



# CSTG-Newsletter n.95 maggio 14

della learning community del Centro Studi di Terapia della Gestalt

[www.cstg.it](http://www.cstg.it)



<b>Edit</b>	<b>1</b>
<b>Topic</b>	<b>3</b>
<b>Scuola e dintorni</b>	<b>9</b>
<b>Eventi</b>	<b>18</b>
<b>Dare Corpo</b>	<b>20</b>
<b>Segnalazioni</b>	<b>24</b>
<b>Perls's pearls</b>	<b>25</b>
<b>Risonanze</b>	<b>25</b>
<b>Visti e letti</b>	<b>26</b>
<b>Da giornali e riviste</b>	<b>27</b>
<b>Fatti della vita</b>	<b>31</b>
<b>Poesis</b>	<b>32</b>
<b>Witz e Giochi</b>	<b>33</b>
<b>E.N.T.R.Y</b>	<b>34</b>

## **Edit**

La nostra NL, con questo numero n. 95, compie 8 anni, essendo "nata" il primo maggio del 2006 e mi auguro che ci abbia fatto buona compagnia con le notizie della scuola e gli spunti di riflessione che raccoglie mensilmente. La primavera è ormai sbocciata in tutto il suo splendore. Peccato che, come dice un haiku: *La primavera / quando te ne accorgi / è già finita*. Ma fa parte della sua bellezza la sua fugacità. Mi pare fosse di Lorenzo il Magnifico il "quanto è bella giovinezza che si fugge tuttavia, chi vuol esser lieto sia, del doman non v'è certezza". Un invito *ante litteram* a valorizzare il "presente"! Ma veniamo al menù di questo numero:

Come *topic* ho pensato di ri-pubblicare un sintesi di passaggi – accompagnati da brevi riflessioni mie - da **L'AMORE AL TEMPO DEL COLERA DI GABRIEL GARCIA MARQUEZ** già uscito su queste pagine alcuni anni or sono. Lo facciamo, ovviamente, come modo per ricordare la scomparsa del nostro "Gabo" che, in una intervista comparsa su Repubblica, dichiarava come questa sua opera fosse quella a cui maggiormente legava il desiderio di essere ricordato. Lo facciamo con affetto profondo per l'uomo che ci ha fatto sognare mettendoci al contatto con "fatti della vita" che nelle sua pagine risuonavano come più veri che se fossero stati veri!

Per rimanere in tema ... riportiamo tra gli articoli una intervista dal titolo **CONFESSO, HO MOLTO AMATO** nella quale Eugenio Scalfari parla di donne: un racconto intimo, profondo, appassionato del rapporto con mogli, amanti, figlie, compagne di lavoro. Oggi, a novant'anni, dice: devo loro solo un grazie

Nella rubrica "Scuola e dintorni" verranno riportate le informazioni relative alle **INIZIATIVE PER LA PRIMAVERA-ESTATE PROMOSSE DAL CSTG** che, seguendo la precedenti edizioni, si ripeteranno anche nel 2014 Presso la sede dei Programmi residenziali a Noceto (Siena).

Nei giorni **27-28 giugno 2014** si terrà un significativo incontro su **MOMENTI DI TEMPOMINDFULNESS** condotto da **GHERARDO AMADEI** e **LORENZO COLUCCI**. Come è noto, questa riedizione in chiave moderna di antiche pratiche meditative ispirate al Vipassana, è molto diffusa attualmente ed offre interessanti possibilità di applicazione e verifica sui risultati in ambito clinico che, nel nostro caso, sono in via di sperimentazione nei casi di dipendenza da gioco e da sostanze. Una buona occasione, quindi, per una "iniziazione" ad una pratica che alcuni potranno decidere di approfondire in successive occasioni di incontro e formazione.

**La domenica 29 giugno 2014** sarà dedicata alla consueta **GIORNATA SULLA RICERCA** promossa dal CSTG che prevede, tra l'altro, la discussione delle tesi di fine corso degli allievi di Psicoterapia e di Counseling.

Ha avuto inizio il **CORSO DI PERFEZIONAMENTO POST-DIPLOMA IN COUNSELING** che intende venire incontro ad esigenze di approfondimento anche nel campo della psicopatologia per dare utili informazioni sulla possibilità di riconoscere le principali forme cliniche in psichiatria anche al fine di inviare a professionisti professionalmente più formati casi clinici più complessi.

Su iniziativa di Elena Santoro, è nata la nuova **rivista on-line del CSTG GESTALT WORLD**. L'iniziativa si propone di offrire maggiori informazioni sul mondo della Gestalt terapia con articoli e interviste ai tanti personaggi del largo mondo internazionale della gestalt. La rivista, assolutamente gratuita, è accessibile al: <http://flip.it/UmEY8>, ma è possibile accedere alla rivista anche dal sito della scuola: [www.cstg.it](http://www.cstg.it) – NEWS. Indicazioni tecniche sono reperibili nel testo della NL.



Sul nuovo profilo Twitter della nostra scuola, <https://twitter.com/CstgGestalt>, troverete inoltre tutte le notizie che riguardano le nostre attività e la segnalazione di eventi interessanti per il nostro mondo.

Riportiamo in chiusura la versione definitiva del **MANIFESTO sulla Prevenzione della violenza tra i giovani** come frutto del lavoro degli 8 partners europei del **Progetto ENTRY** coordinati dal CSTG. L'incontro conclusivo del Programma è previsto per 16 - 18 giugno nella città di Yeri a Cipro. Nell'occasione si svolgerà un Convegno nel quale mettere a fuoco il modello di una strategia cittadina sul tema specifico. Vi parteciperanno Michela Parmeggiani (che coordina l'avvio per altri progetti europei se qualcuno fosse interessato [michela.parmeggiani@fastwebnet.it](mailto:michela.parmeggiani@fastwebnet.it)), Filippo Petrogalli con il quale stiamo sviluppando uno schema di intervento di formazione per trainers e per giovani sullo stesso tema e Matteo Covelli che si sta occupando anche della raccolta bibliografica su questo vastissimo argomento. Chi avesse materiale o contributi su questo importante tema è pregato di farceli avere per aiutarci a produrre del materiale adeguato alla vastità dell'argomento.

Sono aperte le adesioni al **convegno della FIAP su: "L'EMERGERE DEL SÉ IN PSICOTERAPIA. NEUROSCIENZE, PSICOPATOLOGIA E FENOMENOLOGIA DEL SÉ"** è stato

programmato per il 3-5 Ottobre del 2014 al Centro Congressi Riva del Garda.

Riguardo al **rinnovo dell'assetto societario del CSTG** che prevede anche la costituzione di una SRL e l'avvio di un azionariato allargato a Collaboratori, Docenti ed Ex-allievi si conferma che l'incontro definitivo si svolgerà il 25 maggio. Coloro che fossero interessati ad avere maggiori informazioni possono chiederle indirizzandosi a: [amministrazione@cstg.it](mailto:amministrazione@cstg.it).

**Riguardo alle sedi decentrate**, riprenderà il lavoro teso a avviare delle iniziative periodiche sotto forma di conferenze tenute dai nostri ex-allievi con la partecipazione saltuaria anche di alcuni di noi docenti al fine di: far conoscere il modello gestaltico, rendere visibili alcuni Colleghi che si sono formati nel CSTG, promuovere iniziative locali come sportelli di ascolto, studi associati, corsi etc. Coloro che sono interessati a partecipare a tali iniziative sono pregati di contattare la Segreteria.

E' spostato al **primo di giugno l'avvio del programma PRIMA (programma di Psicoterapia Residenziale Intensiva Mirata per Aree)** in **collaborazione con la Fondazione ERIS di Milano**, titolare di Strutture residenziali specialistiche per alcol e polidipendenti accreditate SSR e di due Sert/Smi a Milano e Meda con la direzione del dr. **Pietro Maria Farneti**. Il primo modulo di PRIMA di 21 giorni si rivolge, in particolare, a utenti con particolare riferimento ad un uso contemporaneo, o in successione, di gioco d'azzardo, alcol e cocaina. Il programma offre una buona opportunità per coloro che operano in questo ambito clinico ed anche per attività di tirocinio per gli allievi. Seguiranno, su questo aspetto, ulteriori informazioni anche in merito alla attivazione di moduli mirati su dipendenze comportamentali diverse.

Il 4 giugno si svolgerà **LA GIORNATA DI STUDI SU ORESTE E IL CONFLITTO TRA DEI** presso la prestigiosa sede dell'Istituto Nazionale di Dramma Antico (INDA). Mi auguro che alcuni di voi si facciano tentare dalla irripetibile esperienza di assistere alle rappresentazioni del teatro greco che, in questo caso, saranno incentrate sulla vicenda, appunto, di Oreste il cui padre Agamennone, venne ucciso dalla madre Clitennestra al suo ritorno vincitore dalla guerra di Troia. Il quesito che fece impazzire Oreste fu quindi se vendicare il padre, come aveva prescritto l'Oracolo di Delfi esponendosi alla vendetta delle Erinni o se perdonare. Un quesito che pone due verità in conflitto, "un dio contro un altro dio" come ricorda J. P. Vernant e che echeggia ancora a distanza di 3 millenni. Neppure i giudici supremi dell'Areopago seppero sciogliere questo dilemma se non grazie all'intervento della "dea ex machina" ... ma chi fu questa dea?

**Le immagini si riferiscono ai "cieli" dell'isola di Ortigia** che è parte di Siracusa dove si svolgerà la Giornata di studi su Oreste. Perché i cieli? Un *divertissement* gestaltico che "mette lo sfondo in figura".

Grazie e buona lettura  
Riccardo Zerbetto e lo Staff della Scuola



## GESTALT WORLD. NUOVA RIVISTA ON-LINE DEL CSTG



Per dare maggiori informazione sul mondo della Gestalt terapia, da questo mese potrete contare su due nuovi strumenti.

Il primo è una rivista virtuale che aggrega informazioni, articoli e interviste ai tanti personaggi del largo mondo internazionale della gestalt. La rivista, assolutamente gratuita, è accessibile qui: <http://flip.it/UmEY8>

E' possibile accedere alla rivista anche dal sito della scuola: [www.cstg.it](http://www.cstg.it) - NEWS

Per leggerla, e speriamo per iscriverci e segnalarla naturalmente a chi vorrete, dovrete semplicemente scaricare Flipboard, una app accessibile da ogni tipo di pc, telefonino o tablet. Per chiunque voglia contribuire, inviando link ad articoli interessanti, l'indirizzo a cui segnalarli è [cstg.gestalt@gmail.com](mailto:cstg.gestalt@gmail.com). Flipboard è uno dei più popolari feed reeder della rete con oltre 100milioni di utenti/lettori in tutto il mondo.

Il secondo è invece il nuovo profilo Twitter della nostra scuola, <https://twitter.com/CstgGestalt>, dove troverete tutte le notizie che riguardano le nostre attività e la segnalazione di eventi interessanti per il nostro mondo.

Ci farà piacere naturalmente ricevere i vostri commenti, i suggerimenti e le critiche, così come "rilanci" dei nostri tweet, che consentiranno alla nostra scuola di continuare a crescere come pensiamo meriti.



### Topic

**L'AMORE AL TEMPO DEL COLERA**, DI GABRIEL GARCIA MARQUEZ (ED. MONDADORI)

**A cura di Riccardo Zerbetto**

"La più grande storia d'amore mai raccontata" è il commento al film del regista inglese Mike Newell tratto dal romanzo di Gabriel Garcia Marquez **L'amore ai tempi del colera**.

Fiction o storia vera ... poco importa. Come già diceva

Gorgia da Leontini a proposito dei personaggi del mito, spesso sono più reali di personaggi veramente esistiti. E i personaggi di Marquez emergono dalla trama del romanzo come figure paradigmatiche a dirci di questa realtà misteriosa che chiamiamo amore in una delle sue forme più singolari che potrebbe definirsi *sub specie aeternitatis*; di quelle forme amorose, cioè, che hanno la caratteristica della eternità. Relativa, quantomeno, alla durata di una vita. Si tratta di forme che rappresentano forse un'eccezione, più che una regola. Un'eccezione tuttavia che ha teso a dare a questa forma singolare di vincolo amoroso lo statuto di unicità, assolutezza e compiutezza che in genere



associamo alla forma più elevata di questa forma di rapporto. *Opus contra naturam*, stando ai recenti dati sulle escursioni neurochimiche che accompagnano le infatuazioni amorose (confortate dalla constatazione sulla volatilità delle relazioni amorose che vediamo giornalmente) o paradigma di valore universale anche per chi non ha avuto il dono (e la condanna) di poterlo sperimentare? A ciascuno, oltre che ai posteri che intesseranno le loro vicende sul pianeta sino a che la specie umana avrà vita, "l'ardua sentenza". Il tema mi ha comunque appassionato, sino a voler ricercare alcuni passaggi del film sul romanzo omonimo e che ho pensato di riportare. Restando ogni volta sorpreso per la loro intensità e bellezza. Nel desiderio di farvi cosa gradita, ne riporto alcuni che mi sono sembrati particolarmente densi di significato.

#### *Le ultime parole*

Il film inizia con la morte di Jovenal Urbino, marito di Fermina Daza "Il dottor Urbino afferrò il pappagallo per il collo con un sospiro di trionfo: *ça y est*. Ma lo mollò subito, perché la scala gli scivolò sotto i piedi e lui rimase per un istante sospeso nell'aria, e allora riuscì a rendersi conto di essere morto senza comunione, senza tempo per pentirsi di nulla né di accomiarsi da nessuno, alle quattro e sette minuti del pomeriggio della domenica di Pentecoste. Ermina Daza era in cucina ad assaggiare la minestra per la cena, quando udì il grido di orrore di Digna Pardo e il baccano della servitù e poi quello del vicinato. Buttò via il cucchiaino per assaggiare e cercò di correre come poteva col peso invincibile della sua età, gridando come una pazza senza sapere ancora cosa stava accadendo sotto le fronde del mango, il cuore le si frantumò quando vide il suo uomo supino nel fango, già morto in vita, ma che resisteva ancora un ultimo minuto al colpo di coda della morte affinché lei avesse il tempo di arrivare. Riuscì a riconoscerla attraverso le lacrime del dolore irripetibile di morirsi senza di lei e la guardò l'ultima volta per sempre con gli occhi più luminosi, più tristi e più riconoscenti che lei avesse mai visto in mezzo secolo di vita in comune, e riuscì a dirle con l'ultimo respiro: "Solo Dio sa quanto ti ho amata»" (p.50).

#### *Così ... senza potersi dire "tutto quello che non si erano detti"*

"Non le era stato facile recuperare quel dominio di sé dopo che aveva udito il grido di Digna Pardo nel patio e aveva trovato il vecchio della sua vita agonizzante nel fango. La sua prima reazione era stata di speranza perché aveva gli occhi aperti e un brillio di luce radiosa che non gli aveva mai visto lene pupille. Aveva domandato a Dio di concederle almeno un istante affinché lui non se ne andasse senza sapere quanto lo avesse amato al di là dei dubbi reciproci, e aveva sentito un'urgenza irresistibile di ricominciare da capo la vita con ci per darsi tutto quello che non si erano detti, e di rifare bene qualsiasi cosa avessero fatto male nel passato. Ma dovette arrendersi all'intransigenza della morte. Il suo dolore si decompose in una collera cieca contro il mondo e anche contro e stessa, e questo le infuse il dominio e il coraggio per confrontarsi da sola con la sua solitudine. Dopodiché non ebbe tregua, ma limitò qualsiasi gesto che sembrasse un'ostentazione del suo dolore" (p.55).

#### *Dopo le esequie Fiorentino conferma la sua dichiarazione*

"Fermina Daza salutò la maggior parte della gente vicino all'altare, ma accompagnò l'ultimo gruppo di amici intimi sino alla porta sulla strada, per chiuderla lei stessa, come ave' sempre fatto. Stava per farlo con l'ultimo fiato che le rimaneva, quando vide Fiorentino Ariza vestito a lutto in mezzo alla sala deserta. Se ne rallegrò, perché da molti anni l'aveva cancellato dalla sua vita, ed era la prima volta che lo vedeva con la coscienza purificata dall'oblio. Ma prima di poterlo ringraziare per la visita, lui si appoggiò il cappello sul punto del cuore, tremulo e dignitoso, e fece scoppiare l'ascenso che era stato il sostentamento della sua vita. «Fermina» le disse, «ho atteso questa occasione per oltre mezzo secolo, e adesso voglio ripeterle ancora una volta il giuramento della mia fedeltà eterna e il mio amore perenne» Fermina Daza si sarebbe creduta davanti a un pazzo, se non avesse avuto motivo per pensare che in quell'istante Fiorentino Ariza era ispirato dalla grazia dello Spirito Santo. Il suo impulso immediato fu di maledirlo per la profanazione della casa quando era ancora caldo nella tomba il cadavere del marito. Ma glielo impedì la dignità della rabbia. "Vattene» gli disse. «E non farti mai più vedere negli anni di vita che ti rimangono" (p.58).

*Trovo toccante questo riferimento allo Spirito Santo in un momento così candido e blasfemo insieme. Un ossimoro di quelli estremi che la vita ci propone e che inestricabilmente trovano annodati elementi così apparentemente agli antipodi. Fiorentino, del resto, era (nella sostanza) restato incredibilmente fedele al suo amore. Contrariamente a Fermina che era riuscita a cancellare quella che aveva considerato una "illusione", Fiorentino Ariza non aveva smesso di pensare a lei per un solo istante una volta che Fermina Daza l'aveva respinto senza appello dopo certi amori lunghi e contrastati ed erano trascorsi da allora cinquantun anni, nove mesi e quattro giorni. Non aveva dovuto tenere il conto dell'oblio facendo un segno quotidiano sui muri di una cella, perché non era passato un giorno senza che accadesse qualcosa che gliela faceva ricordare". (p.59)*

#### *Una malattia chiamata passione amorosa*

"Amore - riferisce Socrate nel Simposio di Platone - è un demone possente che sta tra i mortali e gli immortali (*metaxy thnetou kai athanàtou*). Figlio di povertà (*Penia*), Amore non è affatto delicato e bello, come per lo più si crede; bensì duro, ispido, scalzo, senza tetto; giace per terra sempre, e nulla possiede per coprirsi; riposa dormendo sotto l'aperto cielo, nelle vie e presso le porte. Insomma riferisce chiaramente la natura di sua madre, dimorando sempre insieme con povertà". Di questo aspetto crudo, al confine della patologia, troviamo in questo romanzo delle pagine magistrali. Dopo la prima furtiva dichiarazione di Fiorentino a Fermina la sua risposta fu netta "Adesso se ne vada» disse, «e non torni finché non l'avviso.» Da quando Fiorentino Ariza la vide per la prima volta "gli andarono via la parola e l'appetito e passava le notti in bianco a rigirarsi nel letto. Ma quando cominciò ad aspettare la risposta alla sua prima lettera, l'ansia si complicò con diarree e vomiti verdi, smarrì il senso dell'orientamento e aveva





svenimenti repentini, e la madre si terrorizzò perché le sue condizioni non assomigliavano ai disordini dell'amore ma agli scempi del colera. Il padrino di Fiorentino Ariza, un anziano omeopata che era stato il confidente di Transito Ariza ai tempi in cui lei era un'amante segreta, si allarmò pure a prima vista per le condizioni del malato, che aveva il polso debole, il respiro affannoso e i sudori pallidi dei moribondi" (p.68).

#### *L'amore ... come il colera*

Ma la visita rivelò che non aveva febbre né dolore in alcuna parte e che l'unica cosa concreta che sentiva era un bisogno urgente di morire. Gli bastò un interrogatorio insidioso, prima a lui e poi alla madre, per constatare un'ennesima volta che i sintomi dell'amore sono gli stessi del colera. Prescrisse infusi di fiori di tiglio per svagare i nervi e suggerì un cambiamento d'aria per cercare conforto nella distanza, ma quello cui anelava Fiorentino Ariza era tutto il contrario: godere del suo martirio"

Transito Ariza era una meticcia libera, con un istinto per la felicità guastato dalla miseria, e si compiaceva delle sofferenze del figlio come se fossero sue. Gli faceva bere infusi quando lo sentiva delirare e lo avvolgeva in coperte di lana per ingannare i brividi, ma al contempo gli faceva coraggio affinché si svagasse nella sua prostrazione. "Approfittane adesso che sei giovane per soffrire tutto quello che puoi» gli diceva, «che queste cose non durano tutta la vita.» (p.69).

#### *Lo scrivere, unico rimedio alle pene d'amore?*

"Fiorentino Ariza scriveva tutte le notti, senza pietà neppure verso se stesso, avvelenandosi lettera dopo lettera col fumo delle lampade a olio di palma nel retrobottega della merceria, e sue lettere divenivano sempre più lunghe e bislacche tanto si sforzava di imitare i poeti preferiti della Biblioteca Popolare, che già a quell'epoca stava arrivando agli ottanta volumi. La madre, che con tanto ardore l'aveva incitato ad assecondare quel tormento, cominciò ad allarmarsi per la sua salute. «ti rovinerai il cervello» gli gridava dalla camera da letto quando udiva cantare i primi galli. «Non esiste donna che meriti tanto.» Perché non ricordava di avere conosciuto nessuno in un simile stato di perdizione. Ma lui non le dava retta" (p.77).

#### *"Amor c'a nullo amato amar perdona" ci ricorda Dante*

*Le lettere che furtivamente Fiorentino le faceva recapitare, non andavano perdute. E anche Daza riopsndeva con brevi scritti che "eludevano qualsiasi scoglio sentimentale e si riducevano a raccontare fatti della vita quotidiana nello stil essenziale di un diario di bordo". Ma ad una dichiarazione più esplicita di Fiorentino si rese conto che "non le era mai accaduto di prospettarselo come un bivio del destino. Ma quando arrivò la proposta formale si sentì lacerare dal primo graffio della morte. In preda al panico lo raccontò alla zia Escolastica, e fu lei a prendere la decisione, col coraggio e la lucidità che non aveva avuto a vent'anni, quando si era vista costretta a scegliere la propria sorte. Rispondigli di sì» le disse. «Anche se stai morendo di paura, anche se poi te ne pentirai, perché comunque te ne pentirai per tutta la vita se gli rispondi di no.» (p.79)*

#### *Gli ostacoli, e che ostacoli, ... fanno parte del gioco.*

*Il padre di Daza, un vedovo allevatore di muli arricchito, non è certo d'accordo nel concedere ad un modesto impiegato del tekegrafo la figlia su cui ha proiettato ambizioni di avanzamento sociale. Senza mezzi termini, cerca di risolvere l'incidente in un franco colloqui "tra uomini" che si conclude con un: "Non mi costringa a spararle». Ma Fiorentino Daza, che tendenzialmente è tutt'altro che un eroe, non ha dubbi nel replicare con un «Mi spari" disse con la mano sul petto. Non c'è maggior gloria che morire per amore" (p.91).*

#### *Lontano dagli occhi ... lontano dal cuore?*

*Fermina Daza viene quindi allontanata e, dopo un primo periodo di ribellione e di sofferenza" si riconobbe, si sentì padrona di se stessa per la prima volta, si sentì in compagnia e protetta, con i polmoni pieni di un'aria di libertà che le restituì la quiete e la voglia di vivere. Persino lei suoi ultimi anni avrebbe evocato quel viaggio, sempre più recente nella memoria, con la lucidità perversa della nostalgia. Una sera tornò dalla passeggiata quotidiana stordita dalla rivelazione che si poteva essere felici non solo senza amore ma anche contro l'amore" (p. 97).*

#### *Morto un papa ...*

*In occasione di una malattia (sempre con la minaccia del colera che, come abbiamo visto, si profila come un'ombra al mal d'amore per tutto il romanzo) Daza conosce Urbino Juvenal, il giovane e promettente medico della città che si innamora perdutamente di lei ed la quale, complice il padre e tutto il parentado, Daza si concede a legittime nozze. La prima notte di matrimonio, con Daza "illibata" ... come è facile immaginare, va in bianco e viene descritta con garbo incantevole: «Cosa ci posso fare, dottore? È la prima volta che dormo con uno sconosciuto.» "Rimasero*



silenziosi e immobili, lui aspettando occasione per il passo successivo, e lei aspettandolo senza sapere da dove sarebbe venuto, mentre l'oscurità si allargava col suo respiro sempre più intenso. Lui la lasciò andare d'improvviso e fece il salto nel vuoto: si inumidì sulla lingua la punta del medio e le toccò appena il capezzolo ignaro e lei sentì una scarica di morte, come se le avesse toccato un nervo vivo. Fu contenta di essere nel buio perché lui non le vedesse il rossore bruciante che la scosse fino alle radici del cranio". (p.171)

*"Quasi come un miracolo". E' curioso come un evento così complesso, come un rapporto amoroso (che, come ben sappiamo, può incepparsi in mille ostacoli) può anche svolgersi, senza preparazione esplicita, in una forma compiuta e all'insegna di una istruzione "interiore", scritta da sempre in quel codice di comportamento che potenzialmente ereditiamo con la vita stessa e che è pronto a disvelarsi non appena le circostanze propizie ne offrano le condizioni.*

*"All' alba, quando si addormentarono, lei era sempre vergine, ma la non lo sarebbe rimasta a lungo. La notte successiva, infatti, dopo che lui le ebbe insegnato a ballare i valzer viennesi sotto il cielo siderale dei Carabi, dovette andare in bagno dopo di lei, e quando tornò in cabina la trovò nuda sul letto e fu lei a prendere l'iniziativa, e gli si abbandonò senza paura, senza dolore, con l'allegria di un'avventura di altomare, senza altro segno di cerimonia sanguinosa che la rosa dell'onore sul lenzuolo. Entrambi lo fecero bene, quasi come un miracolo, e continuarono a farlo bene di notte e di giorno e sempre meglio nel resto del viaggio, e quando arrivarono a La Rochelle si intendevano come amanti di antica data" (p.175).*

#### *Arrendersi? Mai*

*Anche le felici nozze di Daza non scoraggiano Fiorentino. Una testimonianza di fedeltà ad un sentimento che rasenta la follia, intesa come negazione del "principio di realtà". Un esempio estremo di quella funzione ad-gressiva che la gestalt ci propone e che indica un'attitudine ad andare-verso l'oggetto di desiderio-amore senza dare soverchio peso alle circostanze che potrebbero scoraggiare. Un modo estremo per essere "soggetti agenti" del proprio destino e non vittime impotenti di decisioni prese da altri. Il confine tra il rispetto della personale libertà di scelta e il rispetto per la libertà dell'altro ... non è sempre facile. Salva la non-intrusione diretta nella vita dell'altro, resta esemplare la determinazione amorosa del nostro eroe.*

*"Il giorno in cui Fiorentino Ariza vide Fermina Daza sul sagrato della cattedrale, incinta di sei mesi e con pieno dominio della sua nuova condizione di donna di mondo, prese la decisione feroce di farsi nome e fortuna per meritarsela. Non mise neppure a pensare all'inconveniente che era sposata perché decise al contempo, come se fosse dipeso da lui, che il dottor Juvenal Urbino doveva morire. Non sapeva né quando né come, ma se lo prospettò come un evento ineluttabile, che era deciso ad aspettare senza fretta né furia. Anche se fosse stato alla fine dei secoli" (p.179).*

#### *Un qualcosa che sembra andare oltre l'oggetto di desiderio*

*"Il dramma di Fiorentino Ariza, finché fu calligrafo della compagnia Fluviale dei Carabi, era di non poter evitare il suo lirismo perché non la smetteva di pensare a Fermina Daza, e non imparò mai a scrivere senza pensare a lei. In seguito, quando lo trasferirono ad altri incarichi, aveva così tanto amore dentro che non sapeva cosa fare, e lo regalava agli innamorati implumi scrivendo per loro lettere d'amore gratuite al Portico degli Scrivani. Ci andava dopo il lavoro" (p.187).*

#### *Divenire irreversibilmente "altri"*

*"Era un altro, malgrado il proposito fermo e gli sforzi ansiosi di continuare a essere la stessa persona che era tata prima dell'infortunio mortale dell'amore. Il fatto è che non lo sarebbe mai più stato. La riconquista Fermina Daza fu l'obiettivo unico della sua vita, ed era così sicuro di riuscire prima o poi, che convinse Transitò Ariza a proseguire il restauro della casa affinché fosse in grado di accoglierla in qualsiasi momento il miracolo avesse luogo" (p. 188).*

#### *Il segreto*

*"Allora Fiorentino Ariza seppe che in qualche notte incerta del futuro, in un letto felice con Fermina Daza, le avrebbe raccontato di non avere rivelato il segreto del suo amore neppure all'unica persona che si era guadagnata il diritto di saperlo. No: non l'avrebbe rivelato mai, neppure a Leona Cassini, non perché non volesse aprire per lei il baule in cui l'aveva tenuto così ben custodito per mezza vita, ma perché solo allora si rese conto di averne perso la chiave" (p. 208).*

#### *Amare-e-non-amare*

*Interessante chiedersi, se pure possa esservi una risposta, se quello di Daza per Urbino fosse amore o un ben riuscito matrimonio. In realtà il racconto ci dice come anche lui venne preso dal dubbio ed intrecciò un relazione intensa con un'altra donna dalla quale tuttavia si separò per non contravvenire oltre certi limiti ai suoi convincimenti religiosi. Questa ferita aveva lasciato tuttavia una traccia e, col passare degli anni, una intima distanza si frapponesse tra i due. "Prima di ingiocchiarsi a pregare davanti all'altare della camera da letto, lui concluse il racconto delle sue penurie con un sospiro triste, e anche sincero: «Credo di stare per morire». Lei non batté neppure ciglio per rispondergli. "sarebbe la cosa migliore" disse «Così saremmo tutti e due più tranquilli». Anni prima, nella crisi di una malattia pericolosa, lui aveva parlato della possibilità di morire, e lei gli aveva dato la essa risposta brutale. Il dottor Urbino l'aveva attribuita all'inclemenza tipica delle donne, grazie alla quale è possibile che la terra continui a girare intorno al sole, perché allora ignorava come lei frapponesse sempre una barriera di rabbia affinché non si notasse la sua paura. E in quel caso, il più terribile di tutti, era la paura di rimanere senza di lui. Quella notte, invece, aveva*



desiderato la sua morte con tutto l'impeto del suo cuore, e tale certezza lo allarmò. Poi la udì piangere nel buio, piano piano, mordendo il guanciale per non farsi sentire da lui. Questo lo turbò del tutto, perché sapeva che lei non piangeva con facilità per alcun dolore del corpo o dell'anima. Piangeva solo per una rabbia grande, e molto più se questa aveva in qualche modo origine nel suo terrore della colpa, e allora le veniva più rabbia quanto più piangeva, perché non riusciva a perdonarsi la debolezza di piangere" (p.271).

*Per chi suona la campana.*

*I rintocchi della campana, che riprendono il racconto (ed il film) dal suo inizio, per la morte di Urbino colsero Florentino Ariza mentre, disteso sull'amaca con una giovane compagna*

"Avevano fatto l'amore dopo pranzo ed erano coricati nella risacca della siesta, entrambi nudi sotto il ventilatore a pale, il cui ronzio non riusciva a coprire il crepitio di grandine degli avvoltoi che camminavano sul tetto di zinco riscaldato. Florentino Ariza l'amava come aveva amato le tante alte donne casuali nella sua lunga vita, ma questa l'amava con più angoscia di qualsiasi altra, perché aveva la certezza di essere morto quando lei avrebbe finito le scuole superiori" (p. 295).

*Ecco il momento*

"Florentino Ariza si era prefigurato quel momento persino nei suoi minimi particolari fin dai giorni della sua giovinezza in cui si era consacrato tutto alla causa di quell'amore temerario. Per lei si era fatto un nome e una fortuna senza badare troppo ai modi, per lei aveva curato la sua salute e il suo aspetto fisico con un rigore che non sembrava molto maschi ad altri uomini del suo tempo, e aveva aspettato quel giorno come non sarebbe stato possibile aspettare nulla e nessuno in questo mondo: senza un istante di scoramento. La constatazione che la morte era infine intervenuta a suo favore gli diede il coraggio di cui aveva bisogno per reiterare a Fermina Daza, nella sua prima notte da vedova, il giuramento della sua fedeltà eterna e il suo amore perenne. Non negava alla sua coscienza che fosse stato un gesto irreflessivo, senza il minimo senso del come né del quando, e affrettato dalla paura che l'occasione non si ripetesse mai più. Lui l'avrebbe voluto e se l'era addirittura immaginato spesso in un modo meno brutale, ma la sorte non gli aveva concesso di più. Era uscito dalla casa del lutto col dolore di lasciare lei nello stesso stato di commozione in cui era lui, ma non avrebbe potuto fare nulla per impedirlo, perché sentiva che quella notte barbara era scritta da sempre nel destino di entrambi" (p. 300).

*Conosciamo la brutale risposta. Ma la realtà, lo sappiamo, è fatta a strati*

"Non riuscì a dormire tutta una notte nelle due settimane successive. Si domandava disperato dove fosse Fermina Daza senza di lui, cosa stesse pensando, cos'avrebbe fatto negli anni che le rimanevano da vivere col peso spaventoso che le aveva lasciato tra le mani (...). A partire dal venerdì lo invase una quiete senza motivo e le interpretò come un annuncio che nulla di nuovo sarebbe accaduto, che tutto quanto aveva fatto nella vita era stato utile e non serviva andare avanti: era la fine. Il lunedì, tuttavia, arrivando alla sua casa di calle de las Ventanas, trovò la lettera che galleggiava nell'acqua ristagnata dell'atrio e riconobbe subito sulla busta bagnata la calligrafia imperiosa che tanti cambiamenti della vita non erano riusciti a cambiare, e credette persino di cogliere il profumo notturno delle gardenie appassite, perché il cuore gli aveva ormai detto tutto fin dal primo spavento: era la lettera che aveva aspettato, senza un istante di tregua, per oltre mezzo secolo" (p.300).

*Può far male quello che manca e di cui pure vogliamo liberarci*

"Ermina Daza non poteva immaginare che quella sua lettera, istigata da una rabbia cieca, potesse essere interpretata da Florentino Ariza come una lettera d'amore. Vi aveva messo tutta la furia di cui era capace, le parole più crudeli, gli obbrobri più contundenti, e anche più ingiusti, che tuttavia le sembravano infimi rispetto alle proporzioni dell'offesa. Fu l'ultimo atto di un amaro esorcismo di due settimane, con cui aveva cercato di stringere un patto per riconciliarsi con la sua nuova situazione. Voleva essere di nuovo se stessa, recuperare tutto quanto aveva dovuto cedere in mezzo secolo di una servitù che l'aveva resa felice, senza dubbio, ma che una volta morto il marito non le lasciava neppure l'ombra della sua identità" (...) "Le venivano in mente di continuo le tante domande quotidiane a cui solo lui avrebbe potuto rispondere. Una volta le aveva detto una cosa che lei non riusciva a concepire: gli amputati sentono dolori, crampi, solletico, alla gamba non hanno più. Così si sentiva lei senza di lui, sentendolo là dove non c'era più" (p. 302).

*Lo scrivere, ancora*

*Come cinquant'anni prima, Florentino fece appello all'unica arma di cui poteva disporre: lo scrivere lettere. E questa volta lo fece con lo spessore di una vita vissuta e di un sentimento distillato negli anni. Ed in più con l'ausilio di una rudimentale macchina da scrivere. Oggi giorno, se lo avesse fatto con la posta elettronica, sarebbe stato denunciato*



come stalker. Ma il diritto di espressione e di parola, se non si può negare in politica, non si può nemmeno in affari di amore. Di fatto Florentino cominciò a scrivere con la passione e la sistematicità che gli erano proprie delle quotidiane lettere ma "pianificò ogni cosa fino all'ultimo dettaglio come una guerra finale: tutto doveva essere diverso e suscitare nuove curiosità, nuove attese, nuove speranze, in una donna che aveva già vissuto in pienezza una vita intera. Doveva essere un'illusione folle, capace di infonderle il coraggio di cui avrebbe avuto bisogno per buttare nell'immondizia pregiudizi di una classe che non era stata la sua di origine, ma che aveva finito per esserlo più di qualsiasi altra. Doveva insegnarle a pensare all'amore come a uno stato grazia che non era un mezzo per nulla, bensì un'origine e non un fine. Ed ebbe il buonsenso di non aspettarsi una risposta immediata, perché gli bastava che la lettera non gli venisse restituita. Non accadde, come non accadde per nessuna di quelle "seguirono". (...) Un anno dopo, nell'anniversario della morte del marito, "Fermina Daza si allontanò dai suoi accompagnatori con la scioltezza con cui faceva ogni cosa in società, gli tese la mano e gli disse con un tono dolce: « Grazie per essere venuto.» Non solo aveva ricevuto le lettere, ma le aveva pure lette con grande interesse, e vi aveva trovato seri motivi di riflessione per continuare a vivere" (p. 332).

#### *Il dio dell'eterno ritorno.*

*Alle lettere seguirono sporadiche frequentazioni, che poi si fecero più assidue. Alla figlia di Daza la cosa non piacque e, in occasione di un pranzo in presenza di tutto il parentado, dette sfogo al suo disappunto "L'amore è ridicolo alla nostra età» le gridò, «ma alla loro, una porcheria». Ma anche la riposta non fu meno tagliente e piena di orgoglio ferito ma per nulla disposto alla resa: "L'unica cosa che mi dispiace è di non avere abbastanza forza per darti le legnate che ti meriti, sfacciata e malpensante: ma in questo stesso momento te ne vai dalla mia casa e ti giuro sui resti di mia madre che non ci metterai piede finché io sarò viva» (p.350).*

#### *Mancava qualcosa ...*

*A questa nuova consuetudine, mancava tuttavia "qualcosa". "Quello che vorrei è andarmene da questa casa, camminando avanti, avanti, avanti, e non tornare mai più» disse. «Parti su un battello» disse Florentino Ariza. Fermina Daza lo guardò pensierosa. «E, potrebbe anche essere» disse. Non le era venuto in mente un momento prima di dirlo, ma le bastò ammettere la possibilità per considerarlo cosa fatta. Il figlio e la nuora ne furono contentissimi. Florentino Ariza si affrettò a precisare che Fermina Daza sarebbe stata , un'ospite d'onore sui suoi battelli, ci sarebbe stata una cabina per lei arredata come la propria casa» (p. 352).*

#### *Sul battello*

*della Compagnia fluviale del Caribe, che nel frattempo era divenuta di proprietà di Fermino Ariza, si consuma quell'incontro così atteso e, nello stesso tempo, mai interrotto. Nel fluire placido del Rio Margherita inondato del sole della sera il tempo sembra fermarsi. Pur nel suo inarrestabile fluire. Accanto a ciò ch decade e muore, qualcosa ... qualcosa di ancor più tenace, sembra restare e sopravvivere. Contro e nonostante tutto. Ma lasciamo a Marquez le ultime pennellate, miste di pathos e di ironia, di questa epica storia di amore che, come spesso, si intreccia a tutta la caducità umana e che, nel nostro caso, ha il nome di colera.*

*"Florentino Ariza le strinse la mano, si chinò su di lei e cercò di baciarla sulla guancia. Ma lei lo evitò con la sua voce rauca e dolce. «Adesso no» gli disse: «puzzo di vecchia». Lo udì uscire, udì i passi sulle scale, lo udì smettere di esserci. Fermina Daza accese un'altra sigaretta, e mentre la fumava vide il dottor Juvenal Urbino col suo abito di lino impeccabile, il suo rigore professionale, la sua simpatia abbagliante, il suo amore ufficiale, farle un cenno di addio col cappello bianco da un altro battello del passato. "Noi siamo poveri uomini schiavi del pregiudizio" le aveva detto una volta. "Invece, quando una donna decide di andare a letto con un uomo, non esiste un ostacolo che non superi, né forza che non abbatta, né considerazione morale che non sia disposta a mettere da parte: non c'è Dio che valga". Fermina Daza rimase immobile fino all'alba pensando a Florentino Ariza (...) così com'era adesso, decrepito e sciancato ma reale: l'uomo che era sempre stato a portata della sua mano, ma che non aveva saputo riconoscere. Mentre il battello la trascinava ansimando verso il fulgore delle prime rose, l'unica cosa che chiedeva a Dio era che il giorno dopo Florentino Ariza sapesse da dove ricominciare» (p. 357).*

#### *Tutta la vita*

*Lasciamo a ciascuno di assaporare le ultime pagine del romanzo dalle quali rilucono le braci di una tenera sensualità non ancora spenta dalle ceneri degli anni. Ma, al di là di questa, "A loro bastava la felicità semplice di stare insieme". Al punto che Florentino Daza, rivolgendosi al capitano disse: «parlando per ipotesi, sarebbe possibile fare un viaggio diretto senza carico né passeggeri, senza toccare un solo porto. Senza niente?». Il capitano, in quanto dipendente, non poté opporsi. Mise però la condizione che, per essere lasciati in pace, era consigliabile issare la bandiera gialla e nera che segnalava la presenza del colera. E infine dette l'ordine "Andiamo a dritta, a dritta, a dritta, di nuovo verso La Dorada!" "Fermina Daza rabbrivì, perché riconobbe l'antica voce illuminata dalla grazia dello Spirito Santo, e guardò il capitano: era lui il destino. Ma il capitano non la vide, perché era annientato dal tremendo potere di ispirazione di Florentino Ariza. "Parla sul serio?" gli domandò. "Da quando sono nato" disse Florentino Ariza, «non ho detto una sola cosa che non sia sul serio». Il capitano guardò Fermina Daza e vide sulle sue ciglia i primi bagliori di una brina invernale. Poi guardò Florentino Ariza, il suo dominio invincibile, il suo amore impavido, e lo spaventò il sospetto tardivo che è la vita, più che la morte, a non avere limiti.*

*E fin quando crede che possiamo proseguire questo andirivieni del cazzo?» gli domandò.*

*Florentino Ariza aveva la risposta pronta da cinquantatré anni sette mesi e undici giorni con le loro notti.*

*«Tutta la vita» disse.*





## Scuola e dintorni

(a cura di: Manila Cannalire [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it))



# Gherardo Amadei e Lorenzo Colucci Momenti di tempomindfulness

27-28 giugno 2014  
venerdì ore 14:30 – 18:00  
sabato ore 9:30 – 18:30

L'inizio della diffusione a livello internazionale delle pratiche di *mindfulness* può essere datato al 1990, quando viene pubblicato *Full Catastrophe Living: how to cope with stress, pain and illness using mindfulness meditation* di Jon Kabat-Zinn, edito poi in Italia con il titolo di *Vivere momento per momento*. Se l'entrata nel campo della psicologia clinica del termine *mindfulness* è dunque riconducibile a questo testo, la sua origine storica è invece di impossibile determinazione, poiché l'invito a conseguire una *particolare attenzione nei confronti del momento presente* si può rintracciare negli insegnamenti di pratiche meditative che sono presenti in tutte le grandi vie sapienziali e spirituali d'oriente come d'occidente.

A partire dalla seconda metà degli anni novanta, la sempre maggiore diffusione di pratiche di *mindfulness*, avvenuta in modo trasversale rispetto ai maggiori orientamenti psicoterapici, consente ora di individuarla come il fattore comune a cui ricorrono sia terapeuti di differenti orientamenti. Infatti il "fattore *mindfulness*" sembra facilitare il determinarsi delle circostanze ottimali per il cambiamento che psicoterapie di differente orientamento si propongono di ottenere e produce questa ottimizzazione proprio perché le persone quanto più sono attente, nel senso della *mindfulness*, tanto più sono "recettive verso nuove informazioni" e di conseguenza inaspettate possibilità di cambiamento. Pur se riduttivamente, si può dire che le potenzialità trasformatrici della *mindfulness* risiedono nel suo liberare l'attenzione dai vincoli che ne limitano le potenzialità percettive: la "libertà di attenzione", che comporta il recupero di una "libertà psicologica", è quindi al centro della proposta di considerare la *mindfulness* come fattore comune delle psicoterapie. E' in tal senso che Daniel Siegel non propone di fondare un nuovo orientamento di psicoterapia ma di innestare sempre più la *mindfulness* nelle prassi psicoterapiche esistenti e confida che "le pratiche di consapevolezza mentale (*mindful awareness*) possano essere considerate il *training* di base per la mente di ogni terapeuta" al fine di sviluppo di pratiche psicoterapeutiche sempre più efficaci.

**L'incontro si propone di favorire nei partecipanti un avvicinamento (concettuale ed esperienziale) alle pratiche di *mindfulness*.**

### GHERARDO AMADEI

Medico chirurgo, specializzato in psichiatria, psicoterapeuta psicoanalitico. Professore di Psicologia Dinamica presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Milano-Bicocca

#### Pubblicazioni recenti:

Amadei, G., & Boffito, S. (2010). *Bare attention: the love that is enough?*. In P. Rudnytsky, & G. Preston (a cura di), *Her hour round at last: a garland for Nina Coltart*. Karnak Books – London

Amadei, G. (2010). *Como a mente adocece*. San Paolo : Paulinas Ediciones.

Lingiardi V., Amadei G., Caviglia G., De Bei F. (a cura di) (2011). *La svolta relazionale*. Raffaello Cortina Editore

Amadei, G. (2013). *Mindfulness essere consapevoli*. Il Mulino. Bologna

Amadei, G. (2014). *What the Emotions Ask of Us: Psychoanalysis and Dharma Psychology* In Mulino. A (ed.) *Crossroads in Psychoanalysis, Buddhism, and Mindfulness*. Aronson, Lanham - Plymouth

**Il seminario è aperto a tutti al costo di 120 euro (IVA inclusa) e 96 euro per i soci CSTG.  
È gratuito per gli allievi in corso della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia della Gestalt del CSTG.**

c/o CSTG Via Mercadante 8 Milano (MM Loreto)

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it)

☎ 022940878



## PROSSIMI EVENTI PROMOSSI DAL CSTG nel 2014

### Presso la sede dei Programmi residenziali a Noceto (Via di Grotti-Bagnaia 12-16 Ville di Corsano, Siena)

5 e 6 maggio 2014 – **ANTONIO IANNAZZO**, Psicoterapeuta, docente ASPIC e Didatta FISIG. *Piani di intervento in Gestalt integrata*

7 – 11 maggio 2014 - **RICCARDO ZERBETTO**, Psicoterapeuta didatta ord. FISIG e Direttore del CSTG, *Il Sciogliere nodi per guardare avanti: lavoro gestaltico sulle figure genitoriali*, con la partecipazione di **SARA BERGOMI**, Counselor Trainer e Didatta CSTG

8 maggio 2014 – **ROSALBA RAFFAGNINO**, Docente Università di Firenze e Didatta ordinario FISIG: *Linguaggio verbale e linguaggio corporeo in psicoterapia*

12 maggio 2014- **PAOLA DEI** Psicologo Psicoterapeuta Didatta Associato FISIG: Infanzia e Arte - *Un viaggio che comincia dalla nascita*

14 maggio 2014 – **ANDREA BALLATI**, psichiatra, docente CSTG e Didatta associato FISIG: *L'approccio energetico in psicoterapia*

15 maggio 2014 – **MARIO REDA**, Direttore della scuola di specializzazione in Psicologia clinica dell'Università degli studi di Siena: *La relazione intersoggettiva in una prospettiva evoluzionistico-costruttivista*

15 - 18 maggio 2014 – **RICCARDO ZERBETTO**, Psicoterapeuta didatta ord. FISIG e Direttore del CSTG *Il Self Process: il sé e le sue (dis)funzioni nell'ottica gestaltica*

11 e 12 giugno 2014 – **ANTONIO FERRARA**, Psicoterapeuta didatta ord. FISIG e Direttore dell'IGAT di Napoli, *Teatro trasformatore*

13 – 15 giugno 2014 - **RICCARDO ZERBETTO**, Psicoterapeuta didatta ord. FISIG e Direttore del CSTG, *L'approccio gestaltico al lavoro sul corpo*

16 - 17 giugno 2014 – **ROSA MEDINA**, Musicista e psicoterapeuta docente CSTG, *Voce e Gestalt*

18 giugno 2014 - **ROSALBA RAFFAGNINO**, Docente Università di Firenze e Didatta ordinario FISIG: *L'approccio alla coppia nella prospettiva gestaltica, sistemica e cognitivista*

19 giugno 2014 – **PAOLA DEI**, Arte-terapeuta e didatta associato FISIG, *L'approccio gestaltico alla Arteterapia*

20 – 22 giugno 2014 – **RICCARDO ZERBETTO**, *I volti dell'amore: Eros, Agape e Philia* con la partecipazione di **DONATELLA DE MARINIS**

25 – 29 giugno 2014 – **MASSIMO HABIB**, Counselor professionale e docente di Tango olistico: *Tango olistico come via di accesso al piacere profondo* (riservato al corso di formazione)

21 – 23 luglio – **RICCARDO ZERBETTO** con la partecipazione di **PRIMO LORENZI**, *Seminario intensivo sul mito, con particolare attenzione a Oreste, Arianna ed Afrodite*

24 – 27 luglio 2014 - **RICCARDO ZERBETTO**, Psicoterapeuta didatta ord. FISIG e Direttore del CSTG, *Mito, archetipi e sogno* con la partecipazione di **GIORGIO ANTONELLI**

29 luglio - 3 agosto – **RICCARDO ZERBETTO** con **DANIELA SANTABBONDIO** e **ANDREA BALLATI** *Inner healing: le nostre ferite primarie e le dipendenze affettive*

5 – 10 agosto 2014 - **ANURAG DAVID HEY**, Laureato in Scienze Sociali e Conduttore di seminari su dipendenze affettive, Essenza, Enneagramma e Meditazione e **DISHA DANIELA SANTABBONDIO** Professional Counsellor e Psicoterapeuta EAP, *Ritiro di ricerca interiore e alleggerimento dietetico: Essenza, Advaita e Gestalt*

11– 31 agosto – staff di Orthos, *Programma CLEAN: all'origine delle nostre dipendenze*



## PIANI DI TRATTAMENTO NELLA GESTALT INTEGRATA

ANTONIO IANNAZZO



### Podere "Noceto", Ville di Corsano (SI) dal 5 (ore 10) al 6 (ore 18) maggio 2014

Sempre più in psicoterapia c'è bisogno della costruzione e implementazione di Piani di Intervento Integrati per rispondere alle diverse esigenze di persone differenti, con progetti di vita individuali, bisogni e fantasie personali, necessità legate al proprio dispiegarsi nell'esistenza. Accanto a questo, nella costruzione dell'intervento clinico, bisogna tener conto delle comunanze trasversali che ogni individuo porta con sé.

Queste due giornate serviranno ad approfondire le proprie competenze necessarie alla definizione e realizzazione di un Piano d'intervento integrato, focalizzato sui Denominatori Comuni che la ricerca ha indicato come migliori predittori dell'*outcome*.

Al centro di un siffatto intervento si situa la dimensione relazionale, l'io-tu. C'è bisogno di muoversi lungo il continuum oggettività-soggettività, validità di costrutto-validità ecologica, per offrire un buon prodotto, adeguato alle esigenze dell'utenza e che risponda ai canoni di controllo esterno.

#### Obiettivi e Metodologia

Potenziare le conoscenze e competenze nella costruzione di un piano d'intervento centrato sulle esigenze individuali ed *evidence based*. La metodologia sarà fondamentalmente esperienziale, in cui la sperimentazione diretta e attiva, la supervisione e il lavoro in videomodeling consentiranno di acquisire migliori competenze nella 'postura professionale'

**Antonio Iannazzo** è psicologo e Didatta associato FISIG. Docente della scuola di formazione in psicoterapia ASPIC di Roma e autore di numerose pubblicazioni tra cui *Psicoterapie Integrate. Piani di trattamento per psicoterapeuti con interventi a breve, medio e lungo termine* (con E. Giusti & C. Montanari), Masson, Milano, 2000 e *Verifica dei risultati della psicoterapia basata sull'evidenza* (con E. Giusti), in *Integrazione nelle Psicoterapie e nel Counseling*, rivista dell'A.S.I.P.C., Roma 2000.

**Il costo del seminario, compreso vitto e alloggio, è di 200 (160 per i soci-aderenti al CSTG).**

Per informazioni: Centro Studi Terapia della Gestalt CSTG [www.cstg.it](http://www.cstg.it), [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) tel. 0229408785.

Per sistemazioni logistiche: [www.nocetiamo.it](http://www.nocetiamo.it) o contattare Francesco [francescosorvillo@hotmail.com](mailto:francescosorvillo@hotmail.com), cell 3937848905

## SCIOGLIERE ANTICHI NODI PER GUARDARE AVANTI

Seminario teorico-esperienziale intensivo di "lavoro sulle figure genitoriali" nell'ottica gestaltica.



### Podere "Noceto", Ville di Corsano (SI) dall'8 (ore 21) all'11 maggio 2014

RICCARDO ZERBETTO

con la partecipazione di Sara Bergomi

La nostra vita si svolge in un presente inevitabilmente radicato nella nostra storia passata. Dalle risorse e dai condizionamenti della stessa derivano in buona parte le potenzialità e i limiti della nostra possibilità di declinarci nella nostra vita presente e futura. Non a caso la grande innovazione introdotta da S. Freud circa un secolo fa ha privilegiato la ricostruzione della nostra storia e delle nostre relazioni primarie. Certo, il guardarsi indietro, può portarci a sovra-enfatizzare il peso del passato e a valorizzare meno le risorse di cui disponiamo nell'esprimere le nostre facoltà di scelta e di autodeterminazione. Di qui i contributi di L. Binswanger (nel superare una logica deterministica), di C.G. Jung (nel sottolineare l'importanza della proiezione "entelechiale" rivolta al futuro nella naturale inclinazione della ricerca del Sé), di F. Perls (che sottolinea come è nel presente che il passato acquista significato ed attualità esistenziale). Tali contributi si sono arricchiti di apporti più recenti introdotti da Claudio Naranjo che ha anche integrato un lavoro intensivo e catartico sulle figure genitoriali nel contesto di un processo gruppale. Tale approccio consiste in un intervento intensivo ed estremamente concentrato sulla dinamica inerente le componenti di ostilità cronica e rimossa che, in varia misura, tutti noi ci portiamo dietro come retaggio di nuclei non (sufficientemente) elaborati di conflitto con i nostri genitori. Attraverso un percorso costituito da processi rievocativi, auto-narrativi, immaginativi, espressivi e di drammatizzazione tra loro organicamente integrati, si rende possibile un processo dalle forti valenze catartiche, di analisi, consapevolezza e ristrutturazione emozionale e cognitiva. Tale forma di abreazione rappresenta la premessa per l'emergenza di una successiva fase di riconciliazione con le figure genitoriali interne (cui conseguono spesso modificazioni di rilievo anche nei confronti delle persone reali laddove tuttora in vita) e l'integrazione di elementi positivi nelle relazioni stesse.



Il seminario è aperto a chi è inserito in un processo di psicoterapia o di counseling professionale e richiede un colloquio preventivo con i conduttori del gruppo terapeutico per i partecipanti esterni. E' previsto un "richiamo" per chi ha già "attraversato" il programma o per chi intende elaborare nuclei irrisolti relativi a persone significative anche non genitoriali.

Su questo lavoro di base si inserirà quello proposto da **Sara Bergomi** che mira a far emergere e dare volto e parola a parti-ombra della nostra personalità ma che possono dare un contributo significativo nella riappropriazione di una immagine del sé più ricca ed integrata

**Riccardo Zerbetto** è medico Specialista in Clinica delle Malattie Nervose e Mentali e Neuropsichiatria Infantile e direttore del Centro Studi di Terapia della Gestalt. Si è formato in psicoanalisi freudiana e neo-freudiana, carattere-analisi reichiana e nella Gestalt terapia con Barrie Simons, Isha Bloomberg e Claudio Naranjo. Già presidente della European Association for Psychotherapy (EAP), della Federazione Italiana delle Scuole e Istituti di Gestalt (FISIG) e socio onorario della Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia (FIAP).

**Sara Bergomi**, Trainer e Supervisor Counselor (accred.Assocounseling n. A0053-2009), Gestalt-Terapeuta in Francia. Si è formata presso il "Centro Studi Terapia della Gestalt" e l'École Parisienne de Gestalt ed è docente e Coordinatrice dei corsi di counseling del CSTG. Lavora attualmente come libera professionista

**Il costo delle 25 ore di lavoro compreso vitto e alloggio è di 250 euro (200 per i soci-aderenti del CSTG).**

Per informazioni: **Centro Studi Terapia della Gestalt CSTG** [www.cstg.it](http://www.cstg.it), [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) tel. 0229408785.

Per sistemazioni logistiche: [www.nocetiamo.it](http://www.nocetiamo.it) o contattare Francesco [francescosorvillo@hotmail.com](mailto:francescosorvillo@hotmail.com), cell 3937848905

## INFANZIA E ARTE

Un viaggio che comincia dalla nascita

**Paola Dei Psicologo Psicoterapeuta Didatta Associato FISIG**

**12 maggio 2014 Località Noceto- Ville di Corsano Siena Ore 9,3 0- 18,30**



A partire dalla pancia della mamma andremo ad analizzare le tappe dello sviluppo ed i principali momenti in base alle moderne Teorie dell'età evolutiva.

Esploreremo i diversi tipi di disturbo ed esploreremo metodologie artistiche per elaborare percorsi di prevenzione.

Sono consigliati i testi:

DEI P. GAMBARINI C.: **Tra gioco e Arte Imparare ad imparare con esperienze gestaltiche e mappe cognitive** Edizioni Armando Collana MedicoPsicoPedagogica Diretta da G. Bollea

DEI P. (a cura di) **Il mondo magico fra arte e conoscenza, il metodo dei pittori** Edizioni Armando Collana MedicoPsicoPedagogica Diretta da G. Bollea

La giornata di studio è aperta a Psicologi, medici, insegnanti, operatori socio-sanitari, counselor, artisti

## SELF PROCESS

**Seminario teorico-esperienziale intensivo sulla "Teoria del sé" e le sue (dis)funzioni nell'ottica gestaltica.**

**RICCARDO ZERBETTO**

**con la partecipazione di Mario Reda**

**Podere "Noceto", Ville di Corsano (SI) dal 15 (ore 15) al 18 maggio 2014**



La "teoria del sé" rappresenta il cuore della epistemologia gestaltica che propone un modello radicalmente interazionista nel rapporto Organismo/Ambiente. Coerentemente con la visione fenomenologico-esistenziale di cui la Gestalt terapia è espressione, l'essere di un vivente non può che declinarsi in un esser-ci (*da-sein*) nello spazio-tempo, in un qui-ed-ora nel quale "si gioca" il suo stato di bene(male)essere nell'osmosi tra un Mondo Interno ed un Mondo Esterno. Ed è appunto sul "confine di contatto" tra queste due dimensioni che si esprime la funzione elettiva del sé nel favorire uno scambio proficuo di interazioni nutritive che può essere tuttavia ostacolato da alcune specifiche "disfunzioni" che ostacolano questa osmosi. Le funzioni/disfunzioni del sé (confluenza, egotismo, introiezione, proiezione, retroflessione, proflessione e deflessione) proposte inizialmente da Fritz Perls e P. Goodman verranno accostate alla elaborazione di Didier Anzieu alla luce del concetto di "Io-pelle" per trovare poi una rielaborazione nel concetto di membrana-sé sviluppato da Riccardo Zerbetto.





L'originalità di questo lavoro sta tuttavia nel collegare i concetti ad un set strutturato di esercizi attraverso i quali è data ai partecipanti la possibilità di verificare a livello esperienziale queste fondamentali modalità nella interazione Io/Mondo con un particolare riferimento alla polarità primaria tra appartenenza indifferenziata all'ambiente o, all'opposto, separazione difensiva e pregiudiziale dallo stesso.

Su questo lavoro di base si inserirà il contributo del prof. **Mario Reda** sugli stili di attaccamento e la relazione intersoggettiva

**Riccardo Zerbetto** è medico Specialista in Clinica delle Malattie Nervose e Mentali e Neuropsichiatria Infantile e direttore del Centro Studi di Terapia della Gestalt. Si è formato in psicoanalisi freudiana e neo-freudiana, carattere-analisi reichiana e nella Gestalt terapia con Barrie Simons, Isha Bloomberg e Claudio Naranjo. Già presidente della European Association for Psychotherapy (EAP), della Federazione Italiana delle Scuole e Istituti di Gestalt (FISIG) e socio onorario della Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia (FIAP).

**Mario Reda** è psichiatra e psicoterapeuta didatta ad orientamento cognitivo-costruzionista. Già direttore della scuola di specializzazione in Psicologia clinica dell'Università degli studi di Siena

**Il costo delle 25 ore di lavoro compreso vitto e alloggio è di 250 euro (200 per i soci-aderenti del CSTG).**

Per informazioni: **Centro Studi Terapia della Gestalt CSTG**: [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) tel. 0229408785.

Per sistemazioni logistiche contattare Giovanni ([giovannilupo64@gmail.com](mailto:giovannilupo64@gmail.com)) cell. 3288719610

The poster features the logo of the Centro Studi di Terapia della Gestalt at the top left. The main title is 'Teatro Trasformatore' in large, bold letters, with 'Teatro' above 'Trasformatore'. Below the title is the subtitle 'WORKSHOP ESPERIENZIALE FORMATIVO DI'. The name 'Antonio Ferrara' is highlighted in a blue box. To the left of the text are two small portrait photos of Antonio Ferrara. The text describes his credentials: 'Direttore dell'IGAT Scuola di Specializzazione quadriennale in Psicoterapia della Gestalt e Analisi Transazionale di Napoli. Psicologo Psicoterapeuta, Didatta e Supervisore riconosciuto dalla FISIG e dall'ITAA, esperto di Psicologia degli Enneatipi. Supervisore dei Programmi SAT, coordinati dal Dr. Claudio Naranjo in Italia e all'estero.' On the right side, the dates and location are given: '11 e 12 giugno 2014 presso il Podere di Noceto (Vile di Corsano), Via di Grotti-Bagnaia 1216.' At the bottom right, contact information is provided: 'Per informazioni Centro Studi Terapia della Gestalt CSTG [www.cstg.it](http://www.cstg.it), [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) tel. 0229408785.'

**Il costo del seminario, compreso vitto e alloggio, è di 200 Euro (160 per i soci-aderenti CSTG )**

Per informazioni: **Centro Studi Terapia della Gestalt CSTG** [www.cstg.it](http://www.cstg.it), [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) tel. 0229408785.

Per sistemazioni logistiche: [www.nocetiamo.it](http://www.nocetiamo.it) o contattare Francesco [francescosorvillo@hotmail.com](mailto:francescosorvillo@hotmail.com), cell 3937848905



## VOCE E GESTALT

**Seminario esperienziale di introspezione sonora che permette grazie al canto spontaneo di sciogliere certi carichi esistenziali che ci portiamo dietro.**

**Esperienza guidata da Rosa Medina**

**Podere "Noceto", Ville di Corsano (SI) dal 16 (ore 16) al 17 giugno 2014**

Il canto più bello nasce dall'autenticità dell'essere, da un contatto profondo con se stessi.

Il canto più bello non è bel canto né canto lirico, non ha bisogno di spartiti né di corde affinate.

Il canto più bello è canto nudo, libero e spontaneo; si affida al suono che riesce a trasformare i vissuti dolorosi e pesanti in altri più leggeri, liberi e gioiosi.

Il canto più bello canta il nostro passato di tanti colori, rinforza il presente con nuove risorse e orienta un futuro di speranza.

**Non è necessario conoscere la musica, né avere una bella voce, né essere intonati.**

**Rosa Medina**, oltre ad essere musicista (pianoforte, flauto traverso e canto) è psicologa e psicoterapeuta con diverse formazioni: Gestalt, Coreenergetica, Master Practitioner, Trainer PNL, EMDR, Wingwave coaching e Programma SAT con Claudio Naranjo, di cui è allieva e collaboratrice da molti anni.

Dal '92 sviluppa un proprio modello innovativo nell'ambito della crescita personale tramite il suono, la voce ed il canto libero.

**Il costo delle 12 ore di lavoro, compreso vitto e alloggio, è di 150 Euro (120 per i soci-aderenti CSTG ).**

Per informazioni: Centro Studi Terapia della Gestalt CSTG [www.cstg.it](http://www.cstg.it), [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) tel. 0229408785.

Per sistemazioni logistiche: [www.nocetiamo.it](http://www.nocetiamo.it) o contattare Francesco [francescosorvillo@hotmail.com](mailto:francescosorvillo@hotmail.com), cell 3937848905



## LABORATORIO SU SOGNO, MITO E ARCHETIPI

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

"Il sogno rappresenta l'appagamento allucinatorio di un desiderio"..S. Freud

"Abbiamo trasformato gli dei in malattie" C.G. Jung



**Percorso tra Gestalt e psicologia archetipica condotto da  
RICCARDO ZERBETTO**

**con la partecipazione di Giorgio Antonelli**

Il workshop teorico-esperienziale, che rappresenta ormai un appuntamento annuale alla sua sesta edizione, prevede un lavoro sui contenuti onirici presentati dai partecipanti in un'ottica gestaltica con integrazioni teoriche in una prospettiva freudiana, junghiana e hillmaniana.

Verrà approfondito il tema della dimensione immaginale e della psicologia archetipica e verranno tratteggiati, nello specifico, i grandi archetipi (divinità olimpiche) della tradizione greca con applicazione nel lavoro clinico della prospettiva gestaltico-archetipica.

**Sede e orario:** Il workshop, di 30 ore, è accreditabile per il Master su **Dreamwork e mondo immaginale** promosso dal CSTG e si svolgerà presso il nostro "Portico del sognatore" presso il Podere di Noceto (Ville di Corsano), Via di Grotti-Bagnaia 1216, **da mercoledì 23 luglio ore 20,00 a domenica 27 luglio ore 13,30 2014.**

**Costo : 400 euro comprensivi di vitto e alloggio e 320 per i soci-aderenti al CSTG.**

Dal 21 al 24 si terrà un **seminario intensivo sul mito** con la partecipazione di **Primo Lorenzi**, psichiatra e autore di Donne e Dee (Alpes Italia Ed.). Verranno affrontati, sempre in un'ottica teorico-esperienziale, i miti di **Arianna, di Oreste e la figura di Afrodite.**

**Il costo è di 300 euro. Per l'intera settimana dal 21 al 27 il costo è di 630 euro.**

**Conducono il seminario:**

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



**Giorgio Antonelli**, psicoanalista junghiano, già presidente della *Associazione di Psicologia e Letteratura* fondata da Aldo Carotenuto

Per informazioni: **Centro Studi Terapia della Gestalt CSTG** [www.cstg.it](http://www.cstg.it), [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) tel. 0229408785.

Per sistemazioni logistiche: [www.nocetiamo.it](http://www.nocetiamo.it) o contattare Francesco [francescosorvillo@hotmail.com](mailto:francescosorvillo@hotmail.com), cell 3937848905



## INNER HEALING

**Ritiro di guarigione interiore sulla ferita narcisistica e la dipendenza affettiva**

**RICCARDO ZERBETTO**

**con Daniela Santabbondio e Andrea Ballati**

**Podere "Noceto" (Siena) dal 29 luglio sera al 3 agosto 2014**

Prosegue nella sua terza edizione questo appuntamento annuale sulla ricerca della guarigione interiore. Un seminario dedicato a noi stessi, al prenderci cura di quel "qualcosa" che rimane fonte di inquietudine e a cui spesso non sappiamo dare un volto o una motivazione accessibile alla coscienza ordinaria. Un'occasione per dedicare ad una possibile ferita antica, ad una esigenza profonda rimasta insoddisfatta o ad un nucleo di solitudine, quella attenzione e quella "cura" che forse ci chiede da tempo di essere accolta.

Particolare attenzione verrà riservata al lavoro gestaltico sul trauma inteso come "ferita" del sé e della sua immagine, alla violazione dei nostri confini e al disturbo delle "funzioni di contatto". L'accompagnamento ad un lavoro di rievocazione drammatizzata consentirà di attualizzare il vissuto e superare la condizione vittimizzata e confusivo-collusiva, andando verso la riappropriazione delle possibilità di scelta e di una più consapevole relazione Io/Altro.

Conducono il seminario **Riccardo Zerbetto**, psichiatra e psicoterapeuta, direttore del CSTG e formatosi nella Terapia familiare, nella Caratteroanalisi reichiana e nella "Primal reintegration" con William Swartley

**Daniela Santabbondio** Professional Counsellor formatasi presso il CSTG e "L'Ecole Parisienne de Gestalt" (con certificato europeo di psicoterapia) specializzata in dipendenze affettive e pratiche di consapevolezza

**Andrea Ballati**, psichiatra e psicoterapeuta, didatta associato del CSTG, omeopata, già autodirigente in servizi di salute mentale e cultore di medicine naturali e da 18 anni di sciamanesimo buriata con Nadia Stephanova

La struttura del seminario prevede:

- yoga con **Mabel Pradelli**, insegnante di Kundalini Yoga certificata IKYTA, meditazione e lavoro psico-corporeo
- un lavoro gestaltico sul sogno, sulle funzioni di contatto e del sé
- un periodo di riposo dalle 13.30 alle 16.00 con possibilità di fare un bagno, in loco o nelle vicinanze
- lavoro sugli "unfinished business" (nodi irrisolti) con tecniche di regressione e psicodramma gestaltico alla ricerca di quei nuclei irrisolti del "bambino interiore" che ancora ci legano ad un passato impedendoci di vivere più pienamente il presente interferendo, in particolare, sulla qualità delle nostre relazioni intime.

Particolare cura verrà dedicata all'alimentazione con la collaborazione di **Jennifer Tessa Cantù**, dieto-naturopata, nella linea di Corpo e Immagine ([www.corpoeimmagine.it](http://www.corpoeimmagine.it))

Sono previste sessioni individuali con Mabel Prandelli Reiki, Theta Healing, tecniche di massaggio, di rilassamento, di attivazione energetica e sciamanesimo della tradizione Lakota.

**Il costo per il seminario è di 700 euro (560 per i soci-aderenti del CSTG) con 100 euro in più per chi arriva il 27.7 sera.**

**Per informazioni:** Centro Studi di Terapia della Gestalt ([www.cstg.it](http://www.cstg.it)): [cstg@mclink.it](mailto:cstg@mclink.it) o 0229408785

Sulle dipendenze affettive. Daniela Santabbondio. [www.dipendenze.affettive.com](http://www.dipendenze.affettive.com) cell 3356033998

Noceto, Via di Grutti-Bagnaia 1216 di Ville di Corsano (Monteroni d'Arba) [www.nocetiamo.it](http://www.nocetiamo.it), cell 3937848905



## RITIRO DI RICERCA INTERIORE E ALLEGGERIMENTO DIETETICO



**Anurag David Hey e Disha Daniela Santabbondio**  
**ESSENZA e ADVAITA**

**Podere Noceto (Siena) dal 5 agosto sera al 10 agosto 2014**

Si volge per il terzo anno consecutivo, fra le colline toscane, questo seminario dedicato a noi stessi, al prenderci cura di quel "qualcosa" che rimane fonte di inquietudine e a cui spesso non sappiamo dare una chiave di lettura da un punto di vista della coscienza ordinaria. Un'occasione per dedicare al nostro vero Sé quel riconoscimento che rimane spesso sopito nella frenesia del quotidiano in una vita improntata più nel fare che all'essere. Portando un ascolto attento al giudice interiore contatteremo quello spazio che si rivela appieno quando cessa la costante e spesso opprimente attività della "mente". Con riferimento al lavoro del Diamond Approach (di Faisal e Almaas) approfondiremo le qualità essenziali, quest'anno nello specifico le qualità della fiducia e dell'autenticità.

Un lavoro profondo e trasformativo che va a toccare diverse dimensioni del nostro essere.

Il programma specifico di alleggerimento dietetico, diretto dalla nutrizionista e naturopata **Jennifer Tessa Cantù**, sarà parte integrante del seminario,

### La struttura del seminario prevede:

- 1 ora al giorno di yoga con **Mabel Pradelli**, insegnante di Kundalini Yoga certificata IKYTA
- meditazioni da diverse tradizioni.
- lavoro di indagine psicologica e spirituale della nostra realtà interiore e di integrazione delle nostre qualità essenziali.
- un periodo di riposo dalle 13.30 alle 16.00 con possibilità di fare un bagno, in loco o nelle vicinanze
- esplorazione dei 3 diversi livelli di consapevolezza
- lavoro sulle funzioni di contatto e del sé

Per chi lo desiderasse è possibile prenotare sessioni individuali con Mabel Pradelli (Reiki, Theta Healing, tecniche di massaggio, di rilassamento, di attivazione energetica e sciamanesimo della tradizione Lakota).

**Il costo per l'intero seminario è di 700 euro (650 prima del 30 giugno) e 750 (700) per chi arriva il 3 sera.**

**Per informazioni:** Disha Daniela Santabbondio [info@itreloivellidiconsapevolezza.com](mailto:info@itreloivellidiconsapevolezza.com) [www.itrelivellidiconsapevolezza.com](http://www.itrelivellidiconsapevolezza.com) cell 3356033998

**Noceto, Via di Grotti-Bagnaia 1216 di Ville di Corsano (Monteroni d'Arba)**

**Disha Daniela Santabbondio** Professional Counsellor, si è formata presso il "Centro Studi Terapia della Gestalt" a Milano e "L'Ecole Parisienne de Gestalt" a Parigi, conseguendo l'European Certificate of Psychotherapy. Si è specializzata nel corso degli anni nell'ambito delle dipendenze affettive. Porta nel suo lavoro l'esperienza della sua pratica clinica unita a lunghi soggiorni in India dove ha sviluppato una visione di guarigione globale dell'uomo che integra il livello mentale, quello spirituale e quello fisico- emotivo.

**Anurag David Hey** Laureato in Scienze Sociali all'Università del Michigan (Usa). Consegue il Master in Programmazione Neuro-Linguistica (PNL) presso l'Università della California e il Master in Ipnosi Ericksoniana. Si è formato con lo psichiatra Thomas Trobe in Codipendenza e problemi di coppia. E' stato per molti anni Diamond Logos teacher, Conduce gruppi e seminari su dipendenze affettive, Essenza, Enneagramma e Meditazione. E' scrittore di saggi su sviluppo personale e crescita spirituale. Fra le sue pubblicazioni il libro "I nove colori dell'anima" e "Travels in Consciousness".

Per informazioni: **Centro Studi Terapia della Gestalt CSTG** [www.cstg.it](http://www.cstg.it), [segreteria@cstg.it](mailto:segreteria@cstg.it) tel. 0229408785.

Per sistemazioni logistiche: [www.nocetiamo.it](http://www.nocetiamo.it) o contattare Francesco [francescosorvillo@hotmail.com](mailto:francescosorvillo@hotmail.com), cell 3937848905





## **CSTG OPEN DAYS 2014**

### **PSICOTERAPIA DELLA GESTALT**

*Venerdì 6 giugno - ore 14:30-20:00*

**DONATELLA DE MARINIS - Stili di terapia nella relazione col paziente**

*Venerdì 19 settembre - ore 14:30-20:00*

**RICCARDO ZERBETTO - Transfert e relazione intersoggettiva nella psicoterapia della gestalt**

*Venerdì 26 settembre - ore 14:30-20:00*

**RICCARDO ZERBETTO - L'Ombra ed il lavoro sulle polarità**

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

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

*Venerdì 14 novembre - ore 14:30-20:00*

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

*Sabato 15 novembre - ore 09:30-13:30*

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

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

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

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

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

### **COUNSELING A ORIENTAMENTO GESTALTICO**

*Sabato 13 settembre, ore 09:30-18:30*

**VALTER MADER - Il corpo nel conflitto**

*Sabato 20 e domenica 21 settembre, ore 09:30-18:30*

**RICCARDO ZERBETTO - Mitopoiesi ed archetipi**

*Sabato 27 e domenica 28 settembre, ore 09:30-18:30*

**RICCARDO ZERBETTO e DONATELLA DE MARINIS - Introduzione all'Enneagramma**

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


**SARA BERGOMI - La narrazione nel counseling**

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

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

**INDISPENSABILE LA PRENOTAZIONE PRESSO LA SEGRETERIA CSTG**

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

 0229408785



Eventi

## E.N.T.R.Y.

[www.entryproject.wordpress.com](http://www.entryproject.wordpress.com)



*L'European Network of Trainers for Nonviolence and Resilience of Young People, a due anni di distanza si racconta.*

*Se vuoi saperne di più, vieni in bici con noi  
Domenica 11 Maggio 2014 a Milano*

*Info: [michela.parmeggiani@fastwebnet.it](mailto:michela.parmeggiani@fastwebnet.it)*



## Il disabile e il suo posto nel mondo



**22 maggio 2014 ore 21.00**

Tutti noi siamo stati in qualche momento della nostra vita 'disabili', per un incidente o una malattia grave, ma poi siamo 'guariti' e siamo ritornati al nostro posto a condurre la nostra vita, ma coloro che hanno una disabilità cronica che posto occupano nel mondo di oggi? Che posto occupano nei nostri pensieri e nella nostra quotidianità? Quale futuro per le persone con disabilità? Quale presente per le famiglie con un parente con disabilità? Che cosa ce ne facciamo di uno stato esistenziale, la disabilità, che tutti prima o poi attraverseremo?

\*\*\*

L'evento, accreditato Assocounseling, sarà coordinato da  
**Graziella Lucchini** – Psicologa, Psicoterapeuta

Studio Associato Metafora - via Vitruvio, 4 - 20124 - Milano  
Email: [segreteria@studio-metafora.it](mailto:segreteria@studio-metafora.it) tel: 02.29522329



In occasione del 50° Ciclo di Rappresentazioni Classiche del Teatro Greco di Siracusa che prevede la rappresentazione dell'Oresteia, trilogia composta dall'Agamennone e dalle Coefore-Eumenidi di Eschilo

*si terrà una **Giornata di studi** su*

## **La follia di Oreste e il conflitto tra dei**

promossa dal **Centro Studi di Terapia della Gestalt**

Con il patrocinio della **Fondazione INDA** (Istituto nazionale di  
Dramma antico) e del **Centro Antropologia del Mondo Antico** del  
Dipartimento di Filologia e critica delle Letterature Antiche e  
Moderne

dell'Università degli Studi di Siena

4 giugno 2014 dalle 9.30 alle 16.30 ore

Siracusa presso la sede dell'INDA *in* Corso Matteotti n. 29

*Fu dell'oracolo delfico la terribile ingiunzione data ad Oreste di compiere il matricidio per vendicare l'uccisione del padre Agamennone, re dei re tornato vincitore dalla guerra di Troia. Un misfatto che attrasse sul matricida la furia delle Erinni che esasperarono una follia già latente ed alimentata dal dubbio insanabile tra volontà di vendetta e di perdono. Una struttura di personalità descritta come ambivalente ed incerta si trova esposta ad un conflitto archetipico che dilanerà un non-eroe nel dubbio sulla legittimità di un possibile esistere che neppure il giudizio dell'Areopago seppe sciogliere. Solo intervento divino – ex-machina – porterà la requie insperata ad un conflitto umano che, come spesso, appare irresolubile e forse ontologico. Su questo stesso giudizio e sulla multi-significatività del racconto mitico si confronteranno antichisti, psichiatri, letterati, psicoterapeuti e ... ricercatori di una verità "sostenibile" di fronte alle sfide estreme che la vita ci pone.*

### **Programma preliminare**

*Riccardo Zerbetto (Direttore, Centro Studi di Terapia della Gestalt): Il complesso di Oreste e il matricidio*

*Daniela Fausti (Docente di Letteratura greca, Università di Siena): La follia nel mondo greco e la follia di Oreste*

*Primo Lorenzi (Psichiatra e doc. inc. Università di Firenze): L'evoluzione della follia di Oreste nei tragici*

*Sara Bergomi (Letterata e counselor): Fratria e amicalità nella figura di Oreste\**

*Concetta Stornante (Psichiatra): Volti della paternità e del tradimento*

*Maria Teresa Fabbri (Insegnante di lettere antiche): L'Oresteia secondo Pasolini*

*Giorgio Bergamini (Ingegnere): "deus ex machina" ... come ricostruirla?*

*Nicoletta Onesti (Docente di Filologia germanica, Università di Siena): Amleto ed Oreste\**

*Moreno Lifodi (ex docente di latino e greco nel Liceo Classico e Presidente della delegazione senese Associazione Italiana di Cultura Classica): Oreste come figura di eroe tragico\**

*Amaranta Sbardella (...): La (s)fortuna di Oreste nella letteratura post-tragica\**

**Segreteria scientifica:** Riccardo Zerbetto (r.zerbetto@cstg.it), Primo Lorenzi (p.lorenzi@libero.it), Daniela Fausti (daniela.fausti@unisi.it)

**Segreteria organizzativa:** Nora Griffiths (nora.griffiths@yahoo.it)

Il costo per la partecipazione è di 50 euro. La partecipazione è gratuita per i partecipanti alle XI Giornate siciliane il cui programma si può richiedere alla segreteria organizzativa ([nora.griffiths@yahoo.it](mailto:nora.griffiths@yahoo.it)) (\*) non sono ancora confermate



## Dare Corpo

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

### Gli Enneatipi, il movimenti del Qi e il sistema posturale (5) Di Giovanni Montani

#### CINQUE – L'avarizia e il distacco psicologico

Nel 5° stile di personalità è presente un 'trattenersi' e un 'trattenere dentro'. E' un trattenersi contrassegnato dalla paura dietro cui si nasconde la fantasia che lasciarsi andare significherebbe uno svuotamento catastrofico.

Se questo è un aspetto del nostro Cinque, l'altro aspetto è una rinuncia troppo facile. Poiché questo individuo si è rassegnato a non ottenere amore e a non stringere rapporti con gli altri, si aggrappa a sé stesso in forma compensatoria. Se in questo stile di personalità l'isolamento e l'autocontrollo non sono diversi da quelli che caratterizzano la rabbia, tuttavia sono accompagnati da una sorta di pietrificazione che si manifesta in un aggrapparsi al presente senza concedere niente al futuro che si apre davanti. L'avarizia del tipo Cinque è il più delle volte inconscia, mentre a livello cosciente essi avvertono come proibito ogni gesto di possesso e di definizione dei confini. Questo carattere, più che criticare il mondo esterno coltiva il perfezionismo dentro di sé; ma ciò che più lo differenzia dal perfezionista è l'estroversione attiva di quest'ultimo, in contrasto con l'introversione del tipo Cinque (introversione del tipo pensiero che evita l'azione).

Il Cinque cerca di minimizzare i propri bisogni e le proprie pretese; è incline a farsi comandare a bacchetta in virtù di un'obbedienza compulsiva. Questo individuo si identifica con la personalità vessata e colpevole (underdog), vittima di un iperesigente Super-Io. La contraddizione fra distacco patologico e attaccamento del "trattenersi" riecheggia la contraddizione caratteristica del perfezionista fra rabbia e virtù ossessiva all'insegna della massima competenza. Lo stato di bisogno del tipo Cinque è profondamente sepolto nella psiche dietro ad un velo di indifferenza, di rassegnazione, di rinuncia stoica. Qui la proibizione che vige nei confronti dei bisogni (non solo per quanto riguarda il loro soddisfacimento, ma addirittura la possibilità di riconoscerli in quanto tali) contribuisce all'impoverimento della vita, in quanto con pochi bisogni riconosciuti, nella sua idea basterà poco a soddisfarli e a "bastarsi". La principale causa della tirchieria ritentiva è la paura di rimanere senza risorse e di perdere l'autonomia.

La strategia del Cinque nei confronti del mondo è di prendere le distanze e rinunciare al rapporto con gli altri. A vari livelli di nevrosi e di patologia potremo parlare di queste persone come fredde, isolate, autistiche e schizoidi.

Nel DSM III troviamo la descrizione del tipo Cinque, qui definito come "**disturbo schizoide di personalità**" caratterizzato dai seguenti elementi:

- A) Indifferenza per le relazioni sociali. Le persone con questo disturbo preferiscono essere solitarie e non avere amici stretti o confidenti.
- B) Indifferenza alle lodi, alle critiche e ai sentimenti altrui.
- C) Non ha amici stretti o confidenti (o uno solo) a parte i parenti stretti.
- D) Non vi sono eccentricità di comunicazione, di comportamento e di pensiero, come accade nel disturbo schizotipico di personalità.

Nel DSM III troviamo un altro tipo di personalità che richiama il nostro Cinque: si tratta della personalità passivo-aggressiva. La resistenza alle richieste del mondo esterno è tipica di questo carattere. Il passivo-aggressivo ha un'immagine di sé insoddisfatta; scontento e deluso dalla vita; ambivalenza nei rapporti interpersonali e usa comportamenti imprevedibili e scontroso per mettere a disagio gli altri. La sindrome passivo-aggressiva, non coincide appieno con il Cinque, ma è un'ulteriore complicanza di questo stile caratteriale.

Sulla personalità schizoide esiste una letteratura molto ampia. Claudio Naranjo riporta, nel suo libro "Carattere e Nevrosi", alcuni contributi. Molto interessante quello di Shelton che individua alcuni punti che ci descrivono bene anche il suo stato energetico. Tra questi possiamo segnalare:

- Postura e movimento trattenuti, rigidità;
- Reazioni fisiologiche eccessive e manifestamente veloci
- Amore per l'intimità;
- Intensità mentale eccessiva, estrema vigilanza, apprensione
- Riservatezza di sentimenti, emotività trattenuta
- Mobilità del volto e degli occhi molto controllata







- Sociofobia
- Comportamento sociale inibito
- Resistenza alle consuetudini e scarsa capacità di seguire una procedura fissa
- Agorafobia
- Atteggiamenti imprevedibili
- Trattiene il tono della voce e si trattiene nel fare rumore
- Ipersensibilità al dolore
- Sonno scarso, affaticamento cronico
- Concentrazione e aspetti giovanili
- Introversione
- Bisogno di solitudine quando è angosciato

Anche Krestshmer, pioniera della caratteriologia sistematica, parla dello schizoide come una persona non socievole, timida, riservata, seria, taciturno, sensibile amante dello studio, solitario.

Inoltre parla dello schizoide/Cinque come di una persona priva di reazioni affettive e fondamentalmente fredda.

Tutte queste informazioni ci danno una informazione precisa sul livello energetico del tipo Cinque. Queste persone sono generalmente carenti di Qi, una carenza generalizzata, radicata per cui non ha senso parlare di cattiva circolazione del Qi perché in queste persone esso è carente nel profondo. Logicamente anche se carente esso soffrirà di squilibri nella sua circolazione rallentata e quantitativamente scarsa.

La carenza nel tipo Cinque è soprattutto una carenza del Jing, la parte più profonda del Qi che viene data al neonato dai genitori. Come ho già detto in un articolo precedente, questo è "Il Jing del "Cielo Anteriore". E' il solo Jing presente nel feto e non ha un'attività fisiologica autonoma. Questa essenza determina le caratteristiche somatiche, la resistenza e la vitalità di una persona, è ciò che rende un individuo unico. Essendo ereditato dai genitori è difficilmente modificabile durante la vita adulta, esso è fisso in quantità e qualità, può però essere influenzato in modo positivo ma non aumentato in senso qualitativo.

Ma la carenza riguarda anche il Qi in generale e la sua circolazione è lenta così che condiziona anche la qualità della persona e le sue relazioni, perciò la riservatezza, la timidezza, il ritiro, la freddezza delle emozioni dipendono nel tipo Cinque da questa carenza e da questa bassa circolazione.

Queste considerazioni energetiche sono confermate da Gillie Delisle nel suo libro "I Disturbi della Personalità" quando parla della mobilitazione energetica dello schizoide:

*"Si tratta di una persona con poca energia e dal temperamento amorfo. L'impassibilità emozionale, la mancanza intrinseca di emozioni e i deboli processi di simbolizzazione escludono ampiamente ogni mobilitazione vigorosa di energia"*

(Gillie Delisle, I Disturbi della Personalità, Sovera, Roma, 1992, pag. 69)

Anche l'azione, l'ad-gredire l'ambiente risentiranno della poca energia, Sembra sempre che manchi la vitalità, la vita. Delisle dice:

*"I gesti che imposta e le azioni che intraprende sembrano letargici, poco espressivi e senza spontaneità. Sembra incapace di esprimere qualunque cosa con un po' di profondità, che si tratti di collera, tristezza o piacere"*

(Ibidem, pag. 69)

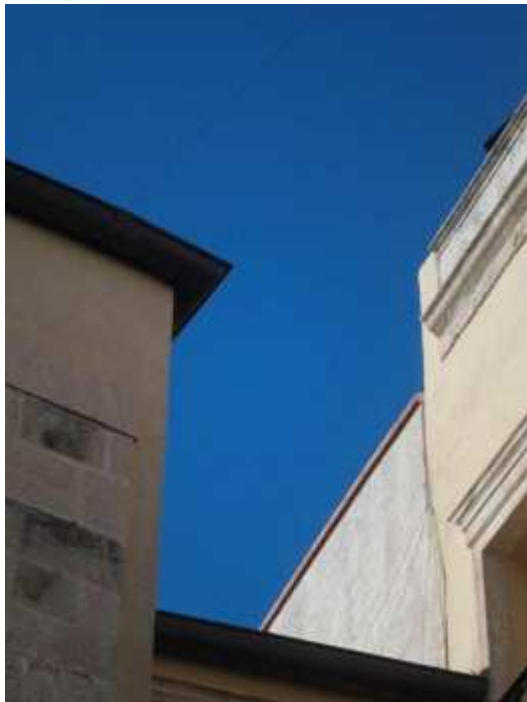
Tutto ciò non significa che il Cinque non provi emozioni e non abbia un suo mondo interiore che può essere ricco, ma non lo porta all'esterno, non lo manifesta, non lo esterna preferendo la solitudine e la riservatezza. Tutto ciò porta il Cinque ad avere come meccanismi di difesa tipici l'egotismo e l'evitamento.

Questa carenza si dimostra anche nei rapporti umani: mancanza di generosità in fatto di denaro, la mancanza di energia e di tempo, e anche una certa insensibilità nei confronti dei bisogni degli altri. Nel trattenersi è implicito un aggrapparsi ai contenuti della mente che si traduce in un tipico muoversi a sbalzi della funzione mentale che milita contro l'apertura dell'individuo agli stimoli ambientali. Esprime la preferenza per un'autosufficienza che fa affidamento sulle proprie risorse piuttosto che accostarsi agli altri. Ciò fa sì che la possibilità di ricevere amore, cure e protezione e di avere la forza di chiedere o prendere ciò di cui si ha bisogno rimanga interdetta.

La mancanza di energia fa sì che c'è una incapacità di dare. Tra le emozioni la rabbia non viene esternata, anzi inibita dalla paura, ma avendo una carenza generalizzata dell'energia è difficile farla risalire.

### **Posture e corazze muscolari**

Nelle dinamiche fisiche delle strutture caratteriali l'organismo reagisce alle frustrazioni ambientali non solo con un cambiamento comportamentale ma anche con reazioni nella muscolatura volontaria e involontaria. Quando incontra frustrazione e negatività, l'organismo, per sopravvivere, inizia ad inibire gli impulsi che sembrano generare questa negatività e a contrarsi in difesa da essi. La reazione nell'organismo si manifesta con una contrazione dei muscoli che inibiscono gli impulsi, e, se diviene cronica, il risultato porta a cambiamenti della postura e spesso nel funzionamento di vari organi del corpo.



Nel tipo Cinque La cosa più importante è forse la virtuale eliminazione della vita dal corpo. I movimenti tendono a essere limitati, spesso meccanici, e mancano di spontaneità e scioltezza. Stephen M. Johnson parlando della personalità schizoide:

*"Lo scorrere del flusso vitale è impedito soprattutto da una limitazione della respirazione, e in questa struttura della personalità ciò avviene spesso tramite una costrizione del diaframma e una respirazione toracica poco profonda. Ciò può essere accompagnato da spalle innalzate e da una concomitante contrazione del torace. Questa costrizione può naturalmente influenzare la voce e il restringimento della gola che l'accompagna.... Insieme a questo, si può spesso riscontrare come venga facilmente attivata una reazione di tosse se alla persona schizoide viene chiesto di inspirare più a fondo. Si è pensato che la scissione tra pensiero ed emozione presente nello schizoide sia rappresentata da questa cronica tensione nel collo, la parte del corpo che separa la testa dal tronco."*

(S.Johnson, La trasformazione del carattere, Astrolabio, Roma, 1996, pag. 114)

Il respiro del tipo Cinque è un respiro bloccato, flebile e alto toracico per cui vi è difficoltà ad immettere aria nei polmoni per via del blocco del diaframma, si mantiene sgonfio. Luciano

Marcino così descrive questo blocco del diaframma e la conseguente carenza di aria immessa nel corpo:

*"Il fatto che il processo metabolico dell'inspirazione sia così poco attivo riduce ancor di più la sua sensibilità, la vitalità del suo sistema nervoso e di tutto il suo organismo. In un certo senso, si potrebbe dire che il carattere schizoide lascia entrare solo la quantità di energia necessaria per accedere e accendere il suo cervello, la sua neocorteccia"*

(Luciano Marchino e Monique Mizrahi, Il Corpo non mente, Sperling & Paperback, Roma, 2011, pag. 70)

Ho riscontrato spesso nelle persone tipo Cinque un torace contratto con il petto stretto e fragile. I muscoli pettorali sono spesso sottosviluppati, e permettono un flusso minimo d'energia attraverso tale regione. La persona dal torace contratto apparirà e si sentirà come se stesse esalando.

La tensione muscolare è tenuta cronicamente profonda, e di solito è associata al blocco del giusto flusso d'energia che ascende dal ventre e dal diaframma. Psicoemotivamente, questo individuo avrà difficoltà a costruire ed a mantenere una carica energetica in questa regione del corpo

Anche Lowen descrive molto bene il blocco respiratorio del tipo Cinque/schizoide. Egli riporta la descrizione di Reich sulla sua scarsa inspirazione d'aria e continua:

*"...L'espansione della cassa toracica è accompagnata da una contrazione della cavità addominale. Ciò impedisce al diaframma di scendere. Ovvero il diaframma si contrae in modo tale che non può prodursi il movimento verso il basso dei polmoni. In questa condizione lo schizoide si sforza di respirare con la parte superiore del torace in modo da inspirare una quantità d'aria sufficiente"*

(Alexander Lowen, Il Linguaggio del Corpo, Feltrinelli, Milano, 1999, pag. 318-319)

In questa situazione il diaframma è immobile e congelato in una situazione contratta e le costole inferiori sono svasate verso l'esterno. Questo non è il tipo di respirazione normale. Ma corrisponde anche al rapporto del Cinque con l'ambiente e il mondo esterno, una relazione di chiusura ed isolamento che viene rappresentata bene della sua respirazione.

Il corpo del tipo Cinque è un corpo non ben proporzionato, tendente all'esile ma con strutture corporee contratte. La parte alta del torace e del collo è contratta e a questa, si accompagna una forte tensione alla base del cranio, corrispondente al blocco caratteristico della parte della testa all'altezza degli occhi. Marchino ci dice:

*"Questo può essere anche osservato dall'aspetto degli occhi, che, specialmente in situazioni di stress, appaiono disconnessi e non reagiscono. È stato ipotizzato che questo blocco oculare sia dovuto al tentativo dell'organismo di non vedere la dolorosa verità del suo stato esistenziale. Sotto tensione, la persona schizoide può davvero sfuggire alla situazione del momento, e questa fuga può essere percepita negli occhi, che sembrano guardare senza vedere, distaccati dalla concreta realtà."*

(S.Johnson, La trasformazione del carattere, Astrolabio, Roma, 1996, pag. 114)

Lo sguardo del Tipo Cinque è di solito uno sguardo spento, tendente al fisso che non esprime emozioni di sorta ed anche l'eloquio è basso e il tono della voce è sommesso, il corpo non si presenta possente, ma spesso magro ed esile, con movimenti fisici limitati, lenti. Vi può essere una carenza di colorito e anche freddezza al tatto.

A livello muscolare i muscoli non sono ipertonici ma presentano una situazione di contrazione confermata da Lowen:



*"La palpazione dei muscoli del collo rivela forti tensioni isolate, ma con una rigidità generalizzata, la profonda tensione alla base del cranio è significativa. La testa stessa è contratta e stretta il che le dà una espressione desolata. Il viso è in genere simile ad una maschera con la piattezza della fronte e l'inespressività degli occhi. La bocca non è mai piena e sensuale"*

(Alexander Lowen, Il Linguaggio del Corpo, Feltrinelli, Milano, 1999, pag. 318-319)

Il resto del corpo presenta profonde tensioni muscolari. A livello della schiena con una contrattura dei muscoli paravertebrali che produce un mal di schiena spesso acuto, vi è poi una rigidità a livello delle scapole e anche i muscoli degli arti risultano contratti e rigidi.

Nella parte inferiore del tronco Lowen descrive così le tensioni:

*"Le gambe presentano col bacino lo stesso rapporto che le braccia hanno con il cingolo scapolare, cioè non c'è libertà alla giuntura dell'anca"*

(Ibidem, pag. 318)

Anche le giunture sono rigide e immobili specialmente a livello delle caviglie. Le articolazioni si presentano "congelate". In pratica quella mancanza di vitalità che abbiamo detto prima si presenta su tutto il corpo che appare bloccato, fisso e rigido come se non fosse inserito in un ciclo di vita, in un affrontare la vita in modo energetico.

### **Percorsi di crescita**

Come ho detto in precedenza, il tipo Cinque ha come caratteristica la carenza generalizzata di energia per cui il lavoro primario deve essere quello di alzare il suo livello energetico. Per ottenere questo risultato può praticare quella parte delle ginnastiche cinesi basate sul movimento che permette di acquisire Qi dall'esterno.

Può anche praticare sport che mettano in moto il corpo: come corsa, ciclismo e nuoto, oppure praticare arti marziali che oltre a permettere di incamerare Qi possono aiutare a sperimentarsi sulla relazione, sul confronto. Perciò Aikido, Judo e soprattutto Kendo sono benvenuti.

Il Qi può essere aumentato attraverso un ripristino di una corretta respirazione, specialmente quella diaframmatica, migliorando l'aspetto della inspirazione e della espirazione. Il Qi che viene prelevato dall'esterno viene chiamato nella Medicina Cinese "*Qi del Cielo Posteriore*" ed è legato alla nostra capacità di utilizzare tutte le metodiche necessarie a questo scopo. Anche l'alimentazione può essere di aiuto, una alimentazione che unisca cibi yang che cibi yin, perché nel tipo Cinque è il Qi, unione di queste due forze, che va immesso nel corpo. Un altro modo per aiutare a migliorare la quantità del Qi può essere utile l'utilizzo della Moxa di artemisia che, tramite il calore, immette Qi nel corpo.

Molto importante per il Tipo Cinque migliorare l'aspetto relazionale e il confronto con il mondo esterno in modo da uscire dal suo mondo interno, per uscire dal suo egotismo.

A questo proposito è auspicabile il partecipare a situazioni gruppali che stimolino questo scambio e l'uscita dall'isolamento. Per quanto riguarda la postura e le contrazioni muscolari, trattamenti di shiatsu mirati a tonificare il Qi con un lavoro di stretching e mobilizzazione articolare per sciogliere le tensioni.

E' sconsigliata la meditazione se non è accompagnata dagli aspetti sopraindicati, perché potrebbe incrementare l'isolamento. Credo che la meditazione possa essere utile in un secondo tempo per migliorare l'aspetto spirituale, dote di cui il Tipo Cinque è dotato.

Per la mia esperienza posso dire che non bisogna attendersi grandi risultati di crescita del tipo Cinque, anche Delisle ci dice in proposito:

*"E' importante anche sapere se l'obiettivo perseguito dalla terapia è di cambiare la personalità dello schizoide e di aiutarlo a consolidare la sua capacità di comportarsi come lui desidera, cioè di essere maggiormente capace di esprimere e di far rispettare il suo bisogno di ritiro e solitudine. Il terapeuta gestaltico deve guardarsi dal promettere allo schizoide <l'eccitazione e la crescita al confine-contatto>. La maggior parte dei clinici sembra credere che in assenza di sconforto il cliente schizoide non abbia motivazioni per cambiare o che sarebbe ingenuo, se non moralmente discutibile, provare a fargli conoscere le <gioie> di un maggior coinvolgimento affettivo con gli altri"*

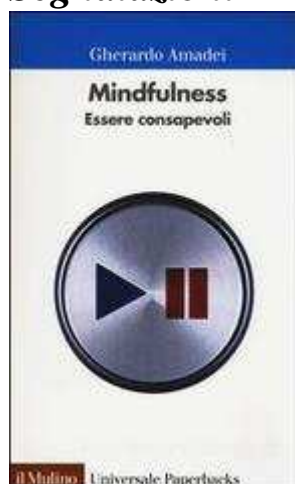
(Gilles Delisle, I Disturbi della Personalità, Sovera, Roma, 1992, pagg. 76-77)

### **Bibliografia**

- Claudio Naranjo**, 1994, *Carattere e Nevrosi*, Astrolabio, Roma, 1996  
**Claudio Naranjo**, 1997, *Gli Enneatipi nella Psicoterapia*, Astrolabio, Roma, 2003  
**Gilles Delisle**, 1991, *I Disturbi della Personalità*, Sovera, Roma, 1992  
**Stephen M. Johnson**, 1994, *Stili Caratteriali*, Edizione Crisalide, Latina, 2004  
**Alexander Lowen** 1985, *Il Linguaggio del Corpo*, Feltrinelli, Milano, 1999  
**Alexander Lowen** 1975, *Bioenergetica*, Feltrinelli, Milano, 1985  
**Luciano Marchino e Monique Mizrahil**, 2004, *Il Corpo non mente*, Sperling & Paperback, Roma, 2011  
**Wilhelm Reich**, 1949, *Analisi del carattere*, SugarCo, Milano, 1973  
**Macioccia Giovanni**, *I fondamenti della Medicina Tradizionale Cinese*, Ambrosiana, Milano, 2000  
**AIKI SHIATSU KYOKAI**, *dispense del corso di formazione professionale*  
**Newsletters CSTG**, numeri dal 6 al 14, [www.cstg.it](http://www.cstg.it)



## Segnalazioni



### **MINDFULNESS. ESSERE CONSAPEVOLI** di Gherardo Amadei Editore: Il Mulino

La mindfulness offre una opportunità, quella di essere consapevoli, cioè di essere davvero presenti nella propria vita, momento dopo momento, staccandoci da abitudini nocive e dipendenze mortificanti. Possiamo iniziare a vivere con maggior equilibrio psico-fisico semplicemente disciplinando con gentilezza la nostra attenzione, recuperando il tempo di guardare veramente alle cose per quel che sono, e non per quello che si è abituati a pensare, a temere o a sperare che siano. Imparare finalmente a rispondere, anziché reagire, allo stress può far emergere un diverso e più sereno rapporto con la complessità del vivere.

### Da [www.psiconline.it](http://www.psiconline.it):

Gabriella Stanchina

#### **Nell'immensa città mia, la notte**

2014, Collana: A Tu per Tu Pagine: 126 Prezzo: € 10.00 Editore: Psiconline

Cosimo Schinaia

#### **Il dentro e il fuori. Psicoanalisi e architettura**

2014, Collana: Spazio Pagine: 164 Prezzo: € 18.00 Editore: Il Nuovo Melangolo  
Bartolomeo Valentino

#### **La neuropsicomorfologia. Metodo innovativo di lettura del volto**

2014, Pagine: 164 Prezzo: € 18.00 Editore: Cuzzolin

Anna L. Cannamela Embergher

#### **Costellazioni familiari. Il viaggio dell'eroe alla ricerca del sé autentico**

2014, Collana: Universo olistico Pagine: 156 Prezzo: € 10.00 Editore: Spazio Interiore

Fabio De Luca

#### **Come l'acqua. PNL, coaching ontologico, competenze emotive e leadership nella rivoluzione della vita di Andrea... che potrebbe essere la tua**

2014, Collana: Journalism and communication tools Pagine: 203 Prezzo: € 14.00 Editore: Centro Doc. Giornalistica

Michele Novellino

#### **Seminari berniani. La prassi dell'analisi transazionale**

2014, Collana: Psicoterapie Pagine: 256 Prezzo: € 32.00 Editore: Franco Angeli

Guity Mohammadi

#### **Come attraversare e superare le difficoltà. Migliorare se stessi con la resilienza**

2014, Collana: Se vuoi puoi Pagine: 89 Prezzo: € 8.90 Editore: Mind Edizioni

Alfio Cascioli

#### **Omaggio alla fragilità. Per scoprire nella fragilità la nostra vera forza e vivere pienamente la vita**

2014, Collana: Le Comete Pagine: 160 Prezzo: € 17.00 Editore: Franco Angeli

Alessandra Simonelli (a cura di)

#### **La funzione genitoriale. Sviluppo e psicopatologia**

2014, Collana: Manuali di psicologia. Basic Pagine: 452 Prezzo: € 36.00 Editore: Raffaello Cortina

Giulia Mascaro

#### **Il bisogno di un cuore nuovo**

2014, Collana: A Tu per Tu Pagine: 248 Prezzo: € 18.00 Editore: Psiconline

Stéphanie Bujon, Laurence Einfalt

#### **Educare i bambini all'autonomia. Per aiutarli a crescere sereni e sicuri di sé**

2014, Collana: Piccoli e grandi/Manuali Pagine: 160 Prezzo: € 14.00 Editore: Red Edizioni





Alessandro Mahony

**Introduzione alla meditazione. I grandi maestri**

2014, Collana: Ipotesi Pagine: 134 Prezzo: € 29.00 Editore: Aldenia

Richard Jacob, Owen Thomas

**Come vivere con un pene enorme**

2014, Collana: I saggi Pagine: 140 Prezzo: € 12.90 Editore: Baldini & Castoldi

Olivier Hauck

**Corso rapido di autostima per vivere meglio** 2014, Pagine: 134 Prezzo: € 12.00 Editore: Vallardi A.

Giovanni Jervis

**Contro il sentito dire. Psicoanalisi, psichiatria e politica**

2014, Collana: Temi Pagine: 280 Prezzo: € 18.00 Editore: Bollati Boringhieri

Alain Sauteraud

**Avrò chiuso il gas? Come liberarsi da manie, fissazioni e disturbi ossessivo-compulsivi**

2014, Collana: TEA pratica Pagine: 296 Prezzo: € 10.00 Editore: TEA

Barbara Volpi

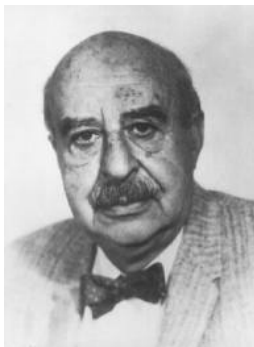
**Gli adolescenti e la Rete**

2014, Collana: Le bussole Pagine: 124 Prezzo: € 12.00 Editore: Carocci

Sebastiano Zanolli

**Aveva ragione Popper, tutta la vita è risolvere problemi. Consigli per affrontare meglio le difficoltà**

2014, Collana: Trend Pagine: 160 Prezzo: € 17.50 Editore: Franco Angeli



**Perls's pearls**

*Citazioni da Perls e non solo*

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

"Il centro del tempo di noi stessi, come eventi umani coscienti spazio-temporali, è il presente. *Non c'è altre realtà che il presente.* Il nostro desiderio di ricordare di più il ricordo del passato o di anticipare il futuro può coprire interamente questo senso di realtà. Ogni rinuncia al presente come centro della bilancia – leva della nostra vita – porta ad una personalità squilibrata."

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

**Risonanze**

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

Conosco le opere tue: e che non sei né frigido né fervido: meglio se tu fossi o frigido o fervido. Così, perché sei tiepido, né caldo né freddo, sto per vomitarti dalla mia bocca.

*Apocalisse di Giovanni, p. 21 (Feltrinelli, 1992)*

Nello yoga non ci sono compromessi. Se vuoi peccare, pecca apertamente e con tutto il cuore. Anche i peccati hanno le loro lezioni da insegnare ai peccatori indefessi, come le virtù al santo serio. E' mischiare le due cose che è disastro. Niente ti blocca più del compromesso, perché è indice di poca serietà. E senza serietà non si può far nulla.

*Sri Nisargadatta Maharaj, Io sono Quello, p. 99 (Ubaladini, 2001)*

Il nevrotico ha perso ( o forse non ha mai sviluppato) la capacità di organizzare il suo comportamento in conformità a una gerarchia necessaria di bisogni. Deve imparare a scoprire e identificare se stesso coi suoi bisogni; deve imparare come diventare, in ogni momento, totalmente coinvolto in quel che fa; come aderire a una situazione fino a quando riesce a chiudere la gestalt e passare ad altre cose.

*F. Perls, L'approccio della Gestalt, p. 29 (Astrolabio, 1977)*

Dall'Apocalisse a Perls, passando da Nisargadatta Maharaj. Ossia l'idea che la perdizione dell'anima, la corruzione del cuore e la nevrosi siano sostanzialmente la medesima cosa e consistano essenzialmente nella scissione interiore dell'individuo. In questo senso si comprende quanto l'insistito appello persiano al ritrovamento o raggiungimento dell'unità psicologica personale renda, come diversi commentatori hanno più volte osservato, l'esercizio psicoterapico della Gestalt affine a un percorso spirituale.



## Visti e letti

di Margherita Frantantonio

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

### PORTI SENZA NEBBIE: IL REALISMO MAGICO DI KAURISMÄKI

Iniziamo questa nuova rubrica così, con qualcosa di lieve. Non mancheranno, più avanti, temi drammatici e, se si vuole parlare di cinema e psicologia o di un approccio esistenziale ai contenuti filmici, ci sarà tempo per le tristezze.

Iniziamo da una piacevole suggestione, dopo aver rivisto **Miracolo a Le Havre** di Kaurismäki. Quando è uscito nelle sale italiane due anni fa, è stato, a pochi giorni di distanza da **Le nevi del Kilimangiaro** di Guédiguian, davvero una boccata d'ossigeno. Condividono i due film la stessa delicatezza di fondo, lo stesso attore (**Jean-Pierre Darroussin**), ma soprattutto quel **realismo magico** che non trascura niente della realtà, anzi sembra volerla rallentare proprio per darci il tempo di coglierne ogni sfumatura, e nello stesso tempo la ingentilisce.

Diceva Proust che "l'unico vero viaggio verso la scoperta non consiste nella ricerca di nuovi paesaggi, ma nell'aver nuovi occhi", e se il cinema può essere metafora del viaggio interiore, per un film far vedere le cose con sguardi rinnovati è decisamente un grande merito.

**Miracolo a Le Havre** è stato definito da tutti una favola moderna, una favola sociale, ma Kaurismäki dice che è qualcosa di più, che vuole rappresentare *la banalità del bene* perché il bene genera bene, e la funzione del cinema è quella di coinvolgere lo spettatore al punto che esca dalla sala più felice di come è entrato. I suoi personaggi sono "gente all'antica in un mondo moderno", le storie sospese nel tempo. C'è chi ha paragonato il miracolo a Le Havre a quello milanese di De Sica, a quel mondo dove "Buongiorno vuol dire davvero buongiorno" per uomini e donne sempre ai margini, ma ancora capaci di ritrovare il contatto con gli altri e con loro stessi.

Qui il protagonista si chiama *Marcel Marx*. Pare che il nome sia un omaggio a Marcel Carné de **Il porto delle nebbie**, ambientato nel 1938 a Le Havre. Ma nel film di Kaurismäki tutto è limpido: gli esterni e gli interni, le pareti di casa azzurre come il cielo (sono azzurri anche gli sfondi di **Nuvole in viaggio**), a rappresentare un lindore psicologico di chi, senza chiedersi né come né perché, con naturalezza si dedica all'aiuto dell'altro. **L'anziano lustrascarpe Marcel ci viene presentato fin dall'inizio nella semplicità della sua vita**. Con poche, pochissime parole, sembra accontentarsi delle sue giornate spoglie: consegnare i soldi alla moglie Arletty a fine giornata, bere un bicchiere al bar, portar fuori il cane. Eppure, è stato uno scrittore; potrebbe vivere di rimpianti, rimuginare sul successo mancato, su una vita sognata sotto i riflettori. Marcel Marx sembra sereno come il piccolo mondo che gli sta intorno: la barista, il fruttivendolo, la panettiera. Piantato con i piedi per terra e i piedi, le scarpe, sono inquadrati spesso durante la narrazione. **Emmanuel Carrère**, in **Vite che non sono la mia**, di lui direbbe "sa dove si trova", come delle persone che sono più avanti sulla via della consapevolezza.

Marcel non è un personaggio dinamico, ma neppure statico, perché l'ovvietà del suo dedicarsi al ragazzo ricercato dalla polizia, fino ad ospitarlo in casa e farlo fuggire clandestinamente in Inghilterra, così come il vivere a proprio agio solo dell'essenziale, sembrano cambiamenti avvenuti nella sua vita precedente, quella che non ci viene raccontata, ma facilmente suggerita. Non è un *Uomo senza passato* (come il protagonista del film di dieci anni fa). Anche lui, nonostante il vuoto della memoria, capace di ricostruirsi una vita affettiva, di ritrovarsi, piantando le patate come in un esercizio zen davanti alla sua baracca vista mare.

A *Le Havre*, un setting diverso da quello finlandese, così caro al regista, anche il recitare è meno gelido, meno stereotipato. Le inquadrature meno fisse e posate sul calore della quotidianità. Il cinema di sottrazione a cui ci ha abituati sembra finalmente concedere, questa volta, qualcosa in più, dimenticando ogni tanto l'effetto straniante (forse perché Kaurismäki sta per compiere i suoi cinquantasei anni?). Non sarà un caso che questo film compaia a distanza di cinque anni da quello precedente, che il regista ha ampliato i tempi tra un'opera e l'altra. Ne valeva la pena, perché ha evitato il rischio di irrigidirsi in uno stile che forse lo avrebbe bloccato insieme ai suoi personaggi.

Il ruolo della musica è sempre fondamentale, a sottolineare, con un volume piuttosto alto, i momenti di passaggio psicologico dei personaggi, la comunicazione tra loro o all'interno di sé. L'uomo senza passato trova un jukebox in discarica, lo aggiusta, lo inserisce nel suo capanno e lo fa suonare durante la prima cena a due con la sua nuova fidanzata. *Iris* (**La fiammiferai** -1990), cacciata di casa dai genitori, viene ripresa mentre fuma, seduta in fondo ad una stanza con il jukebox alla sua sinistra, dal quale un bel ritmo accompagna la sigaretta (una scena fissa e



molto lunga in cui il tempo della storia e il tempo della narrazione quasi coincidono, il solito rallentamento alla Kaurismäki, non proprio leggero, questa volta, a precedere la determinazione di Iris nel vendicarsi dell'amante e della famiglia, avvelenandoli!). In **Miracolo a Le Havre**, oltre alla solita bella musica, c'è la digressione del concertino di Little Boy, personaggio bizzarro, più che mai fuori dal tempo.

In tutti i film di Kaurismäki musica classica, tango finlandese e ultima, ma non ultima, la musica popolare, collante del suo popolo di emarginati. Anche se ora il ciclo dei perdenti di venticinque anni ha lasciato il posto al miracolo, che non viene dichiarato nel titolo originale (*Le Havre*), ma solo nella versione italiana, perché noi dobbiamo sempre tutto spiegare, tutto dichiarare.

Il miracolo farebbe pensare ad un ottimismo dell'autore; in realtà lui dichiara che "quando non ci sono speranze, non c'è nessun motivo di essere pessimisti" e se lo guardiamo nelle videointerviste non è che sia proprio sempre sorridente. Guarda in macchina un po' torvo, serio, l'immane bicchiere in mano, una sigaretta dopo l'altra, così come nei suoi film, dove si beve e si fuma senza risparmiarsi. Però, a Marcel ha dato il cognome **Marx**, e non può essere casuale. Sarà questo miracolo a Le Havre la sua personale, personalissima rivoluzione? Un ribelle, Aki Kaurismäki, che non alza mai la voce, non esibisce bandiere, ma sa da che parte stare e che ha deciso, questa volta, di coinvolgere emotivamente anche lo spettatore.



## Da giornali e riviste

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

### CONFESSO, HO MOLTO AMATO

Eugenio Scalfari parla di donne: un racconto intimo, profondo, appassionato del rapporto con mogli, amanti, figlie, compagne di lavoro. Oggi, a novant'anni, dice: devo loro solo un grazie  
*DI CONCITA DE GREGORIO*

Ho amato molte donne, se con amare s'intende l'appetito del corpo. Ma in novant'anni, volendo tirare la linea a quest'altezza della vita, ne ho amate davvero solo cinque: mia madre, le mie due mogli, le mie due figlie. Sono stato figlio unico di una madre bella e fragile, che fin da piccolo ho protetto come fossi suo padre. Sono stato e sono padre felice di due figlie femmine. Per molti anni della mia vita adulta sono stato bigamo. Ho amato due donne dando loro e prendendo da loro meraviglia e dolore, e quando il dolore ha sovrastato la bellezza - è sovente accaduto - ho provato a separarmi dall'una o dall'altra ma sempre la parte mancante mi doleva come un'amputazione. Ho detto a ciascuna, separatamente, infine: voi fate parte di me. Non riesco a prendere una decisione drastica, vedete che ho provato ma non riesco: fatelo voi, mi atterro alla vostra scelta. Né Simonetta né Serena, in quel momento, hanno voluto. Non allora né negli anni

a venire. La nostra relazione triangolare ha procurato a ciascuno felicità e certamente sofferenze, ma è stata a conti fatti una fortuna grande. Le racconto un solo episodio, l'ultimo. Quando Simonetta, la mia prima moglie, si è ammalata, sono rimasto con lei e con le nostre figlie nella nostra casa coniugale, per sette mesi non ho visto Serena. Il compleanno di Simonetta era il primo dicembre, è morta il 15. Non usciva più dalla sua stanza, alla fine non si alzava dal letto. Il giorno del compleanno Serena le ha mandato come regalo un profumo per l'ambiente molto peculiare: odorava di erba fresca, di prato tagliato, di giardino. Era il profumo del mondo fuori, la natura che amava e che adesso le era preclusa. Nelle ultime ore di vita Simonetta continuava a chiedermi: spargi, per favore, il profumo di Serena. Ancora adesso, vede, è un ricordo che porta lacrime».

Il tema di questa conversazione con Eugenio Scalfari è, avete capito, **"le donne e io"**. È stato un pomeriggio di ascolto, un lungo monologo interrotto da domande. Scalfari, seduto nella poltrona fiorita nella mansarda dove lavora - colma di vecchie foto, di libri, luce, appunti di minutissima grafia e un tavolo da biliardo - ha parlato a lungo della sua terra d'origine per il ramo paterno, la Calabria, dei suoi genitori, della prima esperienza di amore carnale in un bordello, a Sanremo. Dei suoi anni giovanili a Milano e dell'incontro con Simonetta De Benedetti, figlia del giornalista Giulio. Di quelli dell'Espresso, a Roma, e dell'incontro con Serena Rossetti, oggi sua moglie. Di Ulisse, molto a lungo, che «da maestro d'inganni divenne maestro di conoscenza attraverso l'incontro con cinque donne»: Atena, Calipso, Nausicaa, Circe, Penelope. «Il fato diceva che doveva tornare da Penelope, e il fato è più forte degli Dei. Nulla poterono la promessa d'immortalità di Calipso, le arti magiche di Circe, l'amore della vergine Nausicaa». Poi ancora di donne nel lavoro: le giornaliste che hanno fondato con lui Repubblica. Di Serena moltissimo, di nuovo e infine, perché l'amore è adesso. Servirebbero pagine per raccontare tutto. Un giorno, forse. Qui qualche frase, per capitoli.

**Mia madre.** «L'amavo molto, sapevo che era fragile. Il suo rapporto con mio padre lo era. Io bambino desideravo solo che i miei genitori non si separassero. Mio padre rientrava tardi la notte, in specie negli anni in cui lavorava al



casinò di Sanremo. Era andato, da giovane, a Fiume con D'Annunzio. Immagino ne abbia fatte di cotte e di crude. Era avvocato, giocava a poker, la notte vagava, la mattina dormiva. Quando da Civitavecchia, città d'origine della mia famiglia materna e luogo dove sono nato, si trasferirono prima a Roma e poi a Sanremo mamma perse il legame con le sue radici. Andò in depressione. La mattina quando andavo a scuola mi diceva: figlio mio abbracciarmi, non so se mi ritrovi. Avevo 14 anni. Ricordo che ero felice quando li sentivo fare l'amore al di là della parete della mia stanza. Non mi addormentavo finché mio padre non rientrava. Quando lo sentivo entrare nella stanza di mia madre aspettavo i suoni dell'amore, solo allora riuscivo a prendere sonno. Sono stato il padre dei miei genitori. Volevo che non si lasciassero: ero obbediente perché così esercitavo su di loro un potere. Comandavo che non si lasciassero. Non ho conosciuto il complesso di Edipo. Non ero geloso di mia madre, non volevo sostituirmi a mio padre. Ricordo anzi che molto presto ho iniziato a provare imbarazzo quando per strada lei mi prendeva sottobraccio».

**La Calabria.** «Vibo Valentia l'ho conosciuta da ragazzo. Ho trascorso in quei luoghi un periodo molto lungo attorno ai miei vent'anni. Mio nonno paterno, Eugenio, uomo erudito, è morto che avevo 9 anni. Ne ho un ricordo vivo. Ero l'unico nipote maschio. La stirpe a cui appartengo è cresciuta tra mura e rovine

minoiche. Gli uomini, negli anni della mia infanzia e giovinezza, si comportavano con le donne come si faceva a quel tempo. Le contadine anche molto giovani erano oggetto degli appetiti dei signori, c'era una sorta di ius primae noctis. Ricordo di aver imparato molto presto una massima della cultura contadina. Diceva che il pericolo di adulterio si annidava nelle "tre C": il compare, padrino del figlio che entra in casa a trovare il bambino e butta un occhio sulla madre, il cugino, il cognato. Le donne partorivano, cucinavano, crescevano i figli e sopportavano il resto in silenzio».

**L'amore carnale.** «Eravamo, al liceo, una banda. Quindici-venti ragazzi, solo maschi. Italo Calvino uno di noi. In seconda liceo fummo accompagnati da uno dei ripetenti della nostra classe al bordello. Era così che si conoscevano le donne. D'altra parte la verginità era un totem, le ragazze non si concedevano a rapporti completi prima del matrimonio. Potevi, con loro, andare al cinema, sederti in ultima fila e baciarle. Tutt'al più carezzarle in zone periferiche. Al bordello non rifiutai, ma non mi divertii. Feci il mio dovere. Non ci sono più tornato. Calvino no, uscì urlando».

**Il primo amore.** «Conobbi Simonetta alla fine di novembre del '50, sotto i portici di corso Matteotti a Milano. Passeggiava in compagnia della segretaria di redazione del Mondo, Patrizia, che conoscevo bene. Mi colpirono i suoi occhi. Disse domani è il mio compleanno, perché non viene. Comparve sulla porta con un Martini in mano per me, come negli anni le avrei visto fare con ogni ospite. Era separata, allora, da un direttore d'orchestra di Vicenza. Faceva la fotografa, lavorava con Cavallari e con Afeltra. L'indomani la chiamai per ringraziarla, mi invitò di nuovo. Al terzo incontro arrivai con un libro di poesia. Le avevo chiesto: ama D'Annunzio? Non molto. Ha letto Il piacere? No. Glielo regalai. Le dissi: vorrei leggerle una poesia, L'oleandro, quando si stanca me lo dica. Non si stancò. Quella stessa sera rimasi a dormire da lei. Simonetta mi ha insegnato ad amare la musica sinfonica, a trarre piacere dall'ascolto. Nel corso del nostro matrimonio ho avuto molte avventure ma lei non ci dava peso. Sentiva il radicamento della nostra unione. Non conoscevo senso di colpa. Insieme ridevamo della psicanalisi».

**L'amore, senza dubbio.** «Vidi Serena la prima volta in piazza di Spagna, di spalle. M'innamorai delle sue gambe. È quel che mi ha sempre colpito per prima cosa nelle donne: le gambe. Era molto bella, aveva capelli lunghissimi. «Questa donna è una bomba, devo conoscerla», pensai. Ancora non sapevo quanto esplosivo e profondo sarebbe stato il suo potere su di me. Molto tempo dopo la reincontrai in via Veneto, dove suo padre aveva la libreria Rossetti. La riconobbi dalle gambe. Lei aveva all'epoca una relazione con un uomo sposato. Non mi vedeva, ero trasparente. Poi morì sua madre, il suo amore finì. Ci rivedemmo per caso da Amerigo, il piano bar dove andavo tutte le sere. Si era tagliata i capelli cortissimi, quasi a zero. Studiava a Oxford, mi canzonava molto: "Vestito così sembri Andreotti", mi diceva. La invitai a ballare, le feci capire il mio desiderio di lei. Mi tenne in quarantena sette mesi. Faceva la fotografa, anche lei. La sera che mi disse va bene, vieni, facciamo l'amore, per l'emozione non riuscii. Lei mi carezzò e mi disse: ho sbagliato io. La data del nostro incontro è il 21 gennaio '66. Presto venne a lavorare all'Espresso. Non potè farlo da fotografa, si adattò a svolgere perfettamente compiti di ausilio al lavoro di redazione. Serena mi ha insegnato a guardare dentro me stesso. Aveva consuetudine con la psicanalisi, l'ho capita e apprezzata grazie a lei. Con lei sono diventato femminista: nel suo modo, che è quello di rivendicare gli stessi diritti ma non l'omologazione dei valori. I valori maschili sono diversi da quelli femminili. Il potere in sé, salvo eccezioni, non è un valore femminile. Per le donne il successo è lo sviluppo di un progetto, l'affermazione di un obiettivo. Non il potere in sé. Nel '73 ci fu tra noi una rottura che sembrò definitiva. Ne parlo un poco nel libro *L'amore, la sfida, il destino*. Quando





ci riconciliammo le dissi: sono capace di essere bigamo ma non di avere figli da donne diverse. Accettò, non ne abbiamo discusso mai più. Sono certo che sia stato per lei un sacrificio grande. Quando molto tempo dopo le ho chiesto di sposarmi lei mi ha detto no, due amanti non si sposano. Ci siamo sposati, infine. Le sono stato sempre fedele. La amo profondamente».

**Le figlie.** «Le mie figlie sono state la gioia più grande della mia vita. La gioia perfetta».

**Le donne al lavoro.** «Rosellina Balbi, Miriam Mafai, Natalia Aspesi sono state tra le fondatrici di Repubblica. Rosellina era perfetta nella direzione del servizio Cultura, che ho sempre considerato il più importante del giornale. Natalia era già allora di gran lunga superiore a Camilla Cederna. Miriam, compagna di Pajetta, è stata un inviato politico di prim'ordine. La prima assunta fu Irene Bignardi. Sandra Bonsanti è stata una colonna, subito dopo è venuta una generazione di donne nuove: coraggiose, tutte. Sorde alle lusinghe del potere, disinteressate ai privilegi e generose. Hanno dato al giornale più di quanto il giornale abbia dato loro. Ho imparato da loro quel che c'è di più importante, il senso ultimo della vita. Mi scuso, ora e con tutte, degli errori che ho commesso. Devo loro solo un grazie».

**Serena, da ultimo e di nuovo.** «A volte, ancora, sbaglio il nome di Serena con quello di Simonetta. Lei non mi corregge mai».



Il saggio: **GENERATIVI DI TUTTO IL MONDO UNITEVI** di Mauro Magatti e Chiara Giaccardi FELTRINELLI  
Mauro Magatti e Chiara Giaccardi analizzano il modo per sottrarsi all'iperedonismo che domina il nostro tempo  
Da La Repubblica – Cultura Del 27 aprile 2014  
Di MASSIMO RECALCATI

#### **Perché la libertà non è senza vincoli**

Con *Generativi di tutto il mondo unitevi!* Manifesto per la società dei liberi (Feltrinelli), Mauro Magatti e Chiara Giaccardi danno una forma significativa al lavoro di critica alla cultura iperedonista della libertà che sembra dominare il nostro tempo. Giustamente fortunato fu il saggio di Mauro Magatti *Libertà immaginaria*. Le illusioni del capitalismo tecno nichilista del 2009: al centro di quell'analisi il tema di una versione solo immaginaria, ovvero puberale, della libertà che vorrebbe sciogliersi da ogni vincolo e imporsi come pura volontà di godimento, ma che non può che rivelarsi ormai "esangue".

Questo è il paradosso: nell'epoca della "libertà di massa", la libertà ha bisogno di essere ripensata. Ma la scommessa più promettente di questo libro è nella pars costruens. Mentre la contestazione del '68 ha vissuto l'illusione della liberazione del desiderio da ogni vincolo ritenendo il legame con l'Altro solo come un limite alle sue possibilità di espansione, nel nostro tempo è proprio la libertà che deve essere liberata dal suo stesso

fantasma di autosufficienza. Si tratta di oltrepassare l'idea narcisistica della libertà, per assumerla nel suo rapporto con la responsabilità dell'accoglienza e della cura per l'Altro. Di qui — ecco la vera posta in gioco del libro — l'idea della generatività come forma autentica, non narcisistica, produttiva, della libertà.

Cosa intendono gli autori con questa idea? Innanzitutto una libertà depotenziata, libera dall'assillo dell'autoaffermazione, capace di scardinare il circolo tossico di potenza-volontà e potenza, di assumere i propri limiti, di accogliere la differenza, di retrocedere dall'identificazione all'Io, di assumere la forza vitale del desiderio che sa mantenere aperta la dimensione della trascendenza, della memoria, della filiazione e del futuro. La libertà diventa generativa quando si libera dal fantasma di se stessa che il trionfo cinico del discorso del capitalista ha imposto come unico comandamento sociale.

Lo psicoanalista avanza due obiezioni in un impianto discorsivo che non può che condividere. La prima è relativa alla nozione di desiderio — come parola chiave della libertà generativa — che, per non confonderlo con una generica spinta vitale, la psicoanalisi iscrive nell'inconscio del soggetto. Iscrizione che ogni sociologia e ogni antropologia dovrebbero ospitare per evitare la ricaduta nel mito razionalistico dell'Io o del puro volontarismo. La seconda è relativa al rischio di fare della generatività una categoria ontologica che distingue vite (o istituzioni) autenticamente generative da vite (o istituzioni) inautenticamente non generative. Mentre Freud ci ha insegnato che la generatività non può mai escludere, come fosse un batterio, la tendenza dell'umano alla propria distruzione.



## **DORMIRE SERVE AL CERVELLO PER «FARE LE PULIZIE»**

Da ilcorriere.it del 18 aprile 2014

di Elena Meli

*Durante il sonno vengono eliminate le tossine dal sistema nervoso. L'importanza dell'ozio cerebrale e i pericoli del web*

Perché tutti gli animali, nessuno escluso, dormono? Durante il sonno sono (siamo) del tutto inermi nei confronti dei pericoli esterni, eppure non è possibile sopravvivere senza il regolare «spegnimento» temporaneo del cervello. Gli studi sull'uomo hanno dimostrato che il riposo serve tra le altre cose a consolidare la memoria e a migliorare l'apprendimento, ma deve esserci qualcosa di ancora più importante per una funzione che nei fatti risulta primaria e indispensabile come nutrirsi o bere. Una ricerca pubblicata sulla rivista Science spiega che forse il principale scopo del sonno è consentire al cervello di «fare le pulizie» eliminando le scorie prodotte dalle cellule cerebrali; inoltre, alcune patologie neurologiche potrebbero dipendere proprio dal mancato «lavaggio» di proteine tossiche durante la notte.

### **Grandi pulizie**

La ricerca è stata condotta visualizzando l'attività del cervello di topolini svegli e durante il sonno, soffermandosi soprattutto sul cosiddetto sistema glinfatico: si tratta di vie, individuate dagli

stessi autori, che sarebbero responsabili della pulizia del sistema nervoso smaltendo i «rifiuti metabolici» del cervello. Questo infatti, pur essendo uno degli organi più delicati dell'organismo, è privo dei vasi linfatici che ovunque, nel resto del corpo, servono per portar via le scorie. «Ci siamo accorti che il sistema glinfatico è dieci volte più attivo quando i topolini dormono - spiega Maiken Nedergaard, responsabile dello studio e direttrice del Laboratorio di studi sulle malattie gliali dell'università di Rochester -. Alcune cellule cerebrali, probabilmente quelle gliali che servono a mantenere vitali i neuroni, si rimpiccioliscono durante il sonno: lo spazio fra queste cellule aumenta del 60 per cento e ciò consente l'ingresso di una maggiore quantità di fluidi che aiutano a drenare sostanze tossiche e scorie».

### **Due possibilità**

È una funzione vitale per i neuroni, ma pare non sia possibile svolgerla mentre il cervello è sveglio: «Sembra che sia necessaria molta energia per pompare fluidi nel cervello e pulirlo, e questo potrebbe essere incompatibile con le normali attività cognitive - dice l'esperta -. Del resto in una casa si può dare una festa e si possono fare le pulizie, ma queste due attività non possono essere eseguite contemporaneamente: è come se il cervello dovesse scegliere fra due possibilità, sveglio e allerta oppure addormentato e intento a sgombrare il campo dai rifiuti». La ricercatrice osserva che avere conferma di questi dati nell'uomo sarà relativamente semplice, si tratterà infatti di svolgere studi di risonanza magnetica in volontari svegli o addormentati; le implicazioni però potrebbero essere significative, perché una scarsa capacità di depurazione cerebrale dovuta a un sonno inadeguato potrebbe contribuire alla comparsa di patologie neurologiche caratterizzate dall'aumento incontrollato dei rifiuti metabolici. In alcune malattie come l'Alzheimer o il Parkinson, per esempio, vengono prodotte molte tossine e se i meccanismi di pulizia del cervello non funzionano bene la situazione potrebbe peggiorare ulteriormente. Per il momento sono solo supposizioni, che però aprono nuove strade alla ricerca.

### **L'ozio del cervello**

La conferma dell'utilità del riposo per il cervello arriva anche da uno studio dello svedese KTH Royal Institute of Technology: un cervello in ozio, secondo i ricercatori, sta svolgendo un lavoro importante perché sta immagazzinando i dati che ritiene necessari scartando ciò che non gli serve. Il problema è che oggi siamo continuamente bombardati da informazioni: succede navigando online e, secondo l'esperto Erik Fransén, questo sta avendo un effetto dannoso sulla nostra capacità di memoria. «Quando comunichiamo abbiamo bisogno della memoria di lavoro, quella a breve termine: è quella che ci aiuta a filtrare le informazioni e decidere quali usare per comunicare, ma è una risorsa limitata che può contenere solo pochi dati alla volta - spiega Fransén -. Quando navighiamo sul web però infarciamo di concetti la memoria a breve termine e la nostra capacità di processarli, scegliendo cosa trattenere, comincia a perdere colpi. Inoltre, quando cerchiamo di immagazzinare troppo nella memoria a breve termine stiamo anche rubando al cervello il tempo e le risorse di cui ha bisogno per fare le pulizie, trasferendo alla memoria a lungo termine ciò che conta realmente. Restare sconnessi dalla Rete per un po' fa bene, in altre parole». Il tempo passato nell'ozio o a dormire, insomma, non è affatto tempo sprecato: il cervello lavora alacremente per noi anche in questi frangenti e dormire poco stando sempre connessi al web parrebbe proprio essere la via più veloce per andare in tilt.



## Fatti della vita



Con gioia vi faccio partecipi dell'arrivo della nostra piccola Eliana.  
**Maria Gianformaggio (PT11)**



### **E' morto il Prof. Reuven Feuerstein**

Con commozione vi comunico la morte del Prof. Reuven Feuerstein avvenuta il 29 aprile 2014 a Gerusalemme.

Reuven Feuerstein, nato in Romania nel 1921, psicologo, allievo di Piaget e di Rey, dottorato alla Sorbonne e professore all'Università di Tel Aviv, intuì negli anni del dopo guerra la possibilità della struttura cerebrale di modificarsi arrivando a teorizzare la "Modificabilità Cognitiva Strutturale". La comunità scientifica internazionale inizialmente si oppose ma oggi ben sappiamo, grazie ai più moderni strumenti di rilevazione, che si tratta di

realità. Accettò la sfida di aiutare coloro ai quali non veniva data una speranza, anche con disabilità ritenute ampie sul fronte intellettuale, e fu ripagato riuscendo a definire un approccio riabilitativo in grado di sostenere, aiutare e ridare nuova vita a moltissime persone in tutto il mondo. Ebbi l'onore di vederlo lavorare solo una volta, circa dieci anni fa, a Parigi: un rispetto, un amore, una presenza, una competenza ed una tenacia nel credere nelle potenzialità dell'altro, anche con persone molto compromesse, davvero emozionanti. Ricordo tale esperienza come un momento fondamentale della mia vita sia come donna che come madre.

*"Once we used to say that when a child doesn't learn is his fault, now we can surely say that is ours, because we were not able to teach him in the right way!"*

Prof. Reueven Feuerstein

Il sito del centro da lui fondato a Gerusalemme: <http://www.icelp.info/>

**Laura Simenoni**



## Poesis

*l'angolo della poesia e dell'arte*

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

Di' tutta la verità ma dilla obliqua -  
il successo è nel cerchio -  
sarebbe troppa luce per la nostra  
debole gioia  
la superba sorpresa del vero -  
Come il lampo è accettato dal bambino  
se con dolci parole lo si attenua -  
così la verità può gradualmente  
illuminare – altrimenti ci acceca –

**(Emily Dickinson)**

Segnalata da **Serena Savini**

Accade che le affinità d'anima  
non giungano ai gesti e alle parole ma  
rimangano effuse come un magnetismo.  
É raro ma accade. Può darsi  
che sia vera soltanto la lontananza,  
vero l'oblio, vera la foglia secca  
più del fresco germoglio.  
Tanto e altro può darsi o dirsi.  
Comprendo la tua caparbia volontà di  
essere sempre assente perché  
solo così si manifesta la tua magia.  
Innumeri le astuzie che intendo.  
Insisto nel ricercarti nel fuscello  
e mai nell'albero spiegato, mai nel pieno,  
sempre nel vuoto: in quello che  
anche al trapano resiste.  
Era o non era la volontà dei numi  
che presidiano il tuo lontano focolare,  
strani multiformi multanimi animali domestici;  
fors'era così come mi pareva  
o non era. Ignoro se  
la mia inesistenza appaga il tuo destino,  
se la tua colma il mio che ne trabocca,  
se l'innocenza é una colpa oppure  
si coglie sulla soglia dei tuoi lari.  
Di me, di te tutto conosco,  
tutto ignoro.

**(Eugenio Montale)**

C'e' una fine  
In tutte le cose e ...  
Forse anche un fine

**RZ**

Un incerto bacio  
a primavera.  
Crudeltà della linfa  
che rigenera.  
Così breve  
il viaggio.  
Come persa  
la Grazia.  
Anche la fatica







ho lasciato.  
Riluce  
tra i fili d'erba  
il tagliente  
strappo.  
Un bacio  
come  
d'oblio.

(Silvia Lorè)

## ***Witz e Giochi***

*per sorridere un po'*  
(a cura di Cristina Tegon:  
[cristina.tegon@gmail.com](mailto:cristina.tegon@gmail.com))

### **VOCABOLARIO PER SOLE PERSONE COLTE**

ABBECEDARIO: espressione di sollievo di chi s'è accorto che c'è anche Dario  
ALLUCINAZIONE: violento colpo inferto col ditone del piede  
APPENDICITE: attaccapanni per scimmie  
ASSILLO: scuola materna sarda  
AUTOCLAVE: armi automatiche dell'età della pietra  
BALESTRA: sala ginnica per gente di colore  
BASILICA: chiesa aromatica  
BIGODINO: doppio orgasmo piccolino  
CALABRONE: grosso abitante di Cosenza  
CALAMARI: molluschi responsabili della bassa marea  
CERBOTTANA: cervo femmina di facili costumi  
CERVINO: domanda dei clienti all'oste romano  
CONCLAVE: riunione di cardinali violenti e trogloditi  
CONTORSIONISTA: ebreo arrotolato  
COREOGRAFO: studioso delle mappe della Corea  
CULMINARE: fare uso di supposte esplosive  
DOPING: pratica anglosassone di rimandare a più tardi  
ELETTROPOMPA: novità bolognese a luci rosse  
EQUIDISTANTI: cavalli in lontananza  
EQUINOZIO: cavallo che non lavora  
FAHRENHEIT: tirar tardi la notte  
FANTASMA: malattia dell'apparato respiratorio che colpisce i consumatori di aranciata  
FOCACCIA: foca estremamente selvaggia  
FONETICA: disciplina che regola il comportamento degli asciugacapelli  
GIULIVA: slogan di chi è vessato dall'Imposta sul Valore Aggiunto  
INTERPRETATO: posto tra due preti  
LATITANTI: poligoni con moltissime facce  
MAIALETTO: animale che non dorme mai  
MASCHILISTA: elenco di persone di sesso maschile  
PARTITI: movimenti politici che nonostante il nome sono ancora qui  
PRETERINTENZIONALE: un prete che lo fa apposta  
RADIARE: colpire violentemente usando una radio  
RAZZISTA: fabbricante di missili  
REDUCE: sovrano con tendenze di estrema destra  
RUBINETTO: gemma preziosa di piccole dimensioni  
SANCULOTTO: patrono degli omosessuali  
SCIMUNITO: attrezzato per gli sport invernali  
SCORFANO: pesce che ha perduto i genitori  
SMARRIMENTO: perdita del mento  
SPAVENTO: società per azioni eolica  
TACCHINO: parte della scarpina  
TELEPATIA: malattia che colpisce chi guarda troppo la TV





**E.N.T.R.Y**



Education and Culture DG

Lifelong Learning Programme

# MANIFESTO EUROPEO

## PER LA PREVENZIONE DELLA VIOLENZA TRA I GIOVANI

A cura di Riccardo Zerbetto per conto del Centro Studi di Terapia della Gestalt nella qualità di coordinatore del Progetto E.N.T.R.Y: "European Network of Trainers for Nonviolence and Resilience of Young people". LIFELONG LEARNING PROGRAMME. Progetto: GRUNDTVIG LEARNING PARTNERSHIP 2012-2014

*From the program: EUROPEAN ADDED VALUE. The European Union pushes the direct intervention from civil society regarding citizens' involvement in acquisition of good life-skills. According to this, E.N.T.R.Y. will allow the sustainment of new educational intervention to provide nonviolence and democratic tools among young people. Nonviolence and resilience are to be intended as fundamental elements of European cultural and civic evolution process, representing a particularly effective opportunity life's quality improvement. Aimed to sustain the construction of inclusive societies, E.N.T.R.Y. allows the realization of a bigger homogeneity and diffusion of nonviolence education training practices aiming the growth of a more conscious social inclusion, integration and solidarity shared culture. The final Manifesto will report principles, ideological lines and main contents, with the goal of create an European shared model referring to nonviolence education for young people.*

- **Il futuro del pianeta dipende dalla capacità degli individui e delle comunità nel coltivare una cultura della co-esistenza, della equa distribuzione dei beni e delle capacità di superare le inevitabili difficoltà connesse alla competizione nella tutela del bene comune.**
- **Superata la ingenua aspettativa di una "naturale" convivenza pacifica, va acquisita la tendenza degli esseri umani, alla competizione ed ad essere ad-gressivi** (nel senso etimologico di "andare verso" obiettivi desiderati o necessari alla sopravvivenza). Tale tensione, ineludibile ed universalmente presente in tutti gli organismi sani, va canalizzata all'interno di modelli di comportamento condiviso che consentano l'espressione di una sana competizione prevenendo tuttavia forme esasperate della stessa che conducono inevitabilmente ad una eccessiva penalizzazione ed umiliazione degli individui meno competitivi. Di qui, inevitabilmente, la tante forme di ostentata supremazia come pure di violenta risposta a tale sperequazione vissuta come ingiustizia ed umiliazione. Inoltre, la potenziale esplosione di regressiva e primordiale distruttività deve essere presa sempre in considerazione al fine di evitare drammatiche esplosioni di violenza tra gli esseri umani .
- Fondamentale sarà quindi un **progetto educativo che coinvolge tutti gli abitanti del pianeta a cominciare dalla Europa** che su tale Progetto intende muoversi con forte motivazione e responsabilità a proseguire nella ricerca di modelli socio-culturali che favoriscano la pacifica co-esistenza dei popoli, la partecipazione consapevole alla costruzione del bene comune in accordo con la Dichiarazione Universale dei Diritti Umani
- **Particolare attenzione va riservata alle giovani generazioni allo scopo di sostenere una educazione ad essere attivi "costruttori di pace" ed in grado di sostenere le condizioni spesso difficili collegate al processo evolutivo** attraverso lo sviluppo di una adeguata capacità di resilienza e di fiduciosa tolleranza alle inevitabili frustrazioni che il processo di crescita umana comporta
- Ed è sulle **manifeste espressioni del disagio, che si esprime generalmente in forme di violenza agita a livello individuale e collettivo**, che si orienta l'attenzione di genitori, insegnanti, governanti e *stake holders* .Nel mondo del lavoro, della cultura, dello sport e della giustizia dovrebbero essere effettuati studi che ne consentano una più approfondita comprensione, nonché azioni specifiche di prevenzione, di trattamento e di riabilitazione. Tali forme di profondo disagio, sino ad esprimersi in comportamenti violenti, vanno saputi cogliere a diversi livelli ed ambito societari tra cui
  - **La famiglia.** La letteratura internazionale in ambito psicologico ha messo chiaramente in evidenza, già a partire da s. Freud, l'importanza del trauma e delle varie forme di abuso nell'infanzia. A queste si aggiungono le situazioni di abbandono, trascuratezza, manipolazione



dei figli per soddisfare le narcisistiche ambizioni dei genitori, la coercizione a subire condizionamenti culturali e religiosi che non lasciano alcuno spazio alla libertà di espressione e di scelta ai minori, la scarsa tutela nei casi di separazione dei genitori, adozione o affidamento. Fondamentale sarà quindi la predisposizione di programmi di intervento preventivo e curativo nell'infanzia come pure di sensibilizzazione dei genitori ad adottare modalità educative positive evitando errori che potrebbero avere drammatiche conseguenze sullo sviluppo psico-emozionale dei figli

- **La scuola** per sostenere il sostegno al completamento di programmi educativi proporzionati alle capacità di apprendimento dei giovani, a promuovere iniziative di prevenzione dall'abbandono scolastico, di stimolo alle attività extrascolastiche sportive, culturali e associative in genere, di promozione della educazione civica e alla cultura della non-violenza e ad una dimensione culturale che valorizzi, da un lato, la cultura primaria di appartenenza, ma resti aperta ad una dimensione multiculturale fondata sul dialogo, il confronto ed il possibile scambio di modelli teorici e di comportamento. Va inoltre sostenuto il collegamento tra gli iter formativi e la possibilità di sbocchi reali nell'inserimento lavorativo
- **Il mondo del lavoro** in cui supplire alla mancanza o la insufficienza di politiche di promozione e tutela delle attività lavorative offerte ai giovani tramite accesso a forme di riqualificazione professionale, facilitazione al primo impiego, a forme di tirocinio abilitante, contenimento della precarietà e sostegno alla mobilità all'interno dei paesi membri della UE con agevolazione al riconoscimento dei percorsi formativi
- **La società.** Con il sostegno a politiche che favoriscano la aggregazione giovanile, la crescita della coscienza partecipativa alla costruzione del bene comune che superino la logica di stretti interessi personalistici, la apertura alla cultura multi-etnica e pluralista pur nel profondo rispetto della cultura del paese che ospita le minoranze straniere, offrendo una ampia gamma di opportunità di apprendimento, inserimento lavorativo, sociale e culturale nelle quali ciascun giovane possa cercare e trovare la dimensione esistenziale e produttiva più confacente alle sue inclinazioni e potenzialità
- **La devianza.** Collegata alla dimensione del sociale è inevitabilmente la problematica collegata al difficoltoso o fallimentare inserimento nel tessuto sociale con i drammatici corollari della criminalità giovanile, dell'abuso di droghe e alcolici a cui si aggiungono progressivamente le dipendenze da gioco d'azzardo, Internet, gruppi sociali "chiusi" e settari, sia di carattere religioso che politico. Un grande lavoro di graduale sinergizzazione attende i legislatori con l'obiettivo di individuare un "corpus" legislativo e di procedure di intervento restrittivo e riabilitativo relativamente condiviso a livello europeo che consenta di individuare quel delicato punto di equilibrio tra necessità di limitare le libertà individuali e nello stesso tempo di non impedire un processo di crescita personale e di socializzazione. Forti iniziative vanno intraprese con urgenza e decisione affinché i periodi di reclusione non si traducano in mera punizione o tutela della sicurezza pubblica, ma si strutturino in modo efficace a favorire i processi di risocializzazione attiva.
- **La religione.** Il fondamentalismo e l'intolleranza religiosa rappresenta una delle minacce che gravano più pericolosamente sulla pacifica convivenza tra i popoli. Risulta pertanto fondamentale che una educazione alla cultura pluralista e multi-etnica adotti misure concrete e vincolanti per promuovere forme di educazione religiosa aperta alla pluralità e compatibilità delle diverse tradizioni religiose nello spirito del reciproco rispetto e arricchimento. Vanno decisamente scoraggiate prassi educative in ambito religioso che inneggino ad un dogmatismo che disprezza i valori altrui e che pretende di veicolare un "credo" inaccessibile al confronto, allo scambio e alla critica costruttiva che unicamente consentono la crescita di una convivenza civile, democratica e pluralista
- **Politica.** Sono ancora presenti in Europa focolai di contrapposizione politica sulla base di confini territoriali non condivisi e/o di identificazione di territori per i quali si reclama la appartenenza a singole etnie. I valori, pur innegabili, collegati alle identità nazionali o regionali vanno messi in relazione dialettica con la comune appartenenza all'Europa verso la quale è in atto un processo di comune appartenenza politica in prospettiva. Tra i giovani, in particolare, vanno quindi promosse iniziative educative e di socializzazione tese a promuovere l'incontro e lo scambio più che l'intolleranza e la contrapposizione

**Nota di conclusione.** Il calendario nella cultura greca, per quanto parte fondante della cultura europea, partiva dalla istituzione delle prime olimpiadi: espressione di una competizione tra individui, gruppi sociali e popoli che seppero sostituire, almeno in parte, alla guerra fratricida il



“gioco agonistico” in cui una sana aggressività aveva la meglio sulla distruttività. Solo una sana canalizzazione delle energie ad-gressive unitamente al comandamento evangelico dell’“amare il prossimo come noi stessi”, altro fondamento della cultura europea, potranno rappresentare le condizioni di salvaguardia delle comunità europea dalla minaccia sempre incombente della diverse forme di distruttività e sopruso per riservare alle nuove generazioni un futuro all’insegna della Dichiarazione Universale dei Diritti Umani.

I grandi esempi di Gandhi, Martin Luther King, Nelson Mandela sostengono chiaramente le prove che attraverso la positiva ad-gressività (nel suo senso etimologico) difficili e ambiziose realizzazioni possono essere raggiunte anche senza adottare mezzi violenti.

Studi recenti dimostrano che la violenza sta diminuendo proporzionalmente con l'evoluzione di forme di convivenza più culturali. Diversamente da altre specie animali, l'evoluzione dell'umanità sembra essere ancora in fase di ricerca di sé nella prospettiva di sviluppare più consapevolezza, rispetto reciproco, più sicure condizioni di vita, condivisione di possibilità per godere di ciò che può offrire il nostro pianeta e per crescere verso livelli più elevati di coscienza, conoscenza e rapporti “umani”.