

Organo Ufficiale dell'Istituto Serblin per l'Infanzia e l'Adolescenza (*Ente Morale*) di Vicenza
Periodico trimestrale di Informazione e Formazione

Direttore Responsabile: Carlo Spillare - Redazione: Vicenza, viale della Pace n. 174 - tel 0444-301660 fax 0444-301779 - e-mail: istitutoserblin@virgilio.it - www.abitanteadeguato.com

Sentirsi uguali

Spesso succede che i pensieri dominanti di una persona siano del tipo: "io devo essere più bravo degli altri", "io devo essere buono e accondiscendente", "io devo diventare più furbo degli altri", "io sono meno importante delle persone importanti", "quello che dico non ha valore", "meno fatica faccio, meglio è" e così via.

Conseguenza naturale di questi modi di pensare, sono comportamenti fatti di sforzo continuo, gentilezza non sentita, senso di superiorità in alcuni momenti e inferiorità in altri, sfiducia, sconforto e pigrizia.

Per quanto mi riguarda, i marciapiedi che ho battuto sin dalla tenera età e le "sberle" che ho preso, mi hanno portato a mettere in discussione la certezza e lo scontato di quei modi di pensare e mi hanno insegnato che il "più" e il "meno" che così spesso sono presenti nei pensieri "di fondo", forse non hanno un fondamento di Verità, ma sono solo creazioni della mente, conseguenti all'idea di essere diversi dagli altri.

Certo, se si dà per scontato che ogni persona sia "più" o "meno" di un'altra, anche in radice, la ricerca di un pizzico di felicità e della speranza in un oggi e in un domani migliore di ieri (o comunque a "galleggiamento"), non comincia nemmeno e non è da sorprendersi se la paura diventi, piano piano, l'emozione prevalente; ma se ci si ferma un attimo a riflettere, forse ci si rende conto che la diversità tra le persone del pianeta è solo nelle sfumature, non nell'"essenza". Tu, come me, veniamo dalla stessa "radice" (anche se misteriosa) ed ancora tu, come me, da qui prima o dopo, ce ne andremo (forse, nello stesso posto misterioso

da cui siamo venuti). E tu, come me, hai delle capacità fisiche, emozionali, mentali e spirituali, uguali alla base, e diverse nelle sfumature dell'espressione delle libere scelte e dei ruoli che interpretiamo nella Commedia (o Ballata) di tutti i giorni. Mi chiedo: se si provasse a mettere questa idea di uguaglianza di fondo, alla base dei rapporti interpersonali, cosa potrebbe succedere? E quali sarebbero i pensieri e i comportamenti? Forse, scoprirei che una volta che ho assolto al mio dovere di sentirmi uguale, con coerenza in "pensieri, parole, opere e omissioni", potrei poi fare valere il mio diritto di fare le mie cose "a modo mio".

Certo, mi dice il mio solito amico, l'idea è un po' "marziana", visto che è praticamente inesistente nella società e nella cultura di oggi e che prevede la decisione, assolutamente individuale e personale, di "prendere la propria vita nelle proprie mani" e di costruirsi la propria "quercetta", senza se, ma, però, confronti e rivendicazioni.

È però pur vero che i risultati di chi si ostina a pensare e a comportarsi come uno "diverso" da un altro anche in radice sono così "rassicuranti", che a prendere in esame l'ipotesi del "pari-pari" forse c'è tutto da guadagnare e niente da perdere. Può darsi che da quelle parti lì, si riesca finalmente a fare le cose non perché "si deve" ma perché liberamente si sceglie che "è così" e che qualcuno trovi pure l'uovo di Colombo e riesca a farlo stare in piedi. Con buona pace di chi invece le uova continua a romperle, perché le uova, anche quelle degli altri, "devono" stare in piedi solo come dice lui; se no, non vale.

Carlo Spillare

Riscoprirsi creativi

Tecnica, abilità e sapere sono solo strumenti, mentre l'esperienza della creatività fa entrare nel mistero.

Essere creativi vuol dire abbandonarsi all'energia che dà nutrimento e vita. Si può essere creativi attraverso la pittura, la danza, la musica, come è luogo comune pensare.

Ma cosa ne dite di esserlo nel quotidiano? Nel far da mangiare, riassetare, portare i figli a scuola, andare al lavoro, incontrare un amico.

La cosa importante è essere aperti a ciò che attraverso di noi vuole esprimersi e lasciare che il divino trovi spazio per realizzare la Sua Creazione.

Comprendiamo allora che la nostra creatività, quella che ci compete, consiste nella qualità che noi mettiamo in ciò che facciamo, è un approccio interiore, è il modo in cui guardiamo le cose, le persone, la vita.

Non è necessario essere pittori, danzatori, musicisti... essere creativi è fare qualsiasi cosa con gioia, con amore.

È permettere a quel Qualcosa che è dentro a ognuno di noi di uscire, di esprimersi, di rivelarsi, di donarsi.

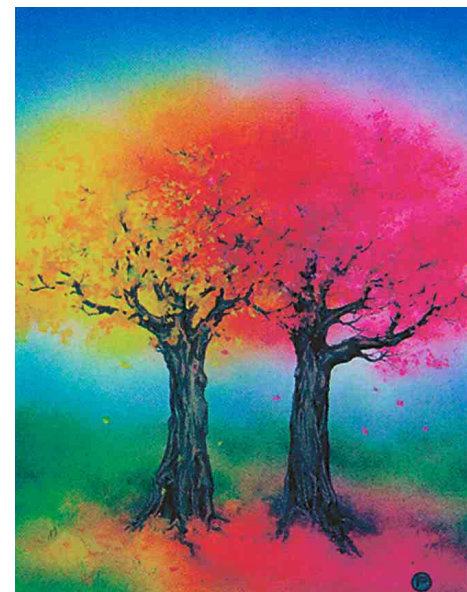
A mano a mano che cresciamo in creatività, sempre più raggiungiamo, comprendiamo ed esprimiamo il divino che siamo.

Tale sentiero è arduo, perché è facile incontrare per via chi ci invita a desistere, a rientrare nella norma, a non illuderci, a rimanere al nostro posto, a comportarci da persone mature (o forse andate a male!).

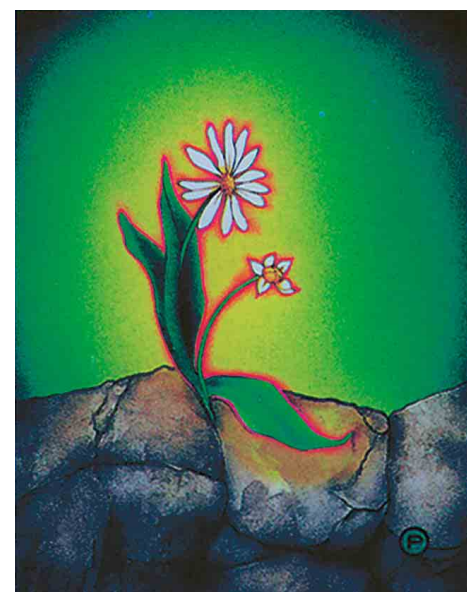
Allora è salutare munirci di coraggio e di amicizia.

Dove per coraggio posso suggerire quello piccolo come l'unghietta del dito mignolo, ma determinato ad esserci e lasciarsi condurre da un'incrollabile fiducia (vedi Corso bambini).

E per amicizia, quella vera, quella che condivide, che dialoga, che nutre, che è creativa, che dà nuova vita, non quella che possiede egoisticamente, che succhia energia per il solo bisogno di avere, possedere e così pensare di colmare dei vuoti. Entrare in questa danza



L'amicizia

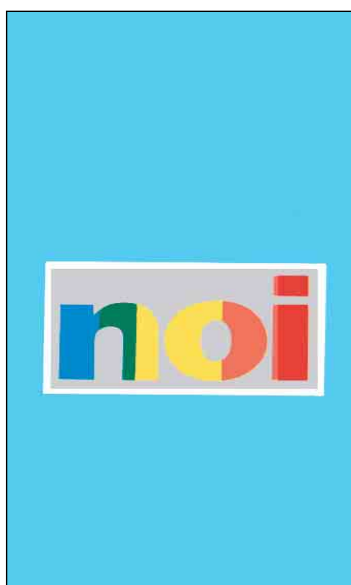


Il coraggio

creativa è avere una "nuova visione" e vedere la vita a 360° in tutte le sue sfaccettature.

È diventare padroni del proprio destino. È avere spezzato le catene dei propri condizionamenti con l'uso della conoscenza attraverso una "ribellione di pace e di gioia interiore ed esteriore". È assumersi le proprie responsabilità alla ricerca di chi realmente siamo.

Patrizia Serblin



Verità, Autenticità, Giustizia

Incontro con una persona che fa *anche* il magistrato

Vicenza, ore 16. L'appuntamento è nel palazzo della Procura. Sulla targa a fianco della porta sta scritto: *Sostituto Procuratore della Repubblica dr. Vartan Giacomelli*. Ce n'è abbastanza da mettere in imbarazzo anche un "cittadino al di sopra di ogni sospetto", quale chi scrive (lo giuro, Vostro Onore!). Per fortuna, dietro la porta mi attende un giovane magistrato dal sorriso cordiale e dai modi affabili, che creano immediatamente un clima di accogliente semplicità. Il battito cardiaco rallenta, la sudorazione diminuisce... posso togliere la sciarpa *strategica* (arancione) e cominciare l'incontro.

Partiamo dal suo lavoro...

Come magistrato svolgo la funzione di Sostituto Procuratore della Repubblica

Fare il magistrato significa lavorare all'interno di uffici che rendono un servizio particolare: la giurisdizione da intendere non come intervento repressivo finalizzato all'ordine e sicurezza (spetta ad altre Istituzioni) ma piuttosto una risposta *tecnica* alla necessità di accertare i reati e individuarne i responsabili. In parole più semplici: "sporcarsi le mani" con le persone e con i loro comportamenti.

Cosa le ha fatto scegliere questa professione?

Non ho mai sentito vocazioni particolari, tanto meno per la funzione di Pubblico Ministero. Però la magistratura mi ha sempre attirato, attraverso alcune persone che già vi lavoravano, come un cugino di mio padre, un vecchio magistrato dotato di un particolare carisma professionale ed umano.

Mi piaceva soprattutto l'idea di poter *applicare* il Diritto per una comune utilità, sfuggendo al potere -un po' alienante- del ragionamento giuridico, che incasella cose, persone e comportamenti.

A cosa è servito a Lei svolgere (da ormai dieci anni) questa attività "di comune utilità"?

A capire che tutti nel vivere sociale ci riconosciamo in un ruolo ma dobbiamo anche saper andare oltre questo ruolo, altrimenti non riusciamo ad essere utili né ad impostare alcun tipo di relazione. Questo è per me molto stimolante, perché al di là della figura istituzionale di magistrato c'è sempre una persona che si mette in gioco e si mette alla prova nel giudicare fatti e comportamenti di altre persone.

Infatti "delinquente" è un participio, non un marchio. Ma quali sono le sue sensazioni quando, per mestiere, incontra comportamenti, anche fortemente aberranti o atroci? Cosa prova: rabbia, paura o pietà? O cos'altro?

Una parte del mio lavoro non prevede l'incontro diretto con il presunto reo, ma è legata all'accertamento e alla ricostruzione dei fatti, al fine di ricercare una verità, pur sapendo che è sem-

pre parziale: spesso il mio lavoro termina qui. Quando tuttavia mi capita di avere davanti la persona nei confronti della quale procedo, allora entra in gioco la relazione, perché quella persona mi interessa rispetto alla relazione che riesco ad instaurare con lei, indipendentemente dal fatto per cui sto procedendo.

Cosa conta veramente, a quel punto?

Quello che conta veramente, secondo me, è il grado (anche minimo) di autenticità che "corre" nel rapporto tra chi svolge questo ruolo ed il cittadino che ne è a vario titolo coinvolto. Quando riesco a cogliere, nella persona che ho davanti, uno spiraglio di consapevolezza, di autenticità nel suo modo di essere e di proporsi, allora quel tipo di incontro mi diventa utile non solo per fare il mio lavoro di "accertamento della verità", ma soprattutto per capire la concretezza della situazione, fatta sempre di comportamenti che hanno dietro scelte, vissuti, situazioni particolari.

Quale è la differenza tra verità e autenticità?

La verità è legata a qualcosa di tendenzialmente oggettivo (ricostruzione di fatti e dinamiche), l'autenticità è legata agli atteggiamenti e ai comportamenti. E quindi a quanto una persona è in grado di mettersi in gioco in un rapporto, particolare e mediato, come quello tra l'inquirente e il suo accusato.

E qui entrano in gioco anche le sensazioni e i casi "difficili" di cui parlavo prima...

Contano molto i riscontri che ritrovo dentro di me. Ad esempio, se ho davanti qualcuno che penso abbia abusato di un minore, è evidente che nei confronti di quella persona debba fare un grosso lavoro su me stesso, sia per prendere la distanza dalle mie reazioni sia per affrontare la paura che può prendere quando si tocca con mano l'orrido.

È un orrido, un abisso che rischia di allontanare dalla verità?

Sì, ed è per questo che devo fare in modo di non perdermi a causa di pregiudizi e coinvolgimenti, che fondamentalmente mi confonderebbero e mi farebbero perdere un baricentro fondamentale nell'esercizio delle mie fun-



Dott. Vartan Giacomelli

zioni, un baricentro fatto di professionalità ma anche di equilibrio e di una buona dose di conflitto interiore, che secondo me serve per mettersi in discussione nelle scelte che si fanno.

Argomenti che interessano anche i soci dell'ISI. Come ha conosciuto Dinamica Mentale?

Ho conosciuto Dinamica Mentale qualche tempo fa, grazie ai libri di Carlo Spillare. Conoscevo già l'autore per motivi professionali e mi ero fatto l'idea di una persona apparentemente un po' algida: mi colpì molto il fatto che fosse così impegnato in tematiche tanto personali. E proprio Carlo mi ha poi offerto, con suo stile, l'opportunità di frequentare il corso DMC, in un momento in cui ne avevo voglia.

Questi corsi diventano importanti per me, ogni volta che ho occasione di rifrequentarli, in varie forme, perché sono una conferma di come la ricerca di sé non finisca mai e di come, più si va avanti, diventi utile vivere e condividere queste esperienze.

E poi, per come vivo io la città di Vicenza (in una dimensione strettamente legata alla professione), riuscire a pensare che "succedano" *anche* cose così belle mi stimola molto. Per questo quando, tornando a casa, passo davanti alla sede di ISI... sto meglio!

Cosa l'ha colpita maggiormente la prima volta che ha frequentato un corso di DMC?

Mi ha colpito come in tre giorni si

passi dalla sensazione di "cose da imparare" a sensazioni che sono sempre più "da vivere come vengono", fino ad essere molto più a proprio agio con se stesso e con la situazione che sta intorno.

Ricordo un bel pianto liberatorio che mi sono fatto il secondo giorno, dopo un passaggio che mi ha coinvolto molto e che mi ha dato la conferma che fosse un'esperienza per me valida.

Torniamo alle aule di giustizia: cosa fa sì che lei si ritenga soddisfatto del suo lavoro?

Mi spiego con un fatto accaduto. Sono "soddisfatto" quando dopo una sentenza di condanna a 24 anni di carcere, l'imputato per omicidio volontario si avvicina e mi stringe la mano. E' il momento in cui sento che l'attività che svolgo (pur essendo un'attività che incide in maniera pesante sull'onore e la libertà della persona) è un'attività che persegue un fine di giustizia, che anche l'imputato riconosce.

Già... cos'è la Giustizia?

Quella che ho in mente io si avvicina all'idea di servizio, un intervento su comportamenti meritevoli di sanzione ma in un quadro di garanzie e di principi in cui la persona è al centro. E' solo da questa prospettiva che ne so riconoscere i limiti (quella nostra ha la "g" minuscola) ma anche la sua importanza.

Stefano Talamini

SUPERMERCATI

A&O

Il meglio vicino a te



SCRIBALENANDOCI

LA PAGINA DI ELEIRES

LA PERLA

C'era una volta, in un'isola lontana lontana, baciata dal sole e da un mare profondo e incontaminato di un colore blu-verde intenso, una bellissima ragazza cercatrice di perle.

Si chiamava *Raggio di Pace*.

Era la miglior cercatrice di tutta l'isola, riusciva a immergersi nel profondo del mare per periodi lunghissimi, senza bisogno di tornare spesso in superficie per ossigenarsi.

Così raggiungeva fondali mai visti prima da anima umana e trovava le perle più belle che mai occhio avesse potuto ammirare.

Una luminosa e calda mattina d'estate si svegliò particolarmente emozionata e desiderosa di andare a cercare le perle sul fondo del suo adorato mare. Non riusciva a capire il perché e a che cosa dovesse tutta questa emozione. Per questo, più velocemente del solito, scese correndo la lunga scogliera che separava il villaggio dalla riva del mare, si tuffò nella morbida, calda e bianchissima sabbia della spiaggia e si immerse nell'acqua accogliente. Raggiunse i coloratissimi fondali, popolati da pesci variopinti dalle forme stravaganti.

Salutò i suoi amici: l'aragosta Griselda, il cavalluccio Flesch e il pesce palla Boin-Boin... e si mise a raccogliere le ostriche sperando, in cuor suo, di trovare una perla speciale.

E così fu, infatti, mentre nuotava vide sbucare da dietro un meraviglioso corallo rosa, una fantastica conchiglia dalle sfumature rosa-viola madreperlacee.

Incredula, *Raggio di Pace* sentì che la perla le stava parlando: "Ti devo svelare il nostro segreto... devi sapere che molti anni fa la nostra progenitrice, mentre stava facendo un lauto banchetto, lasciando entrare dell'ottimo plancton assieme all'acqua di mare, provò un acutissimo dolore quando un granello di sabbia si conficcò nella sua tenera polpa. Lei tentò invano di cacciarlo con tutte le sue forze, ma ahimè niente da fare; quel terribile monello non se ne voleva proprio andare. Dopo una faticosa quanto inutile battaglia l'ostrica si arrese, accettò il granellino ed escogitò un nuovo piano. Avvolgerà il granello di sabbia con una morbida schiuma e un po' alla volta costruirà una magnifica perla, che non solo non mi farà più male, ma mi renderà ancora più preziosa.

E così porta con te questo segreto e donalo agli uomini affinché sappiano, nella loro vita, accettare le cose meno piacevoli e scoprire al loro interno il dono che riservano."

Detto questo la perla smise di parlare e *Raggio di Pace* ritornò, con il suo prezioso tesoro, in superficie.

Corse al villaggio dove raccontò a tutti il suo segreto e dovette sapere, cari bambini, che da allora il villaggio fu chiamato "*Il Paese Positivo*", perché tutti i suoi abitanti cercano sempre di scoprire il lato positivo di ogni cosa, fatto o persona.

Cosa ne dite se voi e io assieme lo facciamo e lo insegniamo a tutti i bambini del mondo? Un abbraccio.

La vostra amica Eleires

Corso preadolescenti: c'ero anch'io

Poco tempo fa ho fatto un'importante esperienza che mi ha aiutato molto.

Infatti ho imparato che la mente è al mio servizio, che in 4 giorni si impara più di quanto si crede, che è importante vedere negli altri prima i pregi e poi i difetti e che imparare non è sempre noioso.

Abbiamo giocato a calcio, ci siamo conosciuti, abbiamo "spuntinato" (mangiare spuntini) e ci è stato regalato un cristallo per aiutarci.

Andrea Patriarca - Trieste



... a proposito di sogni

Qualche mese fa, da perfetto "bruco", mi sono imbattuta in un autentico "disastro", uno di quelli in cui ti senti smarrito e senza via d'uscita.

La scelta cui mi trovavo di fronte mi spaventava, e da qualunque parte mi girassi vedevo soltanto confusione e paura.

Finché un giorno ho colto al volo quella che sarebbe stata la "mia" soluzione, che mi è arrivata, per caso, attraverso le parole di un caro amico: "*Se qualcuno tocca i miei sogni, io gli spezzo le gambe!*"

Ho cominciato a vedere il "disastro" da un altro punto di vista, e a pensare che forse quella era per me una grande opportunità per realizzare un mio sogno di sempre: quello di essere madre.

A volte è difficile seguire il proprio cuore senza lasciarsi condizionare dai molteplici fattori di disturbo esterni (l'educazione ricevuta, la cultura, la paura della critica, ecc.). Però appena si trova il coraggio di farlo, ci si sente forti e soprattutto vivi.

Il 18 dicembre 2004 è nata Silvia. Lei rappresenta per me il risultato delle difficili scelte dei mesi scorsi, e la realizzazione del mio grande sogno.

Ora mi sento una "farfalla".

Ad ogni suo vagito, e ogni volta che la guardo, mi è chiaro che quelle erano le scelte giuste.

Leggo ne "La Pagina di Ma.Bo." che il paradiso è il posto in cui si avverano i sogni.

Stringo Silvia tra le braccia, ho il paradiso nel cuore.

Maria Rosa



L'11 gennaio 2005 è arrivata una piccola stella nella mia vita, che illumina come un grande sole... Difficile è descrivere la gioia dell'amore infinito che esce dall'anima quando è qualcosa di così piccolo ma infinitamente grande a scatenarla.

Daniele si è inserito nel mio cammino quando meno me lo sarei aspettato, disorientandomi e obbligandomi a riprogrammare la mia vita, la mia grande fortuna è stata aver fatto un cammino di crescita, sviluppo personale con il gruppo I.S.I. e una grande amica come Patrizia.

Questa gravidanza è stata la mia grande sfida personale e posso dire di essere orgogliosa del mio cammino; le due precedenti gravidanze erano state un lungo travaglio, mentre questa è stata una dolce attesa. Dinamica mi ha aiutato a vedere il tutto sotto una luce positiva, il desiderio che ogni giorno fosse bello e gioioso era bruciante e così è stato (con stupore di quanti mi conoscevano, ma però non praticano dinamica mentale!!!)

Questo bambino era nei miei desideri inconsci, ora ne sono sicura: il suo arrivo ha chiuso una grande ferita che avevo nell'anima (ricostruendo la mia sfera in modo perfetto).

Questa è una poesia che scrissi quando ero in attesa di 22 settimane, dopo aver fatto il corso Assertività Laterale...

ALLA PICCOLA ANIMA CHE C'E' DENTRO DI ME.

*Grazie per avermi fermato nella mia frenetica vita quotidiana,
Grazie per avermi donato la forza di accettare i cambiamenti della vita,
Grazie per avermi regalato gioia ed energia nell'attenderti giorno dopo giorno come dono di vita e non come*

*peso da portare,
Grazie per avermi fatto capire che non conta l'età ma l'amore,
Grazie per aver scelto me fra miliardi di donne a farti da madre.*

Con Daniele ho condiviso tutto subito dall'inizio, parlavo con lui, sovente mi stimolava a superare gli ostacoli, mi dava forza ed energia, mi spronava, mi ha regalato giovinezza e gioia, soprattutto mi ha insegnato a vivere la vita, non per come noi vogliamo che sia, ma per come ci viene proposta dalla vita stessa.

Tutto questo è stato possibile anche grazie all'amore di mio marito Emilio, mio grande compagno di questa vita.

E come dice mia figlia Alice: "quando ho fra le braccia Daniele, mi sembra di stringere il mondo intero!!!"

Elirosa



Fare per Programmi di Dinamica

Verso la metà degli anni '70, Patrizia ed io eravamo tra quelli che si rivolgevano a Marcello Bonazzola lamentandosi di non riuscire a distribuire bene, come era il nostro desiderio, il Corso di Dinamica Mentale Base.

Non sapevamo cosa dire, ci sembrava che quello che c'era nei depliant non fosse sufficiente e ci dolevamo di non poter fare partecipi altre persone della meravigliosa esperienza di Dinamica. Chiedemmo a Ma.Bo. di insegnarci almeno le basi delle tecniche di vendita e di distribuzione.

«Distribuite i depliant – ci disse Marcello – bastano e avanzano; coloro per cui è giunto il momento di fare l'esperienza di Dinamica Mentale, coloro per cui la mente non è solo un mezzo per pensare con la testa degli altri "capiranno" e frequenteranno il Corso. Coloro per i quali vivere non è e non deve essere soltanto una tragica vicenda politica di apparenze e opinioni, cercheranno e troveranno nelle

tecniche di Dinamica Mentale un mezzo per essere "anche se stessi".

«Sì, hai ragione, ma ... – gli dicevamo noi di quel gruppo – anche conoscere un po' di tecniche di vendita non fa mai male e può sempre servire».

Da lì, Marcello Bonazzola, al quale è sempre stata lontana l'idea di fare pubblicità alle sue Tecniche di Sviluppo Personale, preparò un Seminar propedeutico (si chiamava T.G.) adattabile alla distribuzione di tutti i possibili servizi e al termine del quale egli suggerì che tali tecniche di comportamento, se applicate senza lo specifico fine di «vendere», potevano essere usate anche per aiutare altre persone a «comperare» il Corso di Dinamica.

Sempre in quei tempi, quelli che frequentavano e rifrequentavano i Corsi (tra i quali, appunto, Patrizia ed io) andavano spesso a chiedere a Ma.Bo. aiuto per avere la forza di applicare con costanza le tecniche di Dinamica Mentale, la spinta a «pedalare» e almeno un motivo per farlo.

Anche in questo caso, pur chiedendosi se la necessità di stare al mondo il meglio possibile non fosse già di per se stessa un più che sufficiente incentivo, Ma.Bo. organizzò un Corso (si chiamava B.T.I) che, oltre ad aiutare quelli che gli avevano fatto la richiesta, poteva veramente servire a tutti coloro che sentivano la necessità di dare una rinfrescata ai principi fondamentali che, secondo Ma.Bo. e molti altri, avrebbero potuto stare alla base di una personale realizzazione nell'ambito della società in cui si viveva.

In apparenza, dalla metà degli anni '70 ad oggi, di acqua sotto i ponti ne è passata molta, però "stranamente", in questi anni di frequentazione con i soci dell'I.S.I., a Patrizia e al sottoscritto sono state fatte le stesse domande e richieste che all'epoca noi facevamo a Ma.Bo.

Come I.S.I., ci siamo presi un po' di tempo, ci siamo un po' organizzati, e riferendoci alle idee che avevano ispirato le proposte dell'"antico" percorso di Svi-

luppo Personale, siamo ora arrivati a proporre ai nostri soci dei Programmi di Dinamica Educativa Innovativa che, in sintonia con le proposte dell'Accademia Europea C.R.S.-I.D.E.A. e sviluppando i passaggi "ermetici" della Libera Scelta e del Decaloper, possono rappresentare delle ipotesi di lavoro adeguate per tentare di imparare a vivere in armonia con se stessi e con gli altri.

Se poi verrà compreso che le nostre proposte possono essere dei mezzi pratici per imparare più velocemente a volersi bene (e mi riferisco al vero concetto di Amore, non al falso pietismo sentimentale), ad apprezzarsi e a capirsi, allora veramente il vero concetto di Amore che sta anche alla base del Corso di Dinamica Mentale Base (e di Dinamiche della Mente e del Comportamento) potrà divenire il motivo dominante del «vivere» la libertà (che ognuno ha ricevuto in eredità) di «dover scegliere».

Carlo Spillare

D.M.&C PER BAMBINI E ADOLESCENTI

Caro Genitore,

prima di essere quello che sei..., un genitore, sei stato una persona adulta; ancor prima un giovane, un ragazzo, un bambino.

Noi ci permettiamo di chiederti: se fin da bambino avessi trovato qualcuno che, in particolari momenti, ti avesse dato una "mano in più" per aiutarti ad affrontare i molteplici problemi della vita di tutti i giorni, avresti faticato di più o di meno, per diventare quello che oggi sei?

Non è una domanda inutile o peregrina: quello che ti vogliamo proporre è soltanto di aiutarti, **nelle ore che tu non hai**, a seguire al meglio e solo come supporto di assistenza, il tuo o i tuoi ragazzi.

Non vogliamo sostituirti, nemmeno parzialmente nell'immagine che tuo figlio o i tuoi figli hanno di te. Intendiamo solo offrirti **un servizio di assistenza coordinato e completo e, in più, un ambiente modernamente attrezzato e confortevole**, gestito con professionalità e soprattutto con **un pizzico di amore e di considerazione in più** per i bambini e per i ragazzi.

Forse abbiamo trovato il sistema per esserti di aiuto, per aiutare i tuoi figli e per far trovare a te **dal tempo libero, da dedicare "all'altro genitore"**.

D.M.&C. PER L'ETÀ MATURA E L'ETÀ DI MEZZO (in corso accreditamento ECM)

A cosa serve:

Nella parte di rilassamento "anti stress"

- 1) per rilassarsi;
- 2) per recuperare energia;
- 3) per ovviare alle tensioni e ai blocchi muscolari;
- 4) per imparare a controllare le proprie emozioni;
- 5) per imparare a concentrarsi focalizzando la mente;
- 6) per divenire consapevoli delle proprie aspirazioni spirituali;
- 7) per acquisire, o rinforzare, un adeguato atteggiamento mentale positivo.

Nella parte di "Sviluppo Personale"

- 8) per potenziare il senso di fiducia in sé stessi e nelle proprie capacità;
- 9) per ovviare a malesseri di tipo Psico-Somatico;
- 10) per vincere l'insonnia;
- 11) per apprendere la tecnica dell'Esperienza Sintetica;
- 12) per imparare ad attrarre le persone, trasmettendo la propria disponibilità;
- 13) per imparare a respingerle, trasmettendo la propria non disponibilità;
- 14) per imparare a "sentire" gli altri come veramente sono, non attraverso opinioni, ma mediante "reali percezioni";
- 15) per potenziare il proprio Meccanismo Innato di Sopravvivenza;
- 16) per vivere consapevolmente la propria vita, ora per ora, momento per momento;
- 17) per "aiutare gli altri" a rendersi conto delle nostre qualità;
- 18) per divertirti, se così sceglierete liberamente, con un nuovissimo hobby.

GIORNATA CB

A cosa serve

- Conoscere le regole della comunicazione interpersonale
- Approfondire la comunicazione non verbale
- Interpretare i messaggi degli interlocutori
- Evitare errori e fraintendimenti
- Trasmettere adeguatamente le proprie idee

Contenuti del Corso

- La comunicazione: cos'è e come funziona
- Gli elementi fondamentali della comunicazione
- Comunicazione verbale
- Aspetti non verbali del linguaggio
- Il linguaggio del corpo
- I principali strumenti comunicativi
- La corretta costruzione del messaggio
- Comunicare... e poi?

PtoP (accreditato ECM con 19 crediti)

A cosa serve

- Approfondire le dinamiche della comunicazione interpersonale
- Riconoscere e gestire adeguatamente i conflitti comunicativi
- Migliorare le relazioni interpersonali
- Divenire coscienti delle modalità espressive dei nostri interlocutori
- Interpretare le relazioni dal punto di vista della psicologia transazionale
- Verificare la struttura della nostra personalità
- Individuare le strategie per migliorare le relazioni

Contenuti del Corso

- Elementi per la gestione positiva della comunicazione interpersonale
- Il conflitto comunicativo: definizione e tipologie
- Il ciclo del conflitto
- Tecniche comunicative per la gestione del conflitto
- Da "subire" a "gestire": i rapporti come opportunità
- La comunicazione come scambio di messaggi tra due persone
- Elementi di analisi transazionale
- Le tipologie psicologiche
- Come esprimiamo la nostra personalità
- L'uso della tolleranza nei rapporti interpersonali

ASSERTIVITÀ LATERALE

Contenuti e finalità

- l'Abitante Adeguato
- i Decaloper (Ideale e Pragmatico)
- dal "triangolo" (Ereditarietà, Ambiente, Reazione Personale), al "quadrato" (con l'aggiunta del lato della Comunicazione), al "cerchio" (l'Armonia dell'Abitante Adeguato).
- I principi della realizzazione personale
- Dinamica del Comportamento: regole e disciplina
- Elementi di ordinaria motivazione
- I "4" pilastri del tempo (tempo per il lavoro, per sé stessi, per gli altri, per il riposo)
- Il cammino verso l'essere: viaggio nell'altro io.
- Il ragazzo dai capelli verdi
- Dalla presunzione all'umiltà
- Assumersi le proprie responsabilità
- Riconciliarsi con l'imponderabile: quello che per un bruco è un disastro, per una farfalla può essere l'inizio di una meravigliosa esperienza
- L'impeccabilità del ragazzo dai capelli verdi
- Il viaggio nell'infinito: il "cerchio" della Vita.

PROSSIME INIZIATIVE:

D.M.&C. per Bambini: Trieste, 21-22 e 28-29 Maggio

D.M.&C. per Preadolescenti: Vicenza, 5-6 e 19-20 Marzo

D.M.&C. per l'età matura e l'età di mezzo:

Vicenza, 1-2-3 Aprile 10-11-12 Giugno 8-9-10 Luglio

15 Maggio: Rilassamento anti-stress

Perugia, 3-4 Marzo: Corso per insegnanti

5 Marzo: Rilassamento anti stress

Coihaique (Cile), metà Marzo: Corso per formatori

D.M.&C. sport: 11-12-13 Marzo: Dinamica del Golf

Giornata C.B.: Vicenza, 14 Maggio

PtoP: Vicenza, 26-27 Febbraio e 25-26 Giugno

A.L.: Vicenza, 8-9-10 Aprile



VICENZA, Viale Camisano, 15 - Località Stanga

Tel. 0444/301838 - Fax 0444/302339

VICENZA, Piazza Matteotti 3/4

Tel. 0444/525779 - Fax 0444/234754

Conoscere Educativa Innovativa

Campioni si nasce o si diventa?

Qual è il misterioso ed inafferrabile "quid" che rende un atleta "migliore" o di maggior rendimento o più costante nei risultati o più affidabile nei momenti importanti di una gara o di una stagione di gare, di un altro di pari capacità e possibilità?

Perché ci sono dei campioni che pur avendo un rendimento elevato costante, "falliscono" gli appuntamenti importanti?

Perché degli atleti hanno un rendimento costante non particolarmente brillante, ma in determinate manifestazioni sportive si "esaltano" ottenendo risultati inaspettati?

E, più in generale, "cosa" fa emergere una persona dalla "media"?

Sono queste le domande che più frequentemente ci vengono rivolte da atleti, professionisti e non, delle più disparate discipline sportive.

Gli studiosi dell' "eccellenza" hanno, ormai da tempo, trovato la risposta a queste domande: ciò che rende possibile il raggiungimento di risultati rilevanti, anche

da parte di atleti che fino a quel momento non si sono espressi a quei livelli di eccellenza è l'uso appropriato della propria MENTE.

Quante volte, di un atleta che non raggiunge i risultati aspettati si sente dire: "era troppo teso", "era deconcentrato", "si è innervosito", "gli è sfuggita la situazione di mano", "non ha saputo interpretare la gara", "la stanchezza si è fatta sentire", "era disturbato dal pubblico", "sta vivendo un momento particolare", "aveva altro per la testa", e chi più ne ha più ne metta.

Oppure il contrario: "era in giornata buona", "non lo avevo mai visto così concentrato", "ha superato se stesso", "il pubblico amico lo ha esaltato", "è nato un nuovo campione".

È un dato di fatto che un qualsiasi atleta, in quanto innanzitutto "persona", è soggetto ad una serie di stimoli fisici, emozionali e mentali.

Se questi stimoli non sono tenuti sotto controllo, possono destabilizzare il suo

abituale rendimento, "inceppando" quei delicati meccanismi interiori che gli consentono di esprimere al meglio le sue capacità e potenzialità.

Di qui la necessità di acquisire la capacità e l'abitudine a padroneggiare questi impulsi fisici, emozionali e mentali, non solo per evitare spiacevoli insuccessi, ma anche per potenziare le personali caratteristiche psicofisiche e tecniche.

In questa ottica, le tecniche mentali e gli elementi motivazionali di Dinamiche della Mente e del Comportamento, un metodo di Sviluppo Personale del dott. Marcello Bonazzola, distribuito da più di trent'anni in Italia dall'Istituto di Dinamiche Educative Alternative di Curno (Bg), possono rappresentare un valido supporto per un atleta anche non agonista.

Le tecniche di Dinamica della Mente e del Comportamento, di facile apprendimento e di ancor più facile e rapida esecuzione, possono essere usate per:

- raggiungere la "tensione produttiva" (né troppa né troppo poca) necessaria per una

adeguata performance sportiva;

- mantenere questa tensione produttiva per l'intera durata della gara;
- rilassarsi a fine gara, per recuperare più rapidamente parte delle energie psicofisiche spese;
- mantenere il necessario controllo emozionale ed un'adeguata calma mentale prima, durante e dopo una gara, nonché in situazioni estreme di disagio "ambientale";
- potenziare il senso di fiducia in se stessi e nelle proprie capacità;
- migliorare i gesti tecnici, eliminando più facilmente e rapidamente gesti e/o abitudini scorrette e non utili;
- ridurre i tempi di addestramento, con conseguente risparmio di tempo, fatica e denaro.

In conclusione, una esperienza valida per tutti, atleti agonisti e non, con ampie applicazioni pratiche nella vita di tutti i giorni, sia per un miglioramento delle Qualità più spiccatamente Sportive, sia, più in generale, della Qualità della Vita.

C. S.

Traduzione dall'inglese

Mi chiamo Taj McWilliams-Franklin.

Ho giocato come professionista di basket in Italia (Famila Schio per 3 anni e Meverin Parma per 1 anno) e negli Stati Uniti (nell'Orlando Miracle e Connecticut Sun nella WNBA).

Ho frequentato i corsi tenuti da Carlo per ridurre il mio livello di stress nella vita quotidiana e, quindi, per diventare una giocatrice di basket migliore.

Dopo il corso, ho iniziato ad applicare le tecniche imparare in aula alla mia vita di giocatrice, di madre di due figli e di moglie.

Le tecniche mi hanno aiutato a concentrare la mia energia interiore e la mia forza per sostenermi ed eliminare lo stress della vita quotidiana. Ho usato le tecniche di rilassamento anche per avere un parto naturale senza supporto di anestetizzanti (gennaio 2003).

Gli insegnamenti di Carlo continuano ad aiutarmi anche oggi, tre anni dopo il corso. Li uso soprattutto per aiutare mia figlia di 15 anni negli impegni scolastici.

Come atleta professionista, avendo quindi la necessità di essere sempre al massimo, queste tecniche mi hanno aiutato a realizzare il meglio di me stessa da un punto di vista mentale, spirituale, fisico ed emozionale.

Taj McWilliams-Franklin

Agli istruttori del Corso di Dinamica della Mente e del Comportamento per Sportivi, Mara e Roberto

Volevo esprimere un mio parere personale. Ho trovato estremamente interessante

il vostro corso.

Infatti, visti i ritmi vertiginosi che la nostra vita ci crea, incominciando già dall'età giovanile e provocandoci stress, ansie e incertezze, credo che un adeguato rilassamento fisico e mentale riesca a farci produrre buoni risultati sia in campo sportivo agonistico, che in quello scolastico e quotidiano.

Grazie e un caloroso saluto.

Daniele Magri, allenatore della squadra di calcio giovanile del C.S. Agostino (Ferrara)
Laura Magri, figlia

Caro Carlo,

sono convinto che la stragrande maggioranza degli allievi, a cui noi professionisti di golf proponiamo dei cambiamenti radicali e significativi nella tecnica e dinamica dello swing, non sono pronte a recepire i nostri messaggi proprio perché hanno una mente che si comporta come l'asfalto. E' impossibile seminare qualcosa di buono e fruttuoso. Molto spesso poi devo dirti che questa difficoltà di semina l'avverto anch'io ed allora diretto il messaggio in altre soluzioni che però so bene non essere efficaci ma di brevissimo periodo. Il problema è che l'allievo di fronte non essendo disposto alla modifica, non accetta ciò che viene proposto tecnicamente e preferisce vedere risultati immediati pure se effimeri, anche se so bene che durano l'arco di una giornata.

Professionalmente non mi piace lavorare così, e avverto l'efficacia ridotta dei consigli tecnici alternativi che propongo.

Ritengo che la soluzione del problema sia quella di preparare la mente ad essere più recettiva, positiva, fertile e disposta a far fiorire la rosa di cui ci hai parlato.

... Vabbè, sono solo constatazioni per cercare di migliorarmi sempre.

Niccolò Bisazza

professionista e maestro di golf

Campione d'Italia!

Federico Bisazza,
professionista di golf, 16.10.2004

S. Agostino, Gennaio 2005

Gentilissimi Carlo e Patrizia, sono Alberto del centro di Ferrara e desidero da tempo scrivervi per rendervi noti alcuni miei pensieri.

Innanzi tutto mi viene in mente il libro Meravigliarsi per crescere che mi ha regalato Sara e grazie al quale ho iniziato il mio percorso con D.M.B.

Penso sia stata una spinta importante che ha dato inizio alla mia crescita come uomo e anche alla mia realizzazione personale.

Essendo uno sportivo mi rivedevo in molte situazioni che Carlo ha descritto nel libro e anche se non sono un professionista, credo che ci siano molte situazioni che riguardano anche i dilettanti.

Penso che dare la possibilità ad una persona di risolvere le difficoltà con le proprie forze sia la cosa più grande che si possa fare.

Credo anche che lo sport sia un grande mezzo educativo di grande aiuto per tutti quei giovani che si sentono un po' incom-

presi da una società altamente selettiva... Leggendo il testo di Patrizia e Anna invece oltre ad imparare cose nuove, ho rivalutato molto attentamente ogni mio comportamento durante le sedute di allenamento che svolgo.

Non solo, nel vostro giornale Easy news trovo spesso suggerimenti utili che ho inserito nei miei esercizi di dinamica.

Credo proprio di avere trovato nelle vostre pubblicazioni una fonte a cui poter attingere ogni volta che lo ritengo opportuno, di grande valore morale e pratico... Personalmente ritengo I.S.I. e Accademia una grande e unica "famiglia" e spero con tutto il cuore che le incomprensioni svaniscano al più presto. Sono sicuro capirete il mio punto di vista...

In questi giorni in cui succedono cose tragiche mi sono trovato a riflettere e da alcuni pensieri ho ricavato che fosse giusto fare sapere alle persone che apprezziamo... appunto quanto le apprezziamo!!!

Il lavoro che fate penso sia impagabile e metaforicamente lo paragono ad un vivere la fede in maniera concreta. (Mi fermo subito con questi discorsi perché rischio di entrare in cose come gli scritti del Bonazzola, non ci salto più fuori!!!). Termino chiedendovi di ringraziare Mara e Roberto, il corso con i giovanissimi penso sia stato di grande importanza anche perché da questa esperienza ci si può migliorare e creare nuove collaborazioni come mi auguro avvenga in futuro. Con tanta stima e riconoscenza vi faccio i migliori auguri per uno splendido 2005.

famila
Con noi sei in famiglia.

LA SPESA
CONVENIENTE

Gli allievi dicono la loro

Nella discussione che abbiamo avuto in Istituto quando abbiamo analizzato l'articolo di Marcello Bonazzola "CUI PRODEST", si è detto che solidarietà, socialità, armonia nelle diversità quali valori assoluti, possono essere obiettivi dell'abitante adeguato che si sente un tutt'uno con gli altri. Ma allora come si sposa questa affermazione con la necessità di "mettersi sempre e comunque in discussione"? E con la necessità di fare il vuoto in se stessi per realizzare la sospensione del giudizio, il non giudicare?

Gian Paolo

Non ritengo possibile una reale armonia del proprio essere senza lo scambio e la "verifica" che viene dagli altri e il porsi in discussione altro non è che tentare un "rapporto" alla pari, dove i miei motivi, le mie richieste, aspettative, azioni e sentimenti "fanno i conti" con quelle degli altri. E se imparerò la sospensione di ogni giudizio verso gli altri, scoprirò che migliora il giudizio che ho di me stesso e di pari passo migliorerà la mia percezione di come gli altri mi vedono.

Maurizio

Un'altra parola densa di significato per l'abitante adeguato è la gioia. La gioia di vivere, di condividere con il mondo il meglio di noi stessi, delle nostre scoperte e delle nostre aspirazioni.

Susanna

Per me l'abitante adeguato è innanzitutto una persona che dà all'amore per se stessa la giusta importanza. Questo è un ingrediente indispensabile per essere in armonia con se stessi, ed è il punto di partenza a cui si aggiungono poi l'amore per gli altri, la collaborazione con l'imponderabile, la motivazione, eccetera.

Maria Rosa

Ad un certo punto, non si può fare finta di niente e spetta ad ognuno di

noi, se lo si desidera, utilizzare le tecniche acquisite, in modo da accettare il tutto e lavorare sul come voglio essere. Accettate le tue origini, puoi imparare a camminare con le tue gambe e nutrire la tua quercetta perché si sviluppi e preservi l'umiltà di essere in continua crescita, senza sentirsi arrivati e/o superiori agli altri.

Mara

Proseguire significa continuare un'azione già iniziata. In quest'ottica colloco l'I.S.I. e la frase che girava tempo fa fra di noi "Dove andrà l'I.S.I.? Andrà dove vorranno i soci". Ma sulla base di che cosa? Dei fatti che ognuno di noi saprà produrre per se stesso; e tanto più riusciremo tutti a creare dei fatti per noi stessi, tanto più l'I.S.I. potrà dare quel supporto di conoscenza, armonia, interezza e rispetto della persona che le nostre proposte offrono, a chi liberamente sceglierà di conoscerle.

Roberto

Essere abitante adeguato per me vuol dire avere la consapevolezza e l'umiltà di essere una piccola quercetta che cresce piano, piano ... guarda alla grande quercia con stima e ammirazione, sapendo che forse un giorno, dopo lunghi e rigidi inverni ... dolcissime primavere ... rigogliose estati ... ed inaspettati autunni ... possa anch'essa diventare una grande quercia.

Elirosa

Avere la consapevolezza è già un traguardo o, se vogliamo, un nuovo punto di partenza per chi desidera crescere. Ma voltandoci vedremo un cammino ricco di orme: è la strada già percorsa dal momento in cui abbiamo sentito nascere in noi la fiamma del desiderio. Quel desiderio di conoscere che porta alla consapevolezza e, inevitabilmente, alla responsabilità: se sappiamo non possiamo più tirarci indietro senza che la nostra coscienza abbia un moto di ribellione.

Daniela

Per me, essere un abitante adeguato, significa vivere cercando di capire "chi sono io", accettarmi per come sono e fare il mio meglio con impegno totale, dedizione assoluta e competenza specifica: quando sono con gli altri, quando lavoro, quando sto con me stessa.

Marta

Nella mia attuale, sempre più consapevole incongruità, di essere umano, mi è venuta la fissa dell'adeguatezza. Siccome ho scoperto che a quarantasette anni di età, non è conveniente imitare Onan, altrimenti poi ti ritrovi i reni indolenziti per tre giorni, come premessa e a scampo di una equivocata onnipotenza è meglio chiarire subito che: "nessun essere umano può mai essere completamente adeguato in ogni momento o situazione della propria vita".

Nadio

Amare significa non dovere mai dire mi dispiace.

Stefano

So cosa voglio ma soprattutto ho gli strumenti per raggiungerlo. E il bello sta in mezzo ... alla fatica del giorno e del tempo, delle telefonate e della fretta, dei disguidi delle distrazioni, degli errori da perdonarsi, del rumore dentro, del senso di impotenza, dell'affetto sconosciuto dei più vicini. E' lì in mezzo al viaggio del mio entusiasmo liberato e finalmente orientato.

Enrico

Chi è l'abitante adeguato? Il pianeta ha bisogno di nuovi esseri umani, più consapevoli e armonici. Con gli strumenti che ci vengono forniti dal metodo D.M.B. possiamo aiutarci ed aiutare a superare i propri limiti, a sciogliere le proprie paure, a riscoprire in sé la vitalità e la propria spiritualità, seguendo coraggiosamente i propri sentimenti nel rispetto del proprio e altrui sogno.

Teresa

Quasi sempre so come posso essere più adeguata e solitamente non corrisponde ad un principio solo o ad un modo, esiste piuttosto una sorta di costante adeguamento dove a rotazione si vede il bene di ogni modo e di ogni principio. In questo periodo per essere 6+ dovrei imparare a ballare con la vita al suo ritmo, non facile visto che a me piace ballare essenzialmente ai ritornelli felici!

Elena

Dovrò sempre cominciare a continuare da me, ma nel frattempo perché non provare a coinvolgere altre persone, con un progetto reale che rientri nei bisogni primari di ogni cittadino? L'importante credo sia non farsi abbattere dalle difficoltà, non vedere le piccole sconfitte come la sconfitta personale, continuare a credere nel progetto senza innamorarsene troppo, se il progetto deve vivere vivrà.

Anna B.

A volte quando sembra che le cose veramente non girino, che il mondo stia tramando un'ingiusta vendetta nei nostri confronti... forse basta fermarsi ad ascoltare il battito del nostro cuore, regolando il nostro respiro al respiro del mondo o attenuare le tensioni con quotidiani rilassamenti che abbassano le barriere e riattivano le capacità sensoriali e l'apertura verso il nuovo e diverso o scegliere di fare qualcosa di nuovo e creativo, anziché rimanere incatenati ad inutili preoccupazioni che nella maggior parte dei casi non si avvereranno mai.

Miriam

Può forse una distanza materiale separarci davvero dagli amici veri? Se desideri essere accanto a qualcuno che ami, non ci sei forse già?

Lorenza



Abitante Adeguato - Pier Domenico

B Battilana®
PREFABBRICATI

Battilana Prefabbricati S.p.A.

STABILIMENTO DI CORNEDO VICENZA

Via Monte Cengio, 76 - 36073 Cornedo (VI) - Tel. 0445.951024 r.a.

Fax 0445.951215 - **Certificato UNI EN ISO 9001**

STABILIMENTO DI TRECENTA ROVIGO

Via R.Sanzio 1331/R - 45027 - Trecenta (RO) - Tel. 0425.700408/700339

www.battilana.com - E-mail: commerciale@battilana.com

RICEVIAMO E PUBBLICHIAMO

Grazie per avermi guidato alla scoperta di un mondo che mi era accanto ma di cui non ero a conoscenza e non riuscivo a vedere.

Questa riscoperta mi dà modo finalmente di guardare con i miei veri occhi molte cose quotidiane che nell'abitudine erano diventate normali.

Adesso, come un bambino, senza condizionamenti né pregiudizi, osservo il nostro mondo che parla, che agisce... senza però essere guidato in una sola direzione, restando libero di pensare.

Luciano - Brogliano (Vi)

P.S.: un solo rammarico: molto tempo da recuperare ...

Ho frequentato il corso di Dinamiche della Mente e del Comportamento sotto la guida accurata di Carlo.

Mi aspettavo qualcosa di positivo, ma non avrei mai immaginato di ricevere così tanto in cambio del mio «impegno».

L'ultimo esercizio, guidati dalla voce possente di Ma.Bo., stesi in cerchio uno accanto all'altro, mano nella mano, è stato più che mai coinvolgente.

L'abbraccio finale, fra tutti noi presenti, mi ha dato una carica straordinaria, una forza interiore mai percepita fino a quel momento.

Mentre tornavo a casa mi sembrava che l'auto andasse da sola, senza guidarla. Sarei andato in capo al mondo, quella sera, con la leggerezza e con la forza interiore che mi sentivo addosso!

Ringrazio sentitamente Bertilla che, con il suo esempio, mi ha convinto a frequentare questo corso.

È solo il primo, piccolo passo, di una, spero, lunga strada verso la consapevolezza interiore.

Abbraccio forte, forte i miei compagni di corso.

Grazie Carlo, grazie I.S.I. intero!

Giovanni Campi - Arzignano (Vi)

Carissimi,

sento la gradevole necessità di scrivervi, un po' vi frequento, un po' no, sinceramente, la grande profusione di emozioni che scaturisce dai vostri incontri, suscita in me a volte dubbiose e comode considerazioni.

Ho fatto sabato il corso PtoP; avevo già fatto qualcosa di simile qualche anno fa. Ma era un corso tecnico e riferito al business.

Quell'istrione dell'istruttore diceva le stesse cose più o meno; la differenza stava nel rendere il più umana possibile questa conoscenza rivelatoria, così evidente e così scontata da non rendersene conto, tanto che ad un certo punto ho capito perfettamente il concetto di consapevolezza.

Quella sublime conoscenza che ti fa sentire, non solo con le orecchie, comunque non solo capire, ma un tuffo completo di corpo e anima insieme, naturalmente. D'un tratto ho capito ciò che "conoscevo". Mi è tornato alla mente un caro amico il quale una sera in cui si argomentava sui comodi teatrini dell'ipocrisia e degli alibi, mi disse: "Se solo riuscissimo a non giudicare, ma veramente, non solo a parole, nella nostra testa".

Sì è vero, sono tutte cose che si fanno, cose più volte sentite, cose belle, per carità, della serie "chi è senza peccato scagli la prima pietra" e via dicendo... Dove sta la differenza? Nella consapevolezza che quando guardi un tuo simile nei gesti, nelle posture, negli occhi in quel momento ti stai guardando dentro, piaccia o no.

Ernesto Barbiero - Villaverla (Vi)

Il corso C.B. mi è piaciuto veramente tanto, è stato interessante e Stefano è molto bravo e preparato.

Ho trascorso una giornata molto piacevole e penso proprio che sia stata positiva al massimo e che ne sia valsa la pena.

Ho rivisto persone che ho incontrato al base e conosciuto delle nuove.

Sono stata entusiasta e lo sono tuttora.

Paola Citterio - Besana (Mi)

Caro Marcello,

Sono passati 10 anni da quel sabato 8 ottobre 1994 quando assieme a mia moglie e ad altre 7/8 persone ho partecipato a Vicenza al mio primo Corso Antistress tenuto da Carlo Spillare. A quella prima esperienza di tecniche di rilassamento e di miglioramento della immagine di sé è seguita poco dopo la partecipazione al Corso Base e, negli anni successivi vari altri corsi facenti parte del Progetto Permanente di Dinamica Educativa Alternativa. Ho pensato di scriverti perché ritengo giusto, in questo, momento, ricordare le radici di tale esperienza che, in 10 anni, ha profondamente cambiato, migliorandola, la mia vita. Come ho già avuto modo di scrivere in altre occasioni, l'applicazione costante delle tecniche di Rilassamento e dei Tre Passaggi mi permise di superare, in un tempo relativamente breve, vari problemi che mi angustiavano (ansia, insonnia, mal di testa, ed altro), che erano causati da stress lavorativo e che stavano rovinando la qualità sia della mia vita personale che di quella familiare.

.....

Ecco perché ho deciso di dedicare parte del mio tempo agli altri; non ho nulla da insegnare, in quanto ritengo di poter essere maestro solo di me stesso, posso solo mettermi a disposizione per leggere qualche ciclo, spiegarlo, ascoltare e lasciare che anche altre persone, da sole, un po' alla volta educino sé stesse. Don Roberto Carmelo, in occasione di una lezione del nostro Istituto, qualche tempo fa ci disse che "Non si dovrebbero festeggiare i propri compleanni, anniversario della nascita fisica, andrebbero invece festeggiati gli anniversari della nostra nuova vita, da quando siamo diventati uomini e donne veri"; per questo, mentre tra me e me festeggio questo decennale, mi permetto di ringraziare Carlo e Patrizia, le mie radici, e soprattutto te, Marcello, per aver messo a disposizione di tutti, oltre 30 anni fa, la tua Conoscenza.

Lunga vita alla Grande Quercia!

Gian Paolo Dalla Pozza - Villaverla (Vi)

Solchi nella terra arida,
come rughe su fronti consumate ...
piogge torrenziali,
come piante convulsi ...
uragani,
come urla disperate ...
tuoni assordanti,
come il dolore che ho dentro ...
Ogni giorno comunque l'arcobaleno,
il mio sorriso al mondo ...

Dina Falezza - Caldiero (Verona)

Caro Carlo,

ho letto "Meravigliarsi per crescere" circa tre anni fa; è un libro nel quale, com'è scritto sul retro, ognuno può trovare qualcosa di diverso o più cose: ci si potrebbe vedere un romanzo, un manuale del vivere meglio, un accenno alle tecniche di Dinamica Mentale, una storia sui rapporti tra allievo e maestro, una guida verso un mondo migliore.

La cosa che più mi è rimasta impressa è l'amore verso la vita che emerge dalle Tue parole, è come se un insegnante d'arte riuscisse a trasmettere ad un allievo il suo amore per la pittura o per un determinato artista; penso che per chi ha raggiunto un certo grado di conoscenza ma soprattutto per chi ha una Passione in un determinato "campo" il passarla a qualcuno sia una delle cose più belle in assoluto, se poi questo "campo" è la vita o meglio ancora il modo per viverla al meglio tutto ciò diventa straordinario.

È stato bellissimo seguire i vari passi da Te compiuti durante il cammino ed ancora più bello avere la sensazione di ascoltare una persona qualunque, un amico che si racconta con una semplicità ed una pulizia che ti coinvolgono perché senti che ti puoi fidare.

Per me è stato come se si fosse aperto un mondo che avevo dentro ma che avevo soffocato; durante la lettura ho avuto la sensazione di "essere capito"; ho trovato nel libro molti punti in comune con quanto provavo, soprattutto quella paura di non essere all'altezza, paura di cui non avevo mai avuto il coraggio di parlare con nessuno, una paura che a volte non ci rendiamo conto di avere e che ci frega la metà della vita, se non di più. Ho capito che non ero il solo ad averla e soprattutto ho capito che solo io potevo superarla con quanto

avevo dentro di me. Dopo averlo capito ci ho messo qualche mese prima di iniziare a "combattere" ma ora le cose vanno molto meglio e devo dire che il "combattimento" mi piace parecchio, mi dà delle enormi soddisfazioni anche se qualche colpo da k.o. lo incasso sempre, ma fa parte del gioco.

Ho capito anche come le persone sono "alla base" tutte uguali, e che dietro un determinato comportamento, anche discutibile, c'è sempre un motivo che va ricercato e capito per fare in modo che i contrasti possano essere limitati e di conseguenza la qualità della nostra vita migliori.

Ho regalato questo libro a più persone, e continuerò a farlo, senza mai riuscire o voler spiegare di cosa parlasse, ho sempre risposto "leggilo poi ne parliamo" e finora le reazioni sono state entusiastiche. Forse il segreto sta proprio nel "Meravigliarsi" contenuto in quel titolo che all'inizio ho stentato a capire ma che poi, una volta capito e messo in pratica, ho trovato meraviglioso.

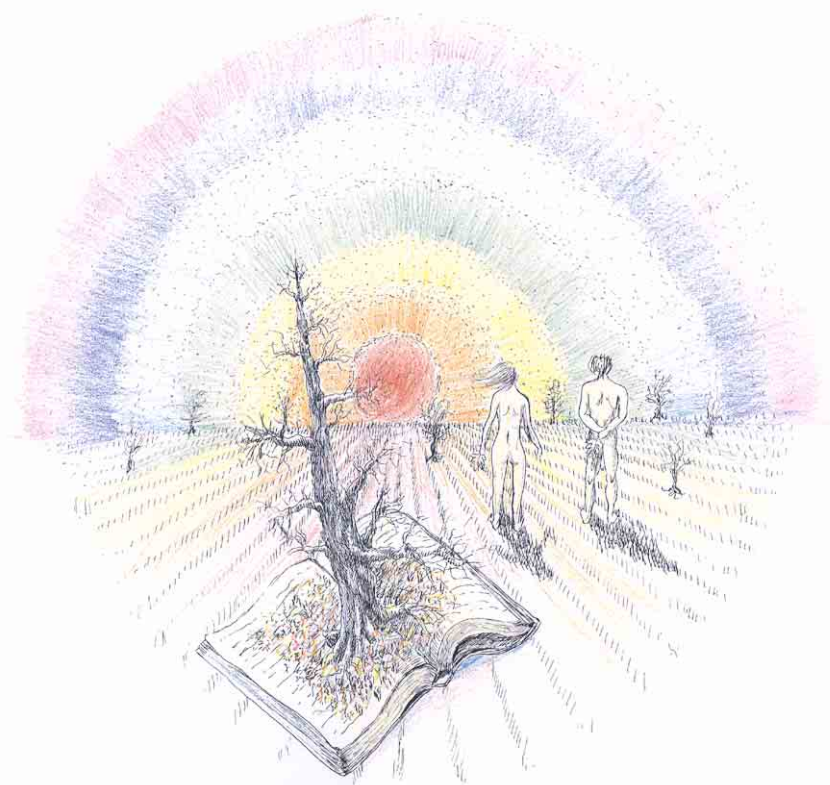
Caro Carlo, non mi resta che ringraziarti ancora per avermi "passato" la tua conoscenza e la tua "Passione" e devo dire che avevi ragione: ci sono molte altre cose nella vita per cui entusiasarsi oltre che per vedere un "15" in maglia Pinti tirare e segnare (anche se ai tempi fu entusiasmo allo stato puro).

Fabio Baresi - Brescia

DISPONIBILE DAL 6 MARZO

don Roberto Carmelo

DIVENTA QUELLO CHE SEI!



UN CAMMINO ALLA RISCOPERTA DEL MIO VERO "NOME"



Edizioni I.D.E.A. srl

CUI PRODEST BIS

Varcata la soglia dell'ultimo sesto della vita, mi ritrovo a vivere una strana sensazione; per comodità di cronaca mi servirò del solito esempio della vecchia quercia, anche se a rigore di merito sarebbe più corretto usare la figura del fico selvatico o del pungitopo.

La sensazione è quella di una vecchia quercia massacrata dagli eventi atmosferici, ostinatamente radicata su una collinetta, a sua volta sgretolata da vento e pioggia, e melanconicamente circondata da erbacce e sterpaglie.

Fra le erbacce e le sterpaglie occhieggiano giovani quercette che non hanno ascoltato il suggerimento di spuntare, fuori dal cerchio d'ombra a mezzogiorno; e così, protette dal sole e dalla grandine hanno vegetato là sotto e parlano fra di loro di paesaggi di sole e luce e di orizzonti di gloria.

Ogni tanto, sulla collinetta passa qualche cane randagio e mi gratifica dei suoi naturali bisogni. Anche qualche uccello si posa ancora sulle mie ghiande ammaccate ma poi decide che di nidi in quella condizione è meglio non parlarne.

Migliaia di formiche vanno su e giù

lungo il tronco, destreggiandosi tra le foglie e i rami dell'edera che quasi mi soffoca da qualche tempo.

Mi sento anche in attesa di un'ultima folata di vento più impietosa delle altre, che mi sradichi dal suolo e mi spanda là, dove prima facevo ombra.

Cercherò di cadere dove ci sono meno quercette così da non coinvolgerle nella mia naturale fine.

Ma un po' di tempo c'è ancora e in questo vedrò se mi riesce di buttar fuori qualche altra ghianda con abbastanza energia e dignità da meritare di germogliare e di crescere viva e vitale.

Oggi mi fanno più male del solito nodi e biforcazioni.

Gli va bene a qualche quercetta presuntuosa, ché la voglia di dargli una ramata è veramente tanta; ma aggiungerei il danno alle beffe perché, bene che mi andasse, perderei qualche altro pezzo di ramo e qualche po' di troppo di corteccia.

Che già qualche Romeo ci ha già pensato a massacrarmela con frecce e cuori incisi fino al libro.

L'altro giorno due o tre brutti ceffi

mi hanno girato attorno guardandomi ghignando. Non vorrei fossero proprietari di una qualche segheria. Credo però si siano resi conto che se anche mi avessero tagliato gli sarebbe costato di più di quanto avrei potuto rendergli e se ne sono andati strisciando tra l'erba e agitando la coda.

Chi sopravviverà vedrà. Speriamo che i vermi che si sono insediati fra le radici rinuncino alla ricerca di nuovi tipi di cibo e continuino a mangiare terra e rilasciare humus.

Anche perché se diventassero vegetariani, mangerebbero radici talmente amare da morirne avvelenati.

Questa primavera spero di rivedere qualche farfalla e qualche libellula; e non mi dispiacerebbe se, anche solo di passaggio, qualche cardellino o lucarino venisse a fare un giro fra i miei rami, magari solo per raccontarmi di qualche pezzetto di storia, di ordinaria animalità. Da parte mia gli garantisco formiche a sazietà. Ma adesso basta o va a finire che mi adoperano per il tiro a segno.

Ma. Bo.

NO!

a QUALSIASI TERRORISMO

Cupi romanticismi invoca il brutto spirito dei boschi e ti solletica con norme incarnate nella trama incompiuta del tessuto sociale.

Tu gettagli contro la tua speranza, il rifiuto del secolo di fascismi, il tuo «Dio non è morto» e se lo è, il tuo «Risorga».

Rifiuta l'orrore dei Miti della Rivoluzione, gridando al mondo la tua fiducia nella Giustizia e la tua sete di Verità.

Gli sporchi amici della sciagura, tecnici sciocchi di sofferenza, «cancel-lali» con l'amore per il Bene.

Strappa dal tuo cuore le ultime insorgenze di sacri furori fuori dal tempo;

E con la folla dei «Nuovi Pazzi» sfilata in parata lungo le strade che portano il tuo «NO» ai falsi profeti dell'inevitabile.

E sulle tombe inattuali di tutti gli eroi stendi leggero il velo della tua Umanità Liberata che «austeramente» testimonia il suo Dio.

(Fonte: No - book)

La responsabilità

In altre occasioni ho affrontato il tema della responsabilità; qui e ora tenterò di esprimere il mio parere su qualcosa che è collegato alla responsabilità e vedrò di farlo nel modo più piano e paradigmatico possibile.

Quello che abbiamo e siamo è il risultato dei pensieri che abbiamo avuto, delle parole che abbiamo pronunciato, delle cose che abbiamo fatto e delle omissioni che abbiamo praticato.

Anche quando qualcuno ci ha "aiutato", in ultima analisi siamo stati noi che ci siamo lasciati aiutare.

Va da sé che se la situazione in cui ci troviamo, ci soddisfa il merito è nostro; se non ci soddisfa invece pure.

Quindi prendiamo atto delle cose come stanno; se ci piacciono continuiamo così, se non ci piacciono decidiamo di cambiare; stabiliamo accuratamente come vorremmo che le cose fossero e poi diamoci da fare per realizzare il quadro che ci siamo prefigurati.

E mentre ci diamo da fare evitiamo di farci aiutare a sbagliare, soprattutto da quelle persone che più ci sono vicine e più ci sono care.

Sì, perché spesso un mal riposto senso di solidarietà, fa più danni che aggiustature.

Se poi la scelta dovesse essere di lasciare che ci capiti tutto quello che ci può capitare, auguri e un avvertimento: nessuna corda è tanto resistente da reggere strappi infiniti.

A un certo punto si spezza e non sempre i nodi sono facili da fare; non solo ma nemmeno loro possono essere più di tanti.

Ma. Bo.

HO IMPARATO

Ho imparato che nulla esiste che prima non sia stato, più o meno bene, pensato.

Ho imparato che non esiste qualcosa per niente.

Ho imparato che non si deve mai dare niente per scontato.

Ho imparato che se punto un dito accusatore contro qualcuno, altre tre restano rivolte verso di me.

Ho imparato che la vita è una più o meno lunga malattia con prognosi infausta.

Ho imparato che le manifestazioni di gratitudine spesso non sono altro che richieste di nuovi favori.

Ho imparato che nulla succede mai per caso e che la difficoltà sta nello scoprire perché è successo; anche se il più delle volte lo scoprirlo non serve a niente.

Ho imparato che la vita è come un rotolo di carta igienica; più ti avvicini alla fine, più velocemente si esaurisce.

Ho imparato che ignorare i fatti non cambia i fatti.

Ho imparato che ognuno è libero di suicidarsi come vuole, purché non sporchi i tappeti degli altri.

Ho imparato che nessuno può darmi o togliermi qualcosa se io non voglio; imponderabile a parte.

Ho imparato che non posso dare alcunché ad alcuno se non possiedo quello che vorrei dare.

Ho imparato che io sono la persona più importante che c'è al mondo per me stesso e che ogni altro lo è per sé.

Ho imparato che il successo è una scala a pioli su cui non puoi salire con le mani in tasca.

Ho imparato che quando la paura bussa alla tua porta, se tu vai ad aprire non trovi nessuno.

Ho imparato che collaborare con l'imponderabile può aiutare a non cadere nel male oscuro che distrugge la voglia di vivere.

Ho imparato che non sempre chi ti mette nella cacca lo fa perché ti vuole male e chi te ne tira fuori lo fa per farti un favore.

Ho imparato che l'ignoranza, la presunzione e il perbenismo sono tra le peggiori malattie che travagliano l'umanità.

Ho imparato che ogni cosa prende la forma del cervello che la riceve.

Ho imparato che l'esempio imposto è lesivo della libertà di ognuno di realizzarsi imparando dai propri errori.

Ho imparato che se voglio morire vivo non devo mollare mai.

Ho imparato che la libertà è rischio, solitudine e paura; è il vento freddo che ti arriva nelle ossa. E che non conviene giocare al rilancio se non si è decisi ad andare fino in fondo.

Ho imparato che non posso giudicare né convincere nessuno.

Ho imparato che la verità, la democrazia, la giustizia sono ipotesi di lavoro di pochi che perseguono il potere sui tanti.

Ho imparato che il tempo non ha fessure e che se io rovino i momenti, le smagliature rimangono.

Ho imparato un mucchio di altre cose, ma non le ho capite e quindi non mi hanno aiutato a conoscere alcunché.

A questo punto, visto che finalmente anch'io dovrei sapere tutto quello che voi sapete già mi sento di poter affermare di essermi conquistato il diritto di considerarmi normale e di firmarmi

Odysseus

UNA GIOVANE RAGAZZA D'OGGI

Cammino

con la neve

negli occhi.

Silenziosa bellezza

sottile mi invade.

Bianche preghiere

nel mio respiro.

Fredde le mani

freddo anche il cuore.

E scopri che i proverbi

sono tutte cazzate.

Ma questo Natale

vuole solo mazzate.

Mamma, ti prego,

per Natale

se mi vuoi deliziare

una spada di Hatori Hanizoo

per schiacciare gli scarafaggi

e quei serpenti dei miei parenti

mi dovresti regalare.

E resterò a guardare

questo panettone marcire

mentre il tempo passa.

Passa la giovinezza

passa l'uva

ma questo Natale

non passa mai.

Silvia