



# CSTG-Newsletter n.59 maggio 11

della learning community del Centro Studi di Terapia della Gestalt



<b>Edit</b>	<b>1</b>
<b>Topic</b>	<b>2</b>
<b>Scuola e dintorni</b>	<b>7</b>
<b>Eventi</b>	<b>10</b>
<b>Segnalazioni</b>	<b>13</b>
<b>Perls's pearls</b>	<b>15</b>
<b>Risonanze</b>	<b>15</b>
<b>Nomos</b>	<b>15</b>
<b>Visti e letti</b>	<b>16</b>
<b>Da giornali e riviste</b>	<b>18</b>
<b>Le stagioni dello spirito</b>	<b>19</b>
<b>Gea</b>	<b>21</b>
<b>Fatti della vita</b>	<b>22</b>
<b>Poiesis</b>	<b>23</b>
<b>Witz e Giochi</b>	<b>24</b>

## **Edit**

Nel mese dedicato alla dea Flora, come ci ricorderà Marie Ange nella rubrica sulle "stagioni dello spirito", correderanno questo numero della NL alcune immagini dell'Olanda "in fiore" che mai, come in questo periodo, si esprime in tutto la suo splendore. Il paesaggio si intona alla "rinascita" scandita dal periodo pasquale che mi auguro abbia lambito in vario modo ciascuno di voi. Nel mio caso ha coinciso con un'esperienza molto particolare che mi sono concesso nelle due settimane prima di Pasqua: un **"tourist program" presso la Humaniversity in Olanda**, appunto. Un programma di cui avevo notizia da molto tempo e che mi sono detto fosse venuto finalmente il momento di sperimentare sulla mia pelle. Con lo scopo di fare un check sulla mia vita ma anche di immergermi in una esperienza terapeutica e di crescita da cui poter trarre spunti utili anche per l'evoluzione dei modelli di intervento proposti dalla nostra Scuola. Per dare una sintesi di questo originalissimo stile di lavoro, per il quale provengono persone da tutte le parti del mondo, ho ritenuto utile riservare lo spazio del **topic** utilizzando alcune parti descrittive del programma tratte dal sito [www.humaniversity.com](http://www.humaniversity.com).

- Sulla scia (ed in anticipazione ...) dell'esperienza olandese ha preso avvio sperimentale la prima **"healing week"** di Noceto. Una settimana dedicata al riposo, all'approfondimento di tematiche personali, alla possibilità di meditare e fare il punto su "passaggi significativi" dell'esperienza personale, di consolidare un processo di superamento da comportamenti compulsivi collegati al gioco, al cibo, alle relazioni affettive con la partecipazione ai ritmi della natura e di uno scambio amichevole e profondo con "compagni di viaggio". Alla prima esperienza hanno preso parte 5 persone, oltre ad alcuni portatori di riferimento, con risultati che mi sono apparsi tali da incoraggiare il prosieguo di questa esperienza nei periodi nei quali la struttura residenziale di Noceto non è occupata per attività strutturate. Su questa iniziativa verranno date ulteriori informazioni e date di riferimento.

- sabato 28 e domenica 29 maggio 2011 si terrà il Seminario con **Erving Polster** su **Pathways to connectedness: percorsi verso la connessione da momento a momento (fluidità), da persona a persona (contatto), da evento a evento (continuità narrativa), tra parti diverse della persona (teoria del sé) e della comunità (life focus communities)**. Un evento di grande significato che prevede la presenza di una delle persone più rappresentative del mondo della gestalt ed a cui mi auguro non mancheranno di partecipare gli Allievi e gli ex-Allievi della Scuola

- ha avuto inizio il **Ciclo di conferenze su: "Dialoghi sull'amore"** con il contributo di **Umberto Galimberti su "amore divina follia"**. Una conferenza davvero suggestiva e che ci auguriamo di poter pubblicare a breve. Seguirà, per il 9 maggio, un contributo interessante dell'amico e collega Primo Lorenzi – certamente tra i maggiori conoscitori della psicopatologia della vita amorosa - che presenterà la sua recente pubblicazione su "Il mal d'amore", una patologia della quale (augurabilmente ...) ognuno di noi avrà sicuramente sofferto nella sua vita. Un'occasione per tentare di scindere l'inevitabile "pathos" collegato ad eros (come ci ricorda Carotenuto nel suo magistrale libro) da quella "patologia" che dal pathos è talvolta così difficilmente distinguibile.

- Si ricordano ancora: **l'Expert Meeting della FIAP** a maggio, con la partecipazione di didatti e assistenti alla didattica della Scuola ed il **Congresso della SIPG a Palermo** per la quale sono a disposizione in segreteria la liste delle collocazioni alberghiere più vantaggiose



- È partito il **master sulla Gestalt Group leadership** al quale è tuttora possibile iscriversi avendo spostato di un paio di mesi le prime date degli incontri. Di seguito viene riportata la ripartizione del monte ore, le materie di insegnamento e i docenti. Una iniziativa, questa, che si muove nella direzione di sostenere l'estensione di questo tipo di interventi che vede il modello della Gestalt terapia in una posizione avvantaggiata su tutti gli altri orientamenti in psicoterapia nel lavoro con i gruppi.
- Il quarto **seminario intensivo su "Corpo e immagine"** si ripeterà sempre al Moresko Hammam dal 14 al 16 maggio, prima del residenziale di approfondimento di 4 giorni a Noceto dal 2 al 5 giugno.
- La Regione Toscana ha confermato il sostegno al Progetto **Orthos per il trattamento del gioco d'azzardo patologico** per il quinto anno consecutivo. Il prossimo modulo si terrà presso la sede di Siena da 23 maggio al 12 giugno. Il Modulo presso la sede di Milano avrà luogo dal 12 settembre al 2 ottobre.
- Per la prima settimana di agosto è previsto il seminario su "la **Gestalt incontra il Tantra**" con la partecipazione del maestro di tantra classico Dada Krishananda. Il seminario, di cui seguirà a breve il programma dettagliato, si compone di pratiche meditative tantriche (statiche e dinamiche), danza e musica kirtan, cucina ayurvedica, esercizi quotidiani di yoga, insegnamenti, letture selezionate ed esercizi di emozional release.

Riccardo Zerbetto



## Topic

### HUMANIVERSITY

(tratto da: "The Philosophy of the Humaniversity", [www.humaniversity.nl](http://www.humaniversity.nl))

La Humaniversity nasce alla fine degli anni '70 come comunità terapeutica per il recupero e la riabilitazione di persone con problemi di tossicodipendenza, dato che Veeresh D. Yuson Sanchez, il fondatore, ebbe lo stesso tipo di problema e venne riabilitato con successo dopo un lungo e intenso programma di recupero e rieducazione nel centro di Phoenix House a New York. Dopo aver terminato il suo programma Veeresh divenne uno dei

direttori del centro e incominciò a insegnare e condividere la sua esperienza con persone aventi la stessa problematica. In quel periodo conobbe Osho, di cui divenne discepolo e dal quale imparò l'arte della meditazione. La Humaniversity nacque nel 1978 come comunità in cui Veeresh, terapeuta e insegnante innovativo famoso per il suo lavoro nell'ambito del Movimento per il Potenziale Umano, integrò la sua esperienza nel campo della terapia con quella nel campo della meditazione.

La Humaniversity si aprì presto a ricevere anche persone che non avevano la problematica della tossicodipendenza, e ora è un centro internazionale per terapia di gruppo, crescita personale e formazione di terapisti. Il lavoro terapeutico di Humaniversity è il culmine della carriera professionale di Veeresh e della sua ricerca spirituale. La Terapia Humaniversity è una sintesi olistica della psicoterapia occidentale e dell'approccio orientale alla meditazione. Nel 1996 la Humaniversity è diventata una Università per formare studenti e professionisti nell'arte di lavorare con la gente. La Humaniversity è conosciuta anche come "L'Università dell'Amicizia".

Nella filosofia Humaniversity la causa principale dei problemi umani è la separazione e l'isolamento emozionale. L'amore e l'amicizia sono elementi importanti nel processo di guarigione. L'amicizia autentica è vista come lo scopo più alto che un essere umano può raggiungere nella società.

Il lavoro della Humaniversity enfatizza il gruppo e la terapia nella comune. La Humaniversity ha creato un sistema di gestione dei gruppi, che assicura un'ottima cura e guida ad ogni partecipante. Al di là della grandezza e della durata del gruppo, l'individuo e i suoi bisogni specifici sono sempre al centro dell'interesse.

L'approccio della Terapia Humaniversity è multi-sintomatico. I gruppi sono tipicamente eterogenei. Per esempio, studenti di terapia, ricercatori spirituali, casalinghe, impiegati o disoccupati, uomini d'affari e le occasionali "anime perse" sono nello stesso programma di base. Ciò crea un ambiente dove i partecipanti imparano di se stessi attraverso gli altri, e sviluppano qualità nelle relazioni come la tolleranza, la pazienza e il reciproco rispetto.

Humaniversity si trova a Egmond aan Zee in Olanda, nota località turistica e balneare che si affaccia sul mare del nord, sita a circa 60 km a nord di Amsterdam, e facilmente raggiungibile da Amsterdam con il treno e in autostrada.



### **La filosofia della Humaniversity**

Lo scopo della Humaniversity Psychology è che ogni persona può e dovrebbe sviluppare il massimo del suo potenziale. Durante il percorso di crescita personale, sviluppo e soddisfacimento dell'essere umano è quindi importante farsi due domande: cosa vuol dire essere umano? Quale è la natura dell'essere?

Una caratteristica degna di nota della Humaniversity Psychology, rispetto ad altre scuole di psicologia, è che attinge a molte sorgenti, orientali e occidentali, contemporanee e tradizionali. Tutta questa conoscenza è stata messa insieme in un modo altamente integrato ed originale.

Lo studente di Humaniversity Psychology scoprirà le tre paure fondamentali che creano disagio nella vita delle persone; esplorerà le tre cause del cambiamento nel comportamento umano; scoprirà i principi di autenticità, e svilupperà un senso di profondo apprezzamento della consapevolezza, della meditazione, dell'encounter, dell'amore e dell'amicizia; inoltre scoprirà che in

primo luogo non è né la mente, né il corpo, né le emozioni, ma un essere della natura che è connesso a questi fenomeni, ma oltre a tutto ciò.

Un'altra caratteristica importante della Humaniversity Psychology è il modo naturale in cui vengono trascesi i confini convenzionali tra psicologia e spiritualità, e ciò permette di creare un'integrazione più completa della psiche umana. Viene infatti adottato un approccio esistenziale senza pretendere di conoscere tutte le risposte.

La Humaniversity Psychology non tenta di scardinare alcuna credenza spirituale dell'individuo, o di imporre alcun dogma. Infatti essa ha potuto svilupparsi proprio grazie alla capacità di integrare saggezze di ogni genere.

La Humaniversity riconosce diversi tipi di bisogni umani nel campo della psicoterapia. Ci sono quattro principali categorie di persone che ricevono psicoterapia in base a questi bisogni:

- . Persone che vogliono avere una educazione nel campo della psicologia per il loro sviluppo professionale
- . Persone che vogliono realizzare i livelli più alti della loro umanità, in termini della loro consapevolezza psicologica ed esistenziale
- . Persone che vogliono esplorare il loro potenziale per la loro crescita personale
- . Persone in crisi.

La Humaniversity soddisfa tutte queste richieste con i suoi programmi, trainings e workshops. Questo è il motivo per cui la Humaniversity è descritta come una università per la crescita, lo sviluppo e il soddisfacimento dell'essere umano.

### **Humaniversity Therapy**

Dopo aver imparato i principi di base della Humaniversity Psychology, lo studente continua imparando come applicare questa conoscenza nel lavoro con la gente: questa è la Humaniversity Therapy.

La Humaniversity Therapy adotta un approccio multi-terapeutico. Ciò significa che la sua linea generale è influenzata da molte scuole di psicologia differenti e che molte tecniche Humaniversity sono una sintesi innovativa di un insieme di metodi esistenti e di nuove idee. Ciò che si impara come studenti è un'abbondante diversità di tecniche e di innovazioni, e ciò rende il Terapista Humaniversity un professionista nel suo campo e un essere umano con molte risorse per la sua vita personale.

Una delle caratteristiche fondamentali della Humaniversity Therapy la sua enfasi nell'offrire un vasto insieme di gruppi e di terapia comunitaria, piuttosto che il tradizionale rapporto individuale tra terapeuta e cliente. Questo è un approccio potente ed efficace, ed è probabilmente una delle direzioni future per la psicoterapia in generale.

La Humaniversity Therapy è significativa perché incoraggia l'espressione, l'amore, l'amicizia e la meditazione, non solo come un ingrediente del processo terapeutico ma come processo nella vita stessa dell'individuo, infatti la Humaniversity Therapy ha lo scopo di fornire al futuro terapeuta un insieme di arti e di abilità che gli permetteranno di avere il potere personale e le risorse di cui ha bisogno per fare la sua strada nella vita come autentico essere umano.

Durante il viaggio, lo studente incontra, vive, impara e celebra insieme a molte altre persone che vogliono sperimentare la vita al massimo. La vita alla Humaniversity ha infatti molte qualità sane, dinamiche e di cuore:

Autenticità: consapevolezza personale, apertura e ferma intenzione; la congruenza della mente, del corpo e dello spirito che insieme creano il vero "sé".

Encounter : L'abilità di incontrarsi, di relazionarsi, di asserire i propri bisogni, di confrontare gli altri e di essere amici.  
Amicizia: L'arte umana suprema, lo sviluppo dell'apertura del cuore e l'abilità di condividere il calore umano, l'affetto, un supporto onesto e l'intimità.

Indipendenza di pensiero e di azione: L'abilità e il coraggio di vivere e lavorare con gli altri e comunque di perseguire la propria personale visione.

Integrità: La qualità di essere te stesso in ogni situazione, in altre parole: "Il retro dovrebbe sempre essere uguale al fronte".

Praticità: L'abilità di funzionare in un vasto insieme di situazioni nella comune e di imparare abilità pratiche come il giardinaggio, la cucina, la manutenzione della casa e l'amministrazione.



**Auto-aiuto:** L'abilità di capire il proprio mondo interiore, di essere responsabile per le proprie emozioni e di iniziare azioni appropriate per l'espressione e il soddisfacimento dei propri bisogni.

**Efficienza ed efficacia:** L'abilità di pianificare la propria vita, di completare i propri compiti con uno standard alto il più possibile.

**Creatività:** gradualmente lo studente è incoraggiato a esplorare e a sviluppare i propri talenti, in modo che possa brillare della sua luce.

**Celebrazione:** La Humaniversity Psychology asserisce che, in ultimo, la vita dovrebbe essere una celebrazione di amore, luce e risata. Ciò è parte dello stile di vita della Humaniversity e si spera diventerà parte dello stile di vita di ogni studente che ha frequentato la Humaniversity.

**Maestria:** Lo studente impara il più possibile tutte le abilità e arti per diventare un maestro della sua vita e, accettando il fatto che la vita è un mistero, avrà le risorse per esplorarla con coraggio e impegno.

Ritornando all'argomento dell'essere, imparerai ad essere te stesso, come essere con te stesso, come essere con gli altri e come essere nel mondo.



dove si dorme

### **Vivere alla Humaniversity**

Vivere alla Humaniversity è un'esperienza unica, estremamente utile per chi vuole intraprendere un percorso di crescita personale e interiore.

La Humaniversity è una comunità in cui puoi conoscere te stesso attraverso il relazionarti agli altri. Viene utilizzato il concetto di "famiglia", secondo una visione allargata della stessa, in cui i membri imparano a relazionarsi in accordo con i principi base della Humaniversity, che sono Amore, Consapevolezza e Responsabilità. Lo scopo è quello di creare tra le persone un'amicizia che può durare per tutta la vita. L'approccio "familiare" è utilizzato sia nei gruppi offerti dalla Humaniversity che nei programmi residenziali: durante i gruppi i partecipanti sono riuniti in famiglie, nel Tourist Program i "turisti" formano una famiglia, i workers formano una famiglia, gli studenti sono una famiglia, i seniors e i graduati sono una famiglia, lo staff è una famiglia. Questa apparente gerarchia facilita il lavoro terapeutico, poichè tutti hanno la possibilità di ricevere supporto dai membri della propria famiglia durante il loro processo di crescita, durante le sessioni sulla consapevolezza emozionale, durante il lavoro, durante l'espressione della propria creatività, e in tutte le attività della comune. La condivisione sincera è alla base della filosofia Humaniversity, e ciò permette alle persone di sentirsi protetti e supportati nel loro cammino interiore, di superare le proprie paure e di creare relazioni positive e che nutrono. La divisione in famiglie permette anche una maggiore organizzazione dei compiti e delle responsabilità, dall'avere nessuna responsabilità e il massimo della cura, per i gruppi e i turisti, all'avere il massimo delle responsabilità e della cura per lo staff. Quando vivi alla Humaniversity scopri poi nel tempo che in realtà sei parte di un'unica grande famiglia, un insieme di persone motivate a crescere e a creare un mondo migliore, per se stessi, per tutte le persone che amano e per il resto del mondo!

La vita alla Humaniversity è intensa, le sessioni permettono di entrare profondamente dentro se stessi, e per questo motivo viene data molta attenzione alla cura per le persone; i meeting sono un'occasione per incontrarsi e crescere nell'amicizia, il lavoro è parte della vita nella comunità ed è una grande opportunità per relazionarsi, gli incontri permettono di superare la paura dell'intimità, aiutano a vivere la propria sessualità in modo sano e protetto, fanno crescere la propria autostima; ogni attività alla Humaniversity è un'opportunità per esplorare se stessi, i propri comportamenti, le proprie attitudini e per scoprire i propri bisogni profondi, che in ultimo fanno capo ad un unico grande bisogno: il bisogno di amore!

Sei sempre stimolato ad andare oltre i tuoi limiti, e questo ti aiuta a capire che il tuo potenziale è enorme, che sei molto di più di quello che credi di essere!

Alla Humaniversity puoi imparare che non esistono solo i tuoi problemi, e che non sei solo con i tuoi problemi: siamo tutti sulla stessa barca, e questo ti porta alla consapevolezza che il problema è in realtà un fatto, che a tutto c'è una soluzione, che siamo sempre noi a creare la nostra realtà, che puoi imparare a diventare più responsabile per te stesso e per gli altri, che puoi creare la tua visione e far diventare i tuoi sogni una realtà, che il motivo per cui viviamo è in ultimo amare ed essere amati. La vita alla Humaniversity è celebrazione, puoi celebrare te stesso in qualunque momento della tua giornata, quando hai compreso che l'attitudine a celebrare nasce da dentro: quando ti senti amabile il tuo modo di percepire gli altri è amorevole, e la vita diventa una celebrazione continua. Alla Humaniversity i parties sono frequenti, esiste la discoteca dove si può ballare senza inibizioni e divertirsi tutti insieme, ad un livello energetico altissimo. Nel coffeshop puoi chiacchierare con vecchi e nuovi amici sorseggiando un cappuccino, ed è così semplice fare amicizia! La sauna è un'altra opportunità per rilassarsi e relazionarsi, puoi rilassarti e prendere il sole in giardino tra le dune durante i mesi estivi, il giardino della Humaniversity è molto curato e tenuto con amore.



La cucina è il cuore della comune, il cibo cucinato con amore ha un sapore diverso, la cucina è un posto molto caldo e la musica non manca mai! Lavare i piatti diventa un divertimento, la stanchezza non si sente, con la musica e con tanti "hugging breaks", i momenti in cui tutto si ferma e ci si scioglie con gli altri in tanti abbracci. Fare le pulizie diventa un gioco, un'opportunità per condividere la tua esperienza e te stesso con i tuoi compagni di lavoro, perchè alla Humaniversity non lavori mai da solo, e non sei mai solo!

Vivendo alla Humaniversity impari a relazionarti in modo sincero, ad avere fiducia in te stesso, a prenderti cura di te stesso, degli altri e dell'ambiente in cui vivi, a sentirti amabile e a provare compassione per gli altri, impari che l'amicizia è il valore più alto che un essere umano può raggiungere, impari ad amare te stesso e gli altri.

### **Tourist Program**

Da vent'anni la Humaniversity offre il Tourist Program, un corso residenziale di quattordici giorni. Esso fornisce l'ambiente ideale per le persone che vogliono lavorare su se stesse in modo intensivo e in tempo breve, liberi dalle responsabilità quotidiane.

Il Tourist program è un programma guidato di auto-aiuto nel quale puoi capire quali sono i tuoi obiettivi e le aree di te stesso che vorresti sviluppare o nelle quali vorresti fare chiarezza.

Sei incoraggiato a prendere una posizione attiva nel tuo processo, a condividere quello che ti manca, ciò di cui hai bisogno e ciò che può essere di stimolo per te. In questo modo i tuoi compiti terapeutici, che sono la tua traccia personale insieme alle sessioni e al programma, assumono una grande importanza, e tu hai la possibilità di diventare un essere umano auto-realizzato. I conduttori del corso hanno una grande esperienza e idee per guidarti.

Il Tourist Program può essere visto come un'introduzione in profondità di quello che è il lavoro della Humaniversity; è anche un pre-requisito per partecipare allo Student Program e al Workers Program.

Il Tourist Program è adatto per coloro che :

stanno cercando la propria auto-realizzazione; essi avranno molte opportunità per avere grandi comprensioni e momenti di auto-trascendenza stanno cercando una educazione aggiuntiva. Essi faranno esperienza delle molte tecniche utilizzate alla Humaniversity.

vogliono esplorare nuove possibilità e andare oltre i propri limiti.

hanno problemi di depressione, ansia, solitudine, stress, cuore infranto, bassa autostima, conflitti con l'autorità, difficoltà sessuali, insonnia, problemi relazionali, sensi di colpa, eccetera. Essi potranno avere delle valide intuizioni che permetteranno loro di prendere delle decisioni in modo più consapevole e di fare delle scelte migliori.

Problemi più complessi quali la fobia hanno bisogno di un tempo più lungo per essere risolti. Per le persone con problemi nutrizionali quali bulimia e anoressia, e per le persone con problemi di assuefazione (alcool o droghe per esempio), esiste un programma speciale che si chiama Addiction Foundation. Tale programma ha una durata minima di tre mesi e si può estendere fino a due anni. Esso prevede una supervisione individuale e incomincia con un mese di Tourist Program.

### **Scopo Del Programma**

Lo scopo di tutte le attività è quello di aumentare la comprensione di se stessi, l'auto-accettazione e di stimolare l'energia vitale e l'amicizia. Imparerai che non sei solo con i tuoi problemi e che la vita ha molto di più da offrirti che non semplicemente "il problema". Imparerai a prenderti la responsabilità per la tua vita, ad andare oltre i tuoi limiti usuali e a darti il nutrimento di cui hai bisogno.

### **Un Giorno Tipico Nel Programma**

Il corso si svolge all'interno dell'ambiente comunitario della Humaniversity. Il programma è fortemente strutturato e mira a mantenere i partecipanti il più possibile in attività.

Il programma giornaliero si svolge più o meno così: La sveglia è presto, e subito c'è una meditazione attiva. Prima della prima sessione del mattino c'è la pulizia della casa. Dopo pranzo c'è tempo per una passeggiata sulla spiaggia, seguita da una seconda sessione di gruppo. Dopo il tè nel pomeriggio c'è il "mood report", una sessione di condivisione con uno o più terapisti, seguita da una terza sessione di gruppo. Dopo cena si svolge solitamente una sessione serale seguita da tempo di svago in Boozeria, la nostra famosa disco-bar, dove puoi ballare fino al mattino presto. In alternativa, alcuni giornate terminano con sauna e massaggio, oppure con cappuccino snack e video nel nostro coffeeshop. Si tratta di un programma di quasi ventiquattro ore che può cambiare di giorno in giorno e a volte anche più di una volta al giorno, per incontrare in modo ottimale i bisogni dei partecipanti.

I partecipanti del Tourist Program formano una famiglia all'interno del sistema di supporto della Comunità Humaniversity. Vivere e lavorare insieme in modo intenso fa affiorare molte emozioni che possono essere espresse durante le sessioni. Alla fine della giornata, torni "a casa" nel tuo dormitorio, che è uno spazio aperto, con una camera privata per bisogni particolari. Vivere in comunità, invece che dietro a porte chiuse, ti permetterà di conoscere i tuoi compagni molto in fretta e di imparare il massimo su te stesso in un tempo molto breve.

### **Le Tecniche Terapeutiche**

GUARIGIONE EMOZIONALE: La consapevolezza delle emozioni e la capacità di esprimere le quattro emozioni di base, paura, rabbia, dolore e amore, sono fondamentali per la salute mentale. Il lavoro emozionale costituisce la gran parte del programma. Una tecnica innovativa creata da Veeresh e molto utilizzata è il Flushing. Essa combina insieme elementi di Bonding, Primal Scream, Libere associazioni e Condivisione. La catarsi, espressione di emozioni represses, crea in te stesso chiarezza e forza nel qui e ora. Nuove comprensioni dei tuoi meccanismi di difesa ti



possono portare a cambi positivi e durevoli nella tua vita, e puoi sperimentare di nuovo l'amore come la più profonda delle quattro emozioni fondamentali.

**ENCOUNTER:** Nella filosofia Humaniversity l'encounter è la spina dorsale necessaria in ogni comunità. Encounter letteralmente significa "incontro" Durante le sessioni di encounter sei incoraggiato ad esprimere apertamente le tue emozioni irrazionali verso l'altra persona, sempre con lo scopo di avvicinarsi e di aprire la strada all'amore e all'amicizia.

**BODY WORK:** L'energia fisica e quella emozionale sono strettamente connesse. Lavorando sulle tensioni muscolari che forma l'"armatura" del nostro corpo, vengono rilasciati i blocchi emozionali. Lo scopo del bodywork è quello di darti una base solida ed emozionalmente equilibrata nel qui e ora. Una forma molto semplice e gioiosa di bodywork è la danza, che è utilizzata come "riscaldamento" nelle sessioni.

**ARTI MARZIALI:** La Humaniversity ha sviluppato il proprio stile di Arti Marziali, che ha chiamato Osho-do. Essa ha preso diverse tecniche da varie scuole tradizionali, senza l'aspetto competitivo. L'Osho-do ti permette di sviluppare la centratura, l'equilibrio e un senso di autostima molto positivo. Parte dell'Osho-do è lo Street Awareness Program (SAP), un sistema di difesa semplice e molto efficace. La Humaniversity ha un grande Dojo dove vengono praticati l'Osho-do, il SAP, come pure il Tai-chi e il tiro con l'arco.

**SENSUALITA' E SENSIBILITA':** All'interno dell'ambiente unico della Humaniversity puoi esplorare in modo assolutamente protetto la tua sessualità. Viene data molta attenzione allo sviluppo della consapevolezza intorno a questo soggetto. L'enfasi è sempre sul modo di relazionarsi, sull'amicizia e sull'igiene responsabile.

**SOCIODRAMMA, GIOCO DI RUOLI:** Durante le due settimane di Tourist Program ti viene dato un nuovo nome. I nomi servono ad enfatizzare certi aspetti della tua personalità, e possono cambiare più di una volta nel corso del programma. Lo scopo è quello di renderti più consapevole di te stesso e di farti raggiungere una maggiore auto-accettazione. Per esempio, una persona che è sempre "bravo" potrebbe ricevere un nome che lo aiuta ad entrare in contatto con la propria rabbia. Qualcuno con una bassa autostima potrebbe prendere un nome che lo aiuta a sentirsi più di valore, come "Sono bellissimo" oppure "Eccitante". Avrai il compito di vestirti per giocare un determinato ruolo. Abbiamo disponibile una grande collezione di abiti da teatro. In una sola volta realizzerai che ci sono nuovi modi di comportarsi, che possono portarti a nuove comprensioni emozionali e una auto-consapevolezza superiore. Per esempio, una persona molto depressa potrebbe ricevere il compito di vestirsi come un clown e di intrattenere tutti, e realizzare che stare davanti a un pubblico non è un'esperienza così paurosa come pensava. Un feedback che viene così direttamente dai propri sensi può avere un grande valore nel creare nuovi impulsi a cambiare il proprio umore.

**MEDITAZIONI SOCIALI:** La meditazione sta entrando nella coscienza occidentale e sta lentamente diventando parte della nostra cultura. La Humaniversity ha preso da sorgenti orientali tradizionali, le ha demistificate e integrate nel processo terapeutico. L'enfasi è nelle tecniche di meditazione sociali attive ed interattive. La meditazione sociale è una innovazione di Veeresh. Invece di meditare da solo lo fai con un contatto intenso ed interattivo con altre persone, che diventano degli specchi nei quali puoi vedere chiaramente te stesso. La meditazione sociale più conosciuta è l'AUM meditation, che conduce i partecipanti attraverso una esperienza intensa formata da dodici aspetti della natura umana: odio, amore, euforia, energia vitale, caos, danza, lacrime, risata, sensualità, canto silenzio e rispetto.

**ESPRESSIONE CREATIVA:** La creatività è una parte importante del programma, sotto forma di disegno, pittura e show teatrali. Creare, provare e recitare uno show teatrale in gruppo aumenta la capacità di lavorare in team, incoraggia la spontaneità e la giocosità, come se sei gioiosamente immerso nel processo creativo.

**ABBRACCI:** L'abbraccio è una delle tecniche di base utilizzate alla Humaniversity. Potresti ricevere il compito di dare cento abbracci al giorno. Ciò rafforza la sensazione di sentirsi amato e accettato dalle persone intorno a te. E' stato scientificamente provato che il contatto fisico è uno dei bisogni fondamentali più negati dell'essere umano.

**DOMANDE E RISPOSTE CON VEERESH:** Hai l'opportunità di incontrare Veeresh in un ambiente rilassato e informale, di parlare dei tuoi problemi, condividere le tue esperienze e fare domande. Veeresh condividerà la sua esperienza di vita unica, la sua saggezza e la sua umanità piena di cura.

**GRUPPI DEL WEEK-END:** Come parte del Tourist Program partecipi a due gruppi del week-end. Durante questi workshops farai parte di un gruppo differente di persone e ci saranno differenti conduttori. Ciò darà un input fresco al tuo processo.

**SESSIONI DI CONDIVISIONE:** Ogni giorno c'è una sessione di gruppo di condivisione con uno o più terapisti, sui tuoi progressi e comprensioni. Accanto a questi "mood reports" c'è sempre la possibilità di avere un counselling individuale.

### **Le Altre Meditazioni Sociali**

Le Meditazioni Sociali sono state create da Veeresh a Humaniversity. Ogni meditazione sociale è costituita da un insieme di brani musicali che ne distinguono le varie fasi, a cui sono associate attività interattive e a volte individuali dei partecipanti.

Una meditazione sociale è un processo interiore doppio, che dà a ogni partecipante l'opportunità di rilassarsi con sé stesso e di creare delle connessioni amorevoli con gli altri; infatti le meditazioni sociali sono state create con la consapevolezza che l'amicizia è importante tanto quanto incontrare se stessi, e che quando incontri te stesso incontri anche l'altro. Durante le meditazioni sociali interagisci con gli altri: ogni persona infatti è come uno specchio in cui puoi vedere riflessa una parte di te. Le meditazioni sociali hanno il grande merito di favorire la socializzazione e l'amicizia; se la meditazione individuale ti aiuta a contattare il tuo "centro", quando sei in una meditazione sociale sei in un processo duplice: il processo con te stesso, le tue emozioni, la tua consapevolezza, la ricerca di "chi tu



sei", e il processo di socializzazione con gli altri. Le meditazioni sociali ti aiutano a contattare il "centro del tuo essere" insieme ad altre persone, ad aprirti di più agli altri e a portare più amore nelle tue relazioni.



## Scuola e dintorni

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

CSTG organizza:

**Pathways to connectedness:  
percorsi verso la connessione da momento a momento (fluidità),  
da persona a persona (contatto), da evento a evento (continuità  
narrativa), tra parti diverse della persona (teoria del sé) e della  
comunità (life focus communities)**

### WORKSHOP ESPERIENZIALE INTENSIVO CON ERVING POLSTER

**Sabato 28 e domenica 29 maggio 2011 ore 09:30 - 17:30  
Starhotels Ritz, via Spallanzani n° 40, Milano**

**Erving Polster**, PhD, già direttore del Gestalt Training Center di San Diego e Professore di Psicologia Clinica presso il Dipartimento di Psichiatria della Scuola di Medicina dell'Università della California a San Diego. È autore di molte pubblicazioni, tra le quali: "Psicoterapia del quotidiano: Migliorare la vita della persona e della comunità" (Centro Studi Erikson, 2007), "Ogni vita merita un romanzo. Quando raccontarsi è terapia" (Astrolabio, 1988), "Terapia della gestalt integrata" con Miriam Polster (Giuffrè, 1986) e "Population of Selves" (Josse-Bass, 1995).

**Per partecipare alle sedute è necessario prenotarsi al momento dell'iscrizione**

**Sabato 28 maggio cena gala Presso Starhotels Ritz, via Spallanzani n° 40, Milano**

#### Programma:

28 MAGGIO

08.45-09.30 Registrazione partecipanti

09.30-10.00 Apertura dei lavori di R. Zerbetto

10.00-11.30 Lezione magistrale di E. Polster:

*Pathways to connectedness: percorsi verso la connessione*

11.30-11.45 Break

11.45-12.30 I seduta e commento di E. Polster

12.45-13.30 II seduta e commento di E. Polster

13.30-15.00 Lunch Break

15.00-15.15 Apertura dei lavori di G. Ratti e R. Versaci

15.15-16.00 III seduta e commento di E. Polster

16.00-16.45 IV seduta e commento di E. Polster

16.45-17.30 Dibattito e chiusura della giornata

20.30 Cena di Gala

29 MAGGIO

09.00-09.30 Apertura dei lavori di D. De Marinis

09.30-10.15 I seduta e commento di E. Polster

10.15-11.00 II seduta e commento di E. Polster

11.00-11.15 Break

11.15-12.00 III seduta e commento di E. Polster

12.00-12.45 IV seduta e commento di E. Polster

12.45-13.30 V seduta e commento di E. Polster

13.30-15.00 Lunch Break

15.00-15.15 Apertura dei lavori di G. Ratti e R. Versaci

15.15-17.00 Lezione magistrale di E. Polster: *Life focus communities*

17.00-17.30 Dibattito e chiusura della giornata

**Prenotazioni lavoro con Erving Polster:** la prenotazione per le sedute con

Polster, considerato il numero di sedute possibili, sarà confermata per e-mail dalla segreteria organizzativa.

**Costi di partecipazione workshop:** 200 euro + IVA per entrambe le date non frazionabili, 150 euro + IVA per i soci CSTG, 30 euro tessera associativa CSTG, 20 euro + IVA DVD video-riprese del workshop, cena di gala 80 euro.

**Per informazioni:** Tel. 02/29408785 e-mail: [convegni@cstg.it](mailto:convegni@cstg.it)



## **MASTER IN GESTALT LEADERSHIP – Prima edizione 2011- 2012**

Direttori Scientifici: Riccardo Zerbetto Donatella De Marinis

### **PROGRAMMA:**

120 ore : insegnamenti teorico-esperienziali con avvio alla conduzione di gruppo alla pari in supervisione di cui il 35% in ambito residenziale.

100 ore: (pari a 50 incontri) di partecipazione ad attività di psicoterapia di gruppo a orientamento gestaltico.  
N.B. Per chi ha già fatto un percorso di terapia di gruppo ad orientamento gestaltico si richiedono 40 ore di partecipazione ad un gruppo in qualità di osservatore.

30 ore: supervisione

Per un totale di 250 ore in un biennio

### **DURATA DEL CORSO:**

Il corso si svolge in 15 giornate di lavoro di 8 ore ciascuna nei fine settimana ed in un corso residenziale intensivo di 4 giorni presso Loc: Noceto—Via di Grotti- Bagnai 1216- 53010 Ville di Corsano (Siena).

### **COSTI**

Il costo è di € 1.650,00 (esclusa IVA ) oltre al costo della terapia di gruppo. La stessa viene accreditata se svolta durante le formazioni curriculari.

Quota di iscrizione € 120,00 (la quota comprende tessera associativa CSTG)

### **DESTINATARI:**

- Allievi della che hanno completato o sono in via di completamento di un corso di base nell'approccio gestaltico.
- Professionisti che provengono da orientamenti diversi dopo un corso integrativo sull'approccio gestaltico di 50 ore.

Per i counselor:

Il Master sarà riconosciuto da Assocounseling come Specializzazione

### **FINALITÀ:**

Il corso si propone di sviluppare:

- capacità relazionali, di ascolto e di comunicazione, attraverso le quali instaurare una relazione d'aiuto o di sostegno professionale;
- capacità di gestire un gruppo con la peculiarità gestaltica di psicoterapia "in gruppo" e non "di gruppo"

### **ATTESTATO:**

Al termine del Corso è prevista la presentazione di una tesi ed un esame teorico pratico. verrà rilasciato un attestato di : "CONDUZIONE DI GRUPPI A ORIENTAMENTO GESTALTICO — gestalt group leadership"

### **CORPO DOCENTE:**

Direttore Scientifico ZERBETTO RICCARDO: Psichiatra, Psicoterapeuta, Presidente CSTG e Didatta ord. supervisore FISIG.

Direttore didattico DE MARINIS DONATELLA: Psicologa, Psicoterapeuta, Co-direttore CSTG, Didatta ord. supervisore FISIG.

MOZZICATO MICHELE: Psichiatra Psicoterapeuta, Direttore Sanitario Studio Metafora, Primario emerito Psichiatria N.1 Lombardia, Docente CSTG.

RATTI GIULIANA: Psicologa, Psicoterapeuta con Certificato Europeo Psicoterapia, membro ordinario EAGT, membro associato New York Institute GT, docente CSTG.

BERGOMI SARA: Counselor, Gestalt terapeuta in Francia e nei paesi francofoni, Docente CSTG

CALLEGARI ALESSANDRA: Counselor ad orientamento bioenergetico

CORTI ILARIA: Psicologa, Psicoterapeuta, Assistente alla didattica CSTG

PARMEGGIANI MICHELA: Psicologa, Psicoterapeuta, Didatta ass. FISIG

RONZANI SILVIA Counselor ad orientamento gestaltico

SCIAKY RICCARDO: Psicologa, Psicoterapeuta, Didatta ass. FISIG

VERSACI ROSA: Psicologa, Ph.D, Psicoterapeuta, Didatta ass. FISIG

VERONESI ILARIA: Psicologa, Psicoterapeuta, Didatta ass. FISIG





Presidente Onorario e Supervisore CSTG: Claudio Naranjo, direttore del SAT Institute di Berkley USA.

CALENDARIO 2011 - 2012:

sabato 9 aprile Milano	Inquadramento teorico del lavoro in gruppo in una prospettiva gestaltica - <i>Zerbetto</i>
sabato 9 aprile Milano	Inquadramento teorico del lavoro in gruppo : diverse teorie - <i>Sciaky</i>
Sabato 14 maggio Milano	Conduzione e co-conduzione nei gruppi; funzione paterna e materna nella dinamica gruppale - <i>DeMarinis/Mozzicato</i>
Domenica 24 luglio Noceto	storia dell'intervento in gruppo nel movimento psicanalitico, in altri approcci della psicoterapia e nei gruppi di auto-aiuto - <i>Zerbetto</i>
Lunedì 25 luglio Noceto	processo di individuazione e costruzione della noità di gruppo - <i>Zerbetto</i>
Martedì 26 luglio Noceto	riferimenti archetipi e realtà attuale del lavoro con i gruppi - <i>Zerbetto</i>
Mercoledì 27 luglio Noceto	le funzioni del sé nella dinamica gruppale - <i>Zerbetto</i>
Giovedì 28 luglio Noceto	elementi di confrontation group e di catarsi emozionale; la funzione ad-gressiva e l'autorizzazione ad esplorare. Rischio della diversità e unicità dell'essere al mondo; l'uso della musica nel lavoro di gruppo - <i>Zerbetto</i>
sabato 10 sett Milano	Dall'approccio interpretativo sulla dinamica gruppale all'approccio esperienziale in un setting gruppale; confini dell'io e co-esistenza nel progetto di realizzazione personale; tecniche di gestalt group work (hot seat, esperimento, mise en action, imagery, amplificazione, lavoro sulle polarità et.) - <i>Ratti</i>
Domenica 15 Gen Milano	Gestaltung e processo creativo: elementi di GestaltArt ed uso delle tecniche espressive; group leadership nel counseling; lavoro sulle sottopersonalità - <i>Bergomi</i>
Domenica 12 Feb Milano	Gruppo donne - <i>De Marinis</i>
Domenica 12 Feb Milano	Gruppo uomini - <i>Mozzicato</i>
Sabato 10 Mar Milano	terapia di gruppo su ansia e panico - <i>Versaci</i>
Domenica 15 Apr Milano	Tecniche regressive e proflessive nel lavoro di gruppo elementi di lavoro sul corpo in ambito gruppale (con Alessandra Callegari); Contenimento e assunzione di responsabilità. - <i>Sciaky- Callegari</i>
Sabato 12 Mag Milano	La meditazione nei gruppi - <i>Corti</i>
Sabato 12 Mag Milano	monodramma e psicodramma, role-playing a tecniche di teatro - <i>Parmeggiani</i>
Sabato 9 Giug Milano	elementi di analisi transazionale, egogramma / giochi relazionali - <i>De Marinis/Mozzicato</i>
Sabato 23 Giug Milano	inizio e conclusione del percorso di gestalt group work. - <i>Zerbetto/De Marinis</i>
24 giugno o 8 luglio Milano	esame finale

SEDE DEL CORSO:

CSTG Via Mercadante, 8-20124 Milano Tel/fax. 02.29408785  
Noceto • Via di Grotti-Bagnaia 1216 53010 Ville di Corsano (Siena)

E-mail segreteria: [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it)



**SOGNO E INCONTRO CON IL DAIMON**

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

Percorso teorico-esperienziale nel sogno e nel mondo immaginale  
condotto da: Riccardo Zerbetto e Giorgio Antonelli  
con la partecipazione di Herbert Hoffman

Il daimon: come per Eros, nella concezione socratico-platonica, il *daimon* è *metaxù*, al confine tra la soggettività dell'individuo e l'universalità del divino, dell'archetipo. Su questo tema si confronteranno le prospettive della psicologia analitico-junghiana e hillmaniana e gestaltica: dove cercare il Sé: *in interiore homine* o *al confine* tra mondo interno e mondo esterno?

Dreamwork: il workshop teorico-esperienziale prevede un lavoro sui contenuti onirici presentati dai partecipanti in un'ottica gestaltica con integrazioni teoriche in una prospettiva freudiana, junghiana e hillmaniana con riferimenti di carattere antichistico e antropologico sulla pratica della incubazione e della oniromanzia (con visita ad un sito archeologico etrusco nelle vicinanze con possibile destinazione divinatoria).



Da giovedì 28 ore 15,30 a domenica 31 luglio ore 13,30 2011. Il costo è di 80 euro al giorno per il lavoro teorico-esperienziale 10-15 euro a notte per l'ospitalità (a seconda dell'ambiente prescelto) e di 30 euro per la "pensione completa" al giorno. Coloro che lo desiderano possono fermarsi a Noceto per più giorni della settimana alle stesse condizioni di ospitalità.

Il workshop prevede – oltre ad una serata "simposiale" e ad una di "inner dance" - 8 ore di lavoro teorico-esperienziale al giorno accreditabili per il Master su Dreamwork e mondo immaginale promosso dal CSTG e si svolgeranno presso il Podere di Noceto (Ville di Corsano), Via di Grotti-Bagnaia 1216

Riccardo Zerbetto, psichiatra, direttore Centro Studi Terapia della Gestalt  
Giorgio Antonelli, psicoanalista jungiano, Pres. Associazione di Psicologia e letteratura fondata da Aldo Carotenuto  
Herbert Hoffman, archeologo, psicoterapeuta Gestalt formato con Isha Bloomberg e James Hillman

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



### L' ATTEGGIAMENTO DEL TERAPEUTA Percorso teorico esperienziale condotto da Suzana Stroke

Il percorso si rivolge a psicologi, psicoterapeuti e professionisti impegnati nella cura, nello sviluppo, e nel cammino dell'autoconoscenza.

Il focus principale del workshop riguarderà l'attitudine e l'atteggiamento del terapeuta nella relazione interpersonale con pazienti e tra pari.

Il lavoro affronterà gli ostacoli e le difficoltà più frequenti a partire dal tipo di personalità dei partecipanti, per una comprensione profonda di questi ostacoli e per lo sviluppo di

alternative creative.

Il workshop è strutturato in due moduli per un totale di 50 ore di lavoro teorico-esperienziale accreditabili per il **Master sulle Relazioni** promosso dal CSTG e si svolgerà presso la sede di Via Mercadante, 8 di Milano.

#### I modulo – ottobre 2011

Venerdì 14 ottobre 2011 (ore 15/20)

Sabato 15 ottobre 2011 (ore 10/20)

Domenica 16 ottobre 2011 (ore 10/20)

#### II modulo – maggio 2012

Venerdì 4 maggio 2012 (ore 15/20)

Sabato 5 maggio 2012 (ore 10/20)

Domenica 6 maggio 2012 (ore 10/20)

Costo 250 euro ogni modulo

#### Suzana Stroke

Specialista nel tema delle relazioni dal 1979 conduce la sua attività tra l'Europa e l'America. Formatrice e supervisore di terapeuti. Suzana è Fondatrice, direttrice e terapeuta del Centro Cultural de Pesquisas e Desenvolvimento Humano.

#### Per informazioni:

[www.psicoterapia.it/cstg](http://www.psicoterapia.it/cstg) e [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) – tel 02.29408785

Anna Silvia Persico 347.8207716 [annasilviapersico@tiscali.it](mailto:annasilviapersico@tiscali.it)



## Eventi

**Il Centro Studi Terapia della Gestalt (CSTG)**, con il patrocinio della **Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia (FIAP)**, presenta per il ciclo di conferenze tematiche **Dialoghi sull'amore:**

**Il Mal d'amore  
con la partecipazione di  
PRIMO LORENZI**

L' incontro si terrà **lunedì 9 Maggio 2011** dalle



ore 21.00 alle ore 23.00 presso la **Casa Della Cultura**, Via Borgogna 3, 20122, Milano ( mm San Babila)

In questo incontro, è la volta del **MAL D' AMORE**, presentato con il contributo di **Primo Lorenzi**, che tratterà la passione amorosa e le sue declinazioni patologiche. Dalla struttura dell'esperienza e attraverso una duplice ottica, antropologica e clinica, il cui approccio ermeneutico valorizzi la dimensione soggettiva dei vissuti, l'Autore passerà in rassegna le patologie connesse con l'innamoramento: dalla "Sindrome dell'amante fantasma" al delirio erotomanico, alla figura del Dongiovanni. Verranno poi indagati i legami fra innamoramento e gelosia: dalla gelosia ossessiva alla "Sindrome di Otello". Una particolare attenzione verrà anche riservata all'elaborazione, più o meno difficile, dei "Lutti amorosi" e alle molestie amorose.

**Interviene: Primo Lorenzi**, psichiatra, psicoterapeuta, ha pubblicato oltre cento articoli su riviste nazionali ed internazionali ed è autore di varie monografie fra cui "Mal d'amore, innamoramento, gelosia, malinconia amorosa e amore molesto", Antigone, 2010 e "Donne e Dee; figure dell'eterno femminile", Alpes, 2011.

**Coordina: Riccardo Zerbetto**, direttore del Centro Studi di Terapia della Gestalt, già presidente della *European Association for Psychotherapy* e della Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia

**Per informazioni:** Tel/fax 02/29408785 – e-mail: [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it)

**Costi di partecipazione:** 12 euro a persona, 8 euro per i soci CSTG, per ciascuna serata

*"Il primo incontro su "Dialoghi sull'amore" alla Casa della Cultura con la presenza di Umberto Galimberti è andato molto bene. Direi che è stato un evento un po' speciale. Per me, almeno, lo è stato.*

*Per il prossimo avremo Primo Lorenzi che, oltre ad essere un caro amico con il quale razzolo in terra di Grecia da oltre dieci anni, è forse il massimo esperto in Italia di psicopatologia della vita amorosa. Oltre alla Conferenza, che si svolgerà il 9 maggio dalle 21 alle 23, abbiamo pensato di offrire la possibilità di un seminario di approfondimento su questo tema che, in vario modo, ci riguarda ... tutti.*

**Il seminario si terrà il lunedì pomeriggio dalle 15,30 alle 19,30 presso la sede del CSTG in Via Mercadante, 8 ed avrà il costo di 50 euro (40 per allievi e soci del CSTG).**

*Chi è interessato è pregato di comunicarlo in Segreteria entro il 5 maggio"*

R.Z.

### → 3° CONVEGNO DELLA S.I.P.G. SOCIETÀ ITALIANA PSICOTERAPIA GESTALT

Il Dolore e la Bellezza

dalla Psicopatologia all'Estetica del Contatto

9-11 Dicembre 2011 Astoria Palace Hotel - Palermo Via Montepellegrino, 62

Il convegno nasce dall'esigenza di fornire una lettura gestaltica delle forme di sofferenza insite nell'esperienza psicopatologica, valutandone al contempo i percorsi preventivi e il sostegno specifico che vi si accompagnano.

Per partecipare è indispensabile iscriversi al più presto per poter usufruire di una riduzione; nel dettaglio, le quote di iscrizione sono:

entro il 31 gennaio 2011 – Allievi € 100, Psicoterapeuti € 150, Soci SIPG € 120;

entro il 30 giugno 2011 – Allievi € 150, Psicoterapeuti € 200, Soci SIPG € 170;

dopo il 30 giugno 2011 – Allievi € 200, Psicoterapeuti € 250, Soci SIPG € 220

Per iscriversi contattare la segreteria. *La quota di partecipazione potrà ridursi progressivamente in rapporto al numero di iscritti.*

→ Giovedì 12 maggio ore 21, Lo Studio Associato Metafora presenta:

### **Una nuova chiave di lettura per i conflitti familiari : La Mediazione familiare**

*"La mediazione è una forma di assistenza alle persone che stanno cercando di raggiungere un accordo in una controversia, da parte di una terza persona neutrale ed imparziale che si adopera per mantenere aperte le possibilità di comunicazione."*

*Come si applica la mediazione all'ambiente familiare?*

*Come lavora il mediatore?*

*Il senso della mediazione familiare*

*Cenni storici della mediazione*

*Testimonianze di persone con esperienze della mediazione familiare*

La conferenza si terrà presso Studio Metafora via Vitruvio 4, 20124 Milano. MM1 Lima, MM2 e MM3 Centrale. La partecipazione è gratuita.

È gradita la prenotazione telefonando al numero 02-29522329 o via e-mail [studio.metafora@agora.it](mailto:studio.metafora@agora.it)

Le serate organizzate dal **Metafora**, quando riguardino argomenti inerenti la psicologia, la psicoterapia e in generale l'area umanistica, saranno accreditate come ore previste per la partecipazione a congressi.



➔ Lo Studio Metafora presenta una nuova iniziativa con diversi servizi per persone separate:  
**GRUPPO SOS-SEPARATI ( [www.sos-separati.it](http://www.sos-separati.it) )**

Il **gruppo di auto-aiuto SOS Separati** è un gruppo di persone che condividono la stessa situazione e la stesse difficoltà: la vita dopo la separazione.

Nel nostro gruppo le persone che attraversano un periodo di crisi escono da una situazione di passività e diventano protagoniste. Conoscere persone che hanno attraversato o stanno attraversando le stesse difficoltà fa sentire meno soli e aiuta a capire che sentimenti e reazioni che appaiono "cattivi" o "folli", non sono affatto tali. Inoltre incontrare persone che hanno superato gli stessi problemi o hanno trovato modi ottimali per affrontarli e gestirli può regalare speranza e ottimismo.

#### **Le regole**

Nel nostro gruppo desideriamo creare per tutti gli utenti uno spazio dove non debbano avere paura di essere giudicati o valutati.

Tutto ciò che verrà detto nel gruppo, rimarrà nel gruppo.

Chi non se la sente ancora di parlare, non è obbligato a farlo e non subirà alcuna pressione in tal senso, nè verrà giudicato negativamente per questo motivo. Semplicemente "regalerà" le sue confidenze in un altro momento.

Tutti hanno i propri tempi e le proprie necessità.

#### **Date e luogo dei prossimi incontri**

4 maggio 2011 ore 20:30-22:30 presso Studio Associato Metafora Via Petrella, 9 20124 Milano

Per informazioni e prenotazioni ( massimo 12 utenti per ogni incontro ) scrivere a [info@sos-separati.it](mailto:info@sos-separati.it)

oppure telefonare al numero 370 3046358 (Antje Lier e Alberto Cericola)

Contributo: 10 Euro a incontro

#### **➔ ES.S.e R.E. (ESperienze di Sensorialità, Stretching E Riequilibrio Energetico)**

##### **Percorso Esperienziale sulla Consapevolezza e la Dimensione Corporea**

##### **Il Qi-gong ad orientamento gestaltico**

Viviamo in una società tutta centrata sull'apparire, sull'aver e sulla parte razionale, che si "dimentica" il sentire, l'essere e il corporeo. Questa dicotomia è alla base degli squilibri esistenziali che portano alla nevrosi: viene esclusa e tagliata una parte importante del nostro sé.

Per tornare ad essere in sintonia con l'esistenza è necessario riappropriarsi di quelle parti di noi che via via abbiamo perso e tagliato fuori dalla nostra esperienza: dobbiamo ritornare a noi alla nostra dimensione corporea attraverso un percorso di crescita basato sulla consapevolezza.

Il per-corso permette, nell' arco di alcune sedute collettive, di intervenire sul sistema muscolare, strutturale ed energetico ponendo l' accento sui propri blocchi.

Ciò può aiutare a migliorare la dimensione corporea, la situazione energetica e ad agire sulla postura per ristabilire le corrette funzioni delle catene miotensive, ciò può aiutare il "risveglio" della nostra consapevolezza ne "qui ed ora"

##### **Il Progetto:**

*Il lavoro di crescita proposto è un primo momento di un progetto più ampio che intendiamo proporre partendo dalla nostra esperienza ventennale di lavoro sul corpo e sulla consapevolezza.*

##### **Il Per-corso:**

E' aperto agli allievi e counselor del CSTG e a tutti coloro che vogliono mettersi gioco in un percorso di crescita individuale e di gruppo. Al centro del lavoro vi è il Qi-gong, splendido mezzo per riequilibrare la propria energia e per aumentare la propria consapevolezza. A questo uniremo esercizi di meditazione dinamica, stretching sui meridiani di Agopuntura e altri esercizi sulla percezione del proprio corpo.

Esso si articola in incontri (settimanali o quindicinali) di due ore che si terranno il martedì sera in Via Mercadante 8, Milano dalle ore 19,30/20 alle ore 21,30/22..

Le date:

*Il corso si attiva con un minimo di 10 partecipanti e un massimo di 18. Tutte le informazioni inerenti al corso e al suo svolgimento è possibile averle contattando i conduttori ai seguenti numeri:*

**Giovanni Montani 333 6304430**

**Valter Mader 338 1317292.**

##### **I conduttori:**

**Giovanni Montani**, Counselor, terapeuta e didatta shiatsu, Esperto in tecniche corporee, E' docente per i corsi di Counseling del CSTG, ha integrato la sua formazione con Claudio Naranjo nei corsi dal SAT I a SAT V. Oltre al lavoro sulla consapevolezza corporea lavora sulle problematiche legate alla disoccupazione lavorando con un'altra Counselor sui disoccupati di lunga durata.

**Valter Mader**, Counselor, terapeuta e didatta shiatsu, Esperto in tecniche corporee, E' docente per i corsi di Counseling del CSTG, ha integrato la sua formazione con Claudio Naranjo nel percorso dell' Enneagramma, dal SAT I al SAT V.



**mercoledì 4 maggio 2011 ore 17.30**

MILANO PER IL SILENZIO le idee e i progetti per una città diversa  
DUCCIO DEMETRIO e NICOLETTA POLLA-MATTIOT, ideatori dell'Accademia del Silenzio *dialogano con il pubblico per progettare e discutere un manifesto del silenzio*

**venerdì 6 maggio 2011 ore 21.00**

La metamorfosi della famiglia. Psicanalisi e sociologia si interrogano su una mutazione antropologica

**domenica 8 maggio 2011 ore 17.00**

Associazione Culturale S.P.H.C.I. (Segreteria Nord) in collaborazione con Edizioni Giuseppe Laterza  
Attualità e attualizzazione della medicina ermetica tradizionale nelle scienze della salute

**lunedì 9 maggio 2011 ore 18.00**

CENTRO BERNE

IL DISAGIO GIOVANILE OGGI: COME SI MANIFESTA, COME POSSIAMO RISPONDERE



Holland in spring!

## Segnalazioni

Edwin S. Shneidman

**Autopsia di una mente suicida**

Editore: 2006 Giovanni Fioriti Prezzo: 18.00 euro

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

Parsi Maria Rita

**Ingrati. La sindrome rancorosa del beneficiario**

2010, Collana: Ingrandimenti Pagine: 244 Prezzo: € 17.50

Editore: Mondadori

Fontana Andrea, Gazzillo Francesco

**Psicoanalisi in tempi di crisi**

2011, Collana: Psicoanalisi tra memoria e futuro Pagine:

240 Prezzo: € 25.00 Editore: Borla

Cornoldi Cesare, Zaccaria Sara

**In classe ho un bambino che... L'insegnante di fronte ai disturbi specifici dell'apprendimento**

2011, Pagine: 192 Prezzo: € 10.00 Editore: Giunti Scuola

Maurizio Andolfi, Camillo Lorio, Valeria Ugazio

**Depressioni e sistemi. Il peso della relazione**

2011, Collana: Psicoterapia della famiglia - Clinica Pagine: 224 Prezzo: € 27,00 Editore: Franco Angeli

Livio Bottani

**Identità e narrazione del sé**

2011, Collana: Filosofia Pagine: 160 Prezzo: € 20,00 Editore: Franco Angeli

Valeria Egidi Morpurgo, Giuseppe Civitarese

**L'ipocondria e il dubbio. L'approccio psicoanalitico**

2011, Collana: Psicoanalisi psicoterapia analitica - Clinica Pagine: 176 Prezzo: € 21,00 Editore: Franco Angeli

Massimo Biondi, Camillo Lorio

**Disturbi di personalità. Identità e conflitti in una società in trasformazione**

2011, Collana: Pratica clinica Pagine: 288 Prezzo: € 35,00 Editore: Franco Angeli

Rollo Dolores

**Un amore di fratello. Come sopravvivere a gelosia e rivalità**

2011, Collana: Genitori no problem! Pagine: 96 Prezzo: € 8.00 Editore: San Paolo Edizioni

Albisetti Valerio

**Curare la propria identità**

2011, Collana: Note di psicologia Pagine: 40 Prezzo: € 5.00 Editore: Paoline Editoriale Libri



Asti Alessia

**Disegnarsi. Identità e alterità nei disegni infantili**

2011, Collana: Tascabili Bonanno. Pallaio Pagine: 112 Prezzo: € 13.00 Editore: Bonanno

Faccincani Cristina

**Alle radici del simbolico. Transoggettività' come spazio pensante nella cura psicoanalitica**

2010, Collana: Inconscio e cultura Pagine: 188 Prezzo: € 16.90 Editore: Liguori

Piro Sergio, Carrino Candida

**Quando ho i soldi mi compro un pianoforte. Conversazioni con un protagonisti della psichiatria del '900**

2010, Collana: Biografie Pagine: 144 Prezzo: € 16.90 Editore: Liguori

Pietro Barbetta (a cura di)

**L' avventura delle differenze. Sistemi di pensiero e pratiche sociali**

2011, Collana: Profili Pagine: 266 Prezzo: € 19.90 Editore: Liguori

Giusti Edoardo

**Automotivazione e volontà. Come conseguire i propri obiettivi con successo**

2011, Collana: Psicoterapia e counseling Pagine: 208 Prezzo: € 19.00 Editore: Sovera Edizioni

Serranò Francesco, Fasulo Alessandra

**L'intervista come conversazione. Preparazione, conduzione e analisi del colloquio di ricerca**

2011, Collana: Dimensioni della psicologia Pagine: 193 Prezzo: € 20.00 Editore: Carocci

Macrì Simone, Capogrossi Colognesi Sara

**Che cos'è lo stress?**

2011, Collana: Le bussole Pagine: 126 Prezzo: € 10.50 Editore: Carocci

Serge Ciccotti, Nicolas Guéguen

**Cani, gatti e coccole. Come e perchè gli amici a quattro zampe possono aiutare grandi e piccini**

2011, Collana: Le Comete Pagine: 176 Prezzo: € 19,00 Editore: Franco Angeli

Mauro Cason

**Perché non ci capiamo? Giochi relazionali, aspetti psicologici e meccanismi della comunicazione**

2011, Collana: Le Comete Pagine: 144 Prezzo: € 16,00 Editore: Franco Angeli

Ripamonti Chiara A.

**La devianza in adolescenza**

2011, Collana: Aspetti della psicologia Pagine: 319 Prezzo: € 24.00 Editore: Il Mulino

Cavaleri Pietro, Buscemi Donatella, Cammarata Salvatore

**Il senso della vita. Dalla sofferenza all'adattamento creativo**

2011, Collana: Psicologia e benessere Pagine: 88 Prezzo: € 8.00 Editore: Città Nuova

Talò Anna

**Meditazioni per donne sempre di corsa**

2011, Collana: I libri del benessere Pagine: 162 Prezzo: € 12.90 Editore: Corbaccio

Pinkola Estés Clarissa

**Donne che corrono coi lupi**

2011, Collana: Numeri Primi Pagine: 570 Prezzo: € 14.00 Editore: Sperling & Kupfer

Schelotto Gianna

**Noi due sconosciuti**

2011, Collana: Ingrandimenti Pagine: 172 Prezzo: € 17.50 Editore: Mondadori

Damico Gianfranco

**Piantala di essere te stesso! Liberarsi dai propri limiti ed essere felici**

2011, Collana: Urra Pagine: 271 Prezzo: € 15.00 Editore: Apogeo

Nicola Ghezzi

**Quando l'amore è una schiavitù. Come uscire dalla dipendenza affettiva e raggiungere la maturità psicologica**

2011, Collana: Le Comete Pagine: 144 Prezzo: € 18,00 Editore: Franco Angeli



Salvatore Merra, Patrizio Vicini

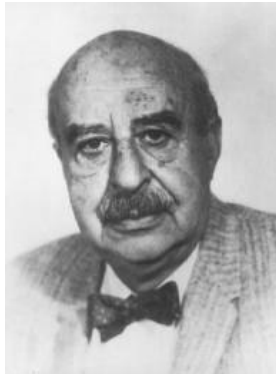
**Terza età. Sesso e volentieri**

2011, Collana: Autoaiuto per il benessere Pagine: 96 Prezzo: € 9.00 Editore: Sovera Edizioni

Giusti Edoardo, Militello Francesca

**Neuroni specchio e psicoterapia. Apprendere il mestiere con la videodidattica**

2011, Collana: Psicoterapia e counseling Pagine: 208 Prezzo: € 29.00 Editore: Sovera Edizioni



***Perls's pearls***

*Citazioni da Perls e non solo*

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

"Una sola frase correttamente masticata e assimilata vale più di un intero libro che è stato solamente introiettato."

"One sentence properly chewed and assimilated is of greater value than a whole book which is merely introjected."

Da *Ego, hunger and aggression* di F. Perls. Trad. it.: *L'io, la fame e l'aggressività*

***Risonanze***

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

L'individuo isterico ha "troppa spontaneità e troppo poco controllo"; egli dice: "Io non posso controllare gli impulsi che insorgono": il corpo viene in primo piano, egli viene sopraffatto dalle emozioni, le sue idee e le sue invenzioni sono capricciose, tutto viene sessualizzato, ecc. L'individuo coatto esercita un controllo eccessivo; non c'è fantasia, né sentimenti o sensazioni calde, l'azione è forte ma il desiderio è debole, ecc. E tuttavia questi due estremi giungono sempre allo stesso risultato. La scissione del sé e dell'io è reciprocamente disastrosa.

*F. Perls, R.F. Hefferline, P. Goodman, Teoria e prarica della terapia della Gestalt, p. 264 (Astrolabio, 1997)*

Imparare a vedere – abituare l'occhio alla pacatezza, alla pazienza, al lasciar-venire-a-sé; rimandare il giudizio, imparare a circoscrivere e abbracciare il caso particolare da tutti i lati. E' questa la propedeutica prima alla spiritualità: non reagire subito a uno stimolo, ma padroneggiare gli istinti che inibiscono e precludono. Ogni assenza di spiritualità, ogni trivialità ha la sua base nell'incapacità di opporre resistenza a uno stimolo – si deve reagire, si asseconda ogni impulso. In molti casi una tale necessità è già fatto morboso, decadenza, sintomo di esaurimento – quasi tutto ciò che la grossolanità non filosofica designa con il nome di «vizio» è semplicemente quell'incapacità fisiologica di non reagire.

*F. Nietzsche, Crepuscolo degli idoli, p.78 (Adelphi, 1989)*

Insuperato psicologo, termine che egli stesso talvolta impiegava per definire gli scrittori che amava, come Dostoevskij o Stendhal, Nietzsche ha saputo cogliere e descrivere con esattezza i moti dell'animo umano e le loro dinamiche. Ne è un ottimo esempio l'aforisma riportato qui, avente il pregio di conferire al discorso svolto un'ampiezza di prospettiva tale da integrare il contenuto del brano della Gestalt a cui l'ho accostato. Infatti la troppa spontaneità e il troppo poco controllo attribuiti all'isterico dalla teorizzazione gestaltista, corrispondono a quell'incapacità fisiologica di non reagire che per il filosofo tedesco concerne la dimensione corporea biologica, in quanto fatto morboso e sintomo di esaurimento; la dimensione della morale comune, perchè indice di vizio; infine, per negazione, la dimensione spirituale, che rende fatalmente irraggiungibile; tre aspetti di cui egli mette sinteticamente e puntualmente in luce il rapporto di reciproca implicazione.

***Nomos***

Carissimi,

sono CARLA BASCIANO, una counselor diplomata presso il CSTG di Milano.

Per vicende varie mi sono ritrovata a mettere il naso in un consiglio di zona e questo mi ha portato a riflettere, parafrasando Gaber, sul concetto di PARTECIPAZIONE quale espressione e realizzazione concreta del concetto di LIBERTA'.

Per farvela breve...

Sono candidata nella lista SINISTRA, ECOLOGIA e LIBERTA' per la zona 3 come indipendente.

Se qualcuno di voi si riconosce nei principi che accomunano tutta la sinistra nel programma di Pisapia, risiede in zona 3 e vuole avere un rappresentante COUNSELOR tra i consiglieri di zona può esprimere la preferenza indicando il mio nome e cognome nella scheda elettorale per la lista di zona. Un abbraccio gestaltico.

Carla



4 seasons room

trainante", dice l'avvocato Cesare Massimo Bianca, docente di Diritto civile all'universita' La Sapienza di Roma e membro del gruppo di lavoro che sta lavorando alla riforma. Tra le altre novita', con riferimento alle adozioni e alle famiglie in difficolta' economica, a seguito della riforma i servizi sociali dei Comuni dovrebbero erogare "misure di sostegno economico intese a favorire la permanenza dei minori nelle proprie famiglie, in conformita' della legge sull'adozione e della legislazione regionale in materia di politiche familiari", aggiunge Bianca.

"Giusto l'approccio sinergico ai problemi, ma i consultori non devono essere snaturati: la loro funzione primaria e' accompagnare la donna e la famiglia in percorsi di genitorialita' e sessualita' consapevole -commenta Sara Valmaggi, consigliere regionale del Pd e membro della commissione regionale Sanita' e assistenza-. In questi anni i consultori pubblici sono stati depauperati sia di risorse dirette che di risorse umane, per cui ci pare paradossale pensare a una riforma dei consultori che verso una multidisciplinarieta' di prestazioni quando poi nei consultori pubblici sono diminuiti assistenti sociali, psicologi e operatori sanitari e il numero dei consultori pubblici, al contrario di quelli privati che sono aumentati". Secondo il gruppo consiliare dei democratici, negli ultimi 5 anni (2005-2010) il numero dei consultori pubblici diminuito di 5 unita' (da 229 a 224), a fronte di un aumento di 21 delle strutture private (da 48 a 69), per un totale di 293 consultori (contro i 277 dei 2005). In grande aumento gli utenti, passati dai 365.523 del 2005 ai 418.054 del 2010, dei quali uno su cinque e' straniero. Aumentati, in particolare, gli utenti delle strutture private (da 35.002 a 82.857), anche rispetto all'aumento delle persone che si rivolgono ai consultori pubblici (passate da 330.321 a 335.197).

## LOMBARDIA, ECCO I NUOVI CONSULTORI

AL CENTRO DI UNA RIFORMA PROMOSSA DALLA REGIONE

(DIRE - Notiziario Minori) Roma, 5 apr. - Accreditamento dei consultori, ruolo educativo a sostegno delle fragilita' familiari, collaborazione con l'autorita' giudiziaria, controllo bioetico sui servizi, sostegni economici alla maternita', fondi per la ricerca scientifica sui temi delle relazioni familiari e sul sostegno alla relazione adulti-adolescenti, promozione del volontariato per cui vengono assicurati incentivi fiscali per le ore donate e certificate. Sono alcune delle funzioni dei futuri consultori familiari della Lombardia, nelle intenzioni del progetto di legge di riforma promosso dalla Regione, al centro di un convegno tenutosi oggi al Pirellone.

"L'approvazione di questa legge offrira' allo Stato e alle altre Regioni un modello



tulips ...

Brown); dall'altra Piccoli, gonfio di malinconia e di panico, sull'inadeguatezza e il rimpianto. I due film sono avvolti l'uno nell'altro con meticolosa e serena rassegna.

## Visti e letti

### HABEMUS PAPAM di Nanni Moretti

Di Margherita Fratantonio

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

Tra le nevrosi che Nanni Moretti si attribuisce manca la compulsione della produttività e gliene siamo molto grati: sono passati quattro, cinque o anche sei anni tra una sua regia e l'altra.

Ora non sappiamo se *Habemus Papam* sia proprio uno dei suoi film migliori dopo *Caro diario*, come sostiene Mario Sesti. Sicuramente Mario Sesti riesce a coglierne benissimo l'essenza, quando dice: "Da una parte c'è un film di Moretti comico come quelli che faceva all'inizio (stile fumetto: Nanni in Vaticano, come potrebbe essere, in Vaticano, Mafalda o Charlie protagonista di un film dolce e misterioso





Forse è il modo in cui queste due storie si incontrano, vanno parallele o s'intrecciano tra loro a convincere o meno gli spettatori. Certo chi si aspetta soprattutto una visione ironica della psicanalisi rimane deluso, perché solo una volta possiamo godere del setting surreale con il dottor Brezzi (Moretti) e il Papa Melville (Michel Piccoli). L'idea di una seduta psicologica al Papa in Vaticano fa sorridere già di per sé. Siamo proprio curiosi di sapere cosa ne scriverà lo psicanalista Ignazio Senatore, lui che già nel suo saggio *L'analista in celluloide*, aveva scritto che "in tutti i film le regole del setting sono costantemente violate." Tra tutti, certo che questo è proprio un setting a dir poco azzardato, e decisamente fuori dalle regole.

Lo psicoanalista Brezzi-Moretti non può rivolgersi al suo illustre paziente chiamandolo per nome, non può accennare alla sessualità, alla figura materna, ai ricordi infantili e per quanto riguarda i sogni.....dipende, ma è meglio di no. Intorno ad analista e analizzato poi una marea di cardinali in agguato che, duri d'orecchi, si sporgono in avanti per cogliere il dialogo. Confidenze per niente intime, potremmo dire, parafrasando il bellissimo film di Patrice Leconte *Confidenze troppo intime*.

La sacralità del setting terapeutico non può andare d'accordo con l'altra sacralità, nonostante per questa volta l'antica diffidenza della Chiesa per la psicanalisi sembrerebbe messa da parte. Ma Brezzi viene avvisato: "Anima e inconscio" non vanno d'accordo. Lui invece, dopo qualche incertezza iniziale, sembra sentirsi a suo agio, come se in Vaticano fosse di casa. Si avvicina alle persone di Chiesa con simpatia; e la stessa simpatia gli viene restituita.

Ben presto si trova addirittura prigioniero, perché da lì nessuno può uscire fino a quando il Papa appena eletto non si deciderà a mostrarsi in pubblico: un miliardo di persone è in attesa di vederlo, ma lui non ce la fa, proprio non ce la fa. Il film a questo punto segue due diverse storie: quella del Papa che, in abiti civili, va girellando per Roma, e quella del Vaticano, dove Moretti intrattiene i prelati con riletture in chiave psicanalitica della Bibbia, lezioni di psicofarmaci, partite a scopone scientifico e infine il torneo di pallavolo dove sembra più un animatore scout che un esperto dell'anima.

In qualche modo, però, viene ben tollerato; anzi gli viene riconosciuto quel ruolo da leader che lo fa esibire nei monologhi in puro stile morettino. Può raccontare anche la deriva del suo matrimonio. "Gli "analisti in celluloide" dice sempre Senatore "sono uomini che non riescono a mettere ordine nella loro vita privata. Tutti i terapeuti che compaiono sullo schermo sono single affranti ed infelici o individui reduci da separazioni o divorzi".

Il dottor professor Brezzi si racconta e racconta la separazione attribuendola all'invidia professionale della moglie "Sono il più bravo, me lo dicono tutti"; lei non sarebbe male, dice, se non fosse per la fissazione del deficit di accudimento. E, in effetti, quando la vediamo al lavoro, una delle prime cose che ipotizza al paziente è proprio il deficit di accudimento. Non sa che la persona di fronte a lei è il Papa Melville che, scortatissimo, viene accompagnato lì in un secondo tentativo terapeutico. Le dice di essere un attore, le dice il suo profondo spaesamento, ovviamente omettendo la vera identità.

In crisi di identità, in crisi di ruolo (e che ruolo!) Melville gira per la città, sfuggendo ai controlli, mentre lo psicanalista al contrario si trova prigioniero del Vaticano. Pensa, come tutti, che il Papa sia nei suoi appartamenti. Ai fedeli si fa credere che abbia bisogno di raccoglimento, in una crisi assoluta di umiltà; ai cardinali che voglia elaborarla in solitudine. Loro la conoscono bene, dopo il grido disperato che gli ha impedito di mostrarsi al mondo.

Fino alla fine del film si alternano le scene di fuori, con un Papa che in incognita viaggia in autobus, entra al bar, prende addirittura una stanza in albergo e Moretti-Brezzi che cerca di rallegrare le giornate dei cardinali per mandare energie positive al Santo Padre, la cui robusta immagine si intravede alla finestra. E' una spassosa controfigura, una guardia svizzera pacioccona che ha l'incarico di muovere le tende di tanto in tanto per dare l'impressione che il Papa sia presente. Diverte questo ragazzone alto e grosso che consuma pasti da Papa, fuma e fa il tifo dalla finestra durante il torneo di pallavolo.

Melville intanto continua a vagare per la città e si fa trovare sotto casa della psicologa; insieme a lei accompagna i bambini a scuola, con lei ed una sua amica nevrotica (potrebbe non esserlo come amica di una psicologa?) va tranquillamente al bar, dove confessa che il sogno di diventare attore in realtà non si è mai realizzato. Fa sorridere il contrasto tra l'altezza dell'incarico e la modestia con cui si muove nelle situazioni romane. Ma il suo dramma è sempre presente perché *Habemus Papam* è una commedia dolorosa, come l'ha definita lo stesso Moretti.

Il personaggio di Melville è un uomo a cui è capitata qualcosa più grande di lui. Ma anche gli altri cardinali durante l'elezione pregano che Dio non li scelga. Come siamo lontani dall'immagine di una Chiesa dove intrighi e lotte di potere la fanno da padroni! E' l'umanità di queste figure la cifra originale dell'ultimo film di Moretti e ne è l'aspetto più gradevole, perché, di solito, quando un non credente si avvicina a temi o ambienti religiosi, il pregiudizio dello sguardo è abbastanza inevitabile.

C'è qui invece una sana benevolenza nei confronti delle persone, tutte, e del Papa in particolare, che fa uscire dal cinema un po' pacificati, soprattutto chi dalla Chiesa si ritiene lontanissimo e nutre pensieri non sempre positivi.



L'immagine dell'uomo anziano che si trova di colpo a dover fare i conti con la sua vita, coi suoi rimpianti, le sue fragilità, la sua inadeguatezza tutta intera, ci rimane impressa quasi con una sorta di affetto.

Lo stesso affetto che esprime lo sguardo della psicologa, moglie di Brezzi-Moretti, che se pure non sembra brava come l'ha descritta l'ex-marito, ha lasciato il segno. Forse il deficit di accudimento non è poi del tutto una cialtroneria; forse l'intimità di quel setting e la disponibilità all'ascolto, autentico, sono stati un po' terapeutici. Dopo questa seduta, infatti, lui decide di fuggire, torna da lei, si confonde in una compagnia di teatranti dove ha modo di ripetere tutto *Il gabbiano* di Cechov e rivivere la sua passione giovanile. Fino al ritorno in Vaticano e la sua scelta definitiva.

Bravissimo Michel Piccoli nell'intensità del ruolo. *Habemus papam* è sicuramente un film particolare, forse non proprio un capolavoro come da più parti si sta dicendo in questi giorni, e nemmeno "una boiata pazzesca", come lo definisce Stefano Cappellini ne *Il Riformista*, o un lavoro superficiale, con una sceneggiatura ondivaga e poco elaborata come sostiene Paolo Mereghetti nel *Corriere della sera*. A noi sembra cinematograficamente un film riuscito, se pure è davvero un po' sconnesso, se pure i due film di cui si compone vanno un po' per conto loro. Perché poi Nanni Moretti abbia voluto per la terza volta parlare di psicanalisi, non lo sappiamo e non l'ha spiegato neppure lui: ha detto che però ci penserà!



il faro di Egmond

## Da giornali e riviste

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

### SEDOTTI E ABBANDONATI? FA MALE COME UNA SCOTTATURA

di Adele Sarno

Da La Repubblica del 28 marzo 2011

Studio su *Proceedings of the National Academy of Sciences*: la rottura di una relazione e la sensazione di rifiuto generano un dolore pari a quello di un trauma fisico. I ricercatori hanno esaminato 40 ex amanti e hanno visto che il cuore non c'entra. Tutto parte dal cervello.

IN AMORE vince chi fugge. E l'amante che resta, quando la storia finisce, si danneggia il cuore rivivendo il passato. E il dolore che si prova è tale da essere paragonabile a quello che genera un trauma fisico, come per esempio una scottatura o una 'botta in testa'. A dirlo sono i ricercatori dell'università del Michigan che, in uno studio pubblicato su *Proceedings of the National Academy of Sciences*<sup>1</sup>, spiegano che se la fine di una storia fa male la colpa è del cervello, che crea uno stato di sofferenza. In particolare quando l'amante viene abbandonato, tagliato fuori dalla vita del partner, è come se si 'accendesse' l'interruttore del dolore,

attivando così quelle aree neurali responsabili delle esperienze fisiche dolorose. In altre parole è come se le pene del cuore, e in particolare il rifiuto, bruciasse come quelle del corpo.

Per spiegare questo meccanismo, il gruppo di ricercatori guidato da Ethan Kross ha analizzato le reazioni emotive di 40 persone. Tutti i volontari coinvolti nell'esperimento erano stati lasciati nei sei mesi precedenti e avevano dichiarato di sentirsi "abbandonati, traditi, soli". In un primo momento gli studiosi hanno verificato con un questionario psicologico lo stato d'animo degli 'ex'. Poi li hanno sottoposti a risonanza magnetica funzionale, una tecnica in grado di 'scannerizzare' il cervello, e hanno registrato così ciò che accadeva quando si richiamava alla loro memoria la ferita dell'abbandono, magari mostrando loro la foto dell'amato che li ha lasciati. Infine hanno ripetuto il test provocando un dolore fisico, sottoponendoli quindi a uno stimolo termico pari a quello provocato dall'afferrare una tazza di caffè bollente.

Alla fine l'equipe di Kross ha paragonato i due risultati. Le aree del cervello che si accendono in risposta al dolore dell'abbandono e dell'esser lasciati sono le stesse della sofferenza fisica. In particolare si attivano la corteccia secondaria somatosensoriale e l'insula dorsale posteriore, aree che finora erano state collegate solo agli stimoli fisici. Infine, per ottenere un'ulteriore conferma, i ricercatori hanno confrontato i risultati dello studio con un database che conteneva i risultati di oltre 500 studi. Tutti avevano esaminato le risposte del cervello al dolore fisico, all'emozione. "Questi risultati - dice Ethan Kross - offrono un nuovo punto di vista da cui guardare al rifiuto sociale. Adesso sappiamo che, oltre a generare un dolore psicologico, fa anche male fisicamente. E la sofferenza è paragonabile a quella generata da una scottatura". Il team che ha eseguito la ricerca si augura che i risultati offriranno nuovi indizi su come l'esperienza della perdita e del rifiuto sociale possano generare altri disturbi.



Non è la prima volta che una ricerca analizza gli effetti della fine di una storia d'amore sul cervello. In particolare uno studio, recentemente pubblicato sul *Journal of Neurophysiology*, ha dimostrato che la rottura traumatica di una relazione sentimentale lascia delle vere "ferite" e innesca meccanismi simili a quelli della tossicodipendenza. Quando un innamorato ferito guardava la foto dell'amato che l'ha lasciato, dicevano i ricercatori, il suo cervello attivava intensamente aree legate al desiderio, alla dipendenza da droghe e al dolore. Insomma la reazione era simile a quella che scatena una vera e propria crisi di astinenza. Per cui diventa difficile andare avanti senza l'oggetto del desiderio. Non solo. La scansione con la risonanza magnetica funzionale ha rivelato che i "cuori spezzati" continuavano a tenere attive quelle zone cerebrali per molto tempo. Motivo per cui l'innamorato resta tale anche dopo la rottura. E il suo amore diventa la droga che lo appaga.



bonsai e statua

## ***Le stagioni dello spirito***

*(A cura di Marie Ange Guisolain: marisolon@libero.it)*

### **LE FESTE, I MITI, LE LEGGENDE E RITI DELL'ANNO Dal libro di Alfredo Cattabiani "Calendario"**

#### **Ben venga maggio**

Scrive Eliade *"Il cosmo, è simboleggiato da un albero; la divinità si manifesta dendromorfa; la fecondità, l'opulenza, la fortuna, la salute – o, a un stadio più elevato, l'immortalità, la giovinezza eterna – sono concentrate nelle erbe e negli alberi (...) in breve, tutto quel che è, tutto quel che è vivente e creatore, in uno stato di continua rigenerazione, si formula per simboli vegetali (...). La primavera è una risurrezione della vita universale e di conseguenza della vita umana. Con questo atto cosmico tutte le forze della creazione ritrovano il loro vigore iniziale; la vita è integralmente ricostituita, tutto comincia di nuovo; in breve, si ripete l'atto primordiale della creazione cosmica perché ogni rigenerazione è una nuova rinascita, un ritorno a quel tempo mitico in cui apparve per la prima volta la forma che si rigenera"*.

Questi riti arborei si svolgono anche, e soprattutto, il 1° maggio, e sono antichissimi. Nei paesi celtici coincidevano con la solennità di Beltane durante la quale si usava appendere una corona primaverile a un tronco sfrondato. Si celebrava l'inizio del

semestre del Sole trionfante con tornei dove il vincitore, simbolo del dio che vinceva gli inferi, otteneva il diritto di sposare la damigella per la quale si era battuto.

Il 1° maggio segnava l'inizio del trionfo della luce sulle tenebre e continuò a essere celebrato anche dopo la cristianizzazione, tant'è vero che dalle feste celtiche è derivato il Calendimaggio medievale.....

Nella notte della veglia, come in ogni periodo di passaggio, si entrava in comunicazione con il mondo infero e con i morti. Scrive Eliade: *"Simili ai semi sepolti nella matrice tellurica, i morti aspettano di tornare alla vita sotto nuova forma. Per questo si accostano ai vivi, specie nei momenti in cui la tensione vitale raggiunge il massimo, cioè nelle feste dette della fertilità, quando le forze generatrici della natura e del gruppo umano sono evocate, scatenate, esasperate dai riti, dall'opulenza biologica, di ogni eccesso organico, perché questo traboccare di vita compensa la povertà della loro sostanza e li proietta in un'impetuosa corrente di virtualità e di germi (...). Se i morti ricercano le modalità spermatiche e germinative, è altrettanto vero che anche i vivi hanno bisogno dei morti per difendere i seminati e proteggere i raccolti (...). Ippocrate ci dice che gli spiriti dei defunti fanno crescere e germinare i semi"*.

Per questo motivo nella notte del 30 aprile si susseguivano, in un'atmosfera orgiastica, banchetti e danze che terminavano con l'espulsione rituale dei morti, ovvero con l'avvento della "nuova vita". Sulla notte vegliava la Grande Madre della fertilità che dominava allo stesso modo il destino dei semi e quello dei morti.

..... Il 1° maggio, cacciate le streghe, ovvero ricacciati i morti negli inferi, si portava, e si porta ancora dove la tradizione è sopravvissuta, un albero dal bosco collocandolo in mezzo al paese: e l'Albero di Maggio o semplicemente il Maggio.... Quest'albero non era che il simbolo dell'Albero cosmico, le cui fronde si trovano di là dal visibile, nel non manifestato, analogo alla scala di Giacobbe, asse del mondo grazie al quale si può giungere alla comunione divina. Ma di questo simbolismo pochi erano, e sono, coscienti.

Maggio erano anche i ramoscelli che i giovani offrivano alle ragazze come augurio di amore e fecondità. Nel corso dei secoli nacque l'usanza di sostituire l'albero con la Croce di Maggio: usanza ancor viva in alcuni paesi fra cui



l'Andalusia, dove si pianta al centro di ogni patio la cosiddetta Cruz di Mayo intorno alla quale si ricevono ogni giorno amici e conoscenti cantando e bevendo allegramente.

*Chi è d'altronde il Cristo se non l'Albero della vita,  
Colui che conduce al Padre, al non manifestato ?  
E, all'inverso, come albero rovesciato, con le radici in cielo e la chioma sulla terra,  
Colui che manifesta il divino e nutre il cosmo ?*

### Le dee festeggiate ai primi di maggio

I romani celebravano l'avvento della bella stagione consacrandolo a varie dee: Flora, Bona e Maia.

**Flora**, il cui nome con altra declinazione era quello del fiore (*flos, Floris*), aveva la funzione di proteggere le piante utili e gli alberi soprattutto nel periodo della fioritura. Giovanni Lido sosteneva che era il nome sacrale di Roma, mentre quello segreto corrispondeva ad *Amor*. Ma la presunta rivelazione dello scrittore non aveva alcun fondamento, perché il nome arcano era conosciuto da una ristretta cerchia di aristocratici che mai lo rivelarono, convinti che la sua divulgazione avrebbe nociuto alla città. Il nome infatti, secondo la tradizione romana, era la cifra che esprimeva graficamente l'energia di ciò che si nominava. Conoscerlo era realmente conoscere la cosa; e la sua conoscenza dava le chiavi per poter influire, nel bene e nel male, sulla cosa stessa.

Scrivendo Microbio nei *Saturnali* "E' noto che tutte le città si trovano sotto la protezione di un dio. Fu usanza dei Romani, segreta e sconosciuta a molti, che quando assediavano una città nemica e confidavano ormai di poterla conquistare, ne chiamassero fuori gli dei protettori con una determinata formula di evocazione o perché ritenevano di non poter conquistare altrimenti la città o, se mai fosse stato possibile, giudicavano sacrilegio prendere prigionieri gli dei. Questo è anche il motivo per cui i Romani vollero che rimanesse ignoto il dio sotto la cui protezione è posta la città di Roma e il nome latino della città stessa".

*Mater forum* la chiamava Ovidio: in suo onore si celebravano al circo Massimo dal 28 aprile al 3 maggio in *Floralia*, ai quali si doveva partecipare in vesti di vario colore, a imitazione dei fiori. "Di vin tinte le tempie" narrava Ovidio "si cingono di serti intrecciati, e la splendida mensa è tutta sparsa di rose". Si susseguivano rappresentazioni teatrali e giochi circensi bizzarri, perché erano simulazioni scherzose di cacce ad animali domestici e da giardino, di corse e combattimenti. I giochi, cui partecipavano come protagoniste le cortigiane, erano impudichi e orgiastici: Valerio Massimo narra che un giorno, presente Catone il Censore, gli spettatori intimiditi non osavano chiedere alle cortigiane di denudarsi secondo l'usanza: finché questi, avvertito da un amico, si allontanò per non impedire che la festa si svolgesse normalmente.

Scrivendo Ovidio della dea che regnava sui *Floralia*: "Vuole che godiamo il fior degli anni finché siamo freschi, e che sprezziamo le spine". Poche feste erano così popolari come quelle in onore di Flora, durante le quali si gettavano alla terra semi di varia natura per renderla propizia, e si dava la caccia incruenta a capre, conigli e altri animali mansueti che Marziale chiamava *faera floritatis* e che venivano poi dati in premio alle cortigiane vincitrici nelle corse o negli scherzosi combattimenti gladiatori. Giunta la sera, si accendevano torce e fuochi, e la licenza continuava fino a notte inoltrata.

Ma il 1° maggio si sacrificava anche a una dea severa e casta, quasi un'anticipazione pagana della Madonna: la **Fauna**, divinità delle selve, chiamata più spesso **Bona Dea**. Un serpente era presso la sua statua e, nel suo tempio venivano nutriti rettili domestici, i saettoni, tanto comuni nella case romane dell'epoca quanto i gatti nelle nostre. Ha osservato Renato Del Ponte "A questa stregua, Bona Dea può essere in rapporto con la dea dei Marsi, Angitia, cui va probabilmente attribuita una statuina femminile lungovestita con un serpente nella mano sinistra alzata, rinvenuta presso il lago Fucino. E' noto del resto il rapporto di familiarità dei Marsi con i serpenti e la loro capacità di incantarli e di rendere innocui il loro veleno anche in epoca recente. Ad Angitia con l'attributo di cerria sono dedicate alcune pietre".

Mentre si celebravano nella notte i misteri di Bona Dea, durante il giorno si sacrificava a **Maia**, che nei libri dei pontefici veniva chiamata anche Bona Dea, Fauna, Ops, Fatua. Chi diceva fosse la moglie di Vulcano, ravvisandone la prova nel sacrificio che il flamine dio celebrava il 1° maggio in onore della dea; chi la madre di Mercurio, osservando che in questo mese i mercanti sacrificavano a Maia e a Mercurio; chi infine la Terra "così denominata" scriveva Microbio "per la sua magnitudine, cioè grandezza, allo stesso modo che nei sacrifici viene invocata come *Mater Magna*; e si dimostra questa tesi ricordando anche l'uso di immolare una scrofa gravida".

Secondo alcuni scrittori latini, da lei prese il nome il mese di maggio (*maius*); ma v'era chi sosteneva che derivasse dal dio *Maius*, appellativo di *Giove* per la sua grandezza e maestà. Secondo una terza interpretazione, il nome sarebbe derivato da una decisione di Romolo che aveva diviso il popolo in anziani, o *maiores*, e in giovani, o *iuniores*, perché gli uni difendessero lo stato con il consiglio e gli altri con le armi; sicché in onore delle due categorie il terzo e il quarto mese del calendario arcaico si sarebbero chiamati *maius* e *iunius*.



Non all'inizio, ma nel corso del mese i dodici fratelli Arvali, che avevano il compito di vegliare sulla campagna, sacrificavano a una quarta dea, Dia, durante la solenne lustrazione dei campi.



Mare del Nord ...

## Gea

### Il ritorno alla Terra

di Eduardo Zarelli - 05/04/2011 Fonte: Arianna Editrice

Inizia con una bella prefazione di Carlo Petrini "Ritorno alla Terra", l'ultimo libro di Vandana Shiva, tra i fondatori dell'ecologia sociale, considerata tra le più grandi scienziate radicali del mondo.

Un testo che mette al centro la Terra intesa come suolo, semi, cibo, acqua, aria, ma anche come famiglia di relazioni preziose per la sussistenza dei sistemi viventi.

Originariamente il termine "risorse" voleva dire vita, autorigenerazione. La radice deriva infatti dal latino resurgere, che significa rinascere. Perciò l'uso del termine "risorsa" in relazione alla

natura esprimeva il rapporto di reciprocità tra la natura stessa e gli esseri umani. Con l'affermarsi del nominalismo filosofico, del pensiero economico utilitaristico e del modello scientifico riduzionista, le "risorse naturali" sono divenute alimento illimitato per la produzione meccanica. La natura si è trasformata in materia morta, manipolabile, ed è stata negata la sua capacità di crescere e rinnovarsi.

La globalizzazione porta alle estreme conseguenze lo sfruttamento del pianeta riducendo ad un unico libero mercato l'intero pianeta, eliminando ogni difesa locale. Questo comporta la "deregolazione"

delle economie su scala mondiale ponendo le multinazionali nell'assoluta libertà predatoria delle risorse naturali, favorendo esponenzialmente il trasferimento delle materie prime dal cosiddetto terzo mondo al primo. Il bisogno pressante di valuta pregiata delle nazioni più povere, le cui economie, abbagliate dal modello occidentale, sono gravemente segnate dal debito, porta tali paesi a disboscare e disporre le terre fertili (spesso residuali, data l'erosione e la desertificazione in corso) a monoculture di prodotti primari per l'esportazione. Se pensiamo che il 20% della popolazione mondiale consuma l'80% delle risorse, mentre l'80% dei sei miliardi di abitanti della Terra si divide il 20% di quel che resta, ci rendiamo conto dello squilibrio accentuato dalla mondializzazione del libero mercato.

L'incremento di tali flussi comporta una moltiplicazione dei trasporti il cui costo in emissioni inquinanti, produzione e smaltimento dei mezzi e delle strutture che li supportano, è intuitivamente esponenziale. Inoltre, la finanziarizzazione delle economie e la politica monetaria internazionale comporta l'incremento dell'importazione anche di quei beni che è possibile produrre e consumare localmente. La politica dei cambi e il basso costo dei trasporti (che non riflette i costi reali e ambientali) rendono il bene importato meno costoso di quello prodotto sul posto, con conseguente fallimento dei produttori locali: la maggioranza. Questi ultimi vengono proletarizzati su scala mondiale, alimentando l'urbanizzazione coatta e i flussi migratori. Il "libero scambio" non è affatto libero, protegge gli interessi economici delle multinazionali, che già adesso controllano il 70% del commercio estero mondiale. La libertà di commercio internazionale si basa sull'eliminazione delle sovranità politiche locali, rendendo loro impossibile corrispondere alla volontà dei propri abitanti.

La proposta di Shiva è a tutti gli effetti una strategia per sopravvivere alla crisi - o meglio alle crisi: la fame nel mondo, il peak oil e il surriscaldamento globale - che sta segnando la fine dell'ecoimperialismo dell'Occidente industrializzato e ancora invischiato fino al collo in un modello di sviluppo basato su una crescita che alimenta lo spreco, l'inquinamento, l'esaurimento delle risorse, l'appropriazione di beni comuni, la disgregazione di comunità e culture.

Le tre crisi che ci troviamo a vivere, dice Shiva - riferendosi a clima, cibo ed energia - sono profondamente interconnesse. È da questa prospettiva che l'ambientalista indiana immagina il futuro come una transizione dall'economia del petrolio all'economia della terra, unica occasione di sopravvivenza per tutte le specie. Una transizione che è non solo economica, ma anche e soprattutto politica e culturale.

Per spiegarla, Shiva parte dalla critica all'economia di mercato del sistema globalizzato e ai concetti di "sviluppo" e "produttività" che questo impone illimitatamente a settori precedentemente non mediati dal mercato. In questo senso il "ritorno alla Terra" si pone come l'unica strada possibile.

Questo ritorno non è un tornare indietro e basta. Piuttosto si traduce nella presa di coscienza collettiva che non esista un solo tipo di economia, e che accanto all'economia di mercato ce ne siano almeno altre due indispensabili per la vita del pianeta e per quella dei suoi abitanti: l'economia della natura e l'economia di sussistenza, vale a dire il ciclo ecologico e la ragnatela di relazioni sociali che contribuiscono a tenere in vita tutte le specie, a partire da quella umana.



Tornare alla Terra, insomma, significa tornarci con altri occhi, ma anche rimetterci i piedi. Muoversi dalla produttività di mercato a quella della natura, dall'agrobusiness delle multinazionali all'agricoltura biologica dei contadini locali; ma soprattutto riconoscere ai nativi, agli animali, alle foreste, il ruolo svolto dal loro continuo lavoro di cura e sussistenza all'interno del ciclo produttivo naturale, di cui la catena alimentare rappresenta il fulcro.

"Quello che serve - scrive Petrini nella prefazione - è un reale cambiamento nei nostri modi di pensare e operare: un nuovo umanesimo, una nuova mentalità, nuovi punti di vista nell'affrontare le sfide che ci troviamo di fronte e un approccio diffuso e differenziato sui territori, sistemico".

In particolare, il "ritorno" è anche inteso come resistenza al caos entropico causato dalla crescita illimitata su cui è basato il nostro sistema di sviluppo. A tal proposito, Shiva riprende il concetto di "entropia" così come spiegato dal fisico tedesco Rudolf Clausius, vale a dire come il movimento di qualsiasi sistema verso il caos, ma anche come la misura dell'energia bloccata perché non riutilizzabile. Il passaggio dall'energia libera a bloccata, dalla libertà di autorigenerazione ai confini sulla produzione e sulla creatività, dall'abbondanza alla scarsità, è la legge dell'entropia per Shiva.

Scegliere di tornare alla Terra significa allora, scegliere di passare a un sistema a bassa entropia, in base al principio che fa emergere la novità in modi inaspettati. Si tratta sicuramente di una reazione al dolore, una strategia che fa leva sul desiderio di cambiamento; questa emergenza, dice Shiva, caratteristica di tutti i sistemi viventi, a livello sociale si traduce nella scelta di un'economia che sostiene la vita basando il suo modello di produttività e creazione sul ciclo ecologico.

La natura diventa quindi non solo una questione politica, ma una questione di politica economica: è il modello unico (meccanico-industriale-capitalista) che non tiene conto, non risponde, non restituisce all'economia della natura. Il collasso, dovuto all'illusione della crescita illimitata e del progresso a tutti i costi, per Shiva, non ha futuro se non quello di essere considerato per ciò che rappresenta. E come sempre nei suoi scritti, la fisica indiana chiama in causa la shakti, energia creativa e femminile che muove l'universo e ne tiene insieme le parti, in un ordine armonico ma non per questo immobile. Recuperare questa energia è l'unico modo per cominciare ad immaginare un futuro diverso dal presente che stiamo vivendo, e trasformare la crisi in un'opportunità. La condizione di frammentazione post-moderna rende possibile, convertire l'individualismo in libertà, anche economica, ma nel contesto comunitario: limite naturale (il luogo) nel riequilibrio ecologico tra risorse e necessità; limite sociale della giustizia distributiva e della isonomia delle consuetudini; limite etico a comportamenti corruttori dell'equilibrio del bene comune.



up to the hill

## *Fatti della vita*

### **CAMBIARE SE STESSI PER CAMBIARE IL MONDO**

di Romano Màdera - 08/04/2011 Fonte: L'Unità

Un anno fa, in aprile, moriva Pierre Hadot, l'uomo che ha cambiato per molte persone e per molti studiosi, in Francia e nel mondo, il significato della parola filosofia, riscoprendo nell'antichità greca e romana le tracce di una filosofia che è innanzitutto un modo di vivere, prima ancora di essere un discorso, un insieme di teorie. Una visione sorprendente anche per chi ha studiato filosofia a scuola o all'università e ne ha tratto, quasi sempre, l'impressione che si tratti di una raccolta a volte interessante, a volte noiosa di pensieri ben argomentati, ma raramente capaci di incidere nella vita quotidiana. Per Hadot i testi antichi non si possono comprendere a fondo, né si possono spiegare le frequenti contraddizioni, le ripetizioni, le variazioni di uno stesso concetto, se non si collocano gli scritti che ci sono rimasti dentro il contesto nel quale sono stati concepiti. Non si tratta di sistemi di pensiero: la loro finalità non è principalmente quella di informare, di trasmettere saperi, ma, invece, quella di formare uomini diversi, capaci di migliorare se stessi, di raggiungere pienezza di vita, di contribuire alla costruzione di una città, di una polis e quindi di una politica orientata al bene e alla giustizia.

Dal suo lavoro scrupolosissimo di filologo e di storico (ha curato, fra le tante altre, la riedizione dell'opera di Marco Aurelio e di Plotino, ha insegnato al Collège de France), Hadot è arrivato alla convinzione che la filosofia è qualcosa di molto diverso dallo studio dei testi e dalla vita dei professori di filosofia: la filosofia è l'esistenza stessa, l'esistenza di tutti i giorni, trasformata in un tentativo, sempre rinnovato e mai acritico, di praticare ciò che si ritiene bene per sé e per gli altri, di esercitarsi ogni giorno per avvicinarsi alla verità su se stessi e sul mondo che ci circonda, di svincolarsi dalla prigione del proprio particolaristico, egoistico interesse, dalla morsa delle passioni che non si acquietano mai in una stabile capacità di apprezzare l'esistenza.



Hadot è stato uno studioso di prima grandezza, è certo, ma ciò a cui più teneva era di riuscire ad essere un filosofo praticante. In un libro-intervista (La filosofia come modo di vivere, pubblicato da Einaudi ) nel quale ripercorre le tappe della sua biografia e ricostruisce le linee fondamentali del suo pensiero dice con la sua abituale semplicità e franchezza: «Personalmente, pur cercando di portare a buon fine il mio compito di storico e di esegeta, mi sforzo soprattutto di condurre una vita filosofica, cioè, semplicemente... consapevole, coerente e razionale. I risultati non sono sempre di livello molto alto, bisogna riconoscerlo. Durante i miei soggiorni all'ospedale, per esempio, non sempre ho conservato la serenità d'animo che avrei voluto mantenere. Comunque sia, cerco però di pormi in determinati atteggiamenti interiori, come la concentrazione sull'istante presente, la meraviglia di fronte alla presenza del mondo, lo sguardo rivolto alle cose dall'alto ... la presa di coscienza del mistero dell'esistenza». Questi sono alcuni degli Esercizi spirituali nella filosofia antica alla cui riscoperta Hadot ha dedicato la vita e il suo lavoro di studioso (il suo libro più famoso porta lo stesso titolo). Si tratta innanzitutto di una «conversione», parola che Hadot ritrova nella filosofia antica e che dunque non è esclusiva della religione, poi di una disciplina quotidiana fatta appunto di esercizi, come parte dei quali troviamo il dialogo, la lettura, lo studio, perché filosofico è un modo di vivere che continuamente si interroga su se stesso cercando di esaminare idee e comportamenti alla luce della ragione. Lo scopo è quello di cambiare se stessi perché serenità e felicità non si trovano inseguendo forsennatamente le illusioni delle passioni egoistiche, ma nel riconoscerci nella realtà e nella verità del nostro essere parte del cosmo, in relazione di interdipendenza con gli altri. Di fronte alla vertigine della crisi di ogni riferimento all'universale che attanaglia la nostra epoca, Hadot, con semplicità e fermezza, guida il nostro sguardo nella direzione di una sempre riemergente tensione verso la verità, verso la ragione universale, verso gli altri come cuore e mente di una vita ricca di senso. Cambiare la vita, cambiare almeno una vita sapendo che questa è la condizione prima perché la vita associata sia degna di un'umanità consapevole del legame di destino che ci vincola gli uni agli altri.

Questo è il compito di una filosofia che per essere modo di vita riconosce di portare in se stessa la sua vocazione alla vera politica. All'indomani della scomparsa, il quotidiano francese Le Monde ricordava così Pierre Hadot: «Coerentemente al suo modo di ragionare, questa sobrietà si ritrova con grande evidenza nella sua vita quotidiana, costellata di gioie intense, perché semplici. Malgrado questo, Pierre Hadot non amava essere definito un saggio. E questo è il solo punto su cui aveva torto».

Carissimi,  
vi mando una foto di Cecilia, che è nata alle cinque del mattino del 9 aprile, giorno in cui ci saremmo dovuti reincontrare...bella coincidenza!!!!  
Lei sta bene, io sto bene, stiamo imparando a conoscerci!!!  
Un abbraccio  
Giovanna Canegrati (PT4)



walks on the beach

## Poiesis

*l'angolo della poesia e dell'arte*

*(a cura di Silvia Lorè: loresilvia@libero.it)*

*"Senza nessun bisogno di affrettarsi. Nessun bisogno di mandare scintille. Nessun bisogno di essere altri che se stessi".*

Virginia Woolf

### **Altre emozioni**

Siamo arrivati fin qui un po' stanchi  
e affamati di poesia,  
le mani piene di amore  
che non vuole andare via.  
Abbiamo vissuto e fatto figli,  
piantato alberi e bandiere,  
scritto mille e più canzoni  
forse belle forse inutili.



Altre emozioni verranno  
te lo prometto,  
amica mia.

E siamo arrivati fin qui a cantare  
per chi vuol sentire,  
abbiamo vissuto all'ombra  
di troppe false promesse;  
Oggi è tempo di pensare,  
oggi è tempo di cambiare,  
ancora cerchiamo e camminiamo  
sognando negli occhi  
di donne e di uomini.

Altre emozioni verranno  
te lo prometto,  
amica mia.

Abbiamo attraversato i deserti dell'anima  
e mari grigi e calmi della solitudine;  
abbiamo scommesso sul futuro,  
abbiamo vinto e perso con filosofia.

Altre emozioni verranno  
te lo prometto,  
amica mia.

E sono arrivato fin qui,  
con questa faccia da naufrago salvato  
e questo pigro andare da zingaro felice;  
valigie piene di ricordi,  
amici persi e ritrovati,  
qualche rimorso e pentimento,  
senza rimpianti e nostalgie.

Altre emozioni verranno  
te lo prometto,  
amica mia.

Abbiamo attraversato i deserti dell'anima  
e i mari grigi e calmi della solitudine.

Altre primavere verranno  
non di sole foglie e fiori,  
ma una stagione fresca  
di pensieri nuovi.

Altre emozioni verranno  
te lo prometto,  
amica mia...

*Sergio Endrigo*

### **Non ho più paure**

Non ho più paure  
Del buio  
Delle notti silenziose  
Dei bagliori improvvisi  
Degli inganni del tempo  
Delle cose  
Che assediano il cuore.  
Ah! Paura maledetta  
Di non avere più paure.

*Sandrino Aquilani*



my russian barber

## **Witz e Giochi**

*per sorridere un po'*

### **MASSIME**

Grebiule nero e fiocco azzurro: per un bambino milanista il primo giorno di scuola è un trauma. *Diego Abatantuono*

La differenza tra il genio e lo stupido è che il genio ha dei limiti.

Errare è umano, dare la colpa a un altro ancora di più.

Dopo anni di fidanzamento lei dice a lui: E se ci sposassimo?

Lui: Ma chi vuoi che ci prenda, a noi due?

E' difficile fare delle vacanze intelligenti dopo undici mesi di lavoro cretino.

Il tuo Boss: l'unico a essere sul lavoro presto se tu sei in ritardo, e in ritardo se tu ci sei presto. *Bob Phillis*

Il sesso senza amore è un'esperienza vuota, ma tra le esperienze vuote è una delle migliori. *Woody Allen*

Nomi fuorvianti: perché si chiama contagocce, se poi le gocce te le devi contare tu?

Dall'indovino: - Toc, toc...-

Chi è? - Ah, cominciamo bene

Il cervello è un organo favoloso: comincia a lavorare dal momento in cui ti svegli alla mattina e non smette fino a quando entri in ufficio. *Robert Frost*

Il lavoro è il rifugio di coloro che non hanno nulla di meglio da fare. *Oscar Wilde*