fu identificata con Demetra e con la figlia Persefone. Virgo è la seconda per grandezza; la sua stella più brillante si chiama Spica (spiga) riferito alla spiga di grano tenuta in mano dalla Vergine, una stella di prima grandezza ben visibile nel cielo primaverile. La stella beta si chiama Zavijaa che in arabo significa "l'angolo". La stella gamma si chiama Porrima, nome della dea romana che cantava gli eventi passati. La E della Vergine si chiama Vindemiatrix, che significa vendemmiatrice, poiché appena si vedeva sorgere poco prima del Sole nel mese di Agosto, si incominciava la vendemmia.

<<La Vergine compare nel cielo orientale in marzo, si eleva sulla plaga meridionale in aprile, maggio e giugno, discende in luglio verso occidente e scompare in settembre fra le brume della sera>> (Cattabiani, 1998).

## ERA

Era figlia di Crono e di Rea, sorella e sposa di Zeus, somma divinità dell'Olimpo greco, il suo nome significa "grande signora", forma femminile del nome greco "heros" (eroe). Dea del matrimonio, donna fedele e moglie. I romani la conoscono come Giunone.

Sposa fedele di Zeus, da una parte simboleggiava l'importanza nell'ordine naturale e umano dell'unione coniugale (Gamelia, che soprintende alle nozze; Zygia, che presiede all'unione) e della funzione di madre (Eilithyia, dea dei parti), dall'altra assunse le caratteristiche di moglie cattiva, gelosa e vendicativa, perseguendo con ostinazione le rivali in amore. I suoi simboli erano la mucca, la via lattea, il giglio, l'iridescente coda del pavone. La sua caratteristica principale è la vigilanza. Aveva due aspetti contrastanti: venerata nei rituali come potente dea del matrimonio e descritta da Omero come bisbetica, litigiosa, vendicativa e gelosa.

Figlia di Crono e Rea, venne brutalmente mangiata dal padre, che intendeva ucciderla come tutti i suoi fratelli, perché una profezia aveva detto che uno dei figli di Crono avrebbe preso il suo posto sul trono degli dei. Zeus però riuscì a salvarsi e, una volta cresciuto, salvò tutti i suoi fratelli. Quando uscì dal corpo di Crono era già fanciulla e venne affidata alle cure delle divinità della natura. Divenne una dea bellissima ed attirò su di sé gli occhi di Zeus, che per avvicinarla si trasformò in un tremolante uccellino. Per riscaldare l'animaletto, Era lo pose sul seno. Zeus allora abbandonò il travestimento e cercò di prenderla con la forza. Ma non ci riuscì. Lei resistette alle offerte amorose di lui fino a quando non le chiese di sposarla. Si dice che la luna di miele durò trecento anni. Quando la luna di miele finì era proprio finto tutto! Zeus tornò alle abitudini promiscue del pre-matrimonio. Benché la mitologia metta in risalto le umiliazioni e le vendette di Era, nel culto a lei tributato veniva molto rispettata. Nei rituali le venivano dati tre appellativi: a primavera la si onorava come Era Parthenos (Era la Fanciulla o la Vergine). In estate ed autunno la si celebrava come Teleia (Era la Perfetta o Era la Realizzata), ed in inverno come Era Chera (Era la Vedova). L'archetipo Era rappresenta il desiderio di essere moglie.

In astronomia: secondo uno dei tanti racconti mitologici riguardanti la Via Lattea, si narra che gocce di latte sparse dal seno di Era mentre allattava Eracle formassero questa galassia. Si favoleggiava che Zeus avesse scelto la bella, dignitosa e saggia Alcmena per generare un figlio tanto forte da impedire lo sterminio di uomini e dei: Eracle. Dopo il parto la madre lo abbandonò in un campo fuori le mura di Tebe perché temeva l'ira di Era. In quel luogo, convinta da Zeus, Atena condusse proprio la regina degli dei a passeggiare. "Guarda, mia cara, che bimbo eccezionalmente robusto!", le disse simulando sorpresa mentre si chinava per prendere in braccio il neonato. "Sua madre deve avere perduto il lume della ragione per abbandonarlo in questo luogo sassoso! Suvvia, tu che hai tanto latte offrine un poco a questa creatura!"; Era che nulla sospettava, prese il bambino in braccio denudandosi il petto, ed Eracle vi si attaccò con tanta forza che la dea gemendo per il dolore lo allontanò da sé mentre un getto di latte volava verso il cielo, trasformandosi nella Via Lattea, e un altro cadeva in terra mutandosi in giglio. Il neonato grazie al latte di Era, era diventato immortale. Per questo motivo da allora fu chiamato Eracle, in altre parole "gloria di Era". Altri mitografi narrano che fu Eracle a portare il neonato sull'Olimpo, dove Zeus stesso lo posò sul petto di Era mentre lei stava dormendo e che la Via Lattea e il giglio si formarono quando la dea, destatasi, lo allontanò da sé perché aveva saputo che era frutto di un tradimento di Zeus.

Un altro racconto mitologico narra che Zeus si era invaghito di Io, giovane e bella sacerdotessa di Era Argiva, scatenando le ire della divina e gelosa consorte. Per sottrarla alle sue vendette, Zeus tramutò Io in una splendente giovenca ma Era pretese, quale dimostrazione di fedeltà, che ella le venisse consacrata, e la pose sotto la custodia di Argo dai Cento Occhi. Argo, dotato di forza prodigiosa, era



capace di vedere in tutte le direzioni e di dormire con gli occhi chiusi a metà. Per restituire la libertà alla sua amata, Zeus incaricò Hermes di neutralizzare Argo: secondo una versione Hermes lo uccise, oppure lo addormentò con il suono del flauto di Pan o con il la sua bacchetta divina. In segno di riconoscenza per l'aiuto comunque ricevuto, Era immortalò Argo nella costellazione del Pavone, collocando i suoi cento occhi sulle piume dell'uccello a lei sacro. La costellazione del Pavone (*Pavo, Pav, A.R. 19h10m Dec. -65°52'*) fu introdotta da Bayer ed è confinante con Ottante, Telescopio, Indiano, Uccello del Paradiso ed Altare. L'astro più brillante è Peacock (Alfa Pav), detta anche "Occhio del Pavone".

#### **BIBLIOGRAFIA:**

Cattabiani Alfredo. Planetario. Simboli, miti e misteri di astri, pianeti e costellazioni. Oscar Saggi Mondatori.1998

Caporali, R., Forconi, D. I miti greci. Giunti. 2005

Károly Kerényi. Gli dei della Grecia. EST, 1998, Milano.

Programma per windows: Stellarium 0.8

### ***Visti e letti***

E pensiamo alle parole di padre Alex Zanotelli, missionario comboniano prima in Africa ed ora a Napoli...

"Vorrei ricordare le parole del pastore Martin Niemoeller della Chiesa confessante sotto Hitler: «Quando le SS sono venute ad arrestare i sindacalisti, non ho protestato perché non ero un sindacalista. Quando sono venute ad arrestare i Rom non ho protestato perché non ero un Rom. Quando sono venute ad arrestare gli Ebrei non ho protestato perché non ero un Ebreo... Quando alla fine sono venute ad arrestare me non c'era più nessuno a protestare». Non possiamo stare zitti, dobbiamo parlare, gridare, urlare. È in ballo il futuro del nostro paese, ma soprattutto quello dell'umanità, anzi della vita stessa. Diamoci da fare perché vinca la vita.".

*Laura Panzarasa*



Quitter, pour moi, est une peine  
plus sévère que la tienne :  
on m'a condamné à la liberté à vie.

Adieu

*Lasciare per me è una condanna, più grave della tua:  
mi hanno dato la libertà a vita.  
Addio*

### ***Da giornali e riviste***

*(a cura di Silvia Ronzani: ronzani.s@tiscali.it)*

Con la depressione i mali peggiorano

Da : La Repubblica del 23/5/2008

Di Giuseppe Del Bello

"Non c'è buona salute (fisica) senza buona salute della mente". La versione anglosassone dell'adagio latino "mens sana in corpore sano" non è altro che il titolo (No health without mental health) con cui Lancet ha recentemente pubblicato uno studio condotto da un gruppo congiunto di ricercatori europei sulle conseguenze fisiche dei disturbi psichici e, in particolare, della depressione sull'incidenza di alcune patologie. Per l'Italia ha partecipato il team che fa capo a Mario Maj, direttore del dipartimento di Psichiatria del II Ateneo di Napoli. "La depressione è in assoluto la malattia che contribuisce maggiormente alla disabilità della popolazione mondiale", premette Maj, "Un contributo che si identifica nel 10 per cento di tutte le patologie non infettive".



### **Più vulnerabili**

Insomma, oltre a essere disabilitante di per sé, la depressione e le sue manifestazioni rendono le persone più vulnerabili a numerose malattie fisiche e, spesso, determinandone anche un decorso peggiore. Il primo esempio arriva dal diabete mellito: chi soffre di sindrome depressiva corre un rischio di svilupparlo del 37 per cento in più rispetto a un soggetto sano. Non solo. I diabetici depressi hanno maggiori probabilità di essere colpiti dalle principali complicanze: retinopatia, nefropatia, neuropatia, disfunzione sessuale e complicanze macrovascolari. "Sia nei soggetti diabetici che in quelli con infarto del miocardio recente la presenza di una depressione maggiore si associa a una mortalità due volte più elevata", continua il docente, "e va ancora peggio se si sottovaluta il protocollo terapeutico: in quelli che hanno avuto un infarto e sono pure depressi, l'incidenza di nuovi eventi cardiaci dopo 18 mesi è del 7.4 per cento se la depressione viene curata e risponde alla terapia, mentre è del 25.6 per cento se la si ignora oppure se è refrattaria al trattamento.

### **Come si spiegano questi dati?**

"La maggiore incidenza di alcune patologie fisiche nelle persone depresse", risponde Maj "dipende innanzitutto dal fatto che queste persone presentano più frequentemente fattori di rischio come obesità, fumo, abuso di alcool, ridotto esercizio fisico e abitudini dietetiche poco corrette. Inoltre, i pazienti depressi possono presentare alterazioni biologiche che predispongono alle cardiopatie ischemiche o che interferiscono con il metabolismo glicidico. Tra le prime vanno ricordate l'aumentata attivazione piastrinica, la ridotta variabilità della frequenza cardiaca, la disfunzione endoteliale, l'iperattività dell'asse ipotalamo-ipofisi-surrene e l'aumento dei livelli della proteina C reattiva e di altri markers infiammatori. Nel metabolismo glicidico abbiamo l'attivazione simpatico-adrenergica, l'iperattività dell'asse ipotalamo-ipofisi-surrene, l'iperattività dell'asse ipotalamo-GH e l'aumentata secrezione di citochine pro-infiammatorie".

### **Aderenza alle terapie**

L'influenza della depressione sul decorso e sulla prognosi di alcune malattie fisiche è anche la conseguenza del minor ricorso alle cure mediche e/o dell'assunzione irregolare dei farmaci prescritti. La conferma arriva da una meta-analisi secondo cui i depressi affetti da patologie fisiche hanno una probabilità più che doppia rispetto agli altri pazienti (non depressi) di non aderire alle terapie mediche. Ancora. Un altro recente studio condotto su soggetti con patologie cardiovascolari rivela che i depressi hanno una probabilità significativamente più elevata di non attenersi al protocollo terapeutico prescritto, di dimenticare di assumere i farmaci o di decidere di non prenderli del tutto. Cosa fare in queste situazioni? "Tutti i medici dovrebbero rendersi conto dell'importanza della componente psichica nella genesi, nel decorso e nella prognosi di alcune delle patologie di loro competenza", conclude Maj, "serve una collaborazione quotidiana tra specialisti e psichiatri in ospedale anche in Italia".

### **Burnout: se l'insegnante scoppia**

da La Repubblica del 21/05/2008

Il "male" degli insegnanti è in rapida crescita e i dirigenti scolastici non sanno come affrontarlo. Ma, secondo gli stessi presidi, neppure i medici sono consapevoli delle patologie psichiatriche cui gli insegnanti vanno incontro nel corso della carriera e le sottovalutano. Il quadro, per nulla confortante, emerge da uno studio, condotto dall'Anp (l'Associazione nazionale dei dirigenti e delle alte professionalità della scuola) in collaborazione con la fondazione Iard, presentato questa mattina. In Francia, dopo gli ultimi allarmanti dati sui suicidi tra i docenti, il governo è corso ai ripari affiancando uno psichiatra di supporto ogni 300 insegnanti. "In Italia - dichiara Vittorio Lodolo Doria, medico e responsabile dell'area Studio e tutela del benessere psicofisico degli operatori scolastici dello Iard - nessuno si preoccupa di un fenomeno che è soggetto ad un rapido aumento".

Nel 2004, un articolo dello stesso Doria (ed altri) pubblicato sulla Medicina del Lavoro, dimostrava come gli insegnanti del Bel Paese rappresentino una delle categorie maggiormente soggette a malattie psichiatriche. Su 774 richieste di inabilità al lavoro presentate da maestre e prof, metà (49,8 per cento) era causata da patologia psichiatrica. Tra gli impiegati, l'incidenza dello stesso tipo di disturbo si attestava al 37 per cento per scendere al 17 per cento fra gli operai. Oggi, secondo le ultime rilevazioni, la percentuale di "psicopatie" tra le richieste di inabilità al lavoro nei docenti è al 70 per cento. "Segno che il problema va affrontato subito e non è più possibile aspettare", spiega Lodolo Doria.

Di fronte ad alunni sempre più "vivaci" e ad una scuola complessa e stressante, un numero crescente di insegnanti annaspa. E i dirigenti scolastici, di fronte ai casi limite sempre più frequenti, non sanno che pesci prendere. L'indagine Anp-Iard ha preso in considerazione oltre 1.400 questionari compilati da dirigenti scolastici o stretti collaboratori all'opera in 11 regioni italiane. Due su tre hanno dichiarato di avere "dovuto affrontare, almeno una volta in prima persona, casi di disagio mentale professionale". Meno di un dirigente scolastico su 4 "è a conoscenza dei rischi di salute di origine professionale negli insegnanti: la gran parte si limita a riconoscere un malessere (il "burnout", letteralmente la "fusione") rifiutando di pensare che questo malessere possa evolvere in patologia psichiatrica". Ma non solo. Solo 3 presidi su 10 di fronte agli insegnanti "scoppiati" si "sentono professionalmente all'altezza della situazione". Coloro che non hanno mai affrontato direttamente casi di disagio mentale degli prof "sottovalutano i rischi di incolumità dell'utenza" e 2 dirigenti su 3 confessano di non sentirsi "opportunamente appoggiati dagli uffici competenti": Uffici scolastici provinciali (gli ex provveditorati) e regionali.

Il grido di aiuto lanciato dai presidi, che chiedono sul





tema maggiore formazione, si trasforma in atto d'accusa nei confronti dei medici. Il 40 per cento dichiara, infatti, che i medici "come l'opinione pubblica non sono informati" e "nutrono gli stessi stereotipi dell'opinione pubblica. Anche secondo i medici fare l'insegnante sarebbe un lavoro leggero. "Da quando - dichiara Giorgio Rembado, presidente dell'Anp - sono venuti in superficie i numerosi contrasti che il confronto intergenerazionale provoca dentro le aule l'opinione pubblica sta scoprendo una realtà tanto dissimile dall'idea di scuola che si era fatta da far gridare, anche a ragione, all'esplosione di un'emergenza educativa".

Emergenza che richiede "un approccio più ragionato attraverso l'utilizzo degli strumenti che l'analisi scientifica mette a disposizione". "Il malessere di cui si parla - spiega Rembado - affligge in primo luogo gli insegnanti" ma non dobbiamo dimenticare "il dovere di tutelare gli studenti di fronte a docenti colpiti da sindrome di disagio mentale professionale". Insomma, "non si può girare la testa dall'altra parte".

#### **Natura - Appena conclusa la mappatura del genoma. Ecco le sorprese dell' animale più strano**

##### **«Il suo patrimonio genetico mette in crisi l'evoluzionismo»**

Massimo Piattelli Palmarini

Corriere della Sera, 11 maggio 2008

*Riporto questo articolo che depone per l'importanza di fattori endogeni, che spesso precedono quelli esogeno-ambientali, nel processo evolutivo. In qualche modo a sostegno del principio della autoregolazione organistica.*

RZ

L'ornitorinco è la dimostrazione che perfino il Padreterno ha un sense of humour. Tra tutte le strane creature che si incontrano in natura, questo mammifero australiano semiacquatico, palmato, potentemente velenoso, con il becco, che depone uova, ma poi allatta i piccoli, e che ha una temperatura corporea piuttosto bassa, è forse la più strana di tutte. È sintomatico che, quando il capitano John Hunter inviò alla Royal Society di Londra, nel 1798, una pelliccia di ornitorinco e un disegno accurato dell'intera bestia, gli scienziati pensarono si trattasse di uno scherzo. Non a caso, sia il filosofo americano Jerry Fodor che Umberto Eco, in un suo magistrale saggio (Kant e l'Ornitorinco), sostengono che, in un mondo in cui esiste tale creatura, forse tutto è possibile. Adesso, interi laboratori di biologi australiani, tedeschi ed americani ne hanno sequenziato il genoma ed è di questi giorni la pubblicazione congiunta su Nature e su Genome Research di una serie di scoperte microscopiche non meno sbalorditive di quelle macroscopiche, quelle date dalla semplice, superficiale vista dell'animale intero. I mammiferi normali, come è noto, hanno una coppia di cromosomi sessuali, XX nelle femmine, XY nei maschi. Ebbene l'ornitorinco ha ben 10 cromosomi sessuali, cinque paia di X nelle femmine, cinque X e

cinque Y nei maschi. E ha in tutto la bellezza di 52 cromosomi, contro i nostri 46. Anche al livello genetico fine, si identifica un misto di discendenze, da altri mammiferi, certo, ma anche dai rettili e dagli uccelli. I cromosomi sessuali, per esempio, sono derivati evolutivamente dagli uccelli, mentre il feroce veleno dell'ornitorinco, iniettato da due speroni posti dietro ai gomiti posteriori, contro il quale non esistono per ora antidoti, replica l'evoluzione del veleno dei serpenti. Derivati entrambi originariamente da sostanze antibatteriche, questi veleni offrono un caso esemplare di evoluzione convergente, cioè di come rami divergenti dell'albero evolutivo abbiano trovato, per così dire, una stessa soluzione dopo essersi separati. Scendendo veramente all'interno dei geni, fino a pescare delle importanti molecole di regolazione fine dell'attività dei geni (chiamate micro-Rna), Gregory Hannon dei laboratori di Cold Spring Harbor (Stato di New York) e Jurgen Schmitz dell'Università di Münster (Germania) hanno scoperto strette somiglianze con i mammiferi, ma anche con i rettili e con gli uccelli. Inoltre, mentre nei mammiferi una particolare varietà di queste molecole regolatrici resta prigioniera nel nucleo delle cellule, nell'ornitorinco migra e si moltiplica fino a quarantamila volte. Questi scienziati non esitano a parlare di «una biologia diversa» da quella fino ad adesso nota. Sembrerà strano che i pediatri di Stanford si siano interessati da presso all'ornitorinco, ma bisogna pensare che circa un terzo dei bimbi maschi che nascono prematuramente hanno il difetto che i loro testicoli non scendono normalmente nello scroto. Ebbene, l'ornitorinco ha permesso di individuare due geni responsabili di questa discesa, tipica dei mammiferi, ma assente negli uccelli e nei rettili e, potevate scommetterci, nell'ornitorinco. L'esperto delle malattie del sistema riproduttivo, Sheau Yu Teddy Hsu, di Stanford, autore di uno degli studi appena pubblicati su Genome Research, ha dichiarato che l'ornitorinco è un eccellente «ponte» tra i mammiferi, gli uccelli e i rettili. Le peripezie dei testicoli e i geni che le pilotano non hanno adesso più segreti, perché i geni «rilassinici» responsabili sono stati sequenziati in varie specie. Una considerazione su questo punto ci interessa tutti, però, perché depone contro l'idea darwiniana classica che l'evoluzione biologica proceda sempre e solo per piccoli cambiamenti cumulativi. Hsu ha, infatti, scoperto, che il gene ancestrale della famiglia dei «rilassinici» si è scisso in due famiglie distinte, una famiglia presiede alla discesa dei testicoli nei maschi, mentre l'altra famiglia presiede alla formazione della placenta, delle mammelle, delle ghiandole latte e dei capezzoli nelle femmine. Questi tessuti molli, ovviamente, non lasciano testimonianze fossili, ma la ricostruzione dei geni ha rivelato che c'è stato, milioni di anni fa, uno sdoppiamento: una famiglia di geni, d'un tratto, ha prodotto due famiglie di geni che potevano pilotare due tipi di eventi. In sostanza, potevano permettere la comparsa dei mammiferi dotati di placenta. L'ornitorinco, mammifero privo di placenta e di mammelle, ma con la femmina dotata di latte che viene secreto attraverso la pelle, era l'anello mancante, il ponte evolutivo che adesso connette tutti questi remoti e subitanei eventi evolutivi. Hsu



dichiara testualmente: «È difficile immaginare che processi fisiologici tanto complessi e tra loro intimamente compenetrati (discesa dei testicoli nei maschi, placenta, mammelle, capezzoli e ghiandole latte nelle femmine) possano avere avuto un'evoluzione per piccoli passi, attraverso molti cambiamenti scoordinati». Come dire, ma questo Hsu non lo dice in queste parole: ornitorinco uno, Darwin zero. Ma allarghiamo l'orizzonte oltre l'Australia e l'ornitorinco. Da molti anni ormai i genetisti e gli studiosi dell'evoluzione dei sistemi genetici hanno scoperto svariati casi di moltiplicazione dei geni, cioè si constata che, mentre in un remoto antenato esiste una copia di un gene, o di una famiglia di geni, nelle specie più recenti se ne hanno due copie, poi quattro. Una regoletta generale facile facile, che ha le sue eccezioni, dice uno, due, quattro. Queste moltiplicazioni genetiche sono, sulla lunghissima scala dell'evoluzione, eventi subitanei. Pilotati dai meccanismi microscopici che presiedono alla replicazione dei geni, avvengono per conto loro, prima che i loro effetti sbattano la faccia contro la selezione naturale, e non procedono per piccoli passi. Non si hanno due copie e mezzo, o tre copie e un decimo. Il gradualismo, cioè i piccoli passi fatti a casaccio, uno dopo l'altro, della teoria darwiniana classica vanno a farsi benedire. Il macchinario genetico fa i suoi salti, e poi altri fattori di sviluppo decidono quali di questi salti producono una specie capace di sopravvivere e moltiplicarsi. Tra queste e solo tra queste, la selezione naturale porterà ulteriori cambiamenti. Ma sono dettagli, non il motore della produzione di specie nuove. L'ornitorinco fa parte di una piccolissima famiglia, quella dei monotremi (un solo canale per escrementi e deposizione delle uova). Il compianto Stephen Jay Gould fece notare, giustamente, che differenti ordini di animali hanno un potenziale interno molto diverso di produrre specie nuove. Ottocentomila specie di scarafaggi, qualche decina di specie di fringuelli, poche specie di ippopotami, elefanti, monotremi e, sì, ammettiamolo, di scimmie antropomorfe come noi. Sono tutti «ottimi» animali, cioè sono tutte ottime riuscite dei processi biologici, ma per alcune soluzioni la porta è aperta a tante varianti, a tante specie, per altri, invece, no. Il segreto, ancora largamente misterioso, risiede senz'altro in proprietà interne, nell'organizzazione dei sistemi genetici, non nella selezione naturale. La selezione naturale della teoria darwiniana classica può agire solo su quello che le complesse interazioni della fisica, la chimica, l'organizzazione interna dei sistemi genetici e le leggi dello sviluppo corporeo possono offrire. Perfino in un mondo in cui esiste l'ornitorinco non proprio tutto è possibile.

## ***Trips and dreams.***

***Note di viaggio dal mondo esterno o interno  
(a cura di Sara Bergomi: s.bergomi@cstg.it)***

### **Venezuela gestaltico, ovvero "come si spiega"?**

Una delle cose che mi ha sempre lasciato basita è la larghissima diffusione nel mondo dell'approccio gestaltico a fronte della sua scarsissima presenza in ambito accademico.

Niente, quindi, mole massiccia di pubblicazioni, niente o rarissimi eminenti esponenti in posti chiave dell'establishment politico culturale, pochissimo o nessuno spazio sui media...

E allora come diavolo è che Istituti di Gestalt sono presenti da Tokio a San Paolo, da Barcellona a Vancouver, da Brisbane a San Pietroburgo?

Evidentemente il passaggio di entusiasmo non funziona tramite carta o tramite istituzioni ma essenzialmente per tradizione orale e, potremmo dire, in un certo senso, "contagio".

E per me è sempre emozionante incontrare persone di altri paesi e di altre culture e scoprire una sorta di appartenenza rispetto non solo ad un modo di intendere la relazione di cura, ma in definitiva anche ad una visione del mondo a cui tale relazione è sottesa.

Gli interventi, in definitiva dipendono fortemente da si pensa sia fatto il mondo, dal senso che gli si dà, e da cosa si crede ci stia a fare l'uomo ivi "gettato" (direbbe Heidegger!).

L'ultimo piacevole incontro è avvenuto con Guillermo Feo Garcia, Direttore del CENAIF, Istituto di Gestalt a Caracas in Venezuela.

Feo Garcia è un pioniere della Gestalt, che ha introdotto nel paese negli anni '70.

Il suo approccio originale è un approfondimento delle radici esistenzialiste della Gestalt ed è riportato nel libro "Caos y congruencia", non tradotto in italiano.



Feo Garcia, uomo pur storicamente di sinistra, ha descritto con toni drammatici la situazione politica del Venezuela alle prese con la deriva dittatoriale di Chavez e la precaria situazione della sicurezza nel paese.

In questo panorama complesso la Gestalt sta avendo in Venezuela una straordinaria proliferazione, forse per il suo forte portato di invito alla consapevolezza ed alla



responsabilità personale ma anche sociale e politica: l'educazione gestaltica prevede la necessità di aprirsi al mondo in un dinamico contatto individuo-ambiente, senza la quale ogni intervento terapeutico rischia di essere onanistico.

### Un viaggio in paradiso



Per i miei 50 anni ho chiesto un regalo assolutamente speciale e ... l'ho avuto!

Volevo rendermi conto di come fossero dal vero quei grandi massi di granito rosa che si vedono nelle foto pubblicitarie, con dietro le palme e sotto il mare turchino. Effettivamente non sono come nelle foto. Sono molto di più! C'è un aggettivo della lingua francese, che significa "strabilante", "sbalorditivo" e che, grazie al suono onomatopeico, riesce a rendere quello che si prova quando si arriva in una spiaggia delle Seychelles: sono "epoustouflantes"!

Lontane dalle masse continentali, in mezzo all'Oceano Indiano, dimenticate dalle rotte dei grandi navigatori, sono rimaste disabitate fino a metà del XVIII secolo, quando furono rivendicate dal re di Francia. Il nome che portano, che sembra evocare la ricchezza dei loro fondali (see shells) è invece dovuto ad di un certo navigante di Francia, tal Moreau de Séchelles, in omaggio al quale furono battezzate. Durante gli anni di guerra del periodo rivoluzionario tra Gran Bretagna e Francia, molti militari britannici si presentarono nelle isole, che, senza difesa, dovettero capitolare. Il governo passò di mano in modo praticamente incruento agli Inglesi, che lasciarono una parte della gestione al vecchio e saggio amministratore francese. Nel 1976 le isole hanno raggiunto l'indipendenza e sono diventate una repubblica. La popolazione attuale è il frutto dei primi coloni francesi, dei loro schiavi africani, degli schiavi liberati dai trafficanti arabi nel XIX secolo, e da alcuni coloni inglesi. Questo crogiolo di razze e di culture si è poi ulteriormente arricchito con l'arrivo di mercanti indiani e cinesi, il tutto dando luogo ad una comunità dalle molte sfaccettature razziali e culturali, che vive in armonia ed è molto orgogliosa di riuscire in questa integrazione. Tutti conoscono l'inglese e il francese, ma la lingua parlata è il Creolo, una lingua fonetica che rivela la vecchia influenza francese, dando alle parole francesi una pronuncia più dura e con intonazione di origine sicuramente africana.

Il contatto più intenso con la vita seychellese lo abbiamo avuto nell'isola di La Digue, la più piccola delle isole abitate. Arrivati con il battello di linea

provenienti da Praslin, siamo sbarcati in un porto dall'acqua di un turchese abbagliante. Scesi al moletto c'era ad aspettarci il taxi, per condurci alla nostra deliziosa pensioncina. E che c'è di tanto affascinante in un taxi? Bè, c'è che si trattava di un carro trainato da un bue, gentilmente guidato da un ragazzo che usava la coda dell'animale come volante!



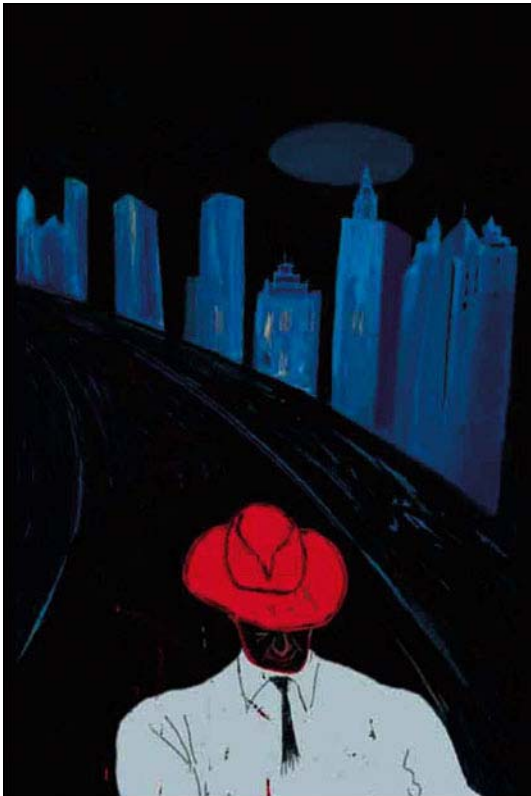
E se si vuole andare un po' più veloci nella visita dell'isola, bisogna usare la bicicletta, come fanno tutti gli abitanti del luogo, grandi e piccini (ci sono solo alcune automobili "vere" ma solo per lavoro). È facilissimo affittare una bicicletta, se si contratta si può avere per 5 euro al giorno. La cosa più incredibile per me è che la puoi lasciare in qualunque punto dell'isola, rigorosamente senza lucchetto, e lì la ritrovi, anche il giorno dopo!

Ho provato una vera e intensa felicità nel girare per questa piccola isola con la bicicletta, la felicità di una bambina che gioca di nuovo libera con un mondo fantastico da scoprire. Percorrere la strada che la attraversa in mezzo alla foresta, prima in salita con la lingua di fuori e poi giù in picchiata per arrivare alle spiagge più belle che abbia mai visto in vita mia e al ritorno fermarci alla bancarella di un abitante del "bosco" per dissetarci con un cocco appena aperto; ricambiare al saluto degli altri abitanti che ti incrociano in bicicletta; e alla fine della strada asfaltata fare un incontro con ... una gentile tartaruga gigante!



Solo a ripensarci sento di nuovo l'emozione e il dolore che ho provato nel lasciare quei luoghi. Ma è valse la pena arrivare ai 50 anni!!

*Cristina Tegon*



Je dois partir.  
 Les hommes qui, à une certaine heure,  
 deviennent des porcs,  
 et les sirènes, m'appellent à leur table.  
 Mais tomber amoureux d'Ulysse !  
 Tu savais à quoi t'en tenir, pourtant.

Adieu

*Devo andare. Uomini che a una cert'ora diventano porci e altre sirene mi desiderano al loro tavolo. Mai innamorarsi di Ulisse.  
 Lo sapevi anche tu.  
 Addio*

## Poiesis

*l'angolo della poesia e dell'arte*

*(a cura di Massimo Habib: maxhab@tiscali.it)*

### OMBRA CALDA

Dietro al respiro  
 nell'ombra calda  
 della bicicletta al sole  
 si nasconde quel fremito  
 che mi parla piano.

E' questo che volevi dire?  
 Di cosa mi volevi parlare....  
 Il tempo ci sarà amico  
 per ancora minuti

poi, quando anche il ferro  
 cederà le sue forze  
 non sarà più tempo  
 di domande e risposte.

Ti guardo, allora  
 ombra sottile  
 caso mai ci sia  
 ancora,  
 qualche dettaglio che mi sfugge  
 e tolga le bende ai miei demoni  
 impazziti  
 che urlano frasi di chi è cieco  
 e no sa indicare  
 la strada.

*Massimo Habib*

### QUELLA CHE NON SEI

Io ti ho vista già, eri in mezzo a tutte le parole che  
 non sei riuscita a dire mai.  
 Eri in mezzo a una vita che poteva andare ma  
 non si sapeva dove...  
 Ti ho vista fare giochi con lo specchio  
 e aver fretta di esser grande  
 e poi voler tornare indietro quando non si può.

Quella che non sei  
 quella che non sei non sei  
 ma io sono qua e se ti basterà  
 quella che non sei, non sarai  
 a me basterà.

C'è un posto dentro te in cui fa freddo  
 è il posto in cui nessuno è entrato mai  
 quella che non sei.

Io ti ho vista già eri in mezzo a tutte le tue scuse  
 senza saper per cosa.  
 Eri in mezzo a chi ti dice "scegli": o troia o sposa.  
 Ti ho vista vergognarti di tua madre  
 fare a pezzi il tuo cognome  
 sempre senza disturbare che non si sa mai.

C'è un posto dentro te che tieni spento  
 è il posto in cui nessuno arriva mai  
 quella che non sei.

Ti ho vista stare dietro a troppo rimmel  
 dietro un'altra acconciatura eri dietro una paura  
 che non lasci mai.

C'è un posto dentro te in cui fa freddo  
 è il posto in cui nessuno è entrato mai.

*Luciano Ligabue*

### RIFLESSIONI SULLA POESIA (a cura di Silvia Lorè - da "Giornata di studi sulla GestaltArt")

Credo che per chiunque scriva poesia valga la  
 riflessione di Jung sull'importanza della trasformazione  
 delle emozioni in immagini; i vissuti emozionali sono  
 infatti a volte così opprimenti da riuscire a travolgere il  
 senso d'integrità dell'individuo. Per potere tollerare



alcune emozioni, esse debbono essere fatte oggetto di una trasformazione creativa che le rende immagini<sup>1</sup>.

Credo cioè che chi scrive poesia lo faccia spesso dietro l'urgenza di emozioni così contrastanti da doversi esprimere attraverso una modalità creativa che, altrimenti, diventerebbe distruttiva.

Questo non significa che per poter scrivere poesia si debba essere "devastati" da intensissime emozioni.

L'esperienza di Jung è considerabile anche soltanto come paradigma di un processo creativo che parte dalle emozioni per arrivare all'immagine poetica. Del resto l'emozione è un tratto che caratterizza universalmente l'uomo e che fa parte del suo essere totale, è una condizione fisiologica interiore che sentiamo, prima di tutto, nel nostro corpo, come il pianto in gola, la stretta al petto, il crampo di paura, il sudore delle mani. Eppure, talvolta, abbiamo difficoltà a sentire effettivamente le nostre emozioni. In alcuni momenti siamo malati di alestitimia. O forse siamo così impegnati a difendere le nostre categorie logiche, i nostri ragionamenti, i nostri "intornismi", da dimenticarci del cuore, o meglio dell' "Anima" che segue logiche sue proprie, più vicine a quella eraclea della coincidenza degli opposti.

Se impariamo a stare nel vuoto, rinunciando all'istanza di una precipitosa ansia ordinatrice e definitiva, riusciremo con più facilità a far emergere dal nostro caos la forma poetica di un'emozione. Il prodotto del processo creativo, la forma della poesia in cui l'emozione è contenuta ed espressa è un oggetto nuovo, una realtà che prima non c'era o che non era ancora visibile perché ancora sommersa, non nata. E' un oggetto autentico e reale che esprime l'atto di consapevolezza del poeta rispetto alle proprie emozioni. Ed è anche un oggetto inedito che, in quanto tale, produce una perturbazione dell'intero campo esistenziale.

Lungi quindi dall'essere mero sfogo, la poesia si costruisce sulla base di un percorso di consapevolezza, di attenzione e osservazione verso i propri vissuti e stabilisce un contatto con essi.

La poesia è l'individuazione della parola, di quella parola che dice ciò che si sta vivendo, che esprime il contatto sperimentato.

Ciò che rende la poesia non soltanto uno strumento di espressione del sé ma anche una forma esteticamente fruibile e artisticamente apprezzabile è l'autenticità del contatto e dell'emozione che la accompagna.

Il percorso che conduce alla forma poetica come artistica espressione di sé implica uno smarrirsi nelle immagini della psiche senza resistenze.

La parola poetica che ciascuno può riconoscere come sua, nata dallo smarrimento, dal vuoto, dall'attesa vigile, dalla sperimentazione che la consapevolezza ci consente di vivere, può esprimere il segno della nostra presenza nel mondo, il senso del nostro vivere, "il capolavoro che siamo" (Zerbetto).

Ma da essa può trasparire anche il senso di un nostro disagio, di una nostra sofferenza.

Quale espressione abbiamo mentre la declamiamo?

Quale suono la nostra voce?

Che fa il resto del nostro corpo mentre la bocca articola i suoni della nostra anima?

C'è armonia tra i due, oppure qualcosa stride, qualcosa indica incongruenza?

Quale difficoltà nel ciclo gestaltico ci indica la nostra poesia?

Quanto ancora dovrò "sbucciare la cipolla" per dire finalmente "è questo!?"

## Witz

*per sorridere un po'*

*(a cura di Germana Erba: Germana.Erba@libero.it)*

### Branchie del sapere

Stavo pensando di fare una cernia fra i vecchi libri

### Sintomatico

Dottore, mio marito ne ha sempre una. Perché vede, lui sodomizza tutto

### Cetacei Esclusi

Divieto di balenazione

### Galateo

De gustibus non est sputante

### Intrigante

Ma oggi lei è veramente sciarpant!

### Protesta

Sono stanca di essere lo zibellino di tutti

### Autocritica

Non ne ho la più squallida idea

### Tic nervoso

Non mi ricordo se devo pagare il tic per la visita specialistica, ho avuto un'amnistia

*(tratti da "Non ne ho la più squallida idea" di Stefano Bartezzaghi)*

<sup>1</sup> "Finché riesco a tradurre le emozioni in immagini, e cioè a trovare le immagini che in esse si nascondevano, mi sentivo interiormente calmo e rassicurato. Se mi fossi fermato alle emozioni, allora sarei stato distrutto dai contenuti dell'inconscio. Forse avrei anche potuto scrollarmele di dosso, ma in tal caso sarei caduto inesorabilmente in una nevrosi, e alla fine i contenuti mi avrebbero distrutto ugualmente. Il mio esperimento mi insegnò quanto possa essere d'aiuto - da un punto di vista terapeutico - scoprire le particolari immagini che si nascondono dietro le emozioni." C.G. Jung, *Ricordi, Sogni e Riflessioni*, BUR, 1998