

SE TU STAI BENE, IO STO BENE

Quando si trova una vena d'acqua fresca, pura e limpida, la pulizia dell'animo suggerisce di fare in modo di proteggere l'acqua fino a che non sia giunta al mare.

Ciò vale anche per quando si incontra un'idea, che ti dà quella particolare certezza che non puoi spiegare a parole, ma che sai che "è così" e che nasce quando hai imparato ad accettarti per ciò che sei, senza finzioni né atteggiamenti di sorta.

Di conseguenza, l'idea da sola non basta, ma va coltivata nella mente, nelle emozioni e nel lavoro quotidiano superando piano piano le varie difficoltà e tentazioni di "deviazioni di percorso" che si incontrano lungo il cammino che porta fino al "mare".

Non sono un maestro del "se tu stai bene, io sto bene", anzi; su questo punto, ci sono solo allievi che hanno deciso di imparare a studiare una materia che non esiste, che nessuno ha mai insegnato, che non si può imparare se non su sé stessi e da sé stessi e che però può fare la differenza, tra il vivere morti e il morire vivi.

In Indebite Euforie dell'1 agosto, la provocazione di Ma.Bo. non è da poco: "ciò che la gente definisce amore è per lo più un abuso del termine, volto a nascondere la realtà della loro incapacità ad amare".

Fermiamoci un attimo, prima di "prendere cappello"; se la frase infastidisce o irrita, vale il "vecchio" principio che forse ha toccato qualcosa che non accettiamo, in noi. E allora? Se il problema c'è, perché riconosciamo che non siamo capaci di amare, forse è più intelligente accettarlo e lavorarci sopra, piuttosto che lasciare perdere e sperare che si risolva da solo. Se il problema invece non c'è, perché decidiamo che noi siamo capaci di amare, visto che i fatti che ci circondano depongono in tal senso, bene, l'"esame" è superato e vuol dire che stiamo bene; di conseguenza ... sto bene anch'io e andiamo avanti così.

- E se invece ho compreso che non sono poi così capace di amare, da dove comincio?

Non lo so; quando mi è capitato, e quando ci ricado, personalmente ricomincio da me e vado a verificare se nella mia bottiglia c'è acqua o se invece è vuota e di conseguenza sto parlando e facendo, a vuoto. Ciò verificato, se di acqua non ce n'è più, vedo di tornare a riempire la mia bottiglia; se invece di acqua

ce n'è, posso controllare se, magari inavvertitamente, avevo tenuto il tappo, chiuso. Poi, quando parlo e lavoro con gli altri, cerco di tenere bene in mente che in ognuno degli altri c'è un "altro io" uguale a quello che c'è in me e che potrei provare ad aiutarlo ad uscire, se mi viene chiesto e se mi viene data la possibilità. E se non mi viene chiesto o non mi è data la possibilità di aiutare l'"altro io", va bene lo stesso, non c'è problema.

Naturalmente, vale il discorso di prima; in questa materia, non ci sono "maestri" per cui ciò che va bene a me, per un altro potrebbe essere l'esatto contrario e quindi ognuno può farsi le sue riflessioni personali, sul tema, ed assumere le conseguenti decisioni.

In ogni caso, sono convinto che quando il "se tu stai bene, io sto bene" sarà condiviso e applicato da un bel po' di persone che hanno deciso di andare fino in fondo, su questa strada, forse le cose cambieranno. Magari non per tutti, ma forse almeno per quelli che si saranno accorti che, da qualche parte, alcune farfalle hanno sbattuto le loro ali.

Carlo Spillare

"SCACCO MATTO" ALLA PIGRIZIA

Estate, tempo in cui la natura è a pieno ritmo e produce incessantemente tutto quello di cui un essere vivente abbisogna.

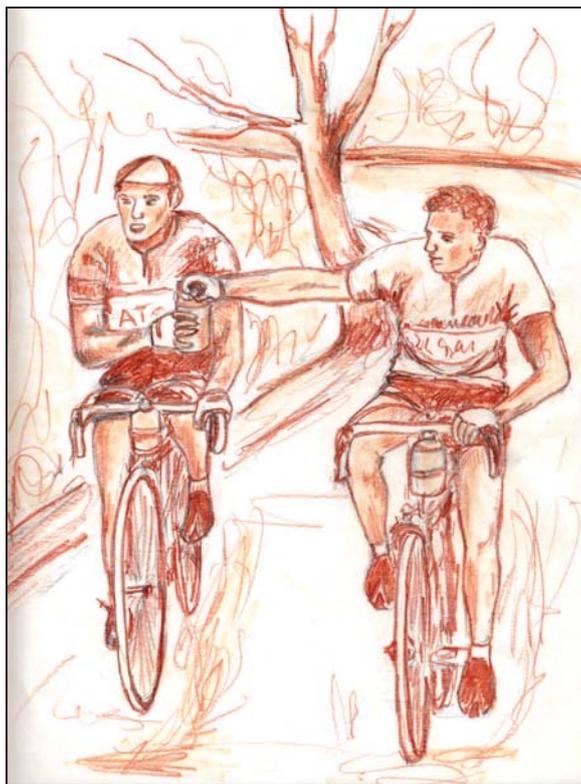
Dopo un lungo riposo invernale dove tutto sembrava tacere nel silenzio custode di germinazione e ricarica energetica, è arrivata la primavera tenera, fresca, ricca di nuove promesse colorate e spumeggianti, sprizzante gioia di rinascita e nuova vita.

Apripista di un'estate che incessantemente in fermento e movimento, si sbizzarrisce in ogni forma di creazione e abbondanza.

Osservando e ascoltando la natura non posso fare altro che guardarmi dentro e vedo come sono simile ad essa e quanto posso da lei imparare se mi metto in una posizione, nei suoi confronti, non di superiorità e sfruttamento, bensì di umile ascolto e stupefatta osservazione verso tanta gioia e perfezione.

Così facendo mi accorgo che in me, e in ogni essere umano, la pigrizia (inesistente in natura), il più delle volte, regna suprema e incontrastata, provocando arresti e danni nella mia aspicata crescita e sviluppo personale.

Decido allora di rimettere in auge due paroline così in disuso nell'attuale stile di vita che accomuna molti di noi: *volontà* e *disciplina*.



disegno di Elirosa Barbiero

"CICLO LUCE" AIUTARE PROVEDERE SERVIRE

Da qualche anno mi affascina il significato racchiuso nelle parole e lo scoprirlo mi porta a riflessioni che stimolano il mio sviluppo personale.

Ultimamente sono incappata nell'approfondire e confrontare tre termini:

aiutare provvedere servire

Mi sono sempre sentita coinvolta profondamente nel tenere vivi, nella mia vita, questi modi di intendere l'esistenza e ora comprendo la loro profonda differenza nell'apparente similitudine.

Differenza che evinco dopo una attenta analisi di ricapitolazione dello scorrere degli anni che mi sono stati concessi.

Tuffiamoci ora nei tre termini: *aiutare*, se usato da solo, implica una disuguaglianza, non prevede un rapporto alla pari.

Quando si aiuta si usa la propria forza a beneficio di qualcuno che ne ha meno.

E' un rapporto dove una delle parti è in una posizione svantaggiata.

Questa posizione è rischiosa, perché si potrebbe sottrarre all'altro più di quanto gli diamo, indebolendo il senso di dignità e autostima.

Se invece all'aiuto aggiungo il *servire* metto in gioco qualcosa di più della mia forza, metto in gioco la totalità di me stessa.

Servono anche le nostre ferite, i nostri limiti, i nostri lati oscuri.

Inoltre aiutare potrebbe creare un debito mentre aiutare servendo è reciprocità.

Quando aiuto provo soddisfazione...

Quando servo provo gratitudine...

Servire è ancora diverso da *provvedere* a qualcuno. Quando provvedo vedo nell'altro qualcosa che non va. E' un giudizio implicito, che mi separa dall'altro e crea distanza.

Concludo quindi questa riflessione comprendendo che aiutare, provvedere, servire sono modi diversi di vedere e affrontare la vita:

- quando solo *aiuto* la vita mi appare *debole*,
- quando solo *provvedo* mi sembra che la vita *abbia qualcosa che non va*,
- quando *aiuto provvedo e servo* la vita mi appare *completa* e sono consapevole di fare da canale a qualcosa più grande di me.

Far danzare i tre in un tutt'uno è "magia".

Ecco finalmente interpretata e compresa a dovere una parte del vero significato dei contenuti del Ciclo luce, ma sono altresì convinta che ancora molte sorprese ci attendono di questo ciclo.

Patrizia Serblin

LO SVILUPPO PERSONALE DELL'ADULTO

(estratto)

di Gian Paolo Dalla Pozza

La breve relazione che presento questa sera ha un titolo molto impegnativo, penso infatti che poche persone al di fuori del circolo di "Dinamica" utilizzino normalmente questo termine "Sviluppo Personale" mentre, al contrario, per coloro che frequentano le iniziative della nostra associazione dovrebbe essere un termine noto ed usato.

Ai nostri corsi, infatti, si parla di un "Progetto Permanente di Dinamica Educativa Innovativa" che ha lo scopo di "Migliorare la qualità della vita attraverso adeguati stili di vita e di pensiero, attraverso l'educazione al rispetto di sé, degli altri e della natura".

Il termine "Innovativa" significa che le iniziative proposte sono diverse, nel senso di alternative e complementari, rispetto ai programmi educativi tradizionali proposti dalle istituzioni e dalle altre agenzie presenti nella ns. società, ma non sono in contrasto con questi ultimi (altrimenti non sarebbero stati approvati dagli enti competenti), infatti nello Statuto della ns. associazione sta scritto che "I.S.I. è sorta per sostenere, coordinare, promuovere, creare, dirigere iniziative in campo sociale con particolare riferimento alle iniziative nei confronti dell'infanzia e della adolescenza ed a quelle dirette alla creazione di correlazioni adeguate nell'ambito dei nuclei familiari e delle istituzioni scolastiche".

Ma torniamo agli adulti.

Come si conciliano queste iniziative "Educativa" con il mondo degli adulti?

La domanda non è peregrina perché, solitamente, quando si parla di educazione e di formazione, si pensa al periodo di formazione scolastico che inizia intorno ai 6 anni e, dopo un ciclo di 5 anni per le scuole elementari, uno di 3 anni per le scuole medie, un altro variabile da 3 a 5 anni per le superiori e, per alcuni, un altro ciclo di lunghezza variabile per l'università, termina tra i 18 e i 25 anni.

E' anche vero che da qualche anno sono diventate di moda le parole "Formazione Continua", con le quali si intendono dei corsi di aggiornamento periodici che hanno lo scopo

di tenere, appunto, aggiornati gli operatori dei vari settori lavorativi: dal mondo della scuola, alla sanità, e poi via via tutti gli altri.

A questi, poi, si sono aggiunti anche i corsi sulla sicurezza nei luoghi di lavoro, che ormai si fanno in tutti i settori lavorativi: corsi di Primo Soccorso, corsi di Prevenzione Incendi; per certi versi è diventato un vero e proprio Business; speriamo che almeno servano, un po' alla volta, a creare quella cultura della sicurezza che ancora non c'è.

Ma che cosa centrano le iniziative dell'I.S.I. con tutto questo?

Poco, per non dire niente!

Infatti, mentre questi corsi, più o meno obbligatori, hanno come scopo la "Formazione professionale del lavoratore", le iniziative dell'I.S.I. hanno come scopo la "Formazione umana della persona" nelle sue varie età, dai bambini, agli adolescenti, agli adulti, alla terza età, per poter raggiungere adeguati livelli di benessere sociale, spirituale e morale, nonché di salute somatopsichica (fisica, emozionale e mentale).

La "Formazione umana della persona", quindi, dovrebbe essere vista come un cammino di educazione continuo, che a me piace chiamare con le parole "Auto-educazione permanente".

Se cerchiamo dentro un vocabolario, il significato di questi termini è:

- EDUCAZIONE: Formazione intellettuale e morale sulla base di determinati principi;
- AUTOEDUCAZIONE: Educazione spontanea di sé stesso;
- PERMANENTE: Continua, durevole, che non termina mai.

Quindi, l'Autoeducazione Permanente è, appunto, una "Formazione intellettuale e morale, spontanea di sé stesso, che si basa su determinati principi e che non termina mai".

Infatti, prendendo in considerazione l'iniziativa più importante tra quelle proposte dall'I.S.I., il corso di Dinamica della Mente e del Comportamento, noi sappiamo che questo corso permette di scoprire o riscoprire alcune particolari capacità della nostra mente, che abbiamo in

dotazione fin dalla nascita; capacità che una volta imparato ad utilizzare in maniera corretta ci possono aiutare a stare bene da soli, senza bisogno di dipendere da altri, perché possiamo essere, se lo vogliamo, gli artefici del nostro benessere.

L'estate scorsa, per un altro contesto, avevo preparato una relazione su questo tema; da quella relazione ho estrapolato solo alcuni brevi passaggi che, a mio avviso sono importanti per il tema di oggi.

Innanzitutto, cosa significa il termine "Educazione"?

Siccome con il passare degli anni ho imparato a non dare mai niente per scontato, penso sia giusto parlarne un po'.

Sappiamo, infatti, che spesso si confonde il termine Educare con il termine Insegnare, mentre hanno un significato diverso:

- EDUCARE significa TIRARE FUORI, mentre INSEGNARE significa METTERE DENTRO.

E' evidente, allora, la differenza che c'è tra la figura dell'EDUCATORE e quella dell'INSEGNANTE:

- l'educatore aiuta l'allievo ad esprimere le qualità che l'allievo stesso ha dentro di sé;
- l'insegnante, invece, dà all'allievo nozioni nuove che l'allievo non conosce.

Plutarco (filosofo e scrittore greco del 1° secolo dopo Cristo) sosteneva che:

"Le dottrine pedagogiche possono suddividersi in due gruppi: quelle che considerano l'allievo come un vaso da riempire e quelle che lo considerano invece come una fiaccola accesa. Nel primo caso l'azione pedagogica riguarda un "fare" qualcosa da parte dell'insegnante e un "ricevere" da parte dell'alunno; nel secondo caso non è che i ruoli si ribaltano, ma cambia l'atteggiamento complessivo di chi insegna, il cui ruolo diventa principalmente quello di "mantenere la fiaccola accesa".

E' lì che nasce il famoso dualismo tra Insegnare ed Educare.

Faccio un salto di quasi duemila anni per arrivare in Italia agli anni '20 del secolo scorso quando, all'inizio del fascismo, il prof. Giuseppe Lombardo Radice venne incaricato dal ministro della Pubblica Istruzione prof. Giovanni Gentile (il padre dei primi programmi ministeriali scolastici dell'Italia Unità) di stendere la riforma dei programmi della scuola primaria.

Il prof. Gentile la pensava così:

"Se l'educazione è azione spirituale sopra lo spirito, educiamo quanti sono in rapporto con noi, non soltanto i minorenni, ma anche gli adulti ed i vecchi, perché l'uomo educa sempre!"

E il prof. Lombardo Radice così scriveva:

"L'insegnamento non è un fatto tecnico e nemmeno un fatto personale: l'insegnante deve lasciare fuori dalla classe quello che è individualmente suo (preoccupazioni, ideologie, fattori psicologici, ecc.) per comunicare ad un livello umano profondo per poter raggiungere quanto di comune a tutti esiste nello spirito.

Il modello, quindi, è quello dell'Insegnante Artista, che attraverso l'intuito e l'amore è in grado di comunicare quello che è veramente umano.

L'insegnante artista non si attiene ad un particolare metodo in modo rigido e non prepara le lezioni il giorno prima, ma le crea nella classe entrando in contatto intimo con l'anima degli allievi, traendo dall'intimità della sua personalità e dalla sua cultura il contenuto della lezione stessa, adattandosi alle esigenze dello stato d'animo suo e degli allievi in quel momento.

La vera educazione non deve pensare a formare il professionista o il tecnico, bensì l'uomo."

(segue)

Schio, 21 aprile 2009

SUPERMERCATI
A&O
Il meglio vicino a te



SCRIBALENANDOCI

LA PAGINA DI ELEIRES

LE TRE PIUME

C'era una volta un re che aveva tre figli: due erano intelligenti e avveduti, mentre il terzo parlava poco, era semplice, e lo chiamavano il Grullo. Quando il re diventò vecchio e pensò alla sua fine, non sapeva quale dei figli dovesse ereditare il regno dopo la sua morte. Allora disse loro: -Andate, colui che mi porterà il tappeto più sottile diventerà re dopo la mia morte-. E perché, non litigassero fra di loro, li condusse sulla torre più alta del castello; soffiando fece volare in aria tre piume e disse: -Dovete seguire il loro volo-. Una piuma volò verso oriente, l'altra verso occidente, mentre la terza se ne volò dritta e non arrivò molto lontano, ma cadde a terra ben presto.

Così un fratello andò a destra, l'altro se ne andò a sinistra; il Grullo invece fu deriso perché, dovette fermarsi là dov'era caduta la terza piuma. Il Grullo si mise a sedere tutto triste. D'un tratto scorse una botola accanto alla piuma. L'aprì e discese una scala venendosi a trovare davanti a un'altra porta; bussò e sentì gridare dall'interno:

-Oh, Donzelletta verde e piccina dalla zampa secca, sparuta cagnolina, eh proprio tu, stammi a sentire, chi c'è là fuori mi devi dire!- La porta si aprì ed egli vide un rospo grande e grosso, con tanti piccoli rospetti attorno.

Il rospo grande gli domandò che cosa egli desiderasse. Rispose: -Un tappeto che sia il più bello e il più sottile di tutti-. Allora il rospo chiamò uno dei suoi rospetti e disse:

-Oh, Donzelletta verde e piccina dalla zampa secca, sparuta cagnolina, eh proprio tu, stammi ad ascoltare, proprio la scatola mi devi portare!-. la bestiola andò a prendere la scatola e il rospo grande l'aprì e diede al Grullo un tappeto, bello e sottile come nessun altro sulla terra. Il Grullo ringraziò e se ne tornò a casa. Gli altri due fratelli credevano che il minore fosse tanto sciocco che non sarebbe stato in grado di trovare nulla. -Perché, darsi la pena di cercare tanto!- dissero; tolsero alla prima pecoraia che incontrarono le rozze vesti e le portarono al re. In quella arrivò anche il Grullo con il suo bel tappeto, e quando il re lo vide si meravigliò e disse: -Il regno spetta al più giovane-. Ma gli altri due non gli diedero pace, dicendo che era impossibile che il Grullo diventasse re; e lo prepararono di porre un'altra condizione. Allora il padre disse: -Erederà il regno colui che mi porterà l'anello più bello-. Condusse fuori i tre fratelli e soffiò in aria le piume che essi dovevano seguire. I due maggiori se ne andarono di nuovo verso oriente e verso occidente, mentre la piuma del Grullo volò dritta e cadde accanto alla botola. Egli scese di nuovo dal grosso rospo e gli disse che aveva bisogno dell'anello più bello del mondo. Il rospo si fece portare la scatola e gli diede un anello bellissimo, quale nessun orfice sulla terra avrebbe mai saputo fare. I due fratelli maggiori si fecero beffe del Grullo che andava in cerca di un anello d'oro, e non si diedero molta pena: schiodarono un anello da un vecchio timone e lo portarono al re. Ma quando questi vide lo splendido anello che aveva portato il Grullo, disse: -Il regno spetta a lui-. Ma i due maggiori tormentarono tanto il re finché egli pose una terza condizione e stabilì che avrebbe ottenuto il regno chi avesse portato a casa la donna più bella. Tornò a soffiare in aria le tre piume, che volarono come le altre volte. Allora il Grullo si recò per la terza volta dal rospo e disse: -Devo portare a casa la donna più bella-. -Accidenti!- rispose l'animale -la donna più bella! Sarai tu ad averla-. Gli diede una zucca cui erano attaccati sei topolini. "Che me ne faccio" pensò il Grullo tutto triste. Ma il rospo disse: -Adesso mettilci dentro uno dei miei rospetti-. Egli ne prese uno a caso e lo mise nella zucca; ma non appena l'ebbe sfiorato, il rospo si tramutò in una bellissima fanciulla, la zucca divenne una carrozza e i sei topolini, sei cavalli. Salirono in carrozza, e il giovane baciò la fanciulla e la portò al re. Giunsero anche i fratelli, che avevano sottovalutato a tal punto il fratello da condurre con loro, le prime contadine che avevano incontrato. Allora il re disse:

-Dopo la mia morte il regno toccherà al minore-. Ma i due maggiori ricominciarono di nuovo a protestare dicendo di non poter ammettere che il Grullo diventasse re, e pretesero che avesse la preferenza quello la cui moglie era in grado di saltare attraverso un cerchio appeso in mezzo alla sala. Essi infatti pensavano: "Le contadine sono forti e ci riusciranno, la delicata fanciulla invece si ammazzerà saltando". Il re accordò anche questa prova. Le due contadine saltarono e riuscirono sì ad attraversare il cerchio, ma erano così sgraziate che caddero a terra spezzandosi braccia e gambe. Poi saltò la bella fanciulla che il Grullo aveva portato con sé; saltò attraverso l'anello con agilità estrema e conquistò il regno. Alla morte del re, il Grullo ereditò così la corona e regnò a lungo con grande saggezza.

C'ERA UNA VOLTA... ALLA RICERCA DELLE NOSTRE RADICI...

Le fiabe iniziano quasi sempre con "C'era una volta...", come quella che avete appena letto.

E adesso vorrei anch'io raccontarvi una piccola storia che è accaduta realmente.

Un bel giorno, spronata dal corso di formazione triennale che sto frequentando all'ISI, mi è venuta una, (almeno per me), splendida idea: provare a proporre il rilassamento all'interno della scuola elementare. Ma..... non bastava l'idea, era necessario tradurla in azione e così ho deciso di contattare il dirigente dell'Istituto Comprensivo di Creazzo, la Dott.ssa Rigotto Emanuela. Le ho proposto di tenere un paio di incontri con le classi terze del plesso G. Ghirotti sul tema:

Il rilassamento come:

- mezzo per acquisire consapevolezza delle capacità e facoltà creative-intuitive che la nostra mente possiede e poter così migliorare l'attenzione, la concentrazione e l'apprendimento
- fondamento indispensabile per la costruzione di un sano equilibrio emozionale e la crescita di una adeguata autostima.

E... la sua disponibilità e quella degli insegnanti delle classi terze, mi hanno permesso di vivere un'esperienza veramente indimenticabile e, proprio perché è un'esperienza, si può capire fino in fondo solo vivendola.

Ma di questa esperienza rimangono nel mio cuore alcuni flash indimenticabili:

- la magia dei bambini con la loro ricchezza, la loro voglia di vivere, di cogliere ogni opportunità, di accettare giochi diversi e forse per loro insoliti, di condividere nuove esperienze.
- il loro desiderio di ascoltare, di lasciarsi catturare da fiabe che ormai pochi ancora raccontano loro.
- la loro profondità nel saper cogliere i messaggi nascosti nella fiaba "Le tre piume" dei Fratelli Grimm.

Anche voi l'avete appena letta. Vi ha comunicato qualcosa? Gli alunni delle classi terze mi hanno fatto notare questo:

- non ci si deve lasciare ingannare dalle apparenze
- si deve continuare a lottare
- non serve dare molte opportunità se uno non le sa cogliere
- non sempre il più piccolo è quello più debole
- bisogna sempre impegnarsi
- non occorre andare lontano per trovare quello che ci serve ...
-

Quanta ricchezza hanno i nostri ragazzi!!! E' sufficiente lasciarli parlare, ascoltarli, permettere loro di imparare a rilassarsi per vivere in modo più calmo e tranquillo.



Per tessere la tela della nostra vita non è necessario andare lontano... È sufficiente imparare a ritrovarci... e il rilassamento può aiutarci in questo.

La maestra Rosi, dopo gli incontri effettuati con gli alunni delle classi in cui insegna, ha scritto le sue impressioni su questa esperienza.

Alla fine ha scritto Grazie Nicoletta, in realtà sono io che ringrazio di cuore per la grande opportunità che mi è stata offerta.

Nicoletta Bagarella

"Gli alunni hanno accolto con entusiasmo l'iniziativa proposta dall'esperta dott.ssa Bagarella Nicoletta vedendola subito come una piacevole alternativa alle attività curricolari in cui si sentono sempre soggetti a verifica.

In base a queste intuizioni inizialmente un gruppo di alunni si sentiva autorizzato a seguire le proposte in modo molto libero e divergente.

Il fatto di non essere stati ripresi in questi loro comportamenti, bensì confermati nella loro libertà di aderire o non, li ha fatti interessare maggiormente alle proposte.

Nel gioco delle relazioni visualizzato con il filo "arcobaleno" si è potuto notare la differenza tra la prima esperienza in cui c'era poco rispetto in quanto un buon numero di alunni tiravano o allentavano il filo rispetto alla seconda lezione in cui tutti desideravano un equilibrio nella tensione del filo avendo intuito la finalità dell'iniziativa.

E' stato positivo anche perché in classe nelle diverse attività gli alunni si riprendevano tra loro in conseguenza a comportamenti lassivi o trasgressivi ricordandosi che così non ci sarebbe stato l'equilibrio della stella".

Si sono sentiti, in entrambe le classi, gruppo connotato anche perché alla fine l'esperta ha regalato ad ognuno un pezzo di filo come braccialetto ricordo e per loro monito di rispetto.

Questa visualizzazione, credo, non li abbandoni e vale molto più di tante riflessioni a cui io li conducevo nelle situazioni critiche che si presentavano in classe.

In modo particolare hanno apprezzato il momento di rilassamento per il livello di benessere che hanno vissuto. Inizialmente un buon numero di alunni era in difficoltà a lasciarsi andare, a chiudere gli occhi e ad allentare lo stato di controllo su sé e sugli altri, ma in un secondo tempo si sono fidati e hanno seguito le indicazioni.

Anche quei bambini che sembravano contrari alla fine hanno chiesto all'esperta conferma nelle fasi che lei ha suggerito per poter poi ripetere da soli l'esperienza a casa.

Nell'ultimo incontro sono stati estasiati, trasportati in un'altra dimensione, dal racconto della favola, seguivano senza fiatare pendendo dalle labbra della narratrice.

Nel momento della discussione tanti bambini hanno sublimato i propri comportamenti comparandoli con quelli dei protagonisti senza sentirsi giudicati, bensì valorizzati.

Posso concludere affermando che questa è stata un'esperienza costruttiva in quanto ha lasciato agli alunni, soprattutto ai più fragili, delle chiavi per superare atteggiamenti critici che in ultima analisi nascondono malessere mancanza di modalità di risposta positiva che permettono una vita personale e di gruppo più serena.

Ciao, Rosi
Grazie Nicoletta

Dinamica della Mente nella scuola secondaria di primo grado

Come già in passato, anche quest'anno ho avuto la possibilità di condurre il corso di Dinamiche della mente e del comportamento presso la scuola secondaria di primo grado "L. Milani" di Zanè. Esso è stato inserito nel progetto generale "Star bene a scuola, con sé stessi e con gli altri" ed è stato denominato "Alla scoperta di sé". Prevedeva cinque incontri, di due ore ciascuno ed è stato proposto alle classi seconde.

Rispetto all'originale, è stata fatta una sintesi, approfondendo le tematiche più significative: il rilassamento, l'autoimmagine, l'atteggiamento mentale positivo, l'autostima, lo schermo della mente con il cambio di abitudine negativa, il superamento delle paure con un piccolo atto di coraggio, la scoperta del tesoro che è in ognuno di noi.

All'inizio i ragazzi erano un po' scettici... un corso... a scuola... parole poco accattivanti! Alla fine abbiamo creato due gruppi e mi è stata di valido sostegno la mia carissima collega Martina, che mi ha assistita con uno di essi.

La perplessità iniziale è svanita già al primo incontro, man mano che mi addentravo nella spiegazione delle varie tecniche, lasciando il posto al piacere di stare insieme. Si è passati dalla chiusura all'apertura, dai dubbi ai desideri, dal silenzio alle domande e a rivelazioni più intime e personali... sino ad una piacevole sintonia. Poi la conclusione del corso, come spesso accade, è arrivata in un baleno, troppo presto secondo alcuni.

Per me è stata una valida esperienza: mi ha permesso di conoscere i ragazzi sotto nuovi aspetti, a conferma, ancora una volta, che non vanno con-



siderati esclusivamente come alunni, ma come persone che, se messe nella giusta condizione e se stimolate al confronto, hanno molto da raccontare.

Ringrazio tutti i miei colleghi e il dirigente per questa opportunità e infine i ragazzi, che sempre mi permettono di rinnovare l'apprezzamento per il mio lavoro. La mia speranza è che questo corso possa ripetersi il più possibile e con più persone possibili, perché lo ritengo un arricchimento della persona e del suo rapporto con gli altri.

Daniela Tisato

Gentilissima professoressa Tisato, vorrei ringraziarla per le lezioni da lei tenute al corso "Alla scoperta di sé". Il corso è stato molto divertente e molto interessante; mi ha aiutato a superare la mia difficoltà e a vedermi nella cornice bianca.

Sono rimasto molto soddisfatto e orgoglioso perché credevo fosse solo una perdita di tempo... mi sbagliavo! Grazie

Marco

Cara prof. Tisato, la ringrazio infinitamente per il corso che ha messo a disposizione per noi. La ringrazio per la disponibilità e l'aiuto che ci ha dato, facendoci diventare ragionando. Questo corso a me è servito molto perché ora quando sono agitata, arrabbiata... non faccio altro che pensare e dimostrare a me stessa quello che lei ci ha insegnato. Con i colori dal rosso al viola e i vari esercizi sono riuscita a superare la mia insicurezza! Grazie

Diletta

Questo corso è stato davvero bello, interessante, divertente e stimolante.

Come ho già detto, è stato divertente ma allo stesso tempo mi è stato utile, mi ha aiutato molto, sia a scuola che nella vita quotidiana. L'attività che mi è piaciuta di più è stata quando abbiamo fatto una lezione sul nostro difetto peggiore, perché nel mio caso litigavo con tutti, ma per fortuna sono molto migliorata.

Spero veramente che questo corso continuerà ad aiutarmi anche in futuro.

Fare il corso "Alla scoperta di sé" mi è piaciuto tantissimo. Il primo giorno ero una

ragazza insicura che non riusciva a parlare. L'ultimo giorno mi sono trasformata. Sono diventata più sicura e coraggiosa.

Consiglio a tutti questo corso. E' un'esperienza bellissima!

Adelisa

Gentilissima prof.ssa Tisato, ho deciso di scriverle per ringraziarla della magnifica esperienza che mi ha permesso di vivere con il corso "Alla scoperta di sé". Lei mi ha insegnato molte cose, ma quella più bella che ho imparato è stata il controllo delle emozioni; è una cosa molto utile che a me serve tanto perché devo imparare a controllare le emozioni, come la rabbia, che spesso mi procurano guai. Ho anche notato, e non solo io, che in me sono cambiate molte cose, in meglio ovviamente, e questo è anche merito suo perché mi ha insegnato a fare il rilassamento.

Ricorderò tutto con molto piacere e cercherò di migliorarmi mettendo in pratica quello che mi ha insegnato. Ringraziandola ancora, le porgo i miei saluti.

Karen



IL CAMMINO DELLA FELICITÀ a Cassago (Lecco)



"Sabato 27 Giugno è stato proposto, dal centro I.S.I. di Cassago, un pomeriggio per i bambini, assieme a mamma e papà,.....alla ricerca della.....FELICITA'. E' stato bello vedere persone così diverse da loro, impegnate insieme nello stesso cammino. Sono piccoli segni di luce che riempiono e scaldano il cuore perchè, usando le parole di Bernard Benson "quando scende l' oscurità non servirebbe a niente cercare di scacciarla.....o lottare contro di essa, ma è possibile riempirla di luce.....e così potrete vincerla"

Nicoletta

dalla parte istituzionale

ISI è un ente accreditato per i servizi al lavoro

05/07/2009 13:01 0412795948 REG. VENETO DIR.LAV. PAG 01/05

REGIONE DEL VENETO
giunta regionale

Data 05/07/2009 Protocollo n° 2514203/5810/3 2UC Allegati n°

Oggetto Iscrizione all'elenco regionale degli enti accreditati ai servizi al lavoro (art. 25 L.R. 3/1999; DGR 1445 del 19.05.2009)

Ai soggetti di cui all'elenco allegato
Via fax

Si comunica che con il decreto del Dirigente della Direzione Lavoro n. 1133 del 7 luglio 2009, che si trasmette in allegato, l'ente o la società, a cui la presente lettera è indirizzata, è stato accreditato per l'erogazione di servizi al lavoro nel territorio della Regione Veneto.

Cordiali saluti

Il Dirigente regionale
Dott. Pier Angelo Turri

Servizio Organizzazione e servizi per l'impresa
Dott. Alessandro Agostini
Ufficio Relazioni e servizi ai cittadini
Dott. Claudio Tomasi
Tel.041/2795948
Internet: www.regioneveneto.it

PAQ. 4 DI 5

Direzione Regionale Lavoro
Tel. 041/2795948-3924 - Fax 2795948

05/07/2009 13:01 0412795948 REG. VENETO DIR.LAV. PAG 04/05

avere la forma giuridica di associazione non riconosciuta, e di essersi attivato per l'acquisizione della personalità giuridica;

- Visto che gli enti/società che hanno chiesto l'accreditamento si è chiesto di essere rotati da una carta dei servizi che descrive finalità, scopi, criteri e strutture attraverso cui il servizio viene erogato, diritti e doveri dell'utente e procedure di reclamo e controllo;
- Considerato che gli enti/ società che sono sprovvisti della carta dei servizi si sono impegnati di dotarsi di tale strumento entro 30 giorni, e che attualmente solamente il Comune di Venezia, l'ULSS 5, 12 e 15, Agenzia sociale per il lavoro, la formazione professionale e i servizi della Provincia di Venezia, l'ente Endo FAP Mestre Istituto Bema, l'Istituto San Marco salesiano, la società Servizi C.S.L. srl, Performa srl, Cambianismi nelle organizzazioni sono:

DECRETA

1. di iscriverne nell'elenco dei soggetti accreditati ai servizi al lavoro dei seguenti soggetti
1. Endo Fap Mestre Istituto Bema
2. Associazione DASA
3. ULSS 12 Veneziana
4. AXL Spa
5. Istituto San Marco Salesiano
6. Comune di Sclavo
7. Fondazione Giacomo Rumor
8. Ulas 5 Ovest Vicentino
9. Sol.Co. snc
10. Centro per la Formazione Professionale delle Maestranze edili e affini della provincia di Belluno
11. B-work Spa
12. Fondazione Consistenti per il Lavoro
13. Ancon Servizi Spa
14. Ente Formazione Addestramento lavoratori provinciale di Rovigo
15. Confindustria
16. Karen Spa
17. Comune di Venezia
18. Collegio Masini
19. Università di Venezia
20. Servizi C.S.L. srl
21. ESEV - Ente scuola delle professioni
22. Confindustria Mantova Trevigiana
23. Centro per la formazione e maestranze edili e affini di Venezia e Provincia
24. Etac Spa
25. Performa srl
26. Un.L.Coop - Unione regionale veneto
27. Centro per la Formazione Professionale e delle Maestranze Edili "Andrea Palladio" - Vicenza
28. Istituto Serbelloni per l'Infanzia
29. Risorse in Crescita Scari
30. Società cooperativa Domus/Donna s.r.l.
31. CFP Madonna del Gruppo
32. Assistenti
33. ULSS 15 Alta Padovana
34. CIF opere assistenziali
35. Impresa servizi coordinati I.S.CO scari
36. Università ILLAV
37. Istituto salesiano Don Bosco
38. CIOF/PF Veneto
39. Altri società cooperative

Mod. B - copia DDR n del PAQ. 4 DI 5

CEREALTO ABBRACCIO



A Cerealto ci siamo messi tutti in gioco e si è creata la magia di tre giorni in cui ognuno di noi era lì per se stesso e, magari senza saperlo, anche per gli altri! E allora voglio ringraziare chi ha regalato sorrisi, chi ha regalato abbracci, chi ha regalato lacrime, chi ha regalato silenzio, chi ha regalato amore, chi ha regalato parole, chi ha regalato la sua presenza. Grazie ragazzi!

Anna Artuso

Innanzitutto un grazie ad Elia Diego ed Eva per le vostre mail! che bello oggi è sabato, domani domenica, quindi siamo tutti (o quasi) in pausa! come festeggerete? spero alla grande. non so voi ma i tre giorni a Cerealto mi hanno dato un'energia incredibile, che ora devo solo trasformare in voglia di studiare. intanto vi mando un paio di fotine, giuste quelle di gruppo o in cui ci sono parecchi di noi... in attesa delle foto di chiara !! grazie ancora a tutti, è stato tutto speciale!

Francesca - Trieste

Nel corso della mia esistenza, mi sono sempre chiesto: "Che cosa è la Vita...?"... Quando compresi che la Vita era quella cosa che ti faceva brillare gli occhi e splendere di Energia, mi resi conto che non ce l'avevo. Mi mancava. Da quel giorno feci di tutto per prendere la Vita. Per Avere la Vita. Ero sempre più determinato e sapevo che un giorno l'avrei avuta. Ma mi sbagliavo. Quel giorno non sarebbe mai arrivato. Allora mi fermai a riflettere e, improvvisamente, mi misi a piangere: fu allora che capii. Non ho mai imparato ad Avere la Vita. Ho imparato qualcosa di molto più importante: ESSERE LA VITA. Io Sono la Vita. La Vita scorre in Me così come scorre in tutte le altre creature che fanno parte del Grande Mistero. Io non sapevo ancora di farne parte. Adesso lo so. **GRAZIE A VOI.**

Marco Ciscato

ΑΑΦΑ

Cerealto... a molti questa parola suonerebbe come le altre, ma come un giorno un bambino legò con la sua volpe, noi abbiamo legato con questo posto e solo al suo suono un'onda di emozioni ci travolge...

Mi aspettavo molto da questo corso essendo un rifrequentante e molto ho avuto: ho imparato ad ascoltare me stesso, ho imparato a sorridere come facevo un tempo, ho imparato ad amare e qual è il vero significato di amicizia, ma soprattutto ho visto quanto bella può essere la vita se soltanto ognuno ci mettesse un po' di amore. Per ultimi i ringraziamenti: Un grazie al treno e agli autisti che ci hanno evitato la strada a piedi =P, un grazie al sole che nonostante avrebbe voluto riposarsi dietro le nuvole ha resistito fino all'ultimo giorno, un grazie all'erba che continua a crescere e al fuoco che continua ad ardere dentro di noi, grazie a tutti i ragazzi che hanno dato il loro tempo e le loro energie per rendere le giornate indimenticabili, grazie ai cuochi che ci hanno nutrito al meglio e grazie mille agli animatori che si sono fatti il mazzo per organizzare e spiegare quello in cui credono e l'hanno tramandato a noi in una maniera che solo poche persone sono in grado di fare: con il cuore! **GRAZIE MILLE A TUTTI MI MANCATE UN SACCO!**

Daniele - Trieste

Sono stata davvero bene lo scorso weekend con persone fantastiche come Elia e Susanna! E tutti gli altri ovviamente! Perciò il mio messaggio vuole essere molto semplice ma efficace: **BISOGNA CREDERCI FINO ALLA FINE, NON MOLLARE MAI, PERCHÈ IL MEGLIO DI NOI È SEMPRE DIETRO L'ANGOLO AD ASPETTARCI! E PER VENIR FUORI HA SOLO BISOGNO DELL'AIUTO DI PERSONE ED ESPERIENZE SIGNIFICATIVE E BELLISSIME COME LA NOSTRA!**.... Questo mi sento di dirvi.. un bacio ci vediamo presto!

Alessia Chiarello

Questi 3 giorni sono stati veramente speciali, il semplice stare insieme mi ha trasmesso moltissimo. Per me già accettare di venire è stato un passo enorme ma ho capito, con il passare delle ore lì con voi, che è stato solo il passo d'inizio di un cammino lungo e faticoso, che fatto con voi compagni così speciali si è dimostrato più semplice e divertente, infatti il tempo è volato e già mi mancate tutti. Sono stati 3 giorni molto intensi soprattutto emotivamente, molte sono state le lacrime spese ma sinceramente non saprei dirvi se di gioia o tristezza... in tutti e due i casi ne è valsa la pena, anche solo perché così ho avuto l'opportunità di conoscere tutti voi e sentirmi un po' più capita del solito!!! Per questo ringrazio tutti dagli animatori, pilastri importanti di questa esperienza, ai triestini ora un po' lontani ma che in qualche modo sicuramente riucontreremo!!!! un grosso abbraccio a tutti!!!!

Giulia Sinico

Cerealto è stata un'esperienza fantastica...ho capito molte cose di me.. l'amore.. il mio corpo e ciò per cui devo lottare.. tutto ciò che ho da dire è **grazie.**

Carola Gioco



**Il guerriero della luce crede.
Poiché crede nei miracoli, i miracoli cominciano ad accadere.
Poiché ha la certezza che il suo pensiero può modificare la vita, la sua vita comincia a mutare. Poiché è sicuro che incontrerà l'amore, l'amore compare.
Di tanto in tanto, si sente deluso. A volte, si addolora.
E allora sente i commenti: "Com'è ingenuo!"
Ma il guerriero sa che ne vale il prezzo. Per ogni sconfitta, ha due conquiste a suo favore.
Tutti coloro che credono lo sanno.**

L'esperienza di scoprire se stessi non accade tutti i giorni.. Vedere le proprie emozioni sbocciare come fiori sopra il manto di neve del nostro inverno personale mi fa pensare... Sul fatto che la scoperta di se stessi è illimitata ed implica in un qualmodo tutti coloro che ci circondano..... A Cerealto si sente fortissima questa energia, questo filo che lega ognuno di noi, che fa in modo di non lasciare nessuno in disparte. Scoprire che non sei l'unico a soffrire, a gioire, a voler vivere al meglio la propria vita e un sollievo ed un'emozione contemporaneamente.. Cerealto forse è questo... una emozione indescrivibile. Un'insieme di vite ed esperienze che si fondono.... alla ricerca dell'equilibrio e della felicità...!

Elena Zanchetta

OGGI HO INCONTRATO UN AMICO

E' bello ritrovarsi in un gruppo di amici, Ma che tristezza non conoscere anima viva..... Così tra ansie, dubbi e mille preoccupazioni Cerco un appiglio

Ecco lo trovato, sei tu amico mio. Io ti guardo, tu mi guardi Come d'incanto mi sorridi e Il tuo sorriso riempie il mio cuore di gioia Rischiara come un fuoco Che brucia nella notte fredda Tu mi parli ed io comincio a conoscerti Le tue parole, frasi i tuoi pensieri Sono le onde del mare che mi cullano Stasera e' una dolce serata Perché' ho incontrato un amico Quell'amico sei tu: **grazie di esistere!!!**

Sara Grigolato

ASSERTIVITÀ LATERALE

A.L. a cuore aperto

Le mie aspettative quando ho intrapreso il percorso di Assertività Laterale erano molte.

Pur non sapendo con precisione di cosa si trattasse, ero abbastanza certa che sarebbe stato un percorso rigenerante o quantomeno costruttivo.

Ho appena attraversato un periodo che sebbene mi abbia sfinito fisicamente, mi ha permesso di cogliere il lato estremamente ed infinitamente bello della Vita.

Sono rimasta sconcertata nel constatare con i miei stessi occhi, con le mani e con tutti i miei sensi quanta Vitalità e quanto Amore sia presente anche nel più piccolo ed "insignificante" frammento di mondo.

Madre Natura ha costruito un universo meraviglioso.....non dobbiamo far altro che stropicciarci un attimo gli occhi ed aprire il nostro cuore.....il resto verrà da sé.

A.L. Mi ha aiutata a far questo.

Mi ritengo estremamente fortunata, non solo per le immense possibilità che la Vita ancora potrà donarmi, anche perché sono contornata da persone che mi vogliono infinitamente bene.

Una persona in particolare mi sta dando e mi ha dato l'opportunità di ampliare la mia consapevolezza, non ha mai smesso di credere in me e mi è sempre stata accanto, soprattutto in quei momenti in cui la Vita ha deciso di mettermi alla prova....grazie di cuore Nico!!!

Grazie a te, ho imparato che non bisogna smettere di credere, che non bisogna mai rinunciare ai propri sogni, che per quanti "paletti" la Vita porrà lungo il nostro cammino, dentro di noi c'è tutto quel che serve per abatterli.

Ho imparato che la barca che ci accompagna lungo il nostro mare di obiettivi non è altro che una barca e, se si rompe, si potrà sempre aggiustare in un modo o nell'altro.

Ho imparato che quella barca affonderà solo se siamo noi a volerlo veramente, e questa è la vera Meraviglia!!

Ho imparato che Madre Natura ha costruito così bene la nostra barca al punto da farla galleggiare anche in oceani con correnti estremamente avverse.

Ho imparato, infine, che siamo noi a decidere, siamo noi gli unici capitani responsabili del nostro vascello e che, per quanto le correnti possano essere forti, è sempre il capitano a scegliere in quale direzione girare il timone.

Dopo A.L. ho iniziato a girare il timone nella mia direzione....è stupendo questo viaggio che la Vita ci permette di affrontare....auguro di cuore a tutti buon viaggio!!!

Laura - Vicenza

Ciao Carlo, sono Susanna Martini.

Il corso a.l. è stato per me un'esperienza meravigliosa che mi ha lasciato una libertà e pulizia interiore che mai ho provato finora.

Nel silenzio ho conosciuto la magia e l'amore verso se stessi e che è facile voler bene alle persone con cui ho condiviso questa esperienza.

Quando eravamo nel parco a camminare bendati e ad un certo punto tutte le squadre si sono unite fino a formare un unico gruppo guidato da Te, ho avuto una forte sensazione che quella lunga fila di persone fosse un bruco grandissimo dal quale poi sarebbe nata una farfalla bellissima che volava in cielo, e quindi eravamo tutti una cosa sola.

Grazie di cuore, anche a Patrizia Stefano Susanna e Alessia....

Siete delle persone incredibilmente speciali.

Susanna Martini - Marghera (VE)

Questa è una lettera di una ragazza di 24 anni che vuole dire GRAZIE.

Grazie per avermi fatto conoscere il senso della vita.

Grazie perché con dinamica sono diventata una persona più consapevole.

Grazie per avermi dato la bicicletta.



Grazie per aver fatto volare la farfalla che dormiva dentro la mia anfora.

Grazie perché ho capito cosa significa amare.

Grazie perché donare un sorriso rende felice il cuore.

Grazie perché HO FATTO PACE CON LE MIE RADICI!

Grazie perché anche se non so suonare ho tutti gli "STRUMENTI" per farlo.

Grazie perché mamma è più serena.

Grazie perché anch'io riesco a rendere felici gli altri.

Grazie perché Federico ha bisogno di me e io ho messo da parte il mio egoismo per essergli accanto a 1000 km di distanza.

Grazie perché anche se in fondo lo sono ancora, ho scoperto di avere una bambina dentro di me.

Grazie perché finalmente mi piace la pioggia.

Grazie perché adesso amo il mio lavoro.

Grazie perché CANTO CON PIU' ENTUSIASMO.

Grazie perché danzo.

Grazie perché non urlo più ai semafori.

Grazie perché mi sveglio più ENERGETICAMENTE.

Grazie perché mangio, corro, cammino, cucino, stiro, gioco ... con passione.

E infine grazie perché POSSO DIRE ANCH'IO DI ESSERE DIVENTATA "RAGAZZA DAI CAPELLI VERDI"!!!

Con affetto,

Genny - Schio (Vi)

UN'ALTRA PROVA CHE LE TECNICHE FUNZIONANO

Sono andata al corso di AL senza nessuna pretesa in particolare, ma con un grande sogno: AVERE UN BAMBINO/A.

Dato che le probabilità di avere un figlio naturalmente a detta dei medici erano molto basse, avevo iniziato da circa un mese a lavorare a questo progetto con tutte le tecniche di dinamica che mi passavano per la testa.

Durante il corso, il mio obiettivo era ben chiaro nella mente e sapevo che era quello su cui avrei dovuto continuare a lavorare, fintantoché non l'avessi raggiunto. E così è stato!!!

Al corso siamo andati in due (c'era anche mio marito Paolo) e SIAMO TORNATI A CASA IN TRE!!! Ebbene sì, è stato concepito durante AL, nella notte tra il sabato e la domenica, dopo una serata ricca di emozioni.

Dopo questa esperienza si può solo dire che se sappiamo quello che desideriamo e lo desideriamo abbastanza, lo raggiungeremo.

Un grazie di cuore a Patrizia, Carlo, Stefano, Alessia e Susanna e a tutti i partecipanti del corso (allievi nuovi e rifrequentanti).

Claudia - Trieste

Tutto è cominciato una sera, ho sentito parlare alcune amiche che si stavano preparando a partire per Vicenza a rifrequentare il corso di AL! Ho pensato ma poi non mi sono posta alcuna domanda tanto meno una risposta. Mi ricordo che ho detto: "Vengo anch'io..." era la prima volta che andavo via da casa da sola, ma in quel momento non ci ho pensato, in seguito ho capito il perché.

Chiamatela come volete: curiosità, voglia di conoscenza, istinto. Avevo IO bisogno di un posticino tutto mio e di fare l'esperienza unica ed indimenticabile vissuta ogni attimo intensamente con momenti di completo abbandono in un'atmosfera magica e surreale a contatto con la natura, con la vita, con l'essere io.

Ho incontrato persone straordinariamente belle e le ricordo tutte e ognuno di loro mi ha lasciato un pezzetto di vita vissuta. Mi rendo conto che a ogni giorno che passa la **polverina magica** del corso fa il suo effetto, io ci credo e non è finita qui, per fortuna sono all'inizio del mio percorso.

Al prossimo AL ci sarò per ritrovare la magica cosmo atmosfera.

Un grazie particolare ed universale ai ragazzi e alle ragazze dai capelli verdi che mi hanno guidato con gioia, pace e profonda soddisfazione e soprattutto sempre e sempre con tanto AMORE.

Bruna - Trieste

TAM TAM TAM

TAM TAM

Silenzio, ritmo, corsa

TAM TAM

prendi consapevolezza dei tuoi

limiti e provi a superarli

TAM TAM

ascolto

TAM TAM

meno velocità, più sensibilità,

più attenzione

TAM TAM

più cuore

TAM TAM

e via verso la meta.

TAM TAM,

se riesci a sentirlo una volta

rimane con te per sempre

TAM TAM

essenza

TAM TAM

magia

TAM TAM

felicità

TAM TAM

utopia

TAM TAM

grazie a CARLO PATRIZIA STE-

FANO ALESSIA E SUSANNA

TAM TAM

belli seri e giusti

Maurizio Angelini - Marghera (VE)

Riceviamo e pubblichiamo

Come va?

A distanza di una settimana dal corso di dinamica della mente va tutto bene. Finalmente con soddisfazione posso dire che ho trovato la mia strada per la felicità.

E' bello avere uno strumento operativo per cambiare rotta e non essere più in balia di venti che disorientano.

Ora mi sento con più sicurezza al timone della mia nave. Ho avuto dei buoni istruttori, ora avrò fiducia nelle mie capacità.

È bastato ritrovare ieri sera, l'istruttore Enrico con il gruppo dei miei compagni di viaggio per superare oggi quelle titubanze che avevo manifestato nelle mie capacità di sapere utilizzare bene il metodo. Sono state soltanto resistenze che sento di aver già superato.

Ora mi affido fiduciosa al bene che è dentro di me per vincere con questa forza ogni sfida che la vita, inevitabilmente mi vorrà proporre.

Sto già lavorando per abbellire la mia autoimmagine, imprimerò gioia forza e vitalità insieme ad un progetto di vita meraviglioso dove c'è spazio solo per la gioia di una vita vissuta a piene mani.

Ho un laboratorio e due fantastici assistenti, ogni giorno scenderò ai miei livelli più profondi e più intimi del mio vero essere e qui, riceverò tutta la forza necessaria per realizzare al meglio il mio progetto esistenziale.

È stato bello sapere che non siamo soli ma ci sono squadre di angeli pronti a sorreggerci e ad incoraggiarci, sono i nostri meravigliosi istruttori.

Queste meravigliose risorse sono all'istituto I.S.I. a Vicenza, a due passi da casa mia.

Grazie alla vita che mi ha fatto questo dono.

Maria Assunta - Vicenza

Carissimi Patrizia, Carlo, Elia, Elisabetta, Mara.

Vi ringrazio per la bella esperienza che ho fatto. Io spero tanto che questa tecnica che mi avete insegnato servirà a guarirmi dalla depressione, ne sono convinta già adesso, anche perché ho trovato una bella compagnia di persone simpatiche e che si vogliono bene.

E' proprio vero che quando una persona soffre diventa più sensibile verso i problemi degli altri. Così mia sorella Maria ha pensato a me e al mio benessere. Anch'io potrò consigliare le persone che sono in difficoltà.

Quanto al sig. Ma.Bo. ha una bella voce e un'ottima testa se si è inventato tutto questo.

Grazie a tutti e arrivederci a presto.

Graziella - Vicenza

Lisa, una ragazza meravigliosa. ISI, un'associazione miracolosa.

Quando Lisa ha cominciato a frequentare l'ISI era uscita da un periodo difficile fra scuola e sport, dove tutto sembrava non andare bene.

Così ha cominciato a frequentare l'ISI. Il cambiamento, sicuramente positivo, l'ha portata ad essere più sicura di sé (forse fin troppo!) al punto da mettermi a disagio e sicuramente in discussione. Si è rivelata una ragazza piena di pregi, tenuti nascosti, o non capiti da me come madre. Un ciclone di iniziative e proposte. La scuola è migliorata a vista d'occhio, con nessuna difficoltà, tranne qualche momento - quando dà sempre tutto per scontato. E' riuscita anche a capire che la scuola scelta non è per lei, ed ha insistito a volersi iscrivere a quella giusta per lei.

Ogni giorno una novità, una proposta, una caduta per poi rialzarsi vittoriosa.

Non nego che per me è stato difficile darle continuamente appoggio, soprattutto nelle cose che, come madre, erano contro le mie vedute.

Alla fine del corso è riuscita pure ad organizzare un'uscita a Trieste con i ragazzi del gruppo, che è riuscita brillantemente.

Il corso di Cerealto è stato per lei un'esperienza unica, dove l'ho vista tornare serena e rilassata al contrario del suo carattere.

Comunque termino raccontando che Lisa è motivata, se pur testarda. Ho capito che solo provando si comprendono gli errori e anche se penso sempre di volerla proteggere, so che deve fare la sua strada.

Caro ISI ringrazio di avermi conosciuto.

Antonella, mamma di Lisa

COM'È CAMBIATA GIULIA DOPO CEREALTO

Quest'anno Giulia 17 anni, mia figlia, ha partecipato al corso di DMC per adolescenti e al prosieguo di Cerealto.

"Una botta di emozioni" ecco la sua prima espressione al rientro a casa.

Ho pensato che è meraviglioso vedere che si riesce ad inseguire, sentire, far esplodere le proprie emozioni, è fortemente salutare sotto tutti i punti di vista.



Corso D.M. & C. adulti - Vicenza, luglio 2009

Il rapido cambiamento fisico, intellettuale ed emozionale che sta attraversando mia figlia è "naturale" così, quando la riprendo dicendole di tenere in ordine camera sua mi rispondeva di lasciare perdere e, anche per altre motivazioni, la frase che più mi colpiva era: "Sei come la nonna."

Incredibilmente ora, mentre dispevo che la cosa potesse cambiare, si rifà il letto ogni mattina prima di partire alle 6.30 per la scuola e la camera è in ordine.

Stupefatta, incredula e sorpresa... il fatto mi ha fatto riflettere.

Anche io ho frequentato il corso DMC così mi par di aver percepito che vivere quei giorni a Cerealto è stato per Giulia come aver intrapreso un suggestivo, avventuroso e coinvolgente viaggio vissuto con entusiasmo e con la curiosità di scoprire dove questo percorso l'avrebbe portata.

Mi sembra di sentire e intuire che ha viaggiato nel mondo delle emozioni come un aquilone volteggiava nei venti, nelle correnti e nei turbini improvvisi, inaspettati e spudorati e non da sola ma assieme ad un gruppo eccezionale di altri ragazzi a partecipare ad esperienze comuni e a confrontarsi con realtà diverse fino ad arrivare a condividere un piano liberatorio e vibrante di commozioni.

Evidentemente Giulia a Cerealto non ha solo fatto un viaggio fisico ma anche uno più suggestivo nella parte soggettiva della mente, delle emozioni e dello spirito.

L'adolescenza, lo so, non è una malattia ma assistere ai cambiamenti fisici, psichici, intellettuali e sociali non è semplice perché nel viaggio della vita in questo periodo ci sono le "burrasche" più difficili da affrontare.

Non solo Cerealto ma ogni tappa fatta di incontri, riunioni, cineforum (ha proposto a me e a suo papà di rive-

dere insieme il toccante film "Non è mi troppo tardi") la sta così coinvolgendo da farla diventare sempre più grande, forte e felice.

Questo viaggio, che continua, è per lei un'esperienza unica di crescita che fa arricchire il suo bagaglio di esperienze di vita e la fa ripartire ogni giorno per nuovi itinerari da scoprire.

Quando ci siamo ritrovati come genitori con Elia per condividere l'esperienza di Cerealto con chi l'ha vissuta "da dentro" come animatore, mi sono resa conto che è stata un'occasione significativa di crescita non solo per mia figlia ma indirettamente anche per me e mio marito.

A mio parere Giulia ha avuto l'opportunità di imparare e fare tesoro di esperienze uniche e meravigliose con la consapevolezza di trarne beneficio non solo in famiglia ma anche nella vita sociale in particolare a scuola e nello sport, l'atletica, che ama molto e che comincia regalarle anche qualche inaspettata ma desiderata medaglia.

Sono consapevole, sentiti i suoi racconti e quelli di Elia, che gli esercizi e le attività realizzate l'hanno portata a conoscersi meglio per poter divenire, cominciando da ora, "una ragazza migliore" capace di vincere le sue paure sapendo di poter contare su alcune tecniche e su dei genitori che stanno imparando ad ascoltarla e prima di tutto a risentire se stessi.

Ed è perciò che come mamma voglio esprimere la mia gratitudine per l'opportunità che Giulia ha avuto perché Cerealto, assieme a tutte le altre attività dell'ISI che si stanno ancora svolgendo e che spero continuino, sono la dimostrazione che l'Istituto mira alla "sana" crescita fisica, emotiva, relazionale e spirituale dei giovani affinché abbiano gli strumenti per divenire dei veri "abitanti adeguati".

Andreina - Montecchio Maggiore (VI)

famila
Con noi sei in famiglia.

LA SPESA
CONVENIENTE

Anno VI n. 19 Luglio - Dicembre 2009

CIBERNETICA SOCIALE

REPETITA IUVANT

... trovo ricorrente la domanda circa i motivi, gli scopi, le finalità, il perché della nostra Organizzazione.

Come ho già avuto modo di dire in altre occasioni così ridicolo; quando fra qualche tempo (questo dipende solo da voi) saremo un centinaio di migliaia a pensare incondizionatamente che vivere non è solo tragico, che volersi bene non è solo un'utopia, buon senso non è il nome di una malattia contagiosa, che la giustizia non è una cristallizzazione di formule arcaiche, che l' "ego" non è un altare su cui immolare le aspirazioni degli altri, allora se sarà il caso vi verrà chiesto se non pensiate che sia il momento di organizzare questi principi in una "possibilità" di professione alternativa all'egotismo corrente. Spero solo che questa proposta non tocchi a me di farvela. Essa esige infatti menti fresche, in contraddizione, non compromesse da troppi salti di generazione, non intaccate dal dubbio dell'irresponsabilità delle azioni conseguenti la Causa Generante, semplici, alla sorgente, sane e giuste.

Una cosa è infatti scoprire una sorgente pulita, un'altra avere la forza di proteggere l'acqua che ne sgorga, lungo tutto percorso, fino al mare. Per il momento quindi riaccettate la mia professione di artigiano locale: abbiamo un buon prodotto (per chi non lo avesse ancora capito sto parlando del mio Metodo di Dinamica Mentale applicato allo Sviluppo Personale), lo proponiamo, è ben accetto, viene consumato e non sparisce con se stesso ma si ripropone rinascendo in altri.

Volete qualche altra considerazione?

Vi posso accontentare: il Metodo funziona nonostante noi, non ha altra controindicazione che il misonismo, combatte l'ignoranza, la presunzione, il perbenismo, lascia tracce anche nei cuori di granito, va bene per tutte le età; senza averne i difetti, ha i pregi della Coca-Cola, della Wodka, della Birra, del vino e dell'acqua minerale (l'acqua naturale non è un prodotto sottoposto alla nostra gestione, dipende da un'altra Direzione); non è una Religione, una Ideologia, un Sistema, una Filosofia. E' quello che ognuno vuole che sia, a sua assoluta discrezione. Ha forse un inconveniente: come presa di coscienza di quella parte di noi che nonostante tutto, continua a gridarci dentro che non vuole morire, può dare qualche momentaneo fastidio o fare un pò paura. Ma amici cari, la vita non l'abbiamo inventata noi: c'è!

A noi è dato nei limiti delle nostre possibilità di gestirla o di spartirle addosso.

Mente Amica - 2006

In nome della «par condicio»

*Una volta le bestie parlavano (nelle favole),
oggi scrivono (dove capita)*

M'è aumentata la voglia di scrivere; peccato che alla quantità della voglia non corrisponda una equivalente qualità dello stile e, soprattutto, dei contenuti.

In compenso, in questi quattro ultimi anni, è cresciuta la comprensione (o la compassione, vedete voi) nei miei confronti dei soliti dodici lettori e questo, alla fin fine, fa tornare i conti di «comunicazione» fra lo scrivente e il lettore.

L'argomento di questa settimana (come sempre, mascherato da un titolo che non c'entra niente) affronta il dibattito problema: se chi scrive lo faccia per se stesso, se lo faccia per comunicare alcunché a chicchessia e/o per insegnare e/o per condividere pensieri ed emozioni o, soltanto, per provocare confronti di idee e di opinioni.

Non credo esista una risposta univoca al quesito. Secondo me, molteplici e diversi sono i motivi per cui «uno» scrive e altrettanti quelli per cui «uno» legge.

Quello che è comunque sicuramente interessante, sia per lo scrivente che per il lettore, è quel sottile filo di emozione mentale che sottintende a qualsiasi comunicazione, sia essa verbale, visiva o letteraria.

Se uno ci pensa bene, inoltre, nella comunicazione scritta c'è un intrigante mistero che va bene al di là del fatto contingente di mettere nero su bianco, notizie, dati, emozioni, parole, assonanze e sentimenti; sembra quasi che l'esigenza di «scrivere» e di «leggere», serva alla Natura per dare un senso alle dinamiche stesse della vita.

- Ma quando ancora non c'era la scrittura, l'uomo sopravviveva lo stesso! -

E' vero e... disegnava. E cos'è la scrittura se non un disegno «specializzato» e finalizzato a un progetto «piacevole e efficace»? Un esempio di questa piacevolezza (si fa per dire) è questo pezzetto di scrittura; io, l'ho scritto, abbastanza agevolmente e con un certo piacere; qualcuno (spero) lo sta leggendo (e continuerà a farlo fintantoché non si renderà conto che sta buttando del tempo) e l'efficacia del pezzo sarà direttamente proporzionale agli stimoli emozionali e mentali che sarà riuscito a determinare nel lettore stesso.

- Bravo, sette più; e adesso che ti ho letto, cos'è cambiato? -

Dato che leggere non significa necessariamente capire, l'unica risposta che ti posso dare, caro Valentino, a questo punto è: anche se questo quarto d'ora passato a incazzarti con me, ha di certo favorito tutti quegli altri che avrebbero altrimenti dovuto sopportarti e questo cambia già qualcosa, nient'altro deve cambiare... se tu non lo ritieni necessario!

Altrimenti non è più comunicazione... è suggestione. O no?.

Il Giornale di Bergamo Oggi - 1995

Rischi e responsabilità

A volte, volare basso può aiutarci a sopravvivere

E' accettabile voler correre dei rischi, purché, dopo, si sia i soli a pagarne le conseguenze.

Se i rischi comportano prezzi per altri, forse è meglio lasciar perdere.

Certo è un modo di pensare che potrebbe far immaginare che «dietro» ci sia una mente dignitosamente priva di coraggio; potrebbe, ma non è così.

«Dietro» c'è solo un maturato rispetto per la dignità e la libertà degli altri; soprattutto di quelli non autosufficienti.

E ancora, «dietro» c'è la convinzione raggiunta, che ogni persona adeguata sa o dovrebbe sapere che se getta un sasso in un lago, l'effetto del suo sasso gettato, arriverà fino all'altra sponda. Poco importa se pochi o nessuno se ne accorgerà; lui, lo sa e ne deve essere consapevole.

C'è un'altra cosa che l'uomo adeguato deve sapere, ed è che se accende una torcia abbastanza forte verso il cielo, la «sua» luce continuerà a correre nello spazio anche dopo che «lui» avrà spento la propria torcia; e può anche essere che, un giorno, qualcuno a spasso per l'Universo la potrà incontrare e «crescere» nel tentativo di capire cos'è e da dove è venuta e quando è partita...

Io credo che sia il primo che il secondo esempio, siano abbastanza esagerati e improbabili per contenere anche solo un qualche grammo di possibilità.

Nei fatti, però, penso siano «veri» al cento per cento e che sia solo una questione di «strumenti», per verificarli.

Ma, dove dovrebbero portarci tutti questi ragionamenti abbastanza approssimativi? Da nessuna parte che non sia il prendere coscienza che ognuno di noi è responsabile di ogni pensiero, azione od omissione, che coinvolga volontariamente altri e che l'unica vera libertà che ci arricchisce è la presa di coscienza di essere parte responsabile e paradossale dell'Universo intero. E così tornati sulla Terra, ci resta almeno la certezza che stiamo viaggiando su una astronave quasi rotonda. O no?!

Il Giornale di Bergamo Oggi - 1995

PRIMA SCELTA: (PER GLI ASPIRANTI ISTRUTTORI)

La meraviglia figlia dell'ignoranza nutre nel suo seno creature folli di paura; la meraviglia figlia della conoscenza, uomini, ogni giorno, grati di essere al mondo.

Quando la consapevole meraviglia dell'Armonia della Natura diventa norma di vita, maturano uomini sereni.

E nasce, l'amore.

E con l'amore il costante riproporsi, momento per momento, della vita come atto di fede.

L'umile professione di questo principio genera quel coraggio che vince ogni paura.

È tanto semplice da sembrare facile.

Non lo è.

Esige autodisciplina, pazienza, concentrazione, supremo interesse, sincerità, rispetto e prevede l'accettazione del concetto di differenza possibile fra giustizia e amore.

Tutte cose che non possono essere comprate, rubate o barattate o iniziate da soli (normalmente). Esigono la presenza di una guida.

Di una persona che avendo superato il proprio narcisismo abbia conseguito quell'obiettività che gli permette di vedere «così come vuole che sia» al di sopra del proprio ancora possibile desiderio e timore.

Accennavo più sopra al concetto di differenza fra giustizia e amore.

Se teniamo come base l'egotismo etico, otterremo l'applicazione della legge del «ti do quanto tu mi dai».

Se applichiamo il concetto del superamento dell'ego e di tutte le concezioni utilitaristiche, saremo solo o dei pazzi o dei martiri in una società come la nostra che controbilancia il misticismo con il nichilismo morale.

Perché non poniamo il concetto di giustizia al servizio di una comunità potenzialmente tendente al superamento dell'inconscio timore di amare in egual misura se stessi e gli altri?

Otterremo un'etica dell'amore in armonia con la giustizia armonica che regola le leggi della natura.

Diversamente o si cade nell'invenzione di un Creatore che serve solo a rendere l'uomo più importante o nella costantemente rimossa paura di un Diavolo in alternativa, in ultima analisi, non tanto deprecata.

Io sono sicuro che, come ogni bambino normale può imparare a camminare, così ogni uomo normale può imparare a professare umilmente il suo atto di amore per la vita; purché lo desideri veramente e essendoselo posto come meta sia disposto a pagarne il prezzo.

Tutto il resto seguirà come logica conseguenza di questa fondamentale libera scelta.

Nonostante tutto e nonostante noi.

Mente Amica - 1977

Marcello Bonazzola

Se vuoi scrivere a Ma.Bo. :

Casella postale 82
24044 Dalmine (Bg)
oppure crsidea@tin.it
Ma. Bo. non risponde
personalmente
alle lettere, ma tiene in
considerazione qualsiasi
cosa gli venga scritta.

