



CSTG-Newsletter n.40 ottobre 09

della learning community del Centro Studi di Terapia della Gestalt

Sommario

<i>Edit.....</i>	<i>1</i>
<i>Topic</i>	<i>2</i>
<i>Scuola e dintorni</i>	<i>6</i>
<i>Eventi.....</i>	<i>8</i>
<i>Segnalazioni</i>	<i>9</i>
<i>Perls's pearls</i>	<i>11</i>
<i>Risonanze.....</i>	<i>11</i>
<i>Visti e letti</i>	<i>12</i>
<i>Da giornali e riviste</i>	<i>13</i>
<i>Trips and Dreams</i>	<i>16</i>
<i>Fatti della vita.....</i>	<i>19</i>
<i>Poiesis</i>	<i>19</i>
<i>Witz</i>	<i>20</i>



Busto. Museo di Itaca

Edit

Carissimi,
eccoci ad ottobre. Queste giornate ancora calde rendono più morbida la fine dell'estate. Ma i "motori" per il nuovo anno di attività sono già accesi. Molto in sintesi:

- La Scuola propone un appuntamento significativo per il 10-11 ottobre con il Convegno su ansia e panico. Un tema di ... epidemica attualità e sul quale abbiamo avviato un confronto tra modelli diversi

in psicoterapia. Ci onora la adesione di altri Istituti nonché i patrocini di Regione Lombardia e Ordini professionali dei medici e degli psicologi. Mi auguro che coloro che possono, non manchino a questa occasione di confronto e di apprendimento

- E' poi in preparazione il seminario con Suzy Stroke per il quale c'è molta attesa e che del pari raccomando come occasione per dotarci di qualche strumento in più nell'affrontare un tema così complesso e universale come quello delle relazioni intime. Un tema a cui abbiamo dato spazio anche con iniziative in precedenza ed anche quest'anno.

- E' stato definito il programma del Master sul Gioco d'azzardo a cui daranno il loro contributo Colleghi di fama nazionale (e non solo) oltre a coloro che portano avanti insieme a me l'esperienza di Orthos. U programma sperimentale che ha già completato dieci moduli con 106 utenti trattati e che resta a tuttora unico nel suo genere in Italia. il Master si propone di fornire strumenti – e titoli – per sostenere coloro che intendono dedicarsi a questo settore tuttora scoperto di interventi specifici sia in ambito pubblico che privato

- Ringrazio Giuliana Ratti per averci fornito il topic di questo mese, che viene dedicato ad un prezioso contributo di Petruska Clarkson che conosciamo per la sua pubblicazione sul Counseling a orientamento gestaltico ma che denota uno spessore culturale di ampio respiro che potrete apprezzare in queste pagine. Personalmente condivido a pieno la sua affermazione, in premessa, circa la scarsa consapevolezza di molti gestaltisti sulla ricchezza del patrimonio epistemologico della gestalt che giustifica il ricorso, a mò di protesi sostitutiva, ad altri modelli. Gli interessanti riferimenti di Patruska ad Eraclito, per citarne uno, evidenziano un background implicito che è ancora tutto da esplorare ed acquisire consapevolmente

- I tibetani sono partiti! Lo dico con sollievo perché l'organizzazione del seminario su Democrazia e partecipazione di cui ho dato ampia informazione (anche troppa a detta di alcuni ...) ha comportato un impegno di tempo ed energie davvero notevoli. Sprecate? Spero di no. Ma lo dirà il tempo. Resta la bella sensazione di aver incontrato 15 studenti in esilio che si stanno impegnando per trovare quelle vie di legittimità per poter riavere un giorno il loro paese attualmente usurpato da una potenza egemone e straniera. Come non provare solidarietà se solo pensassimo che una tale condizione fosse la nostra? Ad una generica solidarietà umana si tratta poi di



chiederci come far seguire una azione concreta di sostegno. Tale prospettiva si riassume nel Free Tibet Manifesto che è consultabile sul sito www.worldactiontibet.org che prego (davvero ...) di firmare se condiviso. L'adesione di molti enti come province e comuni di grandi città italiane, come di università mi lascia sperare che questa iniziativa possa dare seguito ad una azione di consenso di più ampia ed efficace visibilità in Italia ... e non solo.

- In fatti della vita, abbiamo anche notizia di genitori di "nostri" che se ne sono andati. La nostra più sincera partecipazione per quest lutti ed un grazie per averci resi minimamente partecipi di questi vissuti

- Le foto accompagnano il resoconto della Periegesi di quest'anno. Mi auguro che possano dare almeno lontanamente il sapore del fascino di questi luoghi

Riccardo Zerbetto



Itaca

Topic

Petruska Clarkson, Ph.D (31 ottobre 1947-21 maggio 2006)

Petruska Clarkson una della più importanti figure della Gestalt Therapy in Inghilterra è deceduta ad Amsterdam il 21 maggio 2006

Questo articolo apparso nel XX Volume, N.2 Del Gestalt Journal, si basa su una presentazione della Prima Conferenza Internazionale di Gestalt, "A Global Vision: Taking Gestalt Therapy into the 21st Century" che si è tenuta a Cambridge Massachusetts dal 6 al 10 novembre 1996 a cui ho avuto la fortuna di partecipare.

Consiglio a tutti la lettura di questo articolo, ricco di spunti, polemico, profondo, così come è stata nella sua breve vita Petruska ed in particolare ne suggerisco la lettura attenta a chi continua ancor oggi a credere che la gestalt sia "la sedia vuota o la sedia calda".

Ringrazio Annamaria Negri, allieva del secondo anno counseling, che con me ha dedicato parte del

suo tempo al fine di rendere fruibile l'articolo a chi non conosce l'inglese.

Giuliana Ratti 22 settembre 2009

L'inizio della Gestalt

La vita si realizza tramutando la tensione in sentimenti responsivi e in attività creative in cui l'aver non è eliminato, ma è assimilato all'essere, in cui l'uno e l'altro diventano Io e Tu; in cui la scienza è integrata alla metafisica; in cui l'autonomia (la gestione degli affari propri) è trascesa nella libertà che è partecipazione; in cui il mio corpo e il mondo con cui è consustanziale, e che amplia e moltiplica i suoi poteri, è il luogo dove io do la mia testimonianza all'Esistere.

(Marcel 1952, pag. 66)

Iniziare l'inizio

È stato detto troppo spesso che la Terapia della Gestalt soffre di una mancanza di teoria. Allo stesso tempo essa ha messo radici in applicazioni esperienziali e cliniche in tutto il mondo. Io stessa ho insegnato Gestalt in Italia, Russia, Scandinavia, Irlanda, Inghilterra e Sud Africa; e studenti di molti altri paesi, compresi Giappone e Giamaica, hanno studiato con me a Londra. Affrontando questo problema della mancanza di teoria mi sono imbattuta in due polarità. Una è quella di introdurre – attraverso importazione, introiezione o integrazione – concetti, idee, teorie da altri campi e altre discipline, spesso assai lontane dal nucleo centrale, sia filosofico, sia culturale, della Gestalt, in tal modo, a mio avviso, minacciando l'integrità dell'approccio gestaltico. Questa tendenza è esemplificata in ciò che qualcuno ha chiamato la *sindrome della "Gestalt e..."* – la *Gestalt e il lavoro sul corpo, la gestalt e l'aromaterapia, la Gestalt e la relazioni oggettuali*. Ad ogni modo, come ho scritto in CLARKSON 1989, ho seri dubbi che la procedura appena descritta sia un modo di arricchire la Gestalt. È un po' come fornire un membro artificiale a una persona che non ne ha bisogno. Come se i gestaltisti non abbiano sviluppato o non possano sviluppare una teoria e metodologia sufficiente a partire da ciò che già esiste nella Gestalt. In qualche modo la gestalt verrebbe 'salvata' da un'aggiunta psicoanalitica sullo sviluppo infantile o da un'iniezione di DSM psicodiagnostico. Ritengo che le tendenze attuali nella Gestalt abbiano raggiunto il loro opposto enantiotropico (corsa – *dromos* all'opposto – *enantios* n.tr). Per un futuro prossimo si potrebbe immaginare tanto un ritorno al più antico quanto una direzione verso la novità assoluta, non come vuota coazione a ripetere, quanto piuttosto come atto intenzionale di ricreazione.

Io credo che esista un gran numero di libri, fonti, teorie e approcci che condividono i principi filosofici e metodologici centrali della Gestalt. Andrebbero riconosciuti come libri di testo della Gestalt poiché appartengono al quadro della Gestalt più che a qualsiasi altro. Sto pensando, ad esempio, al lavoro del fenomenologo Merleau-Ponty (*La fenomenologia*



della percezione, 1945), Marcel (1952) e Minkowski (*Temps vecu*, 1943). Una discussione esaustiva di ciò dovrà attendere un'altra occasione. Tuttavia posso dire che il pensiero della Gestalt abbraccia una tradizione lunga 2500 anni, dall'inizio della tradizione occidentale alle attuali frontiere dell'indagine scientifica del mondo attuale, senza soluzione di continuità. Mi pare che questi due estremi costituiscano, dall'uno all'altro, un intero ciclo di contatto a partire dagli antichi testi presocratici di Eraclito fino ai moderni interpreti della fisica quantistica e della teoria del caos quali Capra (1978), Zohar (1990), Bohm (1980/1984), Gleik (1989), Briggs e Peat (1989). Non sono così fitti da far l'effetto di una parrucca atta a coprire un'intera testa di capelli, eppure paiono proprio l'articolazione dell'ordine implicito nella Gestalt, così come un'improvvisazione di Paganini è capace di esprimere al massimo la vera bellezza del tema senza distruggere l'integrità dell'opera d'arte.

Penso che la Gestalt sia la teoria psicologica e terapeutica che sopravviverà ai necessari mutamenti di paradigma del XX secolo. È la psicoterapia intrinsecamente più compatibile e più potenzialmente conforme alle scoperte derivate dalla teoria quantistica e dalla teoria del caos. Affondando le sue radici nelle prime brume della filosofia occidentale, la Gestalt ha già provato di saper durare. Ricordate che Perls diceva di aver "scoperto la gestalt, di non averla inventata". La Gestalt non sopravviverà se correrà come un querulo cagnolino da salotto dietro le gonnelle della psicoanalisi che Perls aveva ritenuto così carente, o se si deformerà in una parodia di quello che è più facile rifilare alla mutua.

Ritengo che una radicale revisione e l'assunzione della capacità di abbracciare il paradosso propria del clima postmoderno con il quale ci confrontiamo sull'orizzonte concettuale, culturale ed esperienziale attuale siano senza dubbio altamente compatibili con la Gestalt come approccio psicoterapeutico e organizzativo.

Altri parleranno degli esiti, io voglio parlare delle origini/ dell'esordio.

L'inizio della Gestalt – La spinta verso l'integrità

Le mie origini sono state in Sud Africa. Sono nata là, all'ombra delle montagne che circondano Pretoria, da genitori dei quali gli antenati e le antenate erano sfuggiti alle persecuzioni religiose dell'Europa della Controriforma. I miei genitori chiamavano il generale Smuts "Oom Jannie" ("Zio Jannie") – un termine affettuoso per l'ultimo primo ministro precedente l'apartheid, un re filosofo e guerriero, un gigante intellettuale e spirituale, e l'architetto di ciò che sarebbe divenuto Nazioni Unite.

Smuts è stato il fondatore della filosofia olistica. Il suo libro più importante si intitola *Holism and Evolution* (Smuts 1926/1987). L'Olistismo è permeato dall'atmosfera intellettuale e spirituale di quel luogo e quel tempo. Fritz e Laura Perls, com'è noto, fuggirono in quest'area del Sud Africa quando il popolo tedesco divenne ostile agli Ebrei. Perls diede per sottotitolo al suo libro *Ego, Hunger and Aggression (l'io, la fame e l'aggressività)* le parole «L'inizio della Terapia della

Gestalt» (1969). (Questa, naturalmente, fu un'interpretazione successiva, nell'edizione della Random House, dopo che la Gestalt aveva già cominciato ad essere accettata come metodo psicoterapeutico). Non era solo un'elaborazione della psicoanalisi, era anche un attacco e un rifiuto dei suoi dogmi più rispettati. Il primato e la preminenza venivano in quel libro accordati all'Olistismo.

Il risultato finale è che questo è un universo onniproduttivo; che il carattere fondamentale di questo universo è l'attività di produrre unità intere, anzi unità intere sempre più complesse ed avanzate; e che l'evoluzione dell'universo inorganico e organico non è altro che la prova di quest'attività di produzione di unità intere nel suo progressivo sviluppo.
(SMUTS 1926, p. 426)

Fritz e Laura portarono con loro la psicoanalisi, ed essa si fuse, nel loro pensiero e nella loro pratica, con l'Olistismo di Smuts. A tal punto che nel loro libro la prima sezione, che tratta dei fondamenti filosofici, è intitolata Olistismo e psicoanalisi. Perls poi aggiunse una seconda sezione per esporre la sua concezione della centralità dell'aggressione mentale nella vita psichica, e la chiamò *Metabolismo mentale*. Chiamarono «Terapia della concentrazione» il metodo di psicoterapia che avevano sviluppato.

Ora noi sappiamo che questa sarebbe diventata la terapia della Gestalt, la terapia delle Unità intere, la prima e forse l'unica terapia olistica. Perls aveva dato per scontato che tutti quelli che lo leggevano avessero letto anche Smuts; questo è un altro fattore che contribuisce alla difficoltà di comprendere il libro di Perls.

Quando Perls, Hefferline e Goodman scrissero che «la concentrazione è il sintomo per eccellenza di un olistismo efficace» (1977, p. 64), essi intendevano che attraverso questo metodo di concentrazione, ora chiamato Gestalt, l'energia poteva essere ritirata dai propositi distruttivi contro le persone e le città, ed essere usata invece per la crescita e lo sviluppo – come Smuts aveva inteso originariamente.

Naturalmente, quando passiamo da Smuts a Perls, Hefferline e Goodman, troviamo che l'olismo di cui abbiamo parlato è un processo di sintesi creativa. Le unità intere non sono statiche, ma evolutive, creative ed in continuo stato di flusso eracliteo. Perls, Hefferline e Goodman sembra che avessero compreso ciò quando scrivevano «Ma in effetti ogni stadio successivo è una nuova unità, che opera come unità con la sua espressione vitale che vuole completare come completa unità; non si preoccupa di cercare un "equilibrio in generale"» (p. 450).

Per parecchi anni ho evidenziato il concetto che per Eraclito ogni cosa è un'unità (e. g. 1991b). Nel mio articolo del 1994 intitolato *2500 anni di Gestalt: da Eraclito al Big Bang*, assumevo Eraclito come padre della Gestalt, trovandosi in lui intatte e ancor vive molte delle idee che appartengono al *corpus* della Gestalt. Eraclito era un filosofo greco di Efeso che visse all'incirca tra il 546 e il 479 a. C. (RINES 1966, p. 124). Tramite il canone eracliteo troviamo molte



affermazioni e riaffermazioni dell'idea che ogni cosa è essenzialmente un'unità o una Gestalt. Ad esempio:

Conessioni:
intero e non intero,
convergente divergente,
consonante dissonante:
e da tutte le cose l'uno
e dall'uno tutte le cose

L'inizio all'inizio/ Gli esordi all'esordio – L'inizio come chiamata a raccolta del contatto creativo e pro-sociale

La forza unificante di ogni fenomeno di vita che Eraclito suggerisce è la *physis*. L'acqua del fiume simboleggia l'unica *physis* o forza vitale. La *physis* fu menzionata per la prima volta dai Greci presocratici come una forza della natura generalizzata (GUERRIÈRE 1980). Venne concepita come fattore di guarigione nella malattia, movente energetico di crescita ed evoluzione e forza motrice nella *psyche* individuale e collettiva (CLARKSON 1991, 1996). La *physis* può essere concepita come forza vitale, o *slancio vitale*, che è il termine che Perls e i suoi colleghi usano.

Ora di norma l'*élan vital*, la forza vitale, si rafforza col percepire, l'ascoltare, l'esplorare, il descrivere il mondo – com'è il mondo lì. Ora questa forza vitale per prima cosa mobilita il centro se uno ha un centro. E il centro della personalità è quanto si è soliti chiamare l'anima: le emozioni, i sentimenti, lo spirito.
(PERLS 1969, p. 64)

Si noti che anche per Perls la forza vitale *si rafforza e descrive* a partire dal centro. In Perls, Hefferline e Goodman l'importanza di enfatizzare come la creatività sia l'attività centrale dell'ego sano o olistico può certamente andare cercata nel lavoro di Otto Rank. In effetti, Goodman, artista lui stesso, definisce il principale lavoro di Rank, *Art and Artist* come "superiore ad ogni possibile elogio".

Quando chiesi a Isadore From circa la difficoltà a capire PERLS, HEFFERLINE E GOODMAN che molti Gestaltisti in tutto il mondo riferiscono di avere, egli spiegò che era perché non avevano letto Otto Rank. Senza una comprensione del progetto di Rank, questo fondamentale lavoro di Perls rimane oscuro. Così come Perls non pensò che qualcuno potesse non sapere dell'Olistismo di Smuts, Goodman non immaginò che generazioni di Gestaltisti si sarebbero cimentati col suo testo ignorando la rivoluzionaria frattura di Rank da Freud a proposito dell'origine e della natura della creatività. Pertanto, chiunque blandamente propugni un ritorno alla psicanalisi per "conferire alla Gestalt più teoria" ha completamente perso di vista il punto essenziale della Gestalt.

Rank (1946) si staccò radicalmente dalla concezione freudiana della natura dell'ego, io e superio perché essa non dava spiegazioni sufficienti riguardo gli individui creativi e la personalità creativa. Egli sviluppò l'idea della volontà come elemento rappresentativo del potere creativo primario, la forza

che si può trovare negli individui creativi – simile alla *concentrazione* della consapevolezza nella Gestalt.

La comprensione psicologica del tipo creativo e del suo fallimento nel nevrotico ci insegna pertanto a dar valore all'ego, non solo come campo di battaglia degli impulsi (id) e delle repressioni (super-ego), ma anche come latore consapevole di una forza emergente, cioè come rappresentante autonomo della volontà e dell'impegno etico nei termini di un ideale di sé costituito.
(Rank 1946, pag. 5).

Freud vede la creatività come sublimazione; Rank la vede come centrale. In effetti la nevrosi è una sorta di creatività, ma essenzialmente il fallimento della creatività – «l'universale istinto creatore in natura che può produrre cristalli minerali e allo stesso modo ornamenti primitivi» (p.94) e "l'urgenza creativa primaria dell'individuo per trasformarsi da creatura in creatore" (pag. 219)

Creare significa:
iniziare
protestare
essere aggressivi

La creatività è un atto di aggressione, un *andare verso* (*reaching out*) il vuoto non solo per creare un'opera d'arte, ma anche per creare o co-creare una relazione con un altro. La creatività implica la relazione (Zinker, 1978). Tutte le relazioni implicano co-creazione – sia nella scienza che in amore (Clarkson 1996a, Ribeiro in Clarkson 1997). Questa è la polarità stereotipata abbastanza contraria (e molto meno conosciuta) della preghiera gestaltica di Perls: di nuovo, un fatto tanto conosciuto e profondamente compreso, che pensarono di dover esasperare il suo opposto.

Abbiamo faticato a mostrare che nell'organismo, prima ancora che esso possa essere chiamato una personalità, e nella formazione della personalità, i fattori sociali sono essenziali... La fondamentale natura sociale dell'organismo e la formazione della personalità – le cure parentali e la dipendenza, la comunicazione, l'imitazione e l'apprendimento, le scelte amorose e le relazioni, le passioni per simpatia e antipatia, l'aiuto reciproco e certe rivalità – tutto ciò è estremamente conservativo, è qualcosa cui si può resistere, ma è inestirpabile. E non ha alcun senso pensare ad un organismo che possieda bisogni istintivi antisociali, cioè opposti alla sua natura sociale.
(Perls Hefferline and Goodman 1951, p. 433)

Certamente l'esistere non è privo di lotte e conflitti. Eraclito dice che «la guerra è il padre di tutto» (Khan 1987, p. 67). Certamente l'aggressione creativa dell'individuo verso la vita è rilevabile nella relazione tra l'individuo creativo e la collettività (Roseblatt, 1995).



Siamo esseri filo-sociali alla ricerca di relazioni, eppure questo è anche paradossalmente impossibile senza il fertile raggiungimento dello stato di individui distinti, che poi diventano i pionieri e le vittime di questa immortalità collettiva, che lo vogliono o no.

(Rank 1989, pag. 421)

Pertanto ciò ha che vedere con una separazione conflittuale dell'individuo dalla massa, separazione intrapresa e continuata ad ogni passo dello sviluppo verso il nuovo, processo che vorrei designare come l'incompleta nascita dell'individualità. Poiché la completa evoluzione dall'impulso cieco attraverso la volontà conscia, alla consapevole conoscenza di sé, sembra ancora in qualche modo corrispondere ad un esito continuo di nascite, rinascite, e nuove nascite, che si estendono dalla nascita del bambino dalla madre, oltre alla nascita dell'individuo dalla massa, fino alla nascita del lavoro creativo dell'individuo e infine alla nascita della conoscenza dal lavoro. (Rank 1946, pag. 12)

Questo rispecchiamento dell'interazione creativa e destrutturante tra le forze della vita e quelle della morte nell'universo e all'interno dell'individuo, tra l'individuo e il gruppo, trova una metafora nella nozione del *frattale* (Clarkson). Il frattale, un concetto derivato dalla teoria del caos, è una metafora immensamente fruttuosa a cui ricorrere in Gestalt oggi. Il termine *frattale* fu coniato da Mandelbrot (1974) per descrivere il fenomeno della ripetizione di un modello – l'intero che si ripete in ogni singolo frammento, mosso vicendevolmente in un movimento a spirale diretto all'evoluzione creativa.

Uno dei molti corollari dell'apprezzamento della natura ciclica dei fenomeni è la percezione del vuoto – lo spazio-abisso. Esso può essere fertile o futile secondo Perls, ma è sempre una tappa ricorrente nel movimento perpetuamente ciclico. È dal vuoto che emerge il nuovo; fu nella tenebra più profonda che Mosé trovò Dio; ed è quando ci lasciamo più completamente andare nella vacuità che la pienezza può cominciare a sorgere. Il recente entusiasmo scientifico alla scoperta che il mondo da noi conosciuto emerge con un "big bang" dal vuoto (Davies 1992, ad esempio) ricorda l'esperienza umana di un'intuizione improvvisa, uno slittamento figura/sfondo, un capovolgimento o enantiodromia¹ che oblitera un mondo fenomenologico e ne fa nascere un altro.

Come la morte, è inevitabile, eppure gli esseri umani tanto spesso cercano di evitarla. Sono convinta che se soltanto avessimo il tempo di insegnare al genere umano un insieme di abilità prima di autodistruggerci, non sarebbero le abilità lineari di fare prodotti migliori, ma piuttosto le abilità cicliche di navigare gli infiniti cambiamenti nelle nostre vite e nei nostri mondi. Considero inoltre che tra queste l'abilità più importante sia la comprensione del vuoto insieme

alla capacità di trasformare le nostre malintese esperienze del vuoto come abisso in nuovi inizi: di nuovo, di nuovo, di nuovo. Penso che queste siano le lezioni ora più preziose per il nostro pianeta e specialmente per i nostri grandi sistemi e per le nazioni come la Russia, il Sud Africa, l'Europa e per molte organizzazioni che si trovano ad affrontare futuri sempre meno prevedibili e sempre più caotici (Clarkson 1995c).

Cominciare sempre

Per riassumere, Perls, Hefferline e Goodman (1951) identificarono quattro punti di rilievo nel loro lavoro:

- Fare attenzione all'esperienza, diventare consapevoli, concentrarsi sulla situazione attuale
- Preservare l'integrità, l'interrelazione tra fattori socioculturali, storici e animali/fisici
- Sperimentare
- Promuovere la creatività

Eraclito dice (e anche Perls dice) che non ci immergiamo mai due volte nello stesso fiume, e che il sole è nuovo ogni giorno. Io credo che debba essere così anche per la Gestalt.

Su coloro che stanno
Muovendo passi negli stessi fiumi
Scorrono acque diverse e ancora diverse²

Per Eraclito il cambiamento o l'evoluzione avviene secondo un ritmo ciclico, stabilito. «Il ciclo è la riconciliazione compattamente esperienziale della permanenza e della degenerazione. L'uomo bandisce o il ciclo o il tutto» (Eraclito in Guerrière 1980, pag. 89). È chiaro da questa citazione che Eraclito apprezzava la necessità di far rientrare nella realtà esperienziale la nozione che strutturare e destrutturare sono inevitabilmente connesse in una configurazione ciclica. Questo ciclo incapsula in una forma metaforicamente archetipica la vera natura dell'umana esistenza nella sua interezza per come essa esiste in uno stato di flusso perennemente ricorrente. Ciò che era giusto ieri potrebbe essere proprio la soluzione sbagliata per i problemi di oggi, e così *ad infinitum*.

Il ciclo della formazione e distruzione delle Gestalt è perciò rimasto, a partire da Eraclito, una intrinseca codificazione della natura ciclica del cambiamento degli "evolativi interi umani". Contrariamente ad alcune idee della psicoanalisi che enfatizza soltanto l'omeostasi, la Gestalt riconosce la necessità, per gli esseri viventi, di creare squilibrio, e di spingersi verso il cambiamento evolutivo o creativo, e riconosce l'attività destrutturante come una parte necessaria dell'adattamento creativo o della trasformazione creativa. E questo si deve applicare anche alla nostra teoria (Wolt e Ingersoll 1991). Gli individui, la pratica e la teoria della Gestalt passeranno sempre attraverso fasi cicliche. In ciò sta la nostra salvezza e il nostro

¹εναντιοδρομία = corsa in direzione opposta (n.d.t.)

² Eraclito in Guerrière 1980, pag. 104.



modo di ricominciare sempre creativamente ancora, ancora e ancora.

Ciò comporta un'attitudine di *sempre nuovo*, specialmente nei confronti di ciò che ci è familiare. Va ricordato anche che sia Rank sia Goodman (Stoer, 1991) erano poeti. Qui c'è il frammento di una poesia di 800 anni fa composta dal padre del movimento sufi, ad illustrare l'universalità della Gestalt:

Dimmi: c'è forse una benedizione
che non escluda qualcuno?
Cosa spartiscono gli asini e le mucche
con i nostri elaborati desserts?

Ciascuna anima ha bisogno di un
nutrimento diverso,
ma renditi conto se il tuo cibo è
accidentale
e abituale o se è qualcosa
che nutre la tua vera natura.

Può essere, come quelli che mangiano
argilla, che gli esseri umani
abbiano dimenticato quale sia il loro cibo
originario.
Può essere che nutrano le loro malattie.

Un assaggio fatto senza argenteria
E <un altro> senza gola. L'uno viene giù
dal cuore stesso della Forza Vitale.
L'altro
è polvere spazzata via dal tappeto.

Ma possiamo ricevere nutrimento
da chiunque incontriamo. Ogni rapporto
è cibo. Un pianeta si avvicina a un altro
pianeta
e su entrambi questo ha un effetto.

L'uomo si accompagna alla donna,
e nasce un bambino! Il ferro incontra la
pietra,
e crea la scintilla.

La pioggia imbeve la terra, e appare
erba tenera.
Quando cose fresche e nuove vengono a
contatto con le persone,
ci saranno risa e danze,
e ciò farà nascere cose buone e
generose.

Quando usciamo, i nostri appetiti si
fanno sentire più netti.
Dal sole provengono visi arrossati. Quel
rosso-rosato
è il colore più bello del mondo.
Attraverso questo correre insieme, il
mondo, da potenziale
diviene attuale. La vita al posto del puro
essere-vivi.

Non preoccuparti di avere dieci giorni di
celebrità qui.

Ruota con me attorno al sole che è
sempre nuovo e non tramonta mai.

Il lavoro non può essere separato da
chi lo compie.

Tradotto dall'inglese da Annamaria Negri e Giuliana Ratti

*(il testo integrale dell'articolo è disponibile in
www.psicoterapia.it/cstg Forum - Area Allievi- Articoli)*



Laguna di Missolungi

Scuola e dintorni

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

MASTER BASE GAP

Gioco d'azzardo Patologico

Direttore Scientifico

Prof. Riccardo Zerbetto

SEDI

Via Mercadante, 8 – 20124 Milano

Tel. 02/ 29408785

Sede attività residenziali: Loc. Noceto – 53010 Ville di Corsano (Siena)

Sede Legale: Via Montanini, 54 – 53100 Siena - Tel/ fax 0577/ 45379

COORDINATORI:

Giovanna Puntellini

Tel. 393. 9335069

e- mail: giovannapuntellini@yahoo.it

Rosa Versaci

Tel. 349. 7843623

e- mail: rosa.versaci@alice.it

FINALITA' DEL CORSO

Il corso si pone come finalità la formazione di personale qualificato nella gestione della relazione in ambito di dipendenza da gioco d'azzardo patologico. Il progetto Orthos che si occupa esclusivamente della patologia del gioco d'azzardo compulsivo, dopo l'esperienza acquisita nel corso degli anni nell'affrontare il dilagante problema, in collaborazione con



CSTG– Centro Studi di Terapia della Gestalt, offre una formazione altamente qualificata per operatori che vogliono approfondire questa tematica.

DESTINATARI

Possono iscriversi: psicoterapeuti, psicologi, counselor, assistenti ed animatori sociali, educatori, allievi in formazione delle scuole di psicoterapia e counseling, amministratori di sostegno, avvocati. Sono ammessi a partecipare anche volontari che operano nel settore, previo colloquio di ammissione. Il corso prevede un numero di partecipanti compreso tra 12 e 20.

DURATA: 250 ore

Il corso verà così strutturato:

- 50 ore di teoria suddivise in sei giornate e 150 pagine di documentazione specialistica sull'argomento
- 120 ore di tirocinio pratico esperienziale
- 20 ore di accompagnamento utenti post residenziale
- 30 ore convegni e ricerca
- 30 ore di supervisione

DOCENTI

Prof. Riccardo Zerbetto, Psichiatra, Psicoterapeuta Gestalt, Direttore Centro studi Terapia della Gestalt-CSTG, già docente inc. di psicopatologia Università degli studi di Siena.

Mauro Croce, Psicologo, Psicoterapeuta, Criminologo

Donatella De Marinis Psicologa, Psicoterapeuta Gestalt, Direttore Centro studi Terapia della Gestalt-CSTG

Daniela Capitanucci, Psicologa, Psicoterapeuta

Giuseppe De Felice, Psicologo, Psicoterapeuta Gestalt e Bionergetica

Craudio Dal Piaz, Psicologo, Psicoterapeuta Gestalt

Giovanna Puntellini, Counselor Gestalt

Rosa Versaci, Psicologa, PhD, Psicoterapeuta Gestalt

Eduardo Santilan, Counselor, Sociologo

Arcangela Margollicci, Counselor Gestalt

Marie Ange Guisolaine, Counselor Gestalt

Fulvia Prever, Psicologa, Psicoterapeuta Ser.T Milano

Giammaria Zita, Psichiatra, Psicoterapeuta Ser.T Milano

MODELLO DI RIFERIMENTO

Il corso utilizzerà due modelli di riferimento reciprocamente connessi: la gestalt e la filosofia del progetto Orthos.

La Gestalt in quanto "approccio alla psicoterapia nonché come stile di vita" (R. Zerbetto, 1998).

La filosofia di Orthos di non demonizzare di per sé un'inclinazione al piacere, quanto l'importanza di contestualizzare all'interno di una costellazione di valori e non di disvalori tale legittima aspirazione dell'essere umano.

VALUTAZIONE

Per ottenere la certificazione di fine corso è prevista una verifica finale che consiste in una sessione di due ore di valutazione teorico esperienziale.

ATTESTAZIONE

Veranno rilasciate due attestazioni distinte:

A– Per Psicologi, Psicoterapeuti, Counselor, Educatori, Medici, Operatori con titoli in scienze umane e dell'educazione: certificato di dichiarazione delle competenze come operatore del settore;

B– Per Volontari, Avvocati, Animatori Sociali,: attestato di frequenza.

COSTI

La quota di partecipazione è di euro 500+ 20% IVA e 100 euro iscrizione. La quota di partecipazione avverrà versata in due rate:

1– iscrizione euro 100 e prima rata euro 300+ IVA da versare entro e non oltre il 20.10.2009

2- rata euro 200+ IVA da versare entro e non oltre il 10.01.2010

Indicazioni sulla supervisione verranno fornite su richiesta

dei partecipandi, valutando il singolo caso.

BIBLIOGRAFIA

Zerbetto, Croce M., a cura di (2002). Il Gioco & l'azzardo. Franco Angeli ed.

Lavanco, Croce, Lo Re, Varveri, Zerbetto (2001). Psicologia del gioco d'azzardo. Mc Graw Hill ed.

Caretti, La Barbera,(2005). Alessitimia. Astrolabio ed.

Cos'è ORTHOS?

L'associazione Orthos si propone come scopo principale lo studio e la ricerca applicata nel campo della terapia della dipendenza da gioco. Per il raggiungimento dello scopo si avvale di psicoterapeuti, counselor, esperti in comunicazione, esperti in economia e finanza, formatori,ricercatori sociali, ludoterapeuti, operatori culturali, educatori, medici generici e specialisti.

Il responsabile scientifico e supervisore del programma è Riccardo Zerbetto, psichiatra e psicoterapeuta.

ORTHOS è un programma intensivo di psicoterapia di gruppo in ambito residenziale che si struttura come percorso di crescita legato alla valorizzazione delle persone e all'approfondimento delle aree di criticità.

Orthos prevede un trattamento di tre settimane ed un lavoro full immersion estremamente strutturato in ambito residenziale. A questa fase seguono incontri brevi di richiamo e approfondimento delle tematiche eesidue e/o sopravvenute.

Il programma è giunto alla sua X edizione con oltre 100 utenti. Per maggiori informazioni visita il sito:

www.orthos.biz

La locandina è disponibile sul sito

www.psicoterapia.it/cstg menù News

➔**Suzana Stroke sarà ospite docente del CSTG con il seguente programma:**

Relazioni e Personalità

Seminario teorico-esperienziale

Milano 6-7-8 novembre 2009

orari:

venerdì 6 dalle 18 alle 22,

sabato 7 dalle 10 alle 14 e dalle 16 alle 20,



domenica dalle 10 alle 14

Il seminario affronterà i seguenti temi:

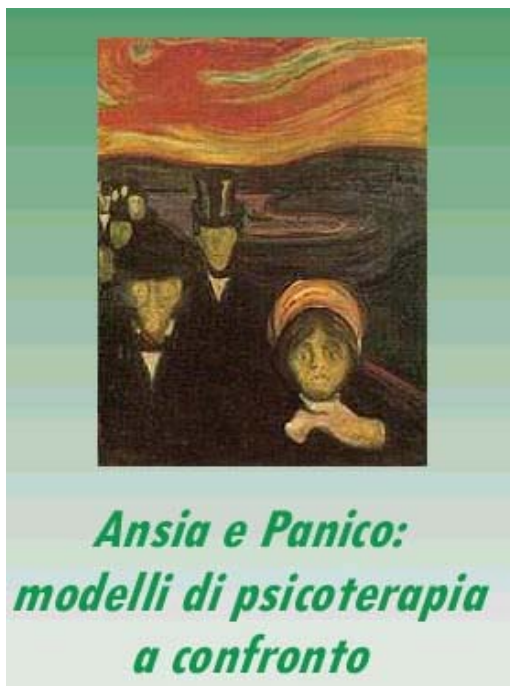
- Come il carattere mi impedisce relazioni più amorevoli
- Come il carattere impedisce la mia evoluzione personale

Obiettivi

- Sviluppo della capacità di vedere i nuclei più centrali del carattere proprio e dell'altro
- Maggior contatto con la percezione ed accettazione di se stesso e dell'altro
- Contatto con l'essere essenziale
- Fornire strumenti metodologici e teorici di integrazione alla relazione d'aiuto.

Il seminario è teorico-esperenziale, con esercizi di self-insight, comunicazione e condivisione sistematica, esperienze individuali e di gruppo.

Eventi



CONVEGNO: "ANSIA E PANICO: MODELLI DI TERAPIA A CONFRONTO"

organizzato da: CSTG in collaborazione con Studio Associato Metafora, EMDR Italia, Centro Berne, Iserdip e Società Italiana di Medicina Ayurvedica

10-11 Ottobre 2009

Starhotels Ritz

Via Spallanzani, 40— Milano

RELATORI:

Fabio RICARDI, Yaro STARAK, Rosa VERSACI, Riccardo ZERBETTO, Gherardo AMADEI, Vincenzo D'AMBROSIO, Donatella DE MARINIS, Paolo DOSSENA, Isabel FERNANDEZ, Valter MADER, Giovanni MONTANI,

Antonio MORANDI, Michele MOZZICATO, Michela PARMEGGIANI, Pietro PETRIGLIERI, Giuliana RATTI

La brochure e la scheda di iscrizione sono scaricabili da:
www.psicoterapia.it/cstg voce di menù News.

→A.GIT.A. - Associazione degli ex giocatori d'azzardo e delle loro famiglie – Campoformido (UD)

CARITAS DIOCESANE DEL FRIULI-VENEZIA GIULIA

[Concordia - Pordenone, Gorizia, Trieste, Udine]

CONSULTA NAZIONALE ANTIUSURA o.n.l.u.s. - Bari

Con il patrocinio di:

Regione Friuli Venezia Giulia - Provincia di Udine -

Comune di Campoformido - Alea - SIP.Dip. - CoNaGGA

- Progetto Salute Campoformido - Cultura Nuova

Con il sostegno di:

Fondazione Cassa di Risparmio di Udine e Pordenone

Imagazine Gorizia

4° CONVEGNO NAZIONALE

LA TERAPIA DI GRUPPO NELLA DIPENDENZA DA GIOCO D'AZZARDO DOPO UN LUNGO PERCORSO TERAPEUTICO. VALUTAZIONI DI PSICOTERAPEUTI E RIFLESSIONI DI EX GIOCATORI D'AZZARDO E LORO FAMILIARI.

DOMENICA 11 OTTOBRE 2009 – ORE 9:00

CENTRO POLIFUNZIONALE - SALA CONSILIARE DEL COMUNE DI CAMPOFORMIDO (UD)

Segreteria organizzativa: A.GIT.A. - Campoformido (UD)

telefono: 0432 72 86 39

e-mail: agita@sosazzardo.it

sito internet: www.sosazzardo.it

→L'Ufficio Scolastico Provinciale di Varese, il Forum Provinciale Genitori, l'Age di Cuveglio nell'ambito delle iniziative previste in occasione della "GIORNATA EUROPEA SCUOLA FAMIGLIA E SOCIETA' 2009"

organizzano l'incontro pubblico:

**SCUOLA FAMIGLIA E SOCIETÀ PER UNA CULTURA EDUCATIVA
azioni e sinergie educative nel territorio
varesino**

mercoledì 21 ottobre 2009 dalle ore 17.30 alle 23.00 presso la Sala comunale polivalente, Piazza Marconi a Cuveglio

L'incontro è rivolto a genitori, docenti, educatori e volontari con l'intento di promuovere il patto educativo di corresponsabilità tra scuola, famiglia e agenzie educative del territorio.

Per informazioni: FORUM Genitori A.ge Cuveglio-cell.3478026181- mail agecuveglio@box.it



→ **Convegno: "Percorsi di cura nel servizio di etnopsichiatria. La gestione del paziente straniero nel Dipartimento di Salute Mentale".**

12 ottobre dalle 9.00 alle 13.00

Accreditamento ECM-CPD, crediti formativi 3

Ospedale Niguarda Cà Granda

Aula Unità Spinale

www.ospedaleniguarda.it

→ **Mindfulness in Pratica**, Associazione per la diffusione della consapevolezza nella vita quotidiana, nell'educazione, nella società, nella medicina, nella psicoterapia

propone

MBSR Mindfulness-Based Stress Reduction Program

Come ridurre la sofferenza psicofisica mediante la pratica della mindfulness

Programma: 8 incontri serali con frequenza settimanale (ore 19.45 - 22.15) e una full-immersion (ore 10.00 - Primo incontro: martedì 6 ottobre.

Full-immersion: sabato 21 novembre.

Sede incontri: Centro Feldenkrais, Via Frua, 8 - Milano (MM De Angeli).

Per ulteriori informazioni e per prendere

appuntamento per l'incontro orientativo:

email mindfulnessinpratica@yahoo.it -

tel.mob.331.7002522

→ **CONGRESSO F.I.A.P. 2010**

"Il nostro mare affettivo: la psicoterapia come viaggio"

Crociera Isole delle Perle 16 - 20 aprile 2010

Savona - Barcellona - Palma - Ajaccio - Savona

Nave Costa Serena

casa della cultura

via Borgogna, 3 Milano

giovedì 1 ottobre ore 18.00

FRANCOANGELI e CASA DELLA CULTURA

Dibattito in occasione della presentazione del volume **MEDICINA E PSICOLOGIA TRA POTERE E IMPOTENZA** di GUIDO SALA.

mercoledì 7 ottobre ore 18.00

Inizia seminario **TEMPO DI CLASSICI: IL**

SECONDO NOVECENTO a cura di FULVIO PAPI

PRIMO INCONTRO

FULVIO PAPI: SARTRE, le avventure dell'esserci

martedì 13 ottobre ore 21.00

I.s.I.A.O. Sezione Lombarda - CCIA Centro di cultura

Italia Asia "Guglielmo Scalise" - Casa della Cultura

Incontro di approfondimento **Alle radici della crisi**

in Afghanistan e Pakistan

LO SWAT: VENTICINQUE SECOLI DI STORIA

TURBOLENTA

mercoledì 14 ottobre ore 18.00

Continua seminario **TEMPO DI CLASSICI: IL SECONDO NOVECENTO** a cura di FULVIO PAPI
UGO FABIETTI: tra filosofia e antropologia: LEVI-STRAUSS moderno, ultramoderno, antimoderno

giovedì 15 ottobre 2009 ore 18.15

PSÒMEGA SEMIOTICA E PROGETTI 1:

AUTOBIOGRAFIA E PROGETTO DI SÉ

Presentazione del libro TU PETER PAN, IO CAPITANO

UNCINO lettera lunatica e solare a un lettore forse

malato forse sano di GABRIELLA DI LELLA (Ati Editore,

2009)



Monastero della Grande meteora

Segnalazioni

Da www.psicoonline.it:

Giusti Edoardo, Corte Barbara

La terapia del per-dono. Dal risentimento alla riconciliazione

2009, Collana: Psicoterapia e counseling

Prezzo: € 29.00 Editore: Sovera Editore

Giusti Edoardo, Mancinelli Laura

Il counseling domiciliare. La presenza socio-assistenziale residenziale

2009, Collana: Psicoterapia e counseling

Prezzo: € 19.00 Editore: Sovera Editore

De Sensi Frontera Angelo

Sul giudizio morale

2009, Collana: Saggi

Prezzo: € 15.00 Editore: Sovera Editore

Pedon Arrigo

Dizionario di statistica e metodologia per le scienze del comportamento

Prezzo: € 58,00 Editore: Alpes Italia

Marco Sparvoli

Domani... è lo stesso giorno. Appunti e riflessioni sul male oscuro

2009, Pagine: 128

Prezzo: € 10,00 Editore: Alpes Italia



Mondini Sara, Mapelli Daniela, Arcara Giorgio
La valutazione neuropsicologica
2009, Collana: I tascabili
Prezzo: € 15.70 Editore: Carocci

Di Oronzo Vincenzo
Le lune di Jung
2009, Collana: Le forme dell'immaginario
Prezzo: € 12.00 Editore: Moretti & Vitali

Vittorio Cei
Libera la tua Creatività. Come vincere blocchi e inibizioni e sviluppare il proprio potenziale
2009, Collana: Le Comete Prezzo € 19,00
Editore: Franco Angeli

Mario Di Pietro , Monica Dacomo
Largo, arrivo io! Manuale di auto aiuto per i bambini iperattivi e i loro genitori
2009, Pagine: 128 Prezzo: € 12,00
Editore: Erickson

Anna Contardi, Daniele Castignani - AIPD
Da soli in città senza mamma e papà. In strada tra orientamento, attraversamenti e mezzi pubblici
Prezzo: € 19,50 Editore: Erickson

Roberto Tatarelli, Maurizio Pompili
La prevenzione del suicidio in adolescenza
2009, Pagine: 114 Prezzo: € 11,00
Editore: Alpes Italia

Lo Spazio Psicoanalitico
Anonimato e Responsabilità
2009, Collana: Echi di Psicoanalisi
Pagine: 226 Prezzo: € 13,00 Editore: Kappa

Cury Augusto
Tu sei insostituibile
2009, Pagine: 112 Prezzo: € 7.00
Editore: Italianova Publishing Company

Daniela Leveni , Pierluigi Morosini , Daniele Piacentini (a cura di)
Mamme tristi. Vincere la depressione post-parto
2009, Pagine: 240 Prezzo: € 16,00 Editore: Erickson

Alberto Pellai , Barbara Calaba
Col cavolo la cicogna! Raccontare ai bambini tutta la verità su amore e sessualità
2009, Pagine: 168 Prezzo: € 14,00 Editore: Erickson

Claudio Widmann (a cura di)
Il male. Categoria morale, patologia psichica, realtà umana
2009, Pagine: 224 Prezzo: € 18,00 Editore: Ma.Gi.

Claude Lorin
Un nuovo sguardo sull'anoressia. La danza come soluzione possibile
2009, Pagine: 192 Prezzo: € 18,00 Editore: Ma.Gi.

Pasini Willy
Il cibo e l'amore
2009, Collana: Oscar bestsellers
Pagine: 258 Prezzo: € 9.00 Editore: Mondadori

da: www.edizioni-borla.it

Salomon Resnik
Ferite, cicatrici e memorie
I precursori dello spazio e del tempo
Prefazione di Aldo G. Gargani
Edizione italiana a cura di Ludovica Grassi
Collana: Psicoanalisi tra memoria e futuro
Pagine: 280 Euro: 27

Lucio Russo
Destini delle identità
Collana: La funzione analitica.
Risultati, idee, problemi
Pagine: 240 Euro: 23

Danielle Quinodoz
Invecchiare
Una scoperta
Pagine: 232 Euro: 22

Pierre Fedida
Umano/Disumano
Scritti di:
J. Andre', C. Ehrenberg, V. Estellon
M. Gribinski, D. Scarfone, M. Schneider
D. Widlocher, M. Wolf-Fedida
Collana: La funzione analitica.
Risultati, idee, problemi
Pagine: 256 Euro: 24

A cura di Giorgio Corrente
Con Bion verso il futuro
Pagine: 224 Euro: 24

A cura di Antonino Ferro e coll.
L'annata psicoanalitica internazionale 4/2008
Traduzione in lingua italiana di una scelta di testi pubblicati nel 2006 in *The International Journal of Psychoanalysis*
Pagine: 240 Euro: 30

A cura di Amalia Giuffrida
Figure del femminile
Scritti di:
F. Carnaroli, F. Conrotto, G. de Simone
F. Ferraro, M. Fraire, A. Giuffrida, P. Golinelli
L. Micati, G. Monniello, L. Montani, F. Munari
M.T. Palladino, S. Thanopoulos, M. Vigneri
Collana: Rivista di psicoanalisi - Monografie
Pagine: 192 Euro: 24

A cura di R. Jaffe', L. Zannetti, L. E. Zanni
Caos, labirinto, villaggio
Bambini in una terapia di gruppo tra giochi e narrazioni
Prefazione di Eugenio Gaburri
Collana: Ricerche per il nostro tempo



Pagine: 240 Euro: 23

Romana Negri

Andare osservando un bambino

La lezione di Martha Harris

Prefazione di Pierandrea Lussana

Collana: Ricerche per il nostro tempo

Pagine: 304 Euro: 26

A cura di Gina Ferrara Mori

Un tempo per la maternita' interiore

Gli albori della relazione madre-bambino

Collana: Ricerche per il nostro tempo

Pagine: 224 Euro: 22



Quercia di Dodona



Perls's pearls

Citazioni da Perls e non solo

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

"Capire la gestalt è semplice nel caso di una melodia. Se si trasporta un tema musicale da una chiave a un'altra, il tema resta lo stesso anche se in realtà ogni nota è stata cambiata. Se conosci bene un motivo e qualcuno canta le prime note, automaticamente completi la melodia.

E così torniamo a una delle leggi fondamentali della formulazione della gestalt: la tensione che deriva dal bisogno di chiusura è detta frustrazione, la chiusura è detta soddisfazione. *Satis-abbastanza, facere-fare*. Far sì che si abbia abbastanza. In altre parole, appagare, riempirti sino ad essere pieno. Con la soddisfazione lo squilibrio è annullato, scompare. L'incidente è chiuso."

"The understanding of gestalt is simple in the case of a melody. If you transpose a musical theme from one key to another, the theme remains the same although in fact you have changed every note. If you know a melody well and somebody sings the first three notes, you automatically complete the melody.

Thus we are to one of the basic laws of gestalt formation – the tension arising out of the need for closure is called frustration, the closure is called satisfaction. *Satis-enough; facere-to make; Make it so that you have enough. In other words, fulfillment, fill yourself until you are full. With satisfaction, the imbalance is annihilated, it disappears. The incident is closed.*"

da *In and out the garbage pail* (trad. It.: *Qui e ora*) di F. Perls

Risonanze

(a cura di Fabio Rizzo: rizzo.f@fastwebnet.it)

L'uomo medio cerca di distrarsi, ma l'uomo superiore obbedisce al segnale e si impegna nella sofferenza. La sofferenza emotiva è il mezzo per impedire l'isolamento del problema, in modo tale che, analizzando a fondo il conflitto, il sé può crescere nel campo della situazione esistente. Quanto prima l'individuo è disposto a rilassare la lotta contro il conflitto distruttivo, abbandonandosi al dolore e alla confusione, tanto prima finisce la sofferenza.

F. Perls, R.F. Hefferline, P. Goodman, Teoria e pratica della terapia della Gestalt, pp. 168,169 (Astrolabio, 1997)

Tu puoi ritrarti dalle sofferenze del mondo, sei libero di farlo e corrisponde alla tua natura, ma forse proprio questo ritrarsi è l'unica sofferenza che potresti evitare.

F. Kafka, Aforismi di Zurau, p. 115 (Adelphi, 2004)

La mia ricezione di questo aforisma di Kafka non è stata immediata. Lo lessi una prima volta nei suoi Quaderni in ottavo, ma senza rimanerne colpito. Soltanto ritrovandolo qualche tempo dopo in epigrafe a un capitolo di L'io diviso di Laing fui in grado di coglierne in pieno la portata. Ricordo che provai commozione nel prendere coscienza di questa dinamica esistenziale, probabilmente anche per il modo apparentemente semplice eppure magistrale con il quale lo scrittore era riuscito a comunicarla. Non saprei dire se tale assimilazione fu resa possibile dal fatto che la frase fosse inserita in quel tipo di contesto, oppure che fosse mutata la mia disposizione d'animo, o che altro. So però che mi domandai come avessi potuto non restarne subito impressionato, segnandola a matita come faccio sempre quando mi imbatto in passaggi che valuto significativi. La risposta che mi diedi è che il motivo che mi ha indotto a ignorarla prima è lo stesso che me l'ha fatta apprezzare poi, ossia l'estrema vicinanza tra il tipo di attitudine descritta e una mia spiccata tendenza comportamentale. Quindi un contenuto troppo forte ed evidente, al punto da suscitare una resistenza iniziale ma anche da dover essere inevitabilmente riconosciuto successivamente. Quando, recentemente, ho letto il brano della Gestalt, ha preso forma un'immediata associazione mentale con l'aforisma kafkiano, ormai da tempo interiorizzato, e



l'abbinamento si è fatto da sé. Restando in tema mi sembra opportuno riportare uno spunto tratto dal libro di Naranjo dedicato agli enneatipi. Qui Paco Penarrubia scrive che per il tipo 7, ossia quello caratterizzato dalla gola e dall'edonismo, a cui lui testimonia di appartenere e in cui anch'io mi riconosco, Gurdjieff prescrive una precisa terapia: la sofferenza conscia, cioè l'accettazione volontaria della sofferenza, da considerare come una parte necessaria del lavoro da svolgere ai fini della propria evoluzione.



Sorgente dei Bagni di Elena

Visti e letti

Un nuovo tassello si aggiunge alla comprensione di fenomeni legati alla memoria.

Publicato da **ROSALBA MICELI** (da www.opsonline.it)

E' noto che le esperienze traumatiche lasciano un segno, spesso indelebile, proprio a causa della grande emozione provocata dall'evento. I ricordi piacevoli non presentano l'intrusività e l'ossessività che caratterizzano quelli connessi a situazioni emotivamente stressanti. L'ipermemoria e l'ipervigilanza costituiscono un tratto distintivo della personalità dei soggetti traumatizzati, cosicché i ricordi dolorosi possono riattivarsi al minimo segnale associato al trauma, o ripresentarsi spontaneamente, in forma ricorrente, come flashback durante la veglia o incubi nel sonno.

Un deficit nell'estinzione di memorie spiacevoli è particolarmente importante riguardo alla paura e limita gli effetti dei trattamenti dei disturbi d'ansia. L'estinzione della paura implica le influenze inibitorie della corteccia prefrontale sull'amigdala (struttura del sistema limbico che rappresenta la sentinella delle emozioni, capace di rispondere prima della neocorteccia, ed eventualmente, di effettuare una sorta di "sequestro emozionale"). Proprio sulla struttura dell'amigdala si è concentrata l'attenzione di un gruppo di studio guidato da Nadine Gogolla, ricercatrice presso il Dipartimento di biologia cellulare e molecolare della Harvard University, individuando un processo che concorre alla permanenza dei ricordi paurosi. I risultati preliminari dello studio, condotto sui topi, sono stati pubblicati sulla rivista "Science", con un approfondimento curato da Tommaso Pizzorusso, ricercatore all'Istituto di Neuroscienze del CNR di Pisa.

La paura può essere indotta sperimentalmente in animali da laboratorio. L'ansia che viene appresa associando uno stimolo neutro che produce una sensazione inoffensiva (stimolo condizionato, ad esempio, il suono di un campanello o una gabbia bianca) con un rinforzo negativo (stimolo incondizionato, come una breve e leggera scossa elettrica a cui l'animale non può sottrarsi in alcun modo), è detta "paura condizionata". Il processo opposto, l'estinzione della paura, è una tecnica che si basa sul decremento delle risposte alla paura quando si interrompe l'associazione tra lo stimolo condizionato e quello incondizionato, presentando ripetutamente lo stimolo condizionato senza farlo seguire dallo shock. E' adesso comunemente accettata l'idea che l'estinzione rappresenti un nuovo apprendimento e non eradi la preesistente memoria. Al contrario, la memoria originaria può ritornare spontaneamente, o può essere ripresa, se lo stimolo condizionato viene presentato in contesti differenti da quello in cui il protocollo di estinzione è stato effettuato.

Le ricerche sugli animali hanno mostrato chiaramente che l'efficacia dell'apprendimento legato al processo di estinzione dipende dall'età. Nei soggetti giovani le memorie di eventi paurosi possono essere cancellate in maniera definitiva, mentre negli adulti il condizionamento alla paura induce la formazione di memorie resistenti al trattamento di estinzione. Queste osservazioni hanno suggerito l'ipotesi che le memorie di emozioni spaventose siano attivamente protette negli adulti. Il gruppo di ricerca ha dimostrato che la protezione è conferita dai proteoglicani di condroitin solfato (CSPGs) presenti nella rete perineuronale (una forma altamente strutturata di matrice extracellulare attorno ai neuroni inibitori) che costituisce l'impalcatura dell'amigdala.

Gli esperimenti sono stati condotti nei topi, durante il periodo postnatale (a 16 giorni e a 23 giorni dopo la nascita), e su topi adulti di tre mesi di vita. L'organizzazione dei CSPGs all'interno della rete perineuronale coincide con il periodo cruciale che segna il passaggio alla fase dello sviluppo (dall'età giovanile a quella adulta, intorno alla terza settimana di vita) in cui la memoria della paura diventa persistente. Se la matrice extracellulare è rimossa nell'amigdala di topi adulti tramite un enzima specifico, viene facilitata l'estinzione delle risposte alla paura condizionata, indicando che una rete perineuronale intatta media la formazione di memorie commesse alla paura resistenti all'eradicazione. Nadine Gogolla ha notato altresì che la degradazione chimica della matrice funziona nel cancellare i ricordi spiacevoli solo se viene effettuata prima del condizionamento alla paura e non agisce su quelli già esistenti. Ciò indica la possibilità che la presenza della rete protettiva modifichi il processo attraverso il quale i ricordi dolorosi vengono immagazzinati nel cervello. E' un piccolo passo in avanti nella conoscenza della neurobiologia della paura, e potrà condurre alla messa a punto di farmaci utili a prevenire, se non a curare, i disturbi d'ansia, nei soggetti più vulnerabili.



Antro delle Ninfe

Da giornali e riviste

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

Facebook L'illusione di avere mille amici online Repubblica — 12 agosto

Su Facebook se ne trovano un tanto al chilo. «Mario Rossi ti ha aggiunto come amico» ormai rivaleggia con le offerte di Viagra scontato nelle caselle di posta elettronica. In entrambi i casi la distanza dall'originale può essere notevole. Si tratta spesso di relazioni annacquate, con poco o punto principio attivo: simpatizzanti, aspiranti corteggiatori, semplici conoscenti. Non costa niente dire sì. Anzi, nella peculiare inversione dell'onere della prova nella socializzazione online, il contrario è faceslapping, prendere uno/a che vuol essere gentile con te a pesci in faccia. Cafonaggine digitale. Alla fine però, in questa inflazione di facile cordialità e qualifiche abusive, gli amici veri restano tesori anche ai tempi dei saldi web. È la morfologia stessa del nostro cervello a impedirci di legare in profondità con troppe persone. E tra le legioni di friends virtuali gli scambi veri si hanno sì e no con un manipolo, i soliti quattro gatti. Il limite dei rapporti «seri» l'ha calcolato qualche anno fa Robin Dunbar, antropologo a Oxford. Per i primati si deduce dal grooming, la cura del pelo che le scimmie si prestano l'un l'altra in segno di affetto. Prende tempo e attenzione, non si può fare con tutti. Comparando le dimensioni delle neocortecce cerebrali dei quadrumani con le nostre, lo studioso ha fissato in 148, arrotondato poi a 150, il numero massimo di relazioni che si possono ragionevolmente coltivare. Il cosiddetto «Dunbar Number». Anche i villaggi neolitici o i manipoli dell'esercito antico-romano avevano più o meno quell'ampiezza. Oltre, le cose si incasinano, serve una burocrazia per garantirne il funzionamento. Naturalmente non è l'unica stima. Per altri antropologi, come Russel Bernarde lo scomparso Peter Killworth, si può arrivare al doppio. Mentre il sociologo di Harvard Peter Marsden sottolinea la distinzione tra la nebulosa di amici e conoscenti e il «core», il primo girone dei confidenti, «con cui si che serve ad alimentarle». Certo, si fa prima a mandare due righe e si rischia meno che quel ruscello di conversazione esondi, ma anche la corrispondenza elettronica è un investimento di energie che non si riesce sempre a contingentare. Il punto, per molti, resta piuttosto la definizione di chi ricomprendere nel proprio «network stabile» e chi no.

«Per me sono quelle persone» propone l'antropologo britannico «che non sareste imbarazzati a salutare se li incontraste in un bar nell'aeroporto di Hong Kong alle tre del mattino». O anche in un altro non-luogo, ma avete capito il senso. I totali gonfiati dei social network si spiegano con un buon numero di conoscenti ai quali ci limitiamo a trasmettere aggiornamenti sulle nostre vite. Altra cosa rispetto alle vere relazioni. Che restano poche come aveva capito, già ai tempi dell'agorà originaria, Omero: «Non è tanto difficile morire per un amico, ma trovare un amico per cui valga la pena farlo». L'apparente moltiplicazione dei pani e dei pesci di Facebook non è, da questo punto di vista, ancora un miracolo. discute delle faccende importanti». Che sono sempre meno per lo psicologo John Caccioppo che sull'*American Sociological Review* ha pubblicato gli sconsolanti risultati del suo studio. Dall'85 al 2004 questo nocciolo duro è passato da 3 a 2 persone. Per non dire che la percentuale di americani che sentono di non averne affatto è più che raddoppiata, passando dal 10 al 24,6%. La novità è che queste ipotesi, sin qui desunte dalla convivialità degli scimpanzé o verificate su campioni relativamente piccoli di bipedi, sono state testate nei social network. Cameron Marlow, il sociologo a busta paga di Facebook, dopo aver seguito per un mese il comportamento di un vasto gruppo casuale, ha confermato le modalità «terrestri». Un utente in media ha un giro di 120 amici, nell'accezione lasca che ci siamo detti. Ma il club della vera familiarità sarà composto da una minima frazione. Nel caso di 50 friends si avranno contatti reciproci e sostenuti solo con 3 o 4 persone, a seconda che siate maschio o femmina. Nei gruppi di 150 si passa a 5 o 7. Ma anche chi vanta un pallottoliere complessivo di 500 e oltre, alla fine avrà veri scambi con 10 e 16. Dunbar non ne dubitava. E non è affatto sorpreso dalla differenza «di genere». «Le donne organizzano diversamente i loro network» ci risponde via email. «Lo fanno parlando di più, mentre gli uomini attraverso le attività in comune. Le prime tengono contatti regolari, i secondi no, rimandando a quando si incontreranno al bar. Ciò è confermato anche dall'uso dei cellulari, dalle durate, lunghe e brevissime, delle rispettive chiamate». Lui non crede che i social network cambino la natura dei «rapporti stabili». «Sono la stessa cosa, online e off, nel senso che anche in rete le relazioni sono limitate dal medesimo problema, ovvero il tempo - RICCARDO STAGLIANO



Ingresso del Necromanteion

Depressione: il male del futuro

da: Corriere della Sera del 03/09/2009

di: Alessandra Carboni

È l'Organizzazione mondiale della sanità a dirlo: nel 2030 la sola, vera piaga sociale ed economica mondiale sarà la depressione: un male che già adesso è più diffuso di malattie più temute come cancro o Aids, e che nel prossimo ventennio affliggerà un numero sempre maggiore di individui. Secondo i dati dell'Oms, infatti, attualmente vi sono oltre 450 milioni di persone affette da disturbi dell'umore, soprattutto nei Paesi in via di sviluppo, e il numero sarebbe destinato ad aumentare drasticamente, fino ad arrivare a gravare sui sistemi sanitari nazionali più di qualsiasi altra malattia. Stando a quanto rivelato dalle ultime stime pubblicate dall'Osservatorio nazionale salute donna in collaborazione con Progetto Itaca – solo in Italia la depressione interessa 15 milioni di persone, «pari al 25 per cento della popolazione, quando solo nel 2000 erano poco più di 10 milioni, ed è la prima causa di disfunzionalità tra i 14 e i 44 anni di età; colpisce soprattutto le donne con un rapporto di 2 a 1 rispetto agli uomini dopo l'età puberale ed è in costante aumento».

EPIDEMIA SILENZIOSA – Si tratta di un serio problema di salute pubblica, purtroppo spesso sottovalutato e per questo destinato a pesare sempre di più sulla società sia a livello economico che sociologico. Si pensi che la maggior parte dei Paesi in via di sviluppo dedicano meno del 2 per cento del loro budget di spesa alla cura di questo tipo di patologia. La depressione è per gli esperti dell'Oms una vera e propria «epidemia silenziosa», che ogni anno provoca circa 800 mila suicidi, specialmente nelle nazioni dell'Europa orientale e principalmente tra le persone di età compresa tra i 15 e i 44 anni.

Chi gesticola ragiona meglio

Repubblica — 18 settembre 2009

Di LAURA LAURENZI

GESTICOLARE aiuta a pensare meglio, a concentrarsi, a fissare nella memoria concetti importanti. Chi fa uso dei gesti, mentre parla, mentre studia, mentre comunica, ottiene risultati migliori. Nuovi studi provenienti dagli Stati Uniti lo confermano. Un buon oratore, in teoria, dovrebbe evitare di usare troppo le mani, in realtà i gesti sono fondamentali per trasmettere pensieri e conoscenza. Le frasi più ricordate sono quelle accompagnate da gesti significativi. Non si gesticola solo per farsi capire meglio, ma anche per aiutare se stessi, quando si spiegano concetti difficili, o quando la memoria a breve termine è sotto pressione. Sfatato il convincimento che «parlare con le mani» sia un atteggiamento maleducato, la caricatura di una macchietta dell'italiano irruento, ignorante e pasticciatore, incapace di esprimersi senza l'ausilio dei gesti. I gesti sono utili, anzi: fanno la differenza. È dimostrato da studi scientifici che il 70/80 per cento dell'informazione arriva al cervello attraverso gli occhi, attraverso quello che vediamo, a conferma di quanto la gestualità sia una componente importante - se non fondamentale - della comunicazione. L'istinto che ci porta a gesticolare è fra i più radicati: gesticolano anche le persone che parlano al telefono; gesticolano i bambini piccolissimi; gesticolano i non vedenti quando parlano con altri non vedenti. E gesticolano ovviamente i leader politici. Barack Obama non lascia nulla al caso: tutti i suoi movimenti oratorii sono studiati a tavolino, i suoi gesti - preferibilmente dall'alto in basso - somigliano spesso a quelli di un attore. Sarkozy è invece il premier che si lascia trascinare più di ogni altro dalle emozioni, si tocca spesso il naso, agita le braccia, non ha paura di risultare più latino e più mediterraneo di un italiano o di uno spagnolo. Se Berlusconi è spesso folcloristico e tende a gesticolare di più quando è alterato, il suo collega Zapatero è nella media: gesti misurati e convenzionali i suoi. I leader più controllati sono Gordon Brown, cui spesso trema la mano destra quando è in difficoltà e Angela Merkel, oratrice dai gesti classici e mai convulsi, molto sorvegliata e attenta, a volte sembra addirittura avere le mani legate. Sostiene l'antropologo Demond Morris, l'autore de «La scimmia nuda», che le mani sono per gli esseri umani ciò che la bacchetta è per un direttore d'orchestra. E poiché si ritiene che il linguaggio non verbale rappresenti il 55 per cento della comunicazione, tanto vale assecondare l'istinto e lasciare che sia il corpo - in particolare le mani - a parlare per noi, o con noi. Ha debuttato in questi giorni su Fox, canale di Sky, la serie di telefilm «Lie to me», che racconta le indagini di un ex agente di polizia rilevatore infallibile di inganni e menzogne: il segreto è nel sapere interpretare e riconoscere il linguaggio delle mani, che spesso denunciano involontariamente reticenze e bugie. Gesticolare ha un notevole impatto sullo sviluppo cognitivo secondo uno studio congiunto dell'Università di Pittsburgh, dell'Università di Chicago e del nostro CNR. Sono stati analizzati bambini italiani e americani: è stato dimostrato che in entrambe le culture i bambini che gesticolano hanno maggiore facilità



nell'apprendimento e nello sviluppo linguistico complessivo. Un altro studio dell'Università di Chicago sfata lo stereotipo secondo cui a parlare con le mani siano soprattutto persone di estrazione sociale modesta. I ricercatori hanno monitorato 50 famiglie con bambini che avevano da poco compiuto un anno; i piccoli di ceto sociale elevato hanno dimostrato un'attività di gesticolazione più intensa e vivace degli altri e hanno espresso in un'ora e mezzo 24 significati gestuali contro i 13 espressi da bambini di famiglie più svantaggiate. Gesticolare non serve solo a esprimersi meglio, ma anche a imparare, a fare più spazio nella memoria e ad acquisire nuove nozioni e capacità, come dimostra una ricerca della psicologa Susan Wagner Cook pubblicata su «Science»: sono stati analizzati due gruppi di bambini delle elementari che dovevano cimentarsi con degli impegnativi esercizi di matematica. I bambini del primo gruppo sono stati invitati a gesticolare liberamente, agli altri è stato chiesto espressamente di tenere ferme le mani. I primi hanno risolto i loro problemi molto più brillantemente dei secondi. LAURA LAURENZI



Bagni di Elena

Accanto al «lettino» la tastiera del computer

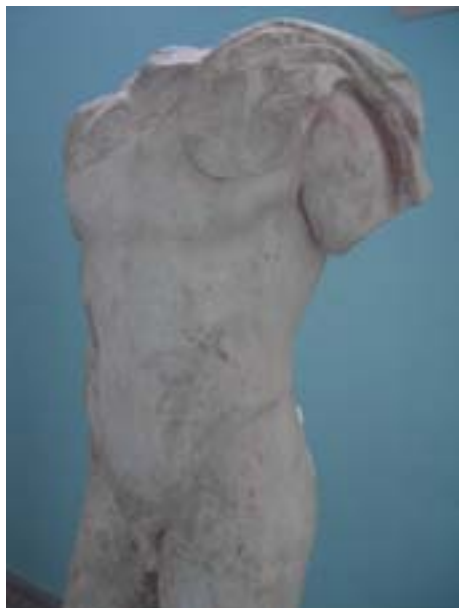
Corriere della Sera del 6 settembre 2009

di Natali Daniela

Psicoterapia virtuale: dimostrata l'efficacia. I limiti. Secondo alcuni esperti, la terapia online è utile solo se si aggiungono periodici incontri faccia a faccia

Niente «lettino», nessuna «ritualità», ognuno a casa propria, zero possibilità di guardarsi in faccia e di cogliere atteggiamenti, sguardi, spesso più eloquenti delle parole. Eppure funziona. Stiamo parlando di psicoterapia on line, una modalità di cura che fino a qualche tempo fa faceva inorridire gli psicologi europei (decisamente meno quelli americani) e che ora riceve il benestare del Lancet. Bisogna però circoscrivere il campo: non stiamo parlando di psicoanalisi, ma di terapia cognitivo comportamentale e di una psicopatologia ben definita, la depressione. L'articolo pubblicato da Lancet riporta i risultati di uno studio inglese su 297 pazienti. Di questi, 149 oltre alle cure ricevute dal medico di famiglia (compresa la prescrizione di antidepressivi) hanno seguito una psicoterapia on line, i 148 del cosiddetto «gruppo di controllo» sono stati solo seguiti dal loro dottore di base. Al termine dei quattro mesi di esperimento, le persone affiancate dagli psicologi via computer erano migliorate nel 38% dei casi, mentre nel gruppo di

controllo i risultati positivi erano presenti nel 24% dei pazienti. E, altri quattro mesi dopo, il divario tra i due gruppi era aumentato: per il primo, 42% di successi, per il secondo, 26%. Doveroso chiarimento: i pazienti comunicavano, sia pure solo via tastiera, con uno specialista che, in tempo reale, colloquiava con loro. Gli incontri via computer, dieci in tutto, erano di 55 minuti l'uno e da terminarsi in quattro mesi. Gli autori della ricerca commentano che la possibilità di avere immediatamente, e ogni volta che si vuole, a disposizione il testo integrale del colloquio con lo psicologo crea evidentemente una «distanza» dai propri sentimenti e pensieri negativi che ne favorisce l'elaborazione. In un commento di un gruppo di ricerca americano, che accompagna le ricerche, si sottolinea che questo approccio potrebbe essere utile per chi vive in luoghi isolati o per chi non è perfettamente padrone dell'inglese ed è favorito dai tempi lenti della scrittura e della lettura. «Questa ricerca - commenta Enrico Molinari, docente di Psicologia clinica e Psicologia della riabilitazione alla Cattolica di Milano e presidente dell'Ordine degli psicologi della Lombardia - va nella direzione della decisione presa dall'Ordine nazionale di "sdoganare" le prestazioni psicologiche on line. Nel 2004 sono infatti state pubblicate, dopo ampio dibattito, linee guida per questo tipo di consulenza a garanzia dei pazienti». Che debbono essere certi delle qualifiche del professionista con cui parlano e del fatto che quello che dicono resterà riservato. «Detto questo, - prosegue Molinari - credo che la terapia via computer possa essere utile solo se, almeno nella fase iniziale e in qualche altro momento successivo, c'è un contatto diretto con il paziente e se non si cade nella tentazione di applicare protocolli uguali per tutti, perché le cure psicologiche vanno ritagliate sulla persona. Poi, bisognerebbe analizzare gli effetti collaterali della consulenza online. Il rischio, dopo aver fatto diventare virtuale perfino il sesso, è di diventare, passo dopo passo, del tutto virtuali, di cadere nella tentazione di voler vivere "sicut angeli". E, invece, noi siamo anche carne ed è bello che sia così: nell'incontro faccia a faccia, lo psicologo "studia" il paziente, ma anche il paziente studia lo specialista. Non voglio, però, negare le opportunità offerte dall'informatica. In un esperimento, ancora in corso, condotto nel laboratorio che dirigo in Cattolica e all'Istituto auxologico, stiamo usando anche videoconferenza online e sms per sostenere i pazienti con problemi alimentari. In un altro, su circa 300 pazienti, già concluso, ci siamo serviti dei cellulari per monitorare pazienti con scompenso cardiaco nell'intento di migliorare l'aderenza alle cure, riuscendo a ridurre sensibilmente i ricoveri rispetto a quanto accadeva nel gruppo di controllo».



Busto. Museo di Eleusi

Trips and Dreams

Grecia 2009 - IX^a Periegesi a cura di Nicoletta Onesti

29 agosto. Arrivati all'aeroporto di Atene noleggiamo due pulmini Volkswagen, uno blu e uno bianco. Ci spostiamo subito verso Loutraki nel golfo di Corinto, trapassando lo spessore dell'istmo. Di là la costa è bella e fiorita. Imbocchiamo la strada di Perachora puntando subito al promontorio dove c'è l'Heraion (tempio ad Era). E' una bellissima punta col faro, e dall'alto si gode un panorama splendido sul golfo; di fronte a noi l'Acrocorinto segnala con la sua mole il sito dove sorgeva l'antica città. Scendiamo a fare per prima cosa il bagno, prima che tramonti il sole. Le vestigia degli edifici sacri e del tempio di Era sono proprio in riva al mare; poco sopra si trova una grande cisterna absidata. Ci tuffiamo quasi tutti nell'acqua blu scura proprio di fronte a Corinto, che è di là sulla costa dirimpetto a noi. Sommarientemente asciugati, saliamo in alto a leggere un po' sotto una tettoia, e poi più su a guardare l'ampio panorama e il tramonto del sole nell'acqua del golfo, seduti sulle rocce. Ricordo legge alcuni passaggi da un libro della Jane Harrison (*Prolegomena to the Study of Greek Religion*) nel quale la dea viene presentata nella forma tripartita di Sposa-Madre, Amante e Fanciulla. Ma una tenda di nuvole appare minacciosa all'orizzonte. Troviamo un ristorante sul lago interno per cenare, e poi filiamo nel nostro albergo di Loutraki. Dall'alto della terrazza sul mare si ammirano le luci che punteggiano tutta la costa, e s'indovina l'imboccatura del canale tagliato artificialmente. Le piccole onde battono sulla spiaggia sottostante, nascosta da una rigogliosa vegetazione e da alberi fioriti; barche da pesca e da diporto solcano l'acqua sotto di noi. Il clima è caldo e asciutto.

30 agosto. La mattina il sole sorge proprio dall'istmo e illumina l'Acrocorinto. Traversiamo il ponte sul canale e arriviamo a Istmia, dove si

tenevano i giochi Istmici. Il locale museo archeologico è chiuso perché è domenica, ma molte emergenze le vediamo dalla rete di recinzione; vediamo anche il luogo dello stadio e soprattutto possiamo ammirare il grande muro eretto sull'istmo nel 480 contro i Persiani. Alla fine ci volgiamo verso Kenchre che era il porto (un po' secondario) di Corinto, quello affacciato ad est, sul golfo Saronico. Le strutture portuali hanno lasciato poche vestigia. Ci avviamo lungo spiaggia alla ricerca del bagno di Elena (Λουτρό Ελένης). Il Bagno di Elena è bellissimo, con una polla d'acqua dolce che sgorga limpida in mare.

Dopo mangiato si riparte sull'autostrada verso ovest, alla ricerca di Rio e del nuovo ponte che unisce le due sponde del Golfo di Corinto. La costa nord dell'Acacia è bella, strani e improvvisi valloni rocciosi si aprono come canyon verso l'interno montuoso. Imbocchiamo il bellissimo ponte nuovo sullo stretto, che ha reso obsoleti i piccoli traghetti che facevano una volta la spola qui, tra Rio e Antirio. Questo passaggio porta anche a Naupatto, che altro non è che Lèpanto, dove fu sconfitta la flotta turca. Ma noi voltiamo a sinistra alla ricerca di Calydon. Il paesaggio è giustamente selvaggio e pieno di macchia mediterranea, adatta ai cinghiali (da cui la leggenda della lotta tra Eracle e il cinghiale caledonio). Il sito archeologico è incustodito e comprende uno strano spazio a gradinate, che non è un teatro, perché è quadrangolare, coi gradini che si incontrano ad angolo. Un luogo da cacciatori, sacro a Artemide.

Corriamo infine attraverso l'Etolia a Missolongi, all'albergo Theoxenia, davanti alle grandi paludi. Non si può non parlare molto di Byron, della sua morte in età giovanile e dei suoi versi, e di come finì tragicamente l'assedio di Missolongi nel 1826. Alcuni di noi vanno a visitare il piccolo museo della resistenza greca. Intanto per cena troviamo un minuscolo ristorante nelle vie del centro, dove ci accoglie una vivace ragazza bruna. Non si spaventa del fatto che siamo ben 15 (*deka-pende*). Infine mangiamo piacevolmente coi tavoli in mezzo alla strada.

31 agosto. Partiamo per Astakós traversando una bella e tranquilla campagna, con colline punteggiate di querce, grandi oliveti e diverse vigne. Siamo in Acarnania. Astakós è un piccolo porto coi pescherecci, qualche imbarcazione ha due grandi occhi apotropaiici dipinti a prua. Una grossa barca blu si chiama Danae (Δαναή). Lungo mare ci sono diversi caffè, dove ci sediamo a goderci la brezza ed il sole. Il nostro traghetti, che si chiama "Ionion Pélagos", parte alle 12:15 alla volta di Cefalonia e Itaca. La traversata è memorabile per la bellezza. Il mare blu intenso lambisce coste e scogli deserti, unisce le isole; si costeggia la parte meridionale di Itaca prima di attraccare su Cefalonia, a Sami. Due vele passano lungo gli scogli dell'isola, fra la striscia color smeraldo dell'acqua che orla le rive e la superficie turchina del mare profondo.

Cefalonia appare graziosa, anzi bellissima coi suoi dolci pendii punteggiati di cipressi. Un piccolo cimitero bianco appare in alto, a sinistra dell'abitato. Quando la nave si stacca dal porto appare bene lo stretto fra



le due isole, dove i Proci avevano teso l'agguato a Telemaco.

"I più forti fra i Pretendenti sono in agguato nello stretto fra Itaca e Same rocciosa: vogliono ucciderti prima che tu raggiunga la patria. Dalle isole tieni lontana la nave ben costruita e naviga di notte senza fermarti: ti spingerà il vento mandato dal dio che ti custodisce e protegge. Appena avrai toccato la prima punta di Itaca, manda in città la nave e tutti i compagni e tu rëcati subito dal guardiano di porci, che ti custodisce le bestie e ti è sempre fedele."(Od. XV)

Ci dirigiamo verso Piso Aetos (Πίσω Αετος), un attracco sul lato ovest di Itaca. Lì intorno le acque verdissime carezzano le scogliere. Saliamo su per la stradina che s'inerpica con stretti tornanti tra gli olivi nel fianco del monte, fino alla sella che divide in due l'isola: appena scollinato si vede il mare dall'altra parte, con le baie turchesi del lato orientale. Su questa sella - istmo è collocato in posizione strategica il sito archeologico di Alalkomene, che secondo Schliemann poteva essere il luogo del palazzo di Ulisse. Infatti è un punto di vedetta che controlla i due mari. Ma ora questa ipotesi è abbandonata. Restano comunque in alto tracce di grosse mura che cingono il cocuzzolo sovrastante. Scendiamo di là verso l'abitato di Vathy (Βάθυ). Itaca è tutta verde, petrosa ma non brulla, piena di olivi, cipressi e folti cespugli di macchia mediterranea. Arriviamo lungo mare alla baia di Forkis (attuale Dexia), a cui sta davanti, come un grosso puntino sulla "i", un isolotto rotondo. Si apre infine ai nostri occhi il bellissimo paese di Vathy, ricostruito per benino dopo il tremendo terremoto del 1953. L'acqua è profonda, possono attraccare anche i traghetti; il porticciolo grazioso, le case basse e rosate.

Dopo i primi giorni caldissimi ci lasciamo ristorare dal clima più fresco, asciutto e ventoso di Itaca. Nel pomeriggio andiamo subito verso nord a Stavros. Scendiamo prima al mare nella baia di Polis. Notando notiamo dal mare i pendii ombrosi che chiudono la spiaggia da nord, e in quell'angolo gli archeologi hanno trovato tracce interessanti di un possibile ripostiglio di età micenea. Si ipotizza perciò che qui i Feaci abbiano lasciato Ulisse coi dodici tripodi, anziché nel porto di Vathy o nella baia di Forkis. Per arrivare fin qua la strada sale alta sui fianchi del monte Nerito, proprio davanti a Cefalonia che ci appare in tutta la sua lunghezza lì accanto. In quella bella collocazione elevata sta il minuscolo villaggio di Léfki, in posizione invidiabile, che noi attraversiamo. Si vede bene dall'alto lo stretto fra Itaca e Same. Da Stavros poi seguiamo il cartello per il sito della "Scuola di Omero" (nome invero un po' sibillino). Ma la cosa si fa interessante perché fra i pietroni ciclopici incontriamo un'archeologa greca che sta scavando e spera di trovare 'il palazzo di Penelope'. Anche di quassù infatti si dominano i due mari, la visuale spazia da oriente a occidente; sarebbe quindi una posizione strategica per un palazzo. Tornati a Vathy, dove soffia d'infilata una brezza assai gagliarda, scegliamo di mangiare sul mare sì, ma dalla

parte riparata dal vento all'estremità della baia. Assaggiamo un vinello locale sfuso, definito "vino di Laerte"; con questo nome indicheremo d'ora in poi quei vini un po' cheap della casa, contrapposti a quelli in bottiglia e di qualità. A tavola a voce alta leggiamo un po' del XIII dell'*Odisea* (incontro con Atena sull'isola). Le luci del paese si specchiano nell'acqua.

1° settembre. La mattina alle 9 subito al museo archeologico, che è dietro al nostro albergo. Non è qui la presunta tavoletta in lineare A. Ma ci sono molte ceramiche interessanti del periodo di trapasso fra il sub-miceneo e il proto-geometrico, fino al geometrico e alla ceramica corinzia. Ci muoviamo alle 10 coi pulmini per la grotta delle Ninfe. Lassù, in posizione panoramica davanti all'entrata naturale dell'antro, ci sediamo a leggere a voce alta il XIV: l'incontro di Ulisse con il porcaro Eumeo. Scendiamo poi alla baia di Forkis dove ci fermiamo per il più bel bagno mai fatto. Sotto i grandi olivi che crescono in riva al mare stendiamo i nostri teli e ci tuffiamo nell'acqua blu e smeraldo.

Dopo il pranzo nel porto di Vathy, si parte alla ricerca della fonte Aretusa. Ma andiamo troppo avanti con le macchine e finiamo in una strada sterrata che ci porta su un bell'altopiano panoramico, dove dovevano essere gli stazzi di Eumeo, sopra alla Pietra del Corvo e alla fonte Aretusa, dove portava a abbeverare le bestie. Lì ci facciamo una bella passeggiata sempre in vista del mare, nella campagna deserta. Infine incontriamo un signore viennese poliglotta che assomiglia a Tolstoj, con lunga barba bianca e un fisico da robusto camminatore montanaro. "Non sei mica Eumeo!" grida Zerbetto abbracciandolo. E' sceso dalla sua barca ed è salito a piedi fin quassù; ci indica il sentiero esatto per la fonte, che è molto più giù, vicino al mare! Non tutti vanno, perché il sole sta calando e c'è timore di essere sorpresi dal buio a ritorno, su un sentiero ripido e sconosciuto. Ma alcuni si avventurano giù per i costoni e tornano la sera in paese alle nove e mezzo stanchi morti, ma decisamente felici per aver visto posti bellissimi e interessanti. Quel sentiero in salita, forse, è quello che ha fatto Telemaco sbarcando nel sud dell'isola (di ritorno da Pilo), quando va subito a raggiungere le stalle di Eumeo (*Od. XV*).

Itaca è bella, non ancora sciupata dalla cementificazione che ormai purtroppo ha già distrutto Corfù. Per il momento il turismo è ancora d'élite: qualche barca a vela di inglesi, qualche intellettuale austriaco, a volte perfino qualche Periegeta vagante. Dio la conservi.

2 settembre. Essendo oggi l'anniversario della battaglia navale di Azio, abbiamo per meta Nicopoli. Riprendiamo di nuovo il traghetto a Piso Aetos, dove aspettiamo l'imbarco seduti a ammirare la natura incantevole del luogo. Nell'attesa del traghetto ci mettiamo a leggere a voce alta il XXIII (riconoscimento finale di Ulisse e Penelope). Partiamo felici dall'isola beata.

Scendiamo di nuovo a Astakos; la strada ci porta lontano, lungo la costa dell'Epiro, bella e deserta. Sulla nostra sinistra si susseguono calette verdi. Infine giungiamo ad Azio e Nikòpolis. Qui Antonio e



Cleopatra persero la battaglia navale decisiva, e Ottaviano prese tutto il potere. Visitiamo la città romana fondata da Augusto a celebrazione della vittoria, ora circondata da mura imponenti, di pietre e mattoni, molto ben conservate. Primo e Daniela ci illustrano con dovizia di particolari l'evento storico di Azio, meglio di un libro stampato.

Proseguimo verso nord fino all'Acheronte. Il fiume ricco di acque sbocca in mare attraverso una zona acquitrinosa, ma la costa è anche rocciosa. Poco all'interno sorge il famoso Nekromanteion. Famoso sito oracolare destinato ad interrogare gli spiriti dei defunti. Si tratta di un complesso ampio e articolato, abbastanza ben conservato, in alto rispetto alla campagna circostante, che in antico era una sorta di lago. Le murature sono imponenti, costruite con tecnica quasi ciclopica. Non riesco infatti a capire a che epoca possano risalire questi muri fatti di enormi blocchi di pietra irregolari, incastrati, che ricordano perfino i massicci muri incaici del Perù. Se non sono di età micenea allora vuol dire che in queste plaghe nordiche si perpetuavano tecniche murarie molto antiche. Direttamente sopra ai ruderi antichi sorge una chiesa bizantina con affreschi. Visitiamo tutto, nella luce del tardo pomeriggio, e andiamo anche a fotografare il fiume Acheronte che scorre lento. Ma quello non era l'Acheronte! dice qualcuno: era il suo affluente Cocito. Sempre di fiumi infernali si tratta. La sera infine arriviamo a Parga, "la perla dello Ionio", dove ci attendono tre bellissime spiagge costellate da isolotti e scogli molto scenografici.

3 settembre. Si visita il museo che conserva numerose le tavolette oracolari del santuario di Dodona, e guardano le moschee della città di Ali Pascià. La valle di Dodona è il luogo del culto delle querce, il culto dell'albero che trova una sistemazione definitiva nel culto di Zeus e Dione, suo pendant femminile in luogo di Era. Valle disabitata, verde e naturale, "incuneata tra i monti", dove non è difficile immaginare una civiltà arcaica di pastori e gente dei boschi. Driadi e rami sacri di legno di quercia, con cui fu fatta la nave Argo. Il collegamento tra Iolko e Dodona, di là dai monti, non mi è chiarissimo, ma evidentemente la leggenda degli Argonauti è posteriore al culto della quercia, a cui attinge come a sfondo preesistente e ben noto. Siamo nel nord della Grecia: culto di Zeus e dei boschi, lontano dal culto di Era, Afrodite e simili dee provenienti da isole meridionali e da mari orientali. I nostri periegeti si sdraiano all'ombra della quercia oracolare ad ascoltare lo stormire delle fronde.

Di nuovo cena sul lungomare, questa volta con lo show musicale di Riccardo e Alberto che ci coinvolgono nel coro su Dodona, cantato e ritmato in stile musical.

4 settembre. in partenza per Corfù approdiamo a Kerkyra dove raggiungiamo il museo archeologico. Il pezzo forte è un frontone arcaico con la Gorgone tra due leoni. Ci sono anche belle statue di bronzo e tre idoletti cicladici del III millennio a.C. Sul lato della grande piazza si nota un edificio in stile veneziano con portici e lanterne appese sotto ogni arco. Con le macchine andiamo poi alla villa Mon Repos che

ingloba vestigia della città antica (Paleopoli). Infine filiamo, sudati e accaldati, fino a Paleocastritsa dove ci attende un panorama splendido. Baie blu e promontori verdi di pini, cipressi, case e spiaggette, giardini in riva al mare. Il nostro albergo (Akrotiri Beach) giganteggia, ma comunque è in una posizione talmente bella che lo perdoniamo. A sinistra la vista è sulla baia più grande, con bella costa rocciosa, con grotte e scaletta per scendere sugli scogli.

5 settembre. Giorno di relax. Pochi si mettono in viaggio per visitare la costa nord dell'isola. La maggior parte si sda e si sparapanza sul mare per tutto il giorno. Doppi e tripli bagni in ambedue le calette; ho perfino provato la piscina blu dietro la spiaggia. Il lunch lo facciamo sotto la tettoia del bar "Poseidon", alla brezza di mare, in una situazione ormai classica e piacevolissima della vita di mare in Grecia.

6 settembre. Su Paleocastritsa la mattina alle 7 compare una nuvola nera. Poi si comincia a vedere qualche lampo. Dopo poco, con forti schianti, cadono saette in mare una dopo l'altra. I nuvoloni, ora nerissimi, si estendono sul promontorio. E a un certo punto, a suon di fulmini, scoppia un temporale violento: in pochi minuti la pioggia a vento oscura il panorama, tutto è grigio e non si vedono più gli scogli di fronte. Mentre facciamo colazione va via la luce dall'albergo; ma poi torna e la pioggia si dirada presto. Prendiamo veloci il traghetto delle 9:30 per Igoumenitza. Sulla terraferma imbocchiamo l'autostrada per Trikala, che è la nuova Via Egnatia, piena di tunnel che trapassano le montagne e non consentono di vedere il valico e il paese di Métsovo da sopra. Da lontano si rivede il lago di Ioannina.

Quando arriviamo in vista delle Meteore sono quasi le due. Queste montagne scenografiche rivelano i loro pinnacoli spettacolari via via che ci giriamo intorno. Purtroppo c'è un gran traffico di pellegrini ortodossi e di turisti, soprattutto provenienti dalla Polonia, dalla Repubblica Ceca, Bulgaria, Romania, ecc. Gli autobus turistici e le macchine provocano ingorghi. Arriviamo infine alla Grande Meteora, dove tutti salgono su per una lunga scala quasi aerea, in posizione straordinaria. Alcuni di noi si fermano invece al belvedere a fare fotografie.

Arriviamo a Trikala dove ci aspetta un comodo e tranquillo alberghino vicino al fiume (hotel Divani), che dà su una piazza alberata. Andiamo a visitare l'Asklepeion, uno dei più antichi, visto che questa è la città natale di Asclepio; ma resta ben poco da vedere. Ci beviamo una birra nella città vecchia; poi andiamo tutti a cena in un grazioso ristorante tenuto da un certo Vassilis. Dopo cena Riccardo e Marco ci leggono le loro poesie sui morbidi divani dell'hotel Divani.

7 settembre. La mattina presto a Trikala si è formato il mercato in piazza, con grandi banchi di frutta e verdura. Per tornare in tempo ad Atene partiamo piuttosto presto. Corriamo per i rettilinei della pianura tessala fino a Karditsa, attraverso la vera Grecia agricola. All'altezza di Domokos giungiamo in vista del monte Eta (Όιτη) e della catena che chiude l'accesso alla Beozia. Sotto di noi la valle delle Spercheo. L'autostrada scorre accanto alle



Termopili e poi s'insinua tra le alture rocciose e rossastre verso Ptoò e la Beozia. In aeroporto cominciano i saluti di rito; anche questa volta Zerbetto rimane per il suo annuale pellegrinaggio ad Eleusi. Baci e abbracci; la prossima Periegesi sarà - pare - ai santuari di Samo, Delo ed Efeso. Alla prossima!

Visto che non poteva muoversi mi sono preso cura di lui come se io fossi diventato suo padre e lui un figlio, questo mi ha dato tanto e ancora adesso ricordarlo mi commuove.

Questa morte, paradossalmente, mi ha arricchito, come se fosse parte di un ulteriore pezzo del mio cammino evolutivo.

Lo saluto e lo ricordo con affetto.

Fatti della vita

Ricordo di Mio padre Di Giovanni Montani



Nella notte fra Venerdì 25 Settembre e Sabato 26 Settembre, alle ore 6.00 è morto nel sonno mio padre, lo vedete in una vecchia foto sul camion partigiano (primo a destra) mentre entra il 25 Aprile in Milano.

Aveva 91 anni (li avrebbe compiuti il 15 ottobre prossimo). Nonostante la sua età la sua morte non è dovuta alla ineluttabilità della vita, ma è dovuta ad un caso di negligenza e malasanità molto frequenti nel nostro paese.

Era stato ricoverato il giorno 13 all'Ospedale S.Luca a causa di una forte debolezza e vomito. Stava male. Gli era stato riscontrato un problema cardiaco.

A causa della negligenza della struttura è caduto e si è rotto il femore dx. A questo punto viene "impacchettato" e spedito al Pronto Soccorso dell'Ospedale S.Carlo.

Qui vengono sospese le cure al cuore per poter operarlo al femore, ma sono sopravvenuti problemi polmonari che lo hanno portato di fatto alla morte.

Dopo queste cose ho deciso, insieme ai miei fratelli, di denunciare penalmente l'Ospedale S.Luca perché si prenda la responsabilità dei fatti.

Era una persona semplice e modesta, molto onesta. E' stato partigiano sui monti della Valsesia per quasi due anni, e di questo ne era orgoglioso anche se è sempre stato riservato e ne parlava poco.

Dal punto di vista più intimo, ho avuto una grossa emozione alla sua morte, non dolore, ma grande emozione ed affetto per lui. Avevamo da tempo chiuso qualsiasi storia di risentimento e rivalsa proveniente dal passato. Molte delle Gestalt erano state chiuse specialmente con il percorso sulle figure genitoriali che avevo fatto quando frequentai il Corso di Counseling negli anni novanta e nel mio percorso di terapia.



Heraion di Peragora

Poesis

l'angolo della poesia e dell'arte

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

IL GABBIANO

Dov'è il tuo volo
Adesso.
L'onda spiega e
Rilascia
La medusa rinnega
Scie di verità
Ma solo la
Serietà della
Linea
Fra il mare e il
Cielo
Conosce.

Massimo Habib

La tigre assenza

Ahi che la Tigre,
la tigre Assenza,
o amati,
ha tutto divorato
di questo volto rivolto
a voi! La bocca sola
pura
prega ancora
voi: di pregare ancora
perché la Tigre,
la Tigre Assenza,



o amati,
non divori la bocca
e la preghiera...
La neve era sospesa tra la notte e le strade
Come il destino tra la mano e il fiore.
In un suono soave
Di campane diletto sei venuto...
Come una verga è fiorita la vecchiezza di queste scale.
O tenera tempesta
Notturna, volto umano!
(ora tutta la vita è nel mio sguardo,
stella su te, sul mondo che il tuo passo richiude)

Cristina Campo

**dal poema di Borges sul XXIII libro
dell'Odissea; "L'altro, lo stesso"
(1964)).**

Odissea, Libro ventitreesimo

La spada di ferro ha già compiuto
la dovuta opera di vendetta;
Gli aspri dardi e la lancia
hanno già prodigato il sangue del perverso.
A dispetto di un dio e dei suoi mari
Ulisse è tornato al suo regno e alla sua regina,
a dispetto di un dio e dei grigi
venti e dello strepito di Ares.
Già nell'amore del letto condiviso
dorme la chiara regina sul petto
del suo re: ma, dov'è quell'uomo
che nei giorni e notti dell'esilio
errava per il mondo come un cane
e diceva che Nessuno era il suo nome?



Il muro antipersiano a Corinto

Witz

per sorridere un po'

Freddure dall'Italia:

Al bar dell'Ikea prendo sempre una coppetta di fragole
con la panna, che è l'unica cosa già montata
Camillo Canovi

Non era nessuno: si uccise con una pistola caricata a
salve
Romano Bertola

E' meglio assumere un sottosegretario che una
responsabilità
Leo Longanesi

L'amore ha diritto di essere disonesto e bugiardo.
Se è sincero
Marcello Marchesi

Anche a me i gatti piacciono tantissimo.
Scambiamoci le ricette
Anonimo

Io muoio alla giornata
Ennio Flaiano

Il formaggio con le pere è femmina?
Alessandro Bergonzoni