

Pagarsi da soli

Ti immagini di riuscire a dare un senso alla vita (almeno alla tua), desideri fortemente qualcosa che sia coerente con il tuo "sogno", ti dai da fare, ti impegni al massimo, sbagli e riprovi, cadi e ti rimetti in piedi, con fatica vai avanti e ad un certo punto arrivi a un metro dal sospirato traguardo. Lo vedi, lo stai per raggiungere e, d'un tratto, ... flop, tutto svanito e ti tocca ricominciare da capo.

Se è vero che la vita può essere vista come un cerchio, che parte con un sapere per capire e finisce con un amare per dare un senso alla vita per poi ricominciare da capo e ripartire, è anche vero che se le varie sezioni della "ruota" non sono "liscie", la ruota non è uniforme e si va in bicicletta sobbalzando, anziché in armonia e fluidità.

In *Si sedes non is* (pag. 183) leggo: "C'è una cosa che esige il massimo dell'impegno e della perseveranza oltre che il superamento di tutto quello che si frappone fra noi e la nostra "realizzazione" ed è: offrire quello che siamo in grado di dare ad ogni "cosa" solo per l'emozione di sentirsi gratificati dallo stato di benessere di quella cosa. Più forte sarà il sentimento extrasfisco che indirizzeremo a favore della "cosa", più progrediremo sulla via dell'Armonia con il Cosmo. Diversamente continueremo a preoccuparci più di sopravvivere che di esistere. Anche se è più facile per un canguro camminare a ritroso che per un uomo gioire del successo altrui".

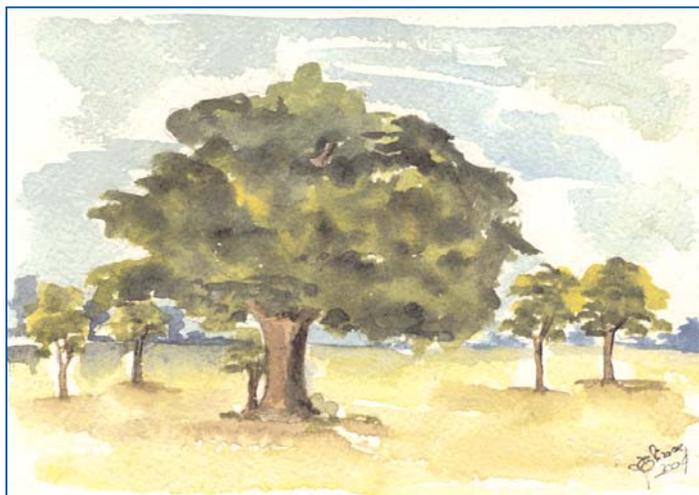
Così, mi è venuto da pensare che se il Tutto è governato dall'Armonia, anche il 6+ 6-, per quanto "limitato", può (e ha il dovere di) fare qualcosa per tendere all'armonia, con se stesso, con gli altri, con la vita; e che nel cammino verso la propria armonia, il "sentirsi gratificati dallo stato di benessere di quella cosa" equivale a quel "dare senza chiedere niente in cambio" che ho avuto la fortuna di aver ricevuto in

eredità da mio padre e mia madre (e che ho trovato in Dinamica e con Ma.Bo.) e che può forse essere l'ultimo passaggio per completare la "ruota" e andare in bicicletta con scioltezza e fluidità. Naturalmente, anche in questo caso c'è un prezzo da pagare ed è: accettare che **se una cosa merita di vivere, vive, se no, niente**; in caso di non accettazione, si finisce che ci si paga da soli e che, arrivati a un metro dal sospirato traguardo ... flop, alla ruota resta lo "spigolo" e l'armonia diventa un'illusione, anziché un sogno che si avvera.

Di modi di "pagarsi da soli" (lamentarsi, cercare i "colpevoli", demoralizzarsi, assumersi i meriti, ignorare l'importanza del "piccolo" ecc.), ce n'è un mucchio che se si scrivessero tutti, il direttore di *Easy news* avrebbe risolto per qualche anno il problema di riempire le pagine del giornale.

Lascio allora la mia mente libera di "sintonizzarsi" con quella che potrebbe essere la "giusta" risposta ad un progetto di Sviluppo Personale che preveda il superamento della tendenza (anche inconscia) di "pagarsi da soli". Chiedo, aspetto, ascolto e ricordo: "un buon artigiano parte dal presupposto che un lavoro ben fatto ottiene alla lunga un giusto apprezzamento ed un naturale riconoscimento da chi è in grado di apprezzare il prodotto che abbia un cuore; così, non produce pezzi anonimi, né persegue la ben più facile strada dell'adeguarsi alla moda; vive il suo lavoro con creatività ed emozione e trasfonde in esso il tesoro della propria esperienza e della propria maturazione. Non necessariamente inventerà qualcosa di trascendentale e di baciato dall'arte; di certo, qualcosa di fruibile da tutti, o quasi, e senza eccessivo rumore".

Carlo Spillare



Rispetto di chi... per chi... a chi...?

Già nel 2000 durante la stesura del libro "Una piccola pietra bianca" mi ero soffermata a riflettere sul significato della parola *rispetto*.

Oggi, a distanza di 5 anni, la Vita mi spinge prepotentemente a riprendere, con più determinazione e serietà, la ricerca dei segreti contenuti in tale parola.

Allora dicevo: è composta da *re*, che da una parte ha valore di "indietro" e dall'altra ha il compito di intensificare l'azione del verbo al quale si accompagna; e da *specere*, "guardare".

Respicere, quindi, significa "guardare in dietro", cioè "ripensare", "considerare", "tener conto", ma anche "volgere lo sguardo verso", "osservare"...

Il rispetto è dunque uno sguardo che cura di non invadere... che si preoccupa di scoprire e di esaltare le caratteristiche e le potenzialità.

Mi accorgo però che troppo spesso pensiamo al rispetto indirizzato prevalentemente all'altro. Ma come sempre mi risuona dentro il monito: **EDUCARSI PER EDUCARE!**

Imparare a rispettare me stessa, in primo luogo, altrimenti non c'è vero rispetto per l'altro.

Ripensare il rispetto come momento di *pausa*, di *ascolto*, di *silenzio*.

Vuoto che, proprio perchè vuoto, si riempie di Presenza.

Una Vera Presenza che chiede tempo.

Tempo che parla!

Parla di me, della mia essenza, di

chi sono, dove sto andando, quale è il mio compito, il significato della mia vita. E parla dell'altro, ogni altro che incontro, portatore di un pezzetto di umanità che insieme mi aiuterà a realizzare il progetto di evoluzione.

Tutti noi siamo portatori di un capolavoro nascosto per molte vite.

Il capolavoro c'è, esiste e non è opera nostra.

Abbandoniamo quindi l'idea di "diventare qualcuno", perchè siamo già dei capolavori e non ci possiamo migliorare.

Dio stesso ci ha creati e non possiamo migliorare, ma solo stupirci di essere meravigliosi:

RiconoscendoLo,

Riconoscendomi,

Riconoscendoci.

E adesso da dove partiamo?

Dal *Corpo*, da questa unica e meravigliosa espressione di chi sono.

Rispetto e ascolto di questo corpo, in tutta la sua perfezione di espressione. Corpo fisico quale ultimo dispiegarsi dell'essere divino che mi pervade.

Espressione di ciò che è importante io sperimenti in questa vita per scoprire realmente *chi sono!*

Ascolto silenzioso e sacro di ogni suo alito di vita.

Vita a volte ricca di gioia e benessere a volte di dolore e paura.

Ma sempre e solo *VITA* che si esprime e mi orienta verso il ritorno a casa.

Patrizia Serblin

QUANDO

Quando, gettato via il mantello della vergogna, tu la vergogna non proverai, della trovata tua nudità.

Quando nel corpo tu scoprirai l'altro tuo Uno e lo saprai; la tua natura conoscerai che ti ha donato, la Qualità.

E se qualcuno poi ti verrà a dire: "Ascolta solo quello che io ti dico e solo quello perchè mai nessuno potrà sapere quello che so io" ridi di cuore per la sua bugia che non nasconde la verità.

Cerca lo Scopo che ti ha creato e segui l'albero che con il Sole procede verso l'Eternità.

Quando dormendo sogni di volare, pensa che forse tu non stai sognando;

La tua farfalla forse batte l'ali nella tua mente che non la ricorda.

Quando la notte senti la paura, non è la voce della tua coscienza.

Quando la scuola cruda della vita bussa con forza contro l'altro cuore;

Sorridi con dolcezza alla tua gente, che da te vuole solamente Amore.

Marcello Bonazzola

Fonte: *No-book* 1981

IL DIRITTO E IL SUO ROVESCIO

(ovvero se il diritto si occupa di noi proviamo a pre-occuparci di lui)

Una delle tante definizioni generali del diritto è quella di *insieme di regole che disciplinano il comportamento degli uomini*.

Se la logica con cui lo applichiamo è scientifica (*logica giuridica*) essa deve muovere necessariamente da un'ipotesi astratta: l'uomo privo di relazioni con gli altri e con le cose non esiste, egli, per naturale tendenza alla socialità o per la ricerca di reciproca utilità, instaura continuamente rapporti. Ma se è vero che i comportamenti sono guidati da bisogni che generano inevitabilmente conflitti, è necessario disciplinare questi rapporti con regole applicabili a tutti che garantiscono un ordine sociale: l'alternativa è la sopraffazione del più forte.

Da questa premessa generale, è possibile declinare alcune caratteristiche delle regole giuridiche che le differenziano dalle altre che influiscono sul nostro comportamento (moralità, ambientali, di costume ecc.):

❖ come strumento esterno per regolare le relazioni, il diritto "deve" costringere l'uomo ad agire in un certo modo, a prescindere dalle sue motivazioni individuali: *carattere invasivo e coercitivo del diritto*;

❖ le regole giuridiche funzionano in modo da poter essere applicate a diverse situazioni unificabili in singole categorie di fatti, azioni ecc. (es. "chiunque cagiona la morte di un uomo è punito con ...", es. "il contratto è l'accordo di due parti per costituire un rapporto patrimoniale..."); il ragionamento giuridico diventa un sillogismo che parte dalla conoscenza del fatto, lo inquadra in una ipotesi astratta (fattispecie) per estrarre la soluzione al problema: *carattere logico operativo del diritto*;

❖ questa apparente automaticità del ragionamento giuridico deve fare i conti con una semplice ma indispensabile considerazione: gli elementi del ragionamento giuridico non sono numeri o fenomeni fisici ma i comportamenti dell'uomo. L'analisi di tali comportamenti e la difficoltà ad astrarli in categorie fa sì che l'applicazione del diritto non sia un puro esercizio di logica ma un'attività di conoscenza dell'uomo sorretta da intuizione, equilibrio e umanità (es. pensiamo a concetti coinvolti in norme giuridiche quali l'onore, la libertà ecc.): *dimensione vivente del diritto*.

Arrivati a questo punto però dobbiamo chiederci: qual è il fine del diritto? finora abbiamo parlato del diritto come strumento, come regole di un gioco complesso quale la convivenza sociale, dunque non è al suo interno che scopriamo il suo fine.

Non esistono regole positive valide per ogni tempo e per tutti (al di là della funzione assolutamente generale che il diritto ha di garantire un ordine sociale). L'idea di un diritto autosufficiente che, come tale, può trovare in sé

stesso la ragione del suo essere è stata accarezzata da chi ingenuamente ha pensato che la scienza e la tecnica fornissero la soluzione a ogni problema (positivismo scientifico di cui quello giuridico è una espressione), ma si tratta di una posizione culturalmente superata.

Più ragionevole è pensare che il diritto dipende dal modo in cui tale comunità si struttura (dal punto di vista della distribuzione ed esercizio del potere) e dalle finalità (ideali, valori) che la comunità intende perseguire.

Insomma c'è qualcosa che si pone prima del diritto e che gli dà senso. Questo qualcosa ha inevitabilmente a che fare con l'uomo e la sua dimensione sociale: è lì che affondano le radici del diritto (es. se la proprietà è un valore mi preoccupo di definirla e tutelarla, se prioritaria è l'uguaglianza cercherò di privilegiare la distribuzione della ricchezza): qualcuno, per esprimere queste radici umanistiche e filosofiche del diritto e di strumento per la tutela di interessi comuni individuati, ha parlato di *politicità del diritto*.

Per quanto generale, il discorso a questo punto non si semplifica, anzi si complica un po': perché diversi sono i fini perseguiti dalla comunità, e diversi sono anche i gruppi sociali organizzati, ognuno con le sue regole e non per forza coincidenti tra loro. E' pacifico oggi parlare di *più ordinamenti, intesi come sistemi organizzati di regole* che possono essere diversi e coesistenti: quello storicamente più forte è lo Stato Nazionale, ma pensiamo all'importanza degli Enti sovranazionali, di Istituzioni quali le Chiese Confessionali, gli ordini, i partiti, le associazioni, o qualsiasi altro gruppo organizzato. Ogni ordinamento può rivendicare la sua base sociale, culturale e di valori (perfino le realtà illecite quali le associazioni segrete o la criminalità organizzata); la conseguenza è che esistono regole diverse per ogni ordinamento: *carattere relativo del diritto*.

Di fronte a questa complessità, qual è il compito dello Stato e con quali regole esprime la sua sovranità? la domanda si collega alle due questioni sopra accennate, ovvero l'importanza che ha il modo in cui lo Stato si struttura e i fini che intende perseguire, evi-



denziando uno stretto nesso tra diritto ed esercizio del potere.

❖ Lo Stato può decidere di imporre le sue regole, e questo succede quando il potere (quello effettivo, a prescindere dalla forma dell'ordinamento) è concentrato nelle mani di uno o di pochi. In questo caso il diritto è puro strumento di potere, esprime solo l'ideologia di chi domina, diventa una *tecnica sociale di controllo* e come tale è destinato a fallire la sua funzione sostanziale di garantire una convivenza e di comporre i conflitti sociali.

❖ Lo Stato può, per contro, esprimere un potere (sovranità) allargato e proporsi di tutelare quei principi e valori in cui la comunità si riconosce, che ha scelto e condivide: in questo caso *la forza e l'effettività del suo strumento (il diritto) deriva dall'esistenza di un "patto fondamentale" su cui si regge lo Stato e sui principi che vengono riconosciuti*. Di questo ci parla ad esempio la Costituzione Italiana che nell'art. 1 dice, tra l'altro, "la sovranità appartiene al popolo, che la esercita nelle forme e nei limiti della Costituzione" o all'art. 2 ove chiarisce i suoi fini "la Repubblica riconosce e garantisce i diritti inviolabili dell'uomo sia come singolo sia nelle formazioni sociali ove si svolge la sua personalità".

Ma il collegamento tra regole e principi condivisi visto in concreto è tutto tranne che una dinamica lineare e

autosufficiente. Lasciando per un momento da parte le pur formidabili questioni sulla rappresentanza indiretta e sulla formazione del consenso, possiamo comunque affermare che ciò che fa vivere queste regole ed i principi che le sorreggono, non può che essere la comunità degli uomini al tempo stesso ispiratori e destinatari delle stesse (paradigmatica fu in questo senso l'esperienza costituente, prodotto culturale e sociale di un certo momento storico, quando da posizioni diverse ognuno fece lo sforzo di costruire basi comuni).

Di fronte alle regole possiamo dire allora che il cittadino scopre una sua responsabilità: farle vivere, crescere con una consapevolezza ed una capacità di condivisione senza le quali la regola diventa un simulacro formale, uno strumento rigido da subire. E' questa la *mobilità del diritto*, che interpella dunque l'uomo in ogni momento della sua vita sociale sia che, queste regole, le debba semplicemente osservare sia che le debba applicare o interpretare.

Concludendo: interrogarsi sulle radici delle regole e decidere di farle proprie non è forse una delle sfide dell'abitante adeguato?

dott. Vartan Giacomelli
Sostituto Procuratore presso la Procura
della Repubblica di Vicenza

- continua -

SUPERMERCATI

A & O

Il meglio vicino a te

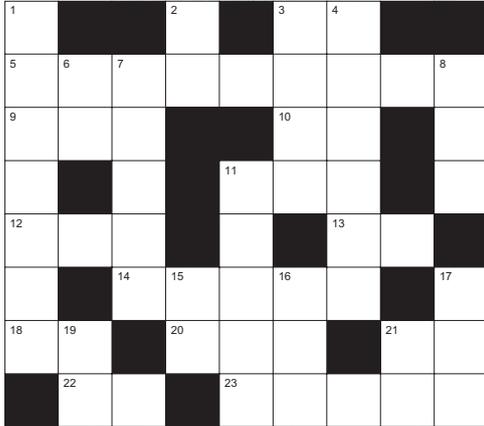


SCRIBALENANDOCI

LA PAGINA DI ELEIRES

In questo tempo d'estate fermiamoci almeno cinque minuti ogni giorno ad ASCOLTARE: l'erba che cresce, il fiore che sboccia, il caldo del sole, il canto di un uccellino, il fruscio delle foglie mosse dal vento... i nostri pensieri di amicizia che si incontrano nell'aria. È la vita che si esprime in tutto il suo splendore. È la terra che si dona. Così facendo lasciamo che vengano a noi pensieri di fiabe antiche. I più coraggiosi le scrivano e le inviino in associazione, potranno essere pubblicate nel prossimo numero di Easy News e saranno un modo per tenersi magicamente collegati e crescere insieme.

Eleires



Orizzontali

- 3 - Vostra Signoria
- 5 - Per affrontare qualsiasi cosa basta poco coraggio quanto un'...
- 9 - Per volare ne servono due
- 10 - Pico ... Paperis
- 11 - Volo senza una O
- 12 - La nostra associazione
- 13 - Sigla di Livorno
- 14 - Blu come l'...
- 15 - Sigla di Aosta
- 20 - ... Babà
- 21 - Mare senza vocali
- 22 - ... sono felice, sicuro e coraggioso
- 23 - Un tipo di pianta

Verticali

- 1 - Sono tante in ognuno di noi
- 2 - Sigla di Chieti
- 3 - Con le orecchie sento, con gli occhi ...
- 4 - Dopo il foglio speciale di Ma.Bo. gli occhi brillano come ...
- 6 - Sigla dell'Olanda
- 7 - Quando rilasso il corpo, calmo le emozioni, tranquillo la mente, nasce in me la ...
- 8 - Atteggiamento Mentale Positivo
- 11 - Il colore più intimo
- 15 - Chi dice ... il cuor contento non ha
- 16 - Il comico Gian era in coppia con ...
- 17 - Tu sei più prezioso dell'...
- 19 - ...! Mi sono fatto male
- 21 - More senza vocali

Corso bambini a Trieste: wau che coraggio



CARO MAMMÀ GRAZIE CONTUTO IL MO
LUORE BACI E AMOREQ
FIRMATO LUCREZIA
TRIESTE

CRESCERE DIVERTENDOSI? PERCHÈ NO! WEEK END DEI RAGAZZI A CEREALTO (VR)

"L'esperienza di Cerealto è stata la più bella e significativa della mia vita perché mi ha fatto aprire gli occhi su quello che mi circonda."

Ludovico

"Un'esperienza fantastica, da rifare."

Ilaria

"Cerealto è stato camminare a piedi nudi e salutare il sole. E' stato felicità e pianto, coccole e divertimento, un paradiso dove io sono IO, non devo essere nessun altro. Un abbraccio."

Martina



"Il calore umano era più forte del calore del sole che irradiava la mia pelle, occhi colmi di sogni, abbracci e sorrisi fraterni, tesori enormi che sono bagagli di vita..."

Cohelo ha scritto: è molto importante prestare attenzione. Le lezioni arrivano sempre quando sei pronto. Se sarai attento ai segnali, apprenderai tutto ciò che ti è necessario per il prossimo passo."

Doris

"E' bello accorgersi quanto ci ama quello che ci sta attorno. Se sorridiamo scopriamo il significato del silenzio che la natura ci offre... Ciao grazie."

Luca



"I doni di madre terra"



"Quando i ragazzi fanno Oh e Ha-Ha-Ha!"

DINAMICHE DELLA MENTE E DEL COMPORTAMENTO A COYHAIQUE (CILE)

El proyecto "Redescubrirse para Educarse en la era del tercer milenio" es un Curso de Dinámicas de la Mente y del Comportamiento.

Utiliza técnicas de relajación que se enganchan a los colores del arco iris. El titular del método es el **profesor Marcello Bonazzola**. El **Instituto Serblin para la Infancia e la Adolescencia** (el Presidente del Ente Moral es el dott. Carlo Spillare) en colaboración con **I.D.E.A. srl** (www.abitanteadeguato.com) experimenta este método en Italia desde treinta años.

El curso reconocido con créditos en Italia es dirigido a personas desde los cuatro años a los noventa.

El proyecto se ha podido realizar gracias a contribuciones de la Municipalidad de Firenze y de la **Asociación Solidaria Internacional Mangrovia** (www.mangrovia.org).

El curso se ha desarrollado en el Liceo San Felipe Benicio en los días **10-11-12-21 de Marzo 2005** y han participado 37 profesores.

El instructor del curso es la **dott. Anna Baluganti** con la asistencia de **Sor Valeria Tarricone**.

El texto del curso entregado en Cd es el libro "**Una pequeña piedra blanca**" escrito por **Anna Baluganti e Patrizia Serblin**.

traduzione

Il progetto "Riscoprirsi per educare nell'era del terzo millennio" è un Corso di Dinamica della Mente e del Comportamento.

Utilizza tecniche di rilassamento che usano i colori dell'arcobaleno. Il titolare del metodo è il professore **Marcello Bonazzola**. L'**Istituto Serblin per l' Infanzia e l'Adolescenza** (il Presidente dell'Ente Morale è il dott. Carlo Spillare) in collaborazione con **I.D.E.A. srl** (www.abitanteadeguato.com) sperimenta questo metodo in Italia da trenta anni.

Il corso riconosciuto con crediti in Italia è rivolto a persone dai quattro a novanta anni.

Il progetto si è potuto realizzare grazie al contributo del comune di Firenze e dell'Associazione Solidaristica Internazionale Mangrovia (www.mangrovia.org).

Il corso si è svolto nel Liceo San Felipe Benicio nei giorni **10-11-12-21 Marzo 2005** e vi hanno partecipato 37 professori.

L'Istruttore del corso è la **dott. Anna Baluganti** con l'assistenza di **Suor Valeria Tarricone**.

Il testo del corso pubblicato in Cd è il libro "**Una piccola pietra bianca**" scritto da **Anna Baluganti e Patrizia Serblin**.



Scuola Mater Dei



Liceo San Felipe Benicio

Riceviamo e pubblichiamo, a tre mesi dal Corso

dalla scuola Mater Dei

- "desde que aprendí las técnicas de relajación que enseñaron Anna y Valeria, mi oración ha mejorado muchísimo y me siento mejor en todos los sentidos" - Sor Marta Cecilia Vélez

- "fue una experiencia que cambio mi vida y la de mi familia, especialmente la de mi esposo, fue de mucho provecho" - Andrea Duran

- "el curso me ayuda a trabajar mejor con los alumnos" - varios profesores.

traduzione

- "da quando ho appreso le tecniche di rilassamento che hanno insegnato Anna e Valeria, la mia preghiera è migliorata moltissimo e mi sento migliore sotto tutti gli aspetti" - Suor Marta Cecilia Vélez

- "E' stata un'esperienza che ha cambiato la mia vita e quella della mia famiglia specialmente quella del mio sposo; è stata veramente molto positiva" - Andrea Duran

- "il corso mi aiuta lavorare meglio con gli alunni" - alcuni professori

dal Liceo San Felipe Benicio

INFORME DE APLICACIÓN TECNICA DE RELAJACION

El departamento de Lenguaje ha aplicado este método en diversas instancias de su quehacer, a saber:

a) En las sesiones del taller de teatro, dirigida a alumnos. Se han tomado algunos ejercicios como preámbulo, a las actividades propias del taller y como parte de la preparación del joven actor. Los jóvenes han aceptado de buena manera estas propuestas y se muestran conformes y sintiendo un buen resultado.

b) En las dinámicas de visualización de un futuro próximo con los alumnos de cuarto medio (curso terminal), hemos implementado algunos ejercicios aprendidos con la Profesora Anna Baluganti, con buenos resultados.

El departamento de Filosofía ha aplicado el método de la siguiente forma:

1.- Frecuencia de escuchar CD de relajación (promedio) 2 veces a la semana.

2.- Efectos en nuestra vida personal, mayor relajación, felicidad para dormir.

3.- Se aplicó en la asignatura de psicología con los alumnos.

4.- Ejercicios de imaginación.

El departamento de Ed.Física informa que el curso ha sido aplicado en alumnos al comenzar la clase de Expresión y recreación, destinada a impulsar y fomentar la expresividad de los alumnos.

El departamento de Artes señala que los alumnos han podido asociar los estados animicos con los colores y expresar esta vivencia en el papel, a través de una técnica libre de dibujo.

A título personal otros profesores, Patricia Millar, María Isabel Moyano, Paulina Soto, Silvia Toledo, han manifestado que la práctica de lo aprendido les ha permitido mejorar su calidad de vida en el sentido de que logran relajarse y concentrarse de tal manera que sienten que han podido disminuir el impacto de situaciones tensionales.

Todos manifiestan su conformidad y reiteran los agradecimientos a la profesora A.Baluganti, porque se está demostrando que el método es factible de aplicar en Educación y de manera personal y familiar.

Informe entregado a Rectoría por alumnos docentes del Liceo San Felipe Benicio de Coyhaique, Chile

Coyhaique, 31 de Mayo de 2005

traduzione

INFORMAZIONI SULL'APPLICAZIONE DELLA TECNICA DEL RILASAMENTO

Il dipartimento di Linguaggio ha applicato questo metodo in diversi momenti sul fare e sapere:

a) Nella sezione del laboratorio di teatro, diretta dagli alunni. Sono stati scelti alcuni esercizi come preambolo, alle attività proprie del laboratorio e come preparazione del giovane attore.

I giovani hanno accettato di buon grado queste proposte e dimostrano soddisfazione per il buon risultato ottenuto.

b) Nelle dinamiche di visualizzazione di un futuro prossimo con gli alunni di IV anno (corso terminale): abbiamo applicato alcuni esercizi imparati con la Prof. Anna Baluganti, con buoni risultati.

Il dipartimento di Filosofia ha applicato il metodo nella seguente forma:

1- Ascolto frequente cd di rilassamento (2 volte la settimana)

2- Effetti nella nostra vita personale: maggior rilassamento, facilità di dormire

3- Si è applicato in psicologia con gli alunni

4- Esercizio di immaginazione

Il dipartimento di Educazione Fisica informa che il corso è stato applicato con gli alunni all'inizio della classe di espressione e ricreazione destinata a dare vita e fomentare la capacità espressiva degli alunni.

Il dipartimento di Arte segnala che gli alunni hanno associato i loro stati d'animo con i colori e hanno manifestato questa esperienza sulla carta, per mezzo di una tecnica libera di disegno.

A titolo personale altre professoressa Patricia Millar, María Isabel Moyano, Paulina Soto, Silvia, hanno manifestato che la pratica di quanto imparato ha permesso loro di migliorare la qualità della vita perché riescono a rilassarsi e a concentrarsi in tal modo che hanno potuto diminuire l'impatto di situazioni di tensione. Tutti manifestano e si uniscono ripetendo il loro ringraziamento alla professoressa A. Baluganti, perché è stato dimostrato che il metodo è fattibile da applicare in educazione, in modo personale e familiare.

Comunicazione fatta pervenire al rettore da alcuni docenti del Liceo San Felipe Benicio di Coyhaique Cile.

Coyhaique 31 Maggio 2005

Il prossimo **20 luglio 2005** alle ore **20.30** si terrà a **Vicenza**, presso la **Sala Sette Santi del Santuario di Monte Berico**, una serata culturale sul tema: "**Riscoprirsi per educarsi nell'era del terzo millennio**". L'ingresso è libero ed è prevista la partecipazione di un gruppo di professori del liceo S. Felipe Benicio, che hanno partecipato nel marzo scorso al Corso di Dinamiche della Mente e del Comportamento a Coyhaique (Cile). Analogo incontro si terrà il **18 luglio 2005** alle ore **17.00** presso il **Convento di Montesenario, sala Sette Santi, Bivigliano - Vaglia (Firenze)**.

Due sono i momenti vissuti intensamente con l'esperienza di Dinamica della Mente insieme alle mie giocatrici:

quando la prima volta ci siamo trovati in riunione, e questo non mi capitava da molti anni, ero in un ruolo diverso rispetto al passato, non più giocatore ma allenatore; ho cercato di rivivere il mio passato di giocatore, le mie aspettative, le mie paure, le mie ansie, i miei sogni e sapevo che era la stessa situazione che stavano vivendo le mie giocatrici. Questo ha creato un legame ed un rapporto più profondo al di là della semplice e scontata quotidianità legata alle ore di allenamento; in più c'era la netta percezione che si stavamo facendo qualcosa per noi individualmente, ma che l'individualità sarebbe sfociata in un discorso di squadra con un'energia devastante nei momenti in cui avremmo dovuto superare le difficoltà che avremmo trovato sul campo. Non è stato un caso se tutte le volte che le avversarie si facevano sotto, la squadra trovava la forza per respingere ogni assalto.

L'altro momento importante sono stati i giorni, tutti, dai quarti di finale fino alla finale, in cui sentivo la pressione di dover ottenere un risultato che per tante volte era sfuggito a Schio.

Meno male che in mio soccorso ci sono stati tanti ma tanti rilassamenti!!!! E devo dire che mai come quest'anno ho vissuto con serenità e lucidità i momenti più concitati; qualcuno avrà una sua tesi, io dico che quando dovevo prendere una decisione mi sembrava di stare così bene come quando sono sulla mia barchetta nella mia scena passiva.

Ciao Carlo è stato proprio bello, in tutto questo c'è molto del tuo; avevi aperto una strada a Reggio Emilia e nonostante siano passati molti anni tutto si è puntualmente riproposto.

Fabio Fossati - allenatore

Personalmente quello che mi ha spinto ad iniziare questa esperienza è stata la curiosità verso una cosa nuova, verso una cosa che potesse aprirmi nuove strade. Credo che non si tratti solo di una cosa legata al rilassamento piuttosto che all'auto-convinzione o a tutte le varie cose che ho sperimentato... la cosa che più mi ha colpito di questa avventura è l'aver compreso al 100% l'importanza e la forza soprattutto della mente; credo che non si possa prescindere da questo; parlo per

me, parlo della mia "vita" di normodotata in un mondo (cestistico) leggermente meno normodotato di me... credo che al di là delle capacità tecniche o fisiche che un atleta può avere, se non hai la testa, se non hai la convinzione, la determinazione e dei sogni non puoi fare molto... arrivi solo fino a pagina 5 e poi ti fermi... Ho utilizzato la tecnica del colore rosso quasi quotidianamente, nel periodo dei playoff sempre, sentivo un reale beneficio fisico, non so se reale o solo mentale, e non voglio neanche saperlo, ma è stata una cosa che mi ha aiutato in un modo pazzesco...

Ho utilizzato moltissime volte l'auto-immagine... avevo visualizzato moltissime volte la finale, gli ultimi minuti soprattutto... tanto che poi tutto è diventato reale... tante volte mi vedevo



in lunetta con 2 tiri liberi pesanti... ed è successo... solo che questa volta ero pronta, la mia testa era pronta non avevo paura perché già l'avevo vissuta quella esperienza... quindi sono andata là serena... Certo come per tutte le cose devi crederci, crederci e ancora crederci! Iniziare un percorso con la Dinamica della Mente vuol dire anche guardarsi dentro e non sempre per me è stato facile perché molte volte tocchi dei tasti delicati, che per paura magari avevi nascosto... non puoi fare una cosa simile se inizi pensando che è una cosa stupida o che non serve a niente... devi partire con entusiasmo, con curiosità, con coraggio e devi seguire le onde... allora si è una cosa che ti può aiutare non solo sotto un punto di vista sportivo ma anche e soprattutto sotto un punto di vista della tua vita...

Betta Moro

Carissimi amici di *Easy News*,

sono Lorenza Arnetoli, una delle ragazze di Carlo, "reduce" dalla vittoria del primo storico Scudetto del Famila basket di Schio. Per prima cosa vorrei dirvi quanto mi sento onorata di poter esprimere il mio pensiero sul vostro giornale e quanto sia ottima la mia opinione sul lavoro di Carlo e di tutto lo staff di Dinamica, che ho avuto il piacere e la gioia di conoscere. La mia esperienza con Dinamica è iniziata in maniera più approfondita negli ultimi tre anni, i tre anni più delicati della mia carriera sportiva. Quando ho sentito parlare per la prima volta di "gestione delle emozioni" in campo, mi sembrava un obiettivo molto difficile da raggiungere, perché la mia instintività andava oltre ai canoni prestabiliti, quindi a volte mi sentivo ina-

POSITIVO. E vi dirò di più. Con la "cornice bianca" sono riuscita a modificare anche un gesto tecnico fondamentale del basket: il tiro.

Se prima il mio tiro era con il braccio semipiegato e la mano storta, la mia visualizzazione per correggerlo è stata quella di un tiro con il braccio bello disteso e la mano verso canestro. Dopo aver lavorato con questa visualizzazione il trasferimento nella realtà è stato quasi naturale, quindi ho ottenuto maggiore efficacia e precisione.

Poi molto importante per un atleta, ma non solo, è anche il rilassamento fisico, soprattutto dopo un impegno faticoso o comunque nel momento in cui c'è bisogno di recuperare energie. Siccome nella vita di noi sportivi professionisti l'attività è talmente frenetica che non si trova mai un attimo per recuperare, il rilassamento fisico è un prezioso alleato per scaricare in poco tempo le tensioni e ripartire con della benzina in più nel serbatoio. Sono arrivata alla conclusione che la mia mente può essere il "catalizzatore" del mio fisico.

Mi piacerebbe rilevare anche che mi sono affezionata a certe parti di quest'esperienza. Per esempio, la mia scena passiva. Un posto dove acquisto serenità e mi sento appagata, un luogo solo mio dove sto bene con me stessa che mi dà fiducia. Anche il mio laboratorio non è da meno. Lì dentro mi diverto, scopro cose nuove, imparo a collaborare e costruisco i miei piccoli grandi progressi.

Nel finale di questo campionato ho potuto costatare l'importanza di questo mio allenamento mentale.

Mi sono trovata nella situazione di dover tirare i tre tiri liberi più importanti della stagione. A tre secondi alla fine del tempo regolamentare ero in lunetta, a meno tre. Se realizzavo andavamo ai supplementari, quindi avevamo ancora modo di vincere gara 1 di scudetto, senò la prima era persa.

In definitiva, ho segnato tutti e tre i tiri e abbiamo poi vinto. Ma la soddisfazione migliore è stata andare in lunetta senza paura, senza il peso della pressione, con l'atteggiamento mentale giusto.

Quindi apprezzo molto questo lavoro che mi dona sicurezza e mi aiuta ad utilizzare maggiormente le capacità della mente.

Ringrazio Carlo di questo regalo e dei suoi insegnamenti, di avermi fatto capire quanto sia importante continuare a sognare per sentirmi viva. Buon allenamento a tutti.

Lory

Pareri e testimonianze

Dal Corso di Dinamiche della Mente e del Comportamento

SONO FELICE

Sono felice:
ogni mattina posso aprire gli occhi
e posso posare lo sguardo sul mio amato;
osservare la bellezza del sole,
affrescato in un cielo sereno
o l'irruenza della pioggia tra le nere nubi.
Sono felice:
posso ascoltare la musica del mondo,
melodiosa o frastornante;
percepisco dolci parole di chi mi ama,
o gli affettuosi rimproveri.
Sono felice:
apro le mie mani e posso carezzare, toccare,
proteggere ciò che amo;
fare e disfare ciò che mi serve.
Sono felice:
posso correre spensierata in verdi prati
o procedere con grave cammino
tra impervi sentieri;
raggiungere le cime alle quali
il mio cuore ardisce
per poi cercarne altre.
Sono felice:
posso dare e ricevere un sorriso
confortare e spronare
piangere e sorridere.
Vivo e sono felice!

Marzia Barbisan - Montebelluna (Tv)

Ciao Carlo e Patrizia
Volevo ringraziarvi dei due giorni pasati assieme.
Non trovo parole per esprimere quello
che ho provato ieri nel vedere quella luce
negli occhi di Gianni e l'abbraccio con
mia sorella.
Posso solo dirvi che oggi mi sento
molto serena.
Vi voglio tanto bene.
Un abbraccio.

Bertilla Graizzaro - Chiampo (Vi)

**SCUOLA MEDIA STATALE
"CARDUCCI PURGOTTI" - PERUGIA
CORSO DI FORMAZIONE
"COMUNICAZIONE E TECNICHE DI
RILASAMENTO"**
(18 marzo - 17 maggio 2005)

Il corso è stato deliberato dal Collegio
dei docenti per favorire il confronto sulle
strategie di comunicazione e di preven-
zione e contenimento del disagio scola-
stico. L'attività è stata condotta dalla
dott.ssa P. Serblin, psicologa, che ha pro-
posto ai docenti alcune tecniche di rilas-
samento (finalizzate al controllo dello stress
originato da disturbi di comportamento e
dalle frequenti situazioni di conflittualità
nelle classi) e di riflessione sulle modalità
di comunicazione più adeguate a livello
interpersonale e di gruppo; ai genitori è
stato offerto un confronto sulle stesse
tematiche.

Il Prof. V. Besti, funzione strumentale
al Piano dell'Offerta Formativa per l'integ-
razione degli alunni in situazione di han-
dicap e di disagio, che ha diretto il corso, è
stato il coordinatore degli incontri di
riflessione sulle proposte formative con i
docenti coinvolti nel progetto. La parteci-
pazione all'iniziativa era libera e gli inse-
gnanti che vi hanno aderito hanno contri-
buito fattivamente alla buona riuscita del
corso, che si è svolto presso l'Hotel Relais
San Clemente, dotato delle strutture neces-
sarie all'attività proposta.

A livello di percezione immediata il
corso, che si è svolto regolarmente per 18
ore, ha avuto un'ottima ricaduta. I benefici
effettivi potranno essere valutati in
seguito.

Il Dirigente Scolastico
Dott.ssa Antonella Ubaldi

AMARE SIGNIFICA

Amare il prossimo come se stessi
Realizzare se stessi
Camminare insieme
Saper dare e saper ricevere
Non giudicare se stessi e gli altri
Pienezza
Riconciliarsi, perdonare
Dare un senso alla vita
Migliorare
(da una riunione del G.D.S.V.
di Pier e Stefano - Vicenza)

Dal Corso di Dinamiche della Mente e del Comportamento per pre-adolescenti

Ciao, mi chiamo Caterina e ho dodici
anni; a fine anno ho fatto un Corso, le cose
che mi sono piaciute del Corso sono molte
anzi moltissime; per esempio quando ci
facevano distendere sui tappetini, e
Susanna o Patrizia ci leggevano ogni tanto
qualcosa o ci facevano fare il rilas-
samento.

A me questa esperienza piacerebbe
rifarla.

Caterina - Trieste

Dal corso di F1

Ciao Carlo,
volevo ringraziarti per la serata di ieri.
L'esercizio che ci hai fatto nella
seconda parte della serata mi è piaciuto
molto. E' stato molto emozionante.

Vedere nello schermo della mente
com'ero prima di dinamica mi ha fatto
accapponare la pelle.

Oggi sono una persona migliore, mi
piaccio così con i miei difetti ma soprat-
tutto cerco di non sottovalutare i miei
pregi; mi piace pensare che posso sempre
migliorare... un passo alla volta ... e già mi
sono vista tra un anno

Nel mio piccolo ho "grandi" progetti
per il futuro e mi aspetto grandi cose da me.

Ieri sera ho avuto proprio la consape-
volezza di aver seminato quella piccola
quercia e di aver preso l'impegno con me
stessa di farla crescere ... tutto il tempo che
ci vorrà.

Grazie.

Mara Tasinazzo - Bassano del Grappa (Vi)

Dal corso di Assertività Laterale (A.L.)

VIAGGIO

Un giorno una voce mi gridò "Non è
questa la tua vita, così muori".

Un treno mi passò accanto, si aprì una
porta, salii e iniziai, così, un viaggio senza
sapere dove sarei andata.

Fu un viaggio pieno di dubbi, insidie e
paure, ma nei momenti più duri la voce mi
parlava, sempre.

"E' questa la tua via, vai dove ti porta".

Allora presi coraggio e proseguì.

Un giorno il treno si fermò, mi apparve
un prato verde, meraviglioso, ebbi paura
ma scesi lo stesso perché quella voce
ancora mi chiamava.

All'orizzonte il prato e il cielo si abbrac-
ciavano, i rami degli alberi si abbandona-
vano ad un vento dolce e gentile, l'erba e la
terra si lasciavano scaldare dal sole, i fiori
accoglievano e nutrivano alcune api che
passavano di lì.

Vidi un laghetto, l'acqua era limpida e
colorata dall'azzurro del cielo, mi avvici-
nai e mi specchiai.

Vidi una figura con gli occhi dolci e
chiari, mi sorrise porgendomi le mani e mi
disse: "Non avere paura, ti amo".

E allora piansi, piansi tanto, ma la
paura se ne andò, accolsi quella donna
dentro di me e mi sentii finalmente a casa.

Ora un altro treno mi sta passando
accanto e quella voce mi dice che è ora di
ripartire.

Allora salirò su quel treno e ripartirò
per un nuovo viaggio, aprirò le porte a
chiunque vorrà viaggiare con me e non
avrò più paura perché ora a guidarmi è la
voce del mio cuore.

Grazie Carlo, grazie Patrizia per quello
che avete fatto nascere.

Lorella Sartori - Lonigo (Vi)

A tutti gli amici di A.L.

Con questa lettera voglio esprimere un
grazie sincero a tutti i miei compagni e
soprattutto agli istruttori Carlo, Patrizia,
Stefano e Alessia.

Il Corso A.L. è stato per me un breve
ma intenso attimo della mia vita in cui ho
sperimentato la possibilità di vivere con
armonia l'assertività e la lateralità, alimen-
tando in ciascuno di noi, "ragazzi dai
capelli verdi", la grinta, la determinazione
e il coraggio di vivere in pienezza la rea-
lizzazione di sé con gli altri nella natura.

A.L. mi ha permesso di fare il punto
della mia vita attuale e di ripartire con la
consapevolezza che "il ragazzo dai capelli
verdi" crede in se stesso, nella capacità di
rialzarsi dopo le cadute, di guardare con
occhi nuovi la realtà che può essere tra-
sformata dai sogni.

Monica Zambon - Arzignano (Vi)

Dal corso di Motivazione al Successo (M.A.S.)

Nel mese di Marzo di quest'anno ho
partecipato al corso di Motivazione al suc-
cesso M.A.S., organizzato dall'Accademia
Europea presso l'Hotel Aries di Vicenza.

Dirò fin d'ora che il "successo" cui il
corso è ispirato è e rimane qualcosa che
ciascuno deve scoprire da solo, quindi non
ne parlerò più.

Fin dall'inizio la diffidenza e la boriosa
supponenza di non aver bisogno del corso
hanno impegnato i miei più intimi pen-
sieri: figuriamoci quando mi hanno im-
posto di dormire con uno sconosciuto e di
abbandonare i contatti con l'esterno per tre
giorni interi!

Capire che "l'esterno" può attendere
tre giorni, fintanto che noi stessi ci ripren-
diamo il tempo e la giusta considerazione
che ci meritiamo è stato il primo e duro
passo verso l'inizio: fare silenzio il
secondo.

E sì, perché non ci crederà nessuno, ma
proprio quando tutto sembra essere a
posto, ecco sbucare dal nulla il bla-bla-bla
della nostra cara mente, che interviene
senza preavviso: imparare a parlare con lo
stomaco è stato il terzo passo, sofferto e
liberatorio.

Guidato da un gruppo di ottimi inse-
gnanti, nonché persone squisite, ho ini-
ziato un lento e lungo cammino verso una
nuova consapevolezza dello "stare bene",
che per assurdo, mi richiederà molta più
fatica e lacrime, di quella cui aspiravo fino
a poco tempo fa.

Fare i conti con sé stessi è infatti molto
più difficile che perdere tempo a rovinarsi
il fegato dando addosso agli altri, a giudi-
care e a pretendere di cambiarli, a preten-
dere che capiscano, a pretendere che non
siano quel maledetto "qualcunecosa" che a
noi dà tanto sui nervi.

Decidere che bisogna vivere la propria
vita con dignità e consapevolezza è stato il
quarto e più pesante passo verso la fine del
corso.

Sembra una banalità, ma capire di
essere sempre stati trascinati da "altri"
nella propria vita e di non averla mai vi-
suta in prima persona è un regalo bellis-
simo: essere consapevoli che il nostro peso
è il peso di ciascuno di noi, mi ha reso una
persona libera.

Non mi dilungo oltre e mi scuso se non
sono stato chiaro, ma questa è la mia testi-
monianza e come tale resta. Lascio a voi le
riflessioni che essa comporta, buona fortuna.

Marco Dominidato - Vicenza

Dal Corso di Dinamica del Golf

Carissimo Carlo,
mi scuso di non averti salutato personal-
mente alla fine del corso ma quando sono
rientrato in club house eri già andato via.

Volevo ringraziarti sentitamente del
corso di dinamica mentale, che ho apprez-
zato moltissimo (continuo a usare le tecni-
che di rilassamento). Purtroppo alla buca
18 di Brendola non ho fatto grossi pro-
gressi; è sempre in acqua.

Sicuramente ci rivedremo in occasione
di un prossimo tuo corso di rilassamento.

Ancora grazie ed è stato un vero pia-
cere fare la tua conoscenza.

Saluti.

Giulio Casiraghi

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

Un Uomo di ieri, di oggi e di domani

intervista a cura di Stefano Talamini

Il Maestro del Lavoro Francesco Spillare compirà 80 anni il prossimo 9 luglio ed è il Docente Decano del Corso per Operatore di supporto psico-pedagogico che si sta concludendo presso l'ISI. Possiede i modi rispettosi e le parole cortesi del gentiluomo d'altri tempi. È stato uno dei pionieri della formazione aziendale in Italia ed i contenuti dei suoi interventi sono proposti ancor oggi da molti formatori.

Durante la lezione inaugurale del Corso Francesco Spillare ha esortato gli allievi a perseverare, a non rinunciare al progetto personale di ottenere il diploma al termine dei due anni di studio. Gli chiediamo, innanzitutto, di spiegare ai lettori di Easy News perché ritiene così importante la capacità di perseverare...

"Due anni di studio non sono una cosa da nulla. Ritengo importante la capacità di perseverare e di NON rinunciare perché conseguire un Diploma non è - come ritiene qualcuno - prendere un pezzo di carta: esso è frutto di sacrificio, di dedizione, di impegno e di ricerca per allargare la nostra visuale ad inseguire il nuovo, l'importante e ciò che è di grande interesse.

Insegnamento e studio portano infatti ad accrescere la cultura, che non è solo e semplicemente erudizione, non è sapere solo tante cose, ma è anche saperle proporre agli Altri, diventando così custodi dei grandi valori dell'umanità".

Nelle sue lezioni si coglie una peculiare attenzione ai dettagli, alla cura dei particolari. È anche questo uno dei "segreti del successo"?

"Direi proprio di sì. Nell'ultima lezione che farò al Gruppo parlerò - tra gli altri argomenti - anche delle "piccole cose", proprio di quelle che gli sprovveduti considerano cose da nulla. Per fare grandi cose, grandi progetti, bisogna essere allenati a fare le piccole cose perché "chi è fedele nelle piccole cose è fedele anche nelle grandi e chi è ingiusto nelle piccole cose, è ingiusto anche nelle grandi". Non lo dico io, l'ha detto Gesù nel Vangelo!

Un Dirigente, un Capo, un Leader che non conosce l'umile lavoro di routine dell'operaio e dell'impiegato, non si renderà mai conto del sacrificio e del duro lavoro che sta alla base della piramide e di conseguenza non saprà mai valutarlo come si conviene".

Nella vita e nel lavoro lei ha incontrato molte persone: quali sono i comportamenti che l'hanno impressionata maggiormente, nel bene e nel male?

"E' vero: ne ho incontrate ed avvicinate tante nella mia vita bancaria; prima come addetto alla Clientela e negli ultimi dieci anni come formatore dei neo-assunti. Ho addestrato infatti per un mese (20 persone alla volta) più di 2000 persone. Bisogna distinguere comunque tra le persone che mi erano superiori e quelle che mi erano inferiori in grado. Tra le prime ho sempre visto dei modelli da imitare, degli ideali da seguire. Tra le seconde ho sempre steso la mia mano in loro aiuto per migliorarne la posizione. Sono passati tanti anni (quasi 20) eppure ci sono tante persone che ancor oggi si presentano e mi salutano con la frase: "Forse Lei non si ricorderà di me, ma io sono stato un suo allievo...". "Io sono quello che Lei ha aiutato a". "Sono quello che Lei ha indirizzato a...."

Fa sempre piacere rivedere una persona, a cui si è dato un consiglio, una mano, un aiuto".

Quale è, a suo giudizio, l'atteggiamento che più aiuta a riuscire bene nel lavoro?

"Sarò breve: io carriera ne ho fatta tanta e senza raccomandarmi a qualcuno.

Sin da subito ho fatto le mie scelte: ho amato la mia Azienda, ho lavorato tanto per essa: sono stato al passo per non attardarmi e sono cresciuto assieme; non mi sono mai messo in contrapposizione con la stessa. Personalmente mi sono preso le mie responsabilità ed ho mirato alla professionalità e per quanto possibile alla perfezione. Assieme ai Colleghi poi ho cercato che nell'ambiente di lavoro regnasse sovrana la serenità".

E nella vita famigliare?

Questa domanda meriterebbe un capitolo a parte, ma darò comunque la mia testimonianza. Ricorre quest'anno il 53° anniversario di matrimonio da quando, usciti dalla guerra in un mare di guai e di sacrifici, ma temprati, plasmati e pronti a diventare i protagonisti della nostra vita, abbiamo affrontato con fiducia e speranza la vita in comune guardando avanti e mirando lontano. E' stato il nostro un matrimonio d'amore in cui abbiamo cercato di fare della nostra Famiglia una piccola chiesa domestica, un luogo dove crescere con amore i Figli, farli diventare uomini e donne capaci di inserirsi domani nella vita e di percorrerla poi con onestà, lealtà e rettitudine. Se è impegnativo infatti costruire e custodire la vita di coppia, ancor di più lo è costruire e custodire la vita della propria famiglia. Abbiamo cresciuto tre Figli ed abbiamo cercato di insegnare loro ad avere sempre fede in Dio e a coltivare i valori umani dell'amicizia, del rispetto degli Altri, dell'impegno e del sacrificio, della giustizia e della solidarietà".

Il Corso per Operatore di supporto psico-pedagogico che stiamo concludendo è stato anche allietato dalla nascita di tre bambini, che possiamo considerare suoi piccoli allievi dato che erano in grembo alle loro madri durante le sue lezioni: quale augurio si sente di fare a questi "apprendisti"?

"Per prima cosa voglio dire che Papà e Mamma devono aver trovato un ambiente tranquillo e sereno. Auguro comunque ai bimbi di crescere "belli" come le loro Madri e "buoni" come i loro Padri e che abbiano a ricevere tante "coccole" dai loro genitori. Auguro di vivere in un focolare domestico, dove sia presente un clima che riscalda i cuori, rinnova le menti e fa crescere l'amore".

Lei sta per compiere ottant'anni: cosa ha da dirci, oggi, il suo "bambino interiore"?

"Auguro ai componenti il Gruppo di avere la forza di fermarsi un attimo e di entrare nel "silenzio" della propria casa e di mettersi in ascolto. Ascoltare alle volte è veramente difficile, ma è necessario ogni tanto entrare nel proprio io profondo per chiederci:

*chi siamo,
cosa facciamo,
cosa vogliamo,
come e con chi viviamo.*

E' in questo modo che scopriremo il perché della nostra esistenza, del nostro impegno. Non dobbiamo preoccuparci del

passato che non ci torna, né del futuro che non sappiamo se sarà nostro, ma del presente, dell'oggi in cui realizziamo la nostra avventura quotidiana, imperniata nella civiltà dell'amore, della verità e della pace. Dobbiamo poi ascoltare anche gli Altri, perché l'ascolto è uno dei più preziosi strumenti per una buona convi-

venza. Dobbiamo altresì dialogare, capire e farsi capire, apprezzare gli Altri, darci una mano, creare comunione ed essere - come l'arcobaleno dell'ISI - un segno di speranza per l'umanità. Dobbiamo unire le nostre potenzialità... le nostre risorse... per costruire tutti assieme un domani migliore".



L'angolo delle farfalline verdi

Benvenuta al mondo!

Benvenuta su questa terra, benvenuta tra noi!

Ti parlo dell'amore, che fa esistere e vivere tutto ciò che vedi e che vedrai.

È dall'amore che sei nata ed è nell'amore che troverai, se lo cercherai, il senso di questa tua vita.

La vita è bella, è bellissima!

Sono tanti i motivi per amare questa vita: i bambini, l'alba, la pasta alla carbonara, la gioia di leggere, un calice di prosecco, gli abbracci, il sorriso di Marta, l'aria sulla quarta corda, le stelle in cielo, la Basilica di Sant'Ambrogio, fare una sauna, le serate con gli amici, il sesso, camminare per Venezia, pulire la casa dove abiti, rilassarti profondamente, le Dolomiti, far felice qualcuno, gli alberi, il vento addosso, cantare, sognare, vincere se stessi, imparare, capire, sentirsi per un istante una docile fibra dell'universo, faticare e poi riposare, ridere... Ma queste sono le cose che amo io. Tu ne avrai altre e saranno le tue occasioni per ascoltare un piccolo dio dentro di te. Amale con la stessa intensità con cui io amo quelle.

Non smettere mai di meravigliarti e sopra a tutto ama. Ama le persone, ché è l'unico modo per incontrarle. E prima ancora ama te stessa, con tutta la forza e la pazienza che puoi.

Io amo te e amo questa vita. Avremo del tempo per trovare insieme mille altri motivi per amarla, e questo tempo sarà sempre troppo poco. Poi un giorno io non ci sarò più; e un altro giorno non ci sarai più tu: ma qualcosa rimarrà. Rimarrà la traccia di ciò che abbiamo fatto e rimarrà la eco delle nostre essenze. E forse allora potremo conoscerci veramente.

Benvenuta al mondo!

Quando ti sembrerà che il mondo, o il Cielo, non ti capiscano, quando sarai stanca, arrabbiata, delusa, dolorante per le ferite del corpo o dell'anima, non dimenticare, non dimenticare mai che sempre e comunque tua madre ed io saremo dalla tua parte.

Ti ho detto che la vita è bella. Ora che sei arrivata tu, la nostra è ancor più bella.

Buon viaggio, Agnese.

Il tuo papà, Stefano



RARI NANTES IN GURGITE VASTO

Distribuire un messaggio di umanità e di positiva speranza non è una cosa facile. Lo tengano presente quanti scelgano di farlo senza ben analizzare i propri "perché". Farsi carico della responsabilità di suggerire ad altri un progetto alternativo alla disperazione e al malessere oscuro, è una scelta dai costi altissimi e inevitabili. Non è certo come scegliere quale vestito indossare o quale autostrada preferire per arrivare a una meta. Gridare nel deserto è tanto più amaro quanto più numerosi sono i beduini che ti fanno coro, sorridendo di te e delle tue "illusioni improbabili". Beati gli idioti che non sono consapevoli di nient'altro che non sia il proprio non stare male. Ma gli idioti fanno solo pranzo elettorale, purché sappiano fare almeno una croce su un simbolo o su un nome maliziosamente indicato da "intelligenti" promotori. Per rintracciare illusi di ghisa che possano condividere un qualsiasi sogno di solidarietà, anche solo culturale, è un'impresa da far tremare le vene ai polsi. Poi, è vero che ogni piccola cosa può contribuire a realizzare un sogno; ma far gestire un sogno a specialisti in piccole cose è una scontata conclusione di disastro totale. La stessa cosa vale per i missionari e i canonici di qualsiasi ideologia sociopoliticalbuonisticalutopia spaziale. Questa è la cronaca di un messaggio alfa per i rari nantes in gurgite vasto che non hanno mai capito un "orologio svizzero" (casio) della propria e dell'altrui esistenza. Ignoranti col botto, presuntuosi al tartufo e perbenisti all'olio santo, che perseguono il naturale processo del perseguimento del successo da parte del cervello umano. Per restare al riferito, quando il cinturino di un orologio pretende di convincere gli altri che è lui che indica il tempo, si profilano tempi duri per gli artisti. Chi ha orecchie per intendere intenda; tutti gli altri in roulotte.

Odysseus

PENSIERI AMMACCATI

Quello che mi piacerebbe fare, un giorno o l'altro, sarebbe di poter completare la lista degli amici che non ho ancora incontrato. Spero possa essere almeno un poco più lunga degli amici fino ad oggi frequentati. Così potrò mettere nel cassetto la scatola di Minerva su cui li ho scritti e li potrò aggiungere ai nuovi, almeno su un biglietto da visita. Non è facile essere mio amico anche perché il mio verme solitario è molto geloso. Ma tant'è, parafrasando la "buonanima": "pochi amici, molto onore". Mi sto rendendo conto che quasi mai il mio pensiero è volato così basso, ma non sempre si può pensare all'altezza delle esigenze dei miei soliti quattordici lettori; per cui sono convinto che anche questa volta sarò compreso e perdonato. Anche se, a pensarci bene, ho grosse difficoltà a immaginare che sarebbe diverso se fosse diversamente.

Ognuno è libero di credere quello che vuole, anche se sarebbe meno rischioso credere in quello che sa. Meno rischioso certo, anche se altrettanto imprudente. Quante cose infatti credi di sapere, che alla fine si rivelano a dir poco inesatte? Cosa volete, così vanno le cose della vita. L'unica cosa di cui possiamo essere sicuri e quindi in cui possiamo credere è che, a un certo punto, ogni curiosità ci verrà a mancare, per intervenuta cessazione di ogni attività cerebrale. O, anche quello, non sarà solo un momento di dubbio discretamente atroce? In attesa che qualcuno ci aiuti a risolvere il doloroso dilemma, prepariamoci al meglio a sperimentare "in corpore vili" la nostra realtà.

Chi tenta di realizzare un'utopia reale nel tempo, ha grosse difficoltà ad accettare che i fatti interferiscano con il proprio sogno. Quando però i fatti vengono pervicacemente determinati da persone che fanno solo finta di sognare, al "Colombo" del momento, non resta altro che passare la mano e sperare che la forza del seme gettato, prevalga sui pesticidi a man salva gettati dagli inadeguati compagni di strada. Quantomeno, a quel punto, i fatti dimostreranno la forza dell'utopia reale e gli untori avranno la possibilità di ricredersi oppure soffriranno all'ombra delle proprie contraddizioni esistenziali. E' certo una magra soddisfazione ma, se non c'è altro, qui sei e qui salti. E che la terra possa essere lieve per tutti quando verrà il momento del comune risultato finale.

C'ERA UNA VOLTA NOSTRA MADRE TERRA

Oggi all'alba del terzo millennio, le strade sono piene di motori a combustione interna e il mondo civile beve solo acqua minerale. Metà di quello che mangiamo ci pensa a sistemare per il peggio quello che ci resta di sano. Il novantanove per cento delle notizie che colpiscono i nostri occhi e le nostre orecchie sono perlomeno inumane. L'altro uno per cento è permeato di buonismo patetico e irritante. La letteratura da libro dell'anno è più che vicina al plagio delle barzellette di Toti. Il peso delle formiche in attesa di occupare il globo, è ormai superiore al peso, per quanto importante, di tutti gli esseri umani. Forse è per questo che la specie delle formiche, ormai arrivata alla perfezione evolutiva, sta procreando individui antichi, così come erano agli inizi della propria evoluzione. Il gene della religiosità, da parte sua, si sta specializzando in "...ismi kamikaze" stupidi e fanatici, da far venir da piangere. La solidarietà e l'umanità sono diventate dei profilattici contro la realtà. E la mia voce è ormai talmente bassa che fa più rumore un piccolo pezzetto di silenzio. "Mamma mia, il Re è nudo!"

Formaldeide

FILETTO DI SPALLA

Mi riesce sempre più difficile esercitare la comprensione e la simpatia a prezzi accettabili.

E senza compassione e simpatia, inizia l'evolversi del cancro dell'indifferenza ed evapora l'acqua vitale della solidarietà quotidiana. Un poco mi aiuta la convinzione che l'esasperazione del processo produttivo verso tenori di vita sempre "menopoveri", è destinata a crollare se non cresce parallelamente alla conquista dell'essere come innovazione del fatto di avere. D'altra parte sono altrettanto convinto che le differenze sono congeniali all'esistenza umana, allo stesso modo in cui sono differenti le cilindrate, volute dalla specie, di ciascun essere umano. Inoltre non mi riesce proprio di immaginare cosa succederebbe su un'autostrada se tutte le macchine avessero la stessa carrozzeria e lo stesso motore.

Anche in quel caso comunque se non fosse imposto un identico tipo di carburante, avremmo delle differenze; così come ne avremmo in rapporto all'attenzione prestata da ciascun conducente alla manutenzione del motore, dei freni, degli pneumatici e del proprio stato psico-fisico. Quindi torniamo alla conclusione che essendo la vita, anche, un atteggiamento mentale, è meglio che la pianta di friggere aria e per l'ennesima volta, torni a studiare.

Avicenna

RINGRAZIAMENTO

*Alla piccola Lucrezia "blu"
di Trieste un grazie
grandissimissimo.
Anch'io ti voglio bene.
Ciao.*

Ma.Bo.