

LE RAGIONI DEL CUORE

Da qualche tempo a questa parte sono più fuso del solito; mi guardo attorno e mi pare di vedere una realtà virtuale; poi cerco di approfondire e mi pare di vedere tante libere scelte che hanno condotto ad altrettanti fatti e comportamenti.

La libertà è un bene prezioso da salvaguardare e da difendere a tutti i costi; che poi le libere scelte che si fanno siano anche adeguate, ce ne passa un bel po'.

Certo, ipotizzare che il filo conduttore della vita quotidiana possano essere le ragioni del cuore, e non le qualità della ragione, può apparire un'ipotesi di lavoro "lunare" e del tutto minoritaria.

D'altra parte, un ultimo della fila qualsiasi può anche permettersi di coltivare ipotesi di lavoro che forse possono sembrare strane, ma che alla riprova dei fatti gli hanno permesso di restare a galla e di andare ancora avanti, anche se a solo un passo per volta.

Credo che la paura e la mancanza di sentimento siano una conseguenza di una frequentazione troppo estesa del mondo della ragione e del mondo creato dalla ragione stessa: una realtà virtuale, appunto, dove sembra che ci sia tutto e dove invece manca ... tutto quello che può aiutare a dare un senso alla vita.

- Ma lascia perdere, e divertiti finché puoi!

E' proprio quello che vorrei fare (divertirmi, non lasciar perdere), ma come posso divertirmi se mi trovo circondato dal grigiore più grigio, da parole sotto vuoto spinto, da pensieri lanciati a caso e da azioni messe in pratica per inerzia? Forse una soluzione c'è ed è quella di staccare la spina per un po', in attesa di tempi migliori ed in attesa che tanti altri ultimi della fila, perso per perso, trovino un po' di divertimento nel vivere ascoltando e seguendo le ragioni del loro cuore. E poi, succeda quello che deve succedere, almeno loro, il loro

dovere lo avranno assolto.

- E quali sarebbero le ragioni del cuore?

Sempre le stesse, e te ne ripeto alcune, per come mi sono state insegnate: 1- se tu stai bene, io sto bene; 2- tu sei la persona più importante al mondo per te stesso, purché accetti che l'altro è la persona più importante al mondo per sé stesso; 3- abbiamo due orecchie e una bocca e vanno usate in proporzione; 4- la bacchetta magica non esiste e il successo è una progressiva realizzazione di un valido (per me stesso) ideale; 5- abitante adeguato si diventa, non si nasce; 6- quando aiuto gli altri, aiuto soprattutto me stesso; 7- quando fai una cosa, qualsiasi cosa, invece di dire "e se va male?" perché non dici "e se va bene?"; 9- l'entusiasmo ti mette in comunicazione con il tuo Dio; 10- non si può conservare l'entusiasmo se si spiega tutto quello che si fa; 11- non si fa il bene dell'altro se si fa un regalo e si svela cosa c'è dentro al pacchetto (o all'uovo di Pasqua); 12- un "segreto" per essere motivati e crescere è fare bene le cose che non piacciono; 13- il vero professionista di successo non dimentica mai le cose semplici e basilari sulle quali poggia il successo; 14- ogni gioco ha le sue regole; senza regole non si gioca; 15- per almeno due volte, porgi l'altra guancia; 16- non prenderti troppo seriamente, la vita non è una tragedia, è una commedia; 17- non dare mai niente per scontato è l'unico modo per non dover dire: "io credevo che ..."; 18- ciò che conta è la coscienza di ciascuno e i fatti da ciascuno determinati. Tutto il resto sono chiacchiere; 19- non è quello che fai, che conta; conta quello che sei.

Certo ce ne sono molte altre, di ragioni del cuore, ma perché non ci divertiamo a cercarcele da soli e a parlarne dopo che le avremo messe in pratica?

Carlo Spillare



SAPERE ED ESSERE : CRESCITA PARALLELA

Quello che da più di 37 anni percorro, chiamato "Cammino di Sviluppo Personale", richiede a questo punto una riflessione:

"lo sviluppo dell'uomo si effettua secondo due linee, quella del sapere e quella dell'essere."

Affinché tale sviluppo avvenga è necessario che le due linee procedano in parallelo e che si sostengano vicendevolmente.

Solitamente afferriamo e intendiamo ciò che è il sapere e sosteniamo che possa essere più o meno vasto e di qualità più o meno buona.

Mentre per quanto riguarda l'essere, il più delle volte, ci limitiamo al concetto di esistenza che contrapponiamo alla non esistenza. Non comprendiamo che l'essere può comportare diverse categorie e situarsi a diversi livelli e soprattutto non comprendiamo che "il sapere dipende dall'essere".

Diamo un valore massimo al sapere senza accordare lo stesso valore all'essere e questo comporta la nascita di un sapere teorico, astratto non applicabile alla vita e talvolta anche nocivo.

Per una vera nascita del sapere si dovrebbe esercitare parallelamente l'essere e si comprende a questo punto che il livello del sapere è determinato dal livello dell'essere e quindi ad ogni livello

dell'essere corrispondono determinate possibilità di sapere ben definite.

In pratica posso sapere tutte le teorie sui vari stili di nuoto, ma se non passo attraverso l'esperienza di essere un nuotatore... affogherò!

Partendo da tale riflessione è dall'inizio del 2012 che continuo a "giocare" con la possibilità di scegliere.....e mi esercito nell'essere:

Scelgo di non reagire all'attuale provocazione lanciata ovunque da quanti pensano di poter decidere al posto mio, spargendo panico e perdita di speranza.

Scelgo di continuare a vedere anche "l'altro lato della medaglia", forse quello meno appariscente, più sottile e delicato, ma non per questo meno forte.

Scelgo di vivere armata della forza della leggerezza e della perseveranza.

Scelgo di continuare a credere nell'Uomo/Donna scoprendo in ogni essere umano le sue potenzialità.

Scelgo di percorrere le strade che hanno un cuore.

Scelgo di non lasciarmi travolgere dalle numerose onde che sopraggiungono, cavalcandole e lasciandomi trasportare senza resistenza.

Scelgo di scorgere nuovi cieli e nuove terre!.....

Patrizia Serblin

Insofferenza & Litigiosità

I ritmi della vita diventano sempre più frenetici;

Il tempo a disposizione per rilassarsi e riposarsi è sempre meno;

Essere adeguati al proprio tempo e al proprio ambiente è ogni giorno più pesante e gravoso.

In questo contesto socio-culturale-esistenziale, una delle manifestazioni di maggior uso e consumo relazionale è l'insofferenza;

Ogni cosa che non ci motivi, immediatamente e "a pelle", o che non ci interessi "a vista", o che non ci solletichi i lobi frontali, ci fa reagire, il più delle volte, anche inurbanamente.

Ogni persona che ci si accosti con modi non rispondenti alle nostre situazioni emotive o mentali del momento, ci induce acriticamente ed emozionalmente a comportamenti reattivi scostanti e aggressivi.

Di qui, sempre più difficilmente capita di partecipare a discorsi fra "amici" o conoscenti, senza che si determinino situazioni di conflittualità e di litigiosità acute;

La insofferenza e la quasi presso-

ché inevitabile conseguenza, la litigiosità, in se stesse, non sarebbero dei peccati di comportamento, mortali; purtroppo, spesso, pressoché mortali sono "i peccati" che ne conseguono;

Ad esempio, la rottura di amicizie, le antipatie croniche, gli odi e le malevolenze che sollecitano e determinano; in altre parole l'azione di disgregazione dei rapporti interpersonali e sociali che determinano, ancor più del pettegolezzo e delle maldicenze, dell'invidia e della presunzione, dell'ignoranza e dell'ottusità;

Spero sia chiaro a tutti che queste note di costume, in punta di penna, non vogliono in alcun modo affrontare i problemi in chiave scientifica o prospettarne soluzioni in chiave psicologica, sociologica o "etologica" (Riconferma: "etologica");

Sono solo dei mini flash di osservazioni prive di pregiudizi e di tesi e come tali si presentano alla vostra disponibilità e alla vostra benevolenza,... in alternativa alla insofferenza e alla litigiosità.

Marcello Bonazzola - 1989



Vicenza - Presentazione del libro - 23 aprile 2013



L'abitante adeguato per il Villaggio globale: un progetto di formazione umana

SIAMO PRONTI A POPOLARE ADEGUATAMENTE IL COSIDDETTO VILLAGGIO GLOBALE? CARLO SPILLARE, AVVOCATO, PSICOLOGO E DOCENTE DEL METODO DI DINAMICA DELLA MENTE E DEL COMPORTAMENTO, PRESENTA LE SUE INIZIATIVE IN TEMA



I.D.E.A. S.r.l.
Istituto di Dinamiche Educative Alternative
Via Bergamo, 25
Cumo (BG)
i.d.e.a.srl@virgilio.it
www.villaggioglobale.com

Dal 1987, **Marcello Bonazzolo**, diffusore del metodo di Dinamica della Mente e del Comportamento, ipotizza che il famoso **Villaggio globale**, per essere vivibile, ha la necessità assoluta di abitanti adeguati. Da più di 25 anni **Carlo Spillare**, avvocato, psicologo e scrittore, opera nel campo della formazione umana sviluppando le proposte formative di Marcello Bonazzolo.

In cosa consiste il suo progetto di formazione umana?

Appare indispensabile esprimere alcune particolari qualità che sono tipiche dell'uomo, come essere vigili, rilassati e determinati, comunicare correttamente ed essere motivati.

Tali qualità, affiancate alla preparazione tecnica e all'evoluzione tecnologica, possono permettere di essere professionalmente adeguati e di vivere una vita privata soddisfacente.

A chi vi rivolgete?

Da oltre 30 anni teniamo corsi individuali e di gruppo presso aziende, banche, squadre sportive o scuole. Da qualche anno seguiamo anche la formazione accreditata per gli avvocati.

Perché frequentare una delle vostre iniziative?

La libera scelta è l'idea che fa da sfondo a tutto il progetto. Chi decide di frequentare uno dei nostri

corsi non è esposto a nessun rischio. Per tutta la durata di ogni iniziativa, infatti, c'è la possibilità di sospendere la frequenza e di richiedere la restituzione dell'intero quota versata a fronte della partecipazione. Ma vi possiamo assicurare che, una volta venuti a contatto con il progetto, praticamente tutti decidono di andare fino in fondo.

Cos'è esattamente I.D.E.A?

È l'Istituto di Dinamiche Educative Alternative che fa capo a questo progetto. Ed è l'unica Scuola privata autorizzata alla distribuzione su tutto il territorio Nazionale delle Tecniche di Dinamica della Mente, ricordo il metodo del dott. Marcello Bonazzolo.



Istituto di Dinamiche Educative Alternative

PROGETTO FORMATIVO PER AVVOCATI

Nella professione di avvocato le decisioni che si debbono prendere, la litigiosità del contenzioso, la delicatezza di certe posizioni, la perentorietà delle scadenze, il carico di lavoro (o la sua scarsità), le responsabilità relative agli incarichi assunti, l'esito dei giudizi determinano spesso uno stato di **tensione psicofisica** al quale diventa difficile a volte porre rimedio. Inoltre, a volte si fa fatica a **comunicare** adeguatamente e a mantenere il corretto livello di **motivazione** di fronte alle difficoltà e all'andamento della professione.

È pertanto indubbio che la "prestazione" dell'avvocato può essere influenzata, se non anche determinata, dalla capacità di fare fronte e di rispondere in termini positivi e costruttivi a quelle sollecitazioni cui si è sottoposti quotidianamente.

Iniziative del progetto accreditate (7 crediti ciascuna):

Avvocatura & Stress: 19 aprile 2013 (15-18.30) e 20 aprile 2013 (9.30-13)

Avvocatura & Comunicazione: 24 maggio 2013 (15-18.30) e 25 maggio 2013 (9.30-13)

Avvocatura & Leadership: 21 giugno (15-18.30) e 22 giugno 2013 (9.30-13)

Docenti del Corso: avv. **Carlo Spillare** (Avvocatura & Stress e Avvocatura & Leadership)
dott.ssa **Patrizia Serblin - Psicologa** (Avvocatura & Stress)
avv. **Leonardo Maran** (Avvocatura & Comunicazione)

* * *

Ho cominciato a fare il "ciclo arcobaleno"....e sono felice di avere intrapreso questo cammino.

Sono molto felice del nostro incontro e sono certa che ne farò tesoro, dopo molto tempo sento di aver trovato qualcuno che ha capito quello di cui ho bisogno, non lo avevo capito bene nemmeno io, e soprattutto ho capito che un modo per stare come vorrei c'è, è vero dipende solo da me.... di questo ne ero consapevole anche prima, però prima non sapevo proprio da dove iniziare, credevo no sarei mai riuscita a vincere la mia razionalità.

Buona serata, a presto.

Francesca Besana

* * *

Caro Carlo

riscontro il tuo cortese messaggio e Ti confermo che Ti ho apprezzato nella nuova veste, nella quale Ti sei calato: la stima che avevo da ragazzino tifoso per Carlo giocatore si rinnova.

Nelle giornate dell'incontro sei stato, coinvolgente disponibile, gentile e chiaro.

Sicuramente applicherò le tecniche indicate - ho già iniziato - perché confido, con il tempo, che mi aiutino a trovare tranquillità ed incanalare l'energia che ho e che in alcuni momenti "faccio lavorare" contro di me, con i noti risultati.

Come hai detto "se gli altri ci riescono anch'io posso riuscirci". Ed allora avanti.

Grazie e cari saluti.

Federico Callegaro

* * *

Caro Carlo,

il corso di Comunicazione o meglio di Public Speaking, al quale ho partecipato venerdì e sabato, ha rappresentato un importante momento di riflessione, sia con riferimento agli errori che ho commesso sinora e che sto tuttora commettendo, sia sui miglioramenti che la conoscenza dei metodi potrà comportare alla mia Comunicazione.

Come avvocato penalista sono quotidianamente alle prese con le problematiche comunicative e molto spesso l'importanza delle questioni da dibattere o degli argomenti da evidenziare, fa dimenticare le modalità più corrette per portare efficacemente all'esterno la propria tesi.

È un errore che fanno molte persone e che anch'io continuo a fare, non pensando alla differenza tra parlare e comunicare.

Il corso mi ha insegnato molto, veramente, e spero di poter attuare i preziosi e chiarissimi suggerimenti che mi sono stati offerti.

Mi sono ripromesso, a tale proposito, di andare a rileggere gli appunti e il materiale che ci è stato consegnato, prima di ogni "impegno comunicativo" proprio per cercare di ricordare quegli input formidabili.

Sarà un esercizio utilissimo.

Ti ringrazio di cuore per avermi dato questa opportunità.

Lucio Zarantonello

SCRIBALENANDO CI

LA PAGINA DI ELEIRES

I PREADOLESCENTI DI SCHIO DICONO...

Il corso mi ha permesso di conoscere meglio gli altri e soprattutto me stessa. Mi ha aiutato nelle amicizie e nell'amore. Mi ha dato una mano in famiglia nei momenti di litigio e a superare un momento molto difficile per me.

Dopo il corso il mio modo di vedere alcune cose è cambiato. E qualche volta arrossisco meno in certe situazioni. Ciò che uso di più è la tecnica dello studio. Credere in me stesso è ciò che ho imparato da questo corso. Ciò che più ho usato è stata l'unghietta del coraggio e il colore giallo che ogni mattina è sul mio banco pronto a ricordarmi di stare attento.

In questo gruppo mi sono divertito molto e mi dispiace non vedere più le persone, anzi gli amici che ho conosciuto e con cui ho lavorato. Spero che in futuro lo rifarò!

Gianluca

Con il corso ho imparato maggiormente ad amare me stessa come sono. Sono diventata più sicura e ora vivo meglio. Mi è piaciuto tanto bruciare i pensieri negativi e le paure: mi sono sentita libera, felice, in armonia con il mio corpo e la mia mente. Adesso mi dispiace che il corso sia finito ma io continuerò a mettere in atto le cose che ho imparato!

Sara

Dopo il corso sono più sicuro. Mi è piaciuto bruciare le paure e fare i rilassamenti. Ora mi sento di avere più persone amiche vicino rispetto a prima del corso. Sento di aver donato felicità e resistenza. Mi sento sempre più sicuro e con questo sempre più felice!

R. F.

Corso bambini marzo 2013 Cassago Brianza

Sono andata, sapete in quelle terre a nord di Milano dalla caratteristica collinare, tra rami di laghi, letti di fiumi e catene montuose "che volgono a mezzogiorno", dove il tempo sembra si sia fermato; proprio qui sopra una dolce altura mi ha aperto le braccia un accogliente e felice paesino chiamato Cassago Brianza. Così affiancata da tre insuperabili assistenti e circondata da nove bambini ho iniziato il mio primo corso in terra sconosciuta. Sono andata con il ricordo al primo giorno del nostro incontro e mi sono apparsi i visi incerti ma curiosi, disorientati ma fiduciosi, impauriti ma attenti di Davide Giorgio Jacopo Leonardo



Marta, nel momento che hanno varcato la soglia della stanza che li avrebbe ospitati il tempo necessario per compiere quel "viaggio misterioso". Oggi al termine di un cammino fatto di prove, disegni racconti i loro visi si erano trasformati e una nuova luce nei loro dolci occhi risplendeva, prova del loro insito coraggio, della loro instancabile tenacia, della loro capacità di accogliere i cambiamenti, e della loro grande gioia di sperimentare.

Ringrazio tutte voi splendide creature perché oggi la vostra luce ha illuminato il mio cuore, siete meravigliosi forti e coraggiosi, vi voglio bene.

Donatella

CORSO ANTISTRESS E DI PROMOZIONE DEL BENESSERE PER OPERATORI SOCIALI CALVENE 10-11 maggio e 7 giugno 2013

Mi chiamo Laura B. e lavoro per Progetto Zattera Blu Onlus, una cooperativa sociale di Schio. Uno dei miei compiti è quello di proporre dei corsi di formazione per gli educatori della cooperativa, i quali sono impegnati quotidianamente con bambini/e e ragazzi/e, che stanno vivendo una situazione di disagio sociale, familiare, psicologico... Il lavoro dell'educatore si basa sulla relazione, sull'ascolto senza giudizio, sull'accompagnamento delle persone in un momento di difficoltà della loro vita. Per far questo è molto importante che ogni educatore riesca a stabilire un buon dialogo interiore con se stesso, sia in grado di prendersi cura di sé, senza giudizio, dedicando del tempo ad ascoltarsi. Cosa apparentemente non facile di questi tempi! Il corso antistress e di promozione del benessere ci ha insegnato che è possibile ed importante trovare il proprio tempo! E' importante poter "ripartire" dall'ascolto di se stessi (e non dalle aspettative altrui!), per connettersi alla propria verità profonda, al proprio sentire... così l'incontro con l'altro diventa più autentico. E' stato bello poter dedicare questo momento a prenderci cura di noi per ricaricarci e accendere una luce nel "meglio di noi", sulla nostra bellezza "unica". Un grazie di cuore a Patrizia, che ci ha accompagnati con gioia in questo inizio di percorso veramente speciale e nuovo! Un percorso da cuore a cuore, semplicemente per "essere".



Vicenza - Corso bambini febbraio-maggio 2013



Cassago - Corso bambini marzo 2013

CORSO TRIENNALE DI COUNSELING ESPERTO IN CIBER

La Fede

Il principio della fede mi è risuonato particolarmente, buffo a dirsi, proprio ora che credo di non coltivare più la fede cattolica, mi sono accorto di coltivare però una fede incrollabile nella vita e questo anche grazie alle tecniche di dinamica mentale.

Già perché pur essendo in un momento dove non ho lavoro retribuito ho scelto liberamente di aiutare una persona ad aprire un asilo infantile, attraverso la manovalanza concreta, e sinceramente mi sono accorto che mi fa stare bene, mi fa sentire utile e mi sento di fare concretamente qualcosa che assomiglia all'amore gratuito, per l'amicizia certamente, ma anche per un posto che accoglierà piccoli esseri umani.

A proposito di fede, è possibile mantenere viva la fede coltivando quotidianamente un A.M.P. attraverso le tecniche, e devo dire che nonostante le difficoltà del momento, funziona!!

Certo che seguire il flusso della vita senza arrabbiarsi, protestare e prendersela con il destino è faticoso; ma il lasciarsi fluire come una goccia nel mare della vita a volte può dare soddisfazioni grandi come ad esempio ritrovarsi a contatto con la propria anima e sentirsi felici per questo.

Questo a volte mi fa pensare di essere lontano dalla realtà che dice di tenere ben presente le cose concrete come il denaro e il potere...ma ciononostante mi sento vivo perché continuo a sperare in qualcosa di positivo!

Anche nel lavorare a questo asilo siamo 3 disoccupati e un cassaintegrato!!si insomma i fantastici 4!!

Quindi la realtà è fatta certamente di bollette da pagare, affitto, ecc. ma a me piace tanto l'idea di essere una goccia d'acqua nel mare della vita e come me altre gocce d'acqua hanno pensieri e azioni costruttive nonostante le difficoltà.

Chi può impedirci di essere felici per questo?!

Anche questa è fede secondo me!!

Alberto Pompili

* * *

Patrizia ciao.

Cerco di condensare in poche righe quell'immensità di sensazioni, emozioni, momenti di ineguagliabile profondità che mi hanno accompagnato da sabato a lunedì sera.

E' stato un fine settimana alla ricerca di me stesso (*dal mio punto di vista*) alla scoperta dei miei desideri (*magari non proprio quelli più profondi*) che in questo momento mi fanno agire e mi creano malessere se non li realizzo. La possibilità di parlare con Irene mi ha permesso di mettere a fuoco perché da tantissimo tempo agisco e reagisco a certe situazioni in modo eccessivo senza nessuna necessità oggettiva (*da bambino ribelle*). Ho avuto la possibilità di capire quanto sia importante esercitare un atto di volontà per uscire da una situazione che crea malessere, disarmonia e apprensione. I miei compagni di viaggio, ognuno a modo suo, mi hanno permesso di renderla evidente facendomi capire quanto non sia semplice decidere di agire e di mantenere fede alle promesse che ci facciamo da soli. Grazie ancora a tutti per essermi maestri, ma soprattutto grazie per il clima di reciproco rispetto e amore che il gruppo ha creato. Grazie a te e a Carlo per aver deciso di proiettare quell'intervento di Marcello. Ero presente, c'ero anch'io, ma mi ricordavo solo due passaggi; quello delle macchine e quello degli stronzi. Il rivedere e il risentire mi ha fatto capire la profondità dei discorsi di Marcello. Lui riesce a trasmettere concetti profondi in modo semplice. La condizione necessaria per capire è ascoltare con il ... cuore, le parole non si coniugano con il linguaggio del cuore, o ascolti o senti. Rendermi conto che anche uno stronzo ha un suo percorso di sviluppo personale mi ha riempito di speranza, e che non sono responsabile della cilindrata della mia automobile, mi ha fatto volare.

Con questa carica di emozioni sono stato lunedì pomeriggio in una scuola media superiore per presentare ad un gruppo di studenti del quarto anno D.M.

Alla fine, come fa normalmente *l'uomo che non deve chiedere mai*, sono andato in bagno a lavarmi le mani per la commozione. Mi sono commosso nel rendermi conto di quanto hanno bisogno di esempi, di valori nei quali credere, d'amore per se stessi e per gli altri. Di qualcuno che dica loro che vanno bene così come sono, che hanno potenzialità immense da esprimere. Mi sono commosso nel vedere questi giovani di 17 / 18 anni fragili, inermi dietro i loro atteggiamenti da vissuti. Sono rimasti per un'ora e mezza seduti, fermi attenti

a sentire un "mona" che cercava di trasmettere loro oltre che all'importanza delle tecniche mentali, la speranza, l'amore, il testimone da portare avanti per realizzare qualcosa di meglio di quello che sono riuscito a fare.

Scusa tanto se mi sono permesso di impegnare il tuo tempo, volevo renderti partecipe di questi miei sentimenti / emozioni.

Tutto ciò è quello che rende doveroso il mio "continuare".

Grazie, un grosso abbraccio

Giancarlo Tosetto

* * *

La Fede è un argomento che mi sta molto a cuore e che sento vivo dentro di me.

Mi muovo e mi lascio guidare dalla Fede sconfiggendo molte paure, non tutte, (sembra sempre che ce ne siano di nuove) e sconfinando molti limiti che mi ero posta.

Il 10 aprile a Milano, per un evento in ambito lavorativo e comunque dopo una buona preparazione fatta con l'aiuto di un attore teatrale, mi sono trovata, con alcune colleghe, a presentare l'evento e a interpretare una scena di qualche minuto davanti a circa 800 persone. Se non avessi avuto ben radicato il principio della Fede dubito molto che avrei accettato questo incarico.

Diventa un gesto di umiltà il lasciarsi guidare e muovere principalmente dal cuore e non dalla testa. Mi fido delle immagini, di ciò che esse mi mostrano prima guidandomi così in modo perfetto verso l'obiettivo. Mi accorgo così che davvero non è più necessario lottare ma basta fare un piccolo passo e le cose, se è il momento, accadono. Sto scoprendo la fiducia in me stessa, in tutti i miei livelli. Mi sto arrendendo e accogliendo in ciò che sono. E' un altro passo verso la riconciliazione.

Sento la Fede come un qualcosa di interiore capace di farmi percorrere strade che nessuno percorre, capace di farmi dire cose che nessuno dice, capace di farmi fare cose che nessuno fa.

Fiducia in me stessa perché non mi sento più sola, perché sento che gli intenti che mi muovono sono in linea con gli intenti della natura del Tutto. Sento che quando penso e quando mi muovo, non sono più nel singolo ma sono nel Tutto. E' come se quando mi muovo io si muove il Tutto. In effetti la mia scena passiva, da qualche mese è cambiata. Ora, in scena passiva vago nell'universo, nel cosmo, guardando i pianeti che mi passano vicino e sento fortemente questo collegamento.

Lo scrivo con un certo timore e sentendo una certa responsabilità.

Il pensiero positivo lo sento tenersi per mano con la speranza e anche con la fiducia. Lo sento nella capacità di trovare una bellezza anche in un una terra improduttiva. Lo sento nella gioia di vivere in un momento come questo, dove è comune la visione di una crisi che sta dilagando mentre io non sono mai stata così bene perché vedo finalmente la possibilità per l'individuo di poter imparare a vivere ritornando a se e ritrovando le proprie risorse.

Quando faccio l'autoimmagine non mi vedo più già da tempo. Mi sento, in quel momento sento che sto lavorando su me stessa. Allora mi ritrovo a pensare che posso lavorare su me stessa in qualsiasi momento della giornata e in qualsiasi contesto per potermi migliorare.

Lo stesso vale con gli assistenti, non li vedo più già da un po' di tempo, li



Asiago maggio 2013 corso con Eric Rolf

LINGUAGGIO DINAMICO RELAZIONALE

PSICOPEDAGOGIA E PSICOPEDAGOGIA SOCIALE



Lezione del dott. Massimiliano De Giovanni - 2 giugno 2013: Diritto naturale, Diritto positivo

sento dentro di me, io parlo con loro e loro mi rispondono come fossero le mie guide. Ero rimasta a tre ore credo siano quattro o forse cinque.

Mi è piaciuto il passaggio: “Non sono così meravigliosa, non ho più paura e posso sorridere a mille soli”. Posso permettermi di sbagliare e di non essere perfetta.

Lorella Sartori

DOV'È IL TRUCCO?

La lettura di Realtà Virtuale (non è la prima volta che lo leggo) questa volta mi ha suggerito le seguenti riflessioni.

Tra il leader da una parte e il seguace, o ancora peggio il finto leader dall'altra si posizionano alcuni elementi che dal mio punto di vista incidono non poco nella formazione di un ruolo rispetto all'altro o agli altri.

La libera scelta per esempio, argomento molto discusso nell'incontro di Counseling di febbraio 2013, forse attecchisce e mette radici esattamente dove siamo disponibili a farle trovare il terreno fertile per farlo.

Così chi semina in superficie con molta probabilità imbriglia e limita la propria libera scelta orientandola solo ed esclusivamente verso la soddisfazione di bisogni o finti bisogni materiali, e in questo stato di cose risulta conveniente arrogarsi il diritto di decidere e scegliere anche per gli altri, naturalmente senza assumersene la responsabilità, della serie “se va bene vinco io” “se va male perdono loro”.

Sempre orientando verso l'avere i miei intenti, penso risulti comoda la strategia del saltare sul treno in corsa dei leaders del momento, se ci riesco con molta probabilità qualcosa mi rimane attaccato, ma anche in questo ci vuole una certa esperienza, improvvisando potrei anche saltare male e rompermi una gamba “leggi categoria precaria nel recitare la parte del leaders”.

Collocando un po' più in profondità la libera scelta entriamo nel campo del sapere.

In questo campo, una volta soddisfatti i bisogni materiali, quelli veri, l'esperienza può diventare un po' più interessante, ma solo un po', perché se non si passa all'azione per arrivare alla conoscenza, (sapere per capire, capire per fare e fare per conoscere) il rischio di cadere nella trappola di criticare tutti e tutto è sempre dietro l'angolo, oppure di optare per l'insegnamento, visto quello che dice lo stesso Ma.Bo in altri suoi scritti, e cioè “chi sa fa, e chi non sa insegna, e il più delle volte a sbagliare.”

È un modo come un altro per contribuire ad abbellire questo mondo, in cui non manca proprio niente, neanche le nevrosi, le psicosi e quelle cose lì, che tanto contribuiscono a favorire gli incontri tra le persone, soprattutto quando una di queste è un medico specialista.

Ma.Bo. dice che comunque il mondo gira lo stesso, anche se non è proprio il massimo. Forse perché nello scegliere liberamente cosa fare di questa vita qualche volta ci mettiamo un po' di cuore, e quando vai di cuore tutto prende un senso, una direzione, per me quella dello spirito.

Allora leggendo questo brano mi affiora un po' di rossore, di sana bella e pulita vergogna che si placa solo se in quello che decido liberamente di fare ci metto impegno, conoscenza specifica e dedizione e naturalmente consape-

volezza che ogni cosa ha un prezzo da pagare, anche il fallimento, ed è tutto a carico di chi sceglie.

Colgo al volo l'augurio di Ma.Bo. (E che il pensiero gli sia amico) e dico che il trucco per me oggi sta nell'amicizia. Un amico che ti vuole bene e ti chiede fiducia, magari nel proporti di condividere le sue esperienze, merita fiducia al di là di quello che sta per proporti.

Accettare senza domande e filtri vari il suo invito può essere un modo per dirgli che anche tu gli vuoi bene e gli sei amico. (va bene anche tra moglie e marito). Certo dopo aver condiviso possiamo anche parlare dell'esperienza fatta, e senza peli sulla lingua, ma solo dopo aver provato.

In questo ci vedo qualcosa che dona alla vita e merita di vivere.

Maurizio Angelini

Il pozzo

Stamattina al mio risveglio ho visto l'immagine di un pozzo.

Un pozzo antico, fatto di legno e di grandi pietre, di quelli affascinanti e misteriosi che accendono la curiosità e ti viene voglia di avvicinarti e alzarti in punta di piedi per riuscire vedere cosa c'è giù, nel fondo...

Tra me e il pozzo c'è un tratto di terreno che a prima vista sembra impervio a causa dell'erba alta e fitta, degli arbusti del sottobosco e dei rovi che sono cresciuti nel tempo. E comincio a farmi strada, liberando il passaggio e tracciando così un sentiero...

Guardare giù, in fondo al pozzo, mi mostra un mondo “sconosciuto”, come una parte di me che non sapevo esistesse, la cui scoperta potrà essere via via arricchente e stimolante...

Tenere aperto e pulito quel sentiero non è facile, ci vuole pazienza, costanza, impegno, ma è semplice: basta un “decespugliatore” e un po' di buona volontà; e, una volta iniziato, via via la fatica della “manutenzione” del percorso diminuisce, mentre cresce la meraviglia di quello che scopro restando in contatto con il mio specchiarmi laggiù.

E' come avere la mano durante una partita a carte, in cui io decido giorno dopo giorno se passare la mano o se giocare le mie carte. La scelta di passare equivale, nel sentiero che porta al pozzo, a lasciare spazio alla crescita dell'erba dell'abitudine, all'infittirsi dei rami dello scontato e dell'arbusto infestante della presunzione. Giocare, invece, per me significa percorrere il sentiero che porta al mio pozzo interiore, per contattare il mio livello soggettivo, tramite il rilassamento quotidiano.

Ma perché, a volte mi chiedo, proprio quotidiano?

Non lo so ancora, il perché; so solo che quando mi prendo il tempo di farlo nel mio cuore brilla il sole, l'aria è fresca e pulita, e il cielo è azzurro.

Mariarosa Bicego



* * *

A proposito della differenza tra Bravo e Responsabile, credo che la differenza principale stia nel cuore la persona responsabile utilizza mente+cuore, per cui si agisce con impegno, disciplina, costanza ma resta anche continuamente connesso al suo cuore e di conseguenza a quello degli altri.

Morgana - Cassago (LC)

Laboratorio Ragazzi: "IL SOGNO PLANETARIO"

Il "gruppo Adolescenti" cresce, con entusiasmo e insana voglia di migliorare. Ad ogni corso, ad ogni riunione, l'energia è sempre palpabile, lo slancio emotivo e la capacità di questi Ragazzi di mettersi in gioco sono formidabili. L'iniziativa "Laboratorio" è nata ormai più di un anno fa, allo scopo di consolidare il gruppo attraverso forme sempre nuove di creatività e ricerca profonda. Il progetto piano piano ha preso forma: una volta al mese, i Ragazzi si riuniscono e prendono parte a una serie di attività creative ispirate ad un tema proposto in precedenza. Si gioca sulla varietà, sulla sperimentazione, sul movimento, sulle emozioni... Ognuno è partecipante attivo e consapevole, le attività stimolano spesso momenti intensi di riflessione, condivisione e sviluppo personale.

Oggi mi sento di scrivere in particolare riguardo ai Laboratori di febbraio e di marzo, rispettivamente la prima e la seconda parte di un viaggio intrapreso con i Ragazzi attraverso il tema "Ecologia Mentale" (buon vecchio Ma.Bo., grazie ancora per l'ispirazione). Ciò che è venuto fuori mi ha sbalordito: il Gruppo ha costruito l'immagine di un "Nuovo Pianeta Terra" popolato da veri e propri "Abitanti Adeguati". Dopo un momento di riflessione individuale in cui ognuno ha riflettuto su di sé e sulla propria esperienza di vita, si sono formati quattro gruppi di lavoro e si è immaginato che questi quattro gruppi fossero sul punto di fondare quattro nuove comunità umane su un nuovo mondo. Ogni gruppo-comunità si è dato un nome, un simbolo e una nuova forma di "governo" basata su un sistema di dieci "valori", discussi e condivisi da ognuno all'interno di ciascun gruppo. Si è poi pensato di creare una "Comunità Globale": le quattro comunità si sono riunite e confrontate, arrivando infine a decidere il nome del nuovo pianeta e un sistema di



"Un'altra cosa che l'uomo adeguato deve sapere 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..." (Ma.Bo.)

dieci "valori" comuni (tra questi, l'Amore e il Rispetto sono stati posti in cima alla lista). Così si è formato quello che forse si può chiamare "Sogno Planetario".

Sono rimasto profondamente meravigliato dal modo in cui tutto il Gruppo ha lavorato: ognuno ha espresso i propri pensieri, le proprie idee, i propri dubbi, nessuno escluso, ognuno ha contribuito alla formazione della nuova "Comunità Globale" mettendoci del suo. La cosa più straordinaria in questi Ragazzi è la loro estrema consapevolezza di come va il mondo e la loro voglia di farne semplicemente un posto migliore. Questo mi ha colpito nel profondo, questo è ciò che mi fa sperare in sempre più positivi sviluppi futuri, questo è ciò che mi riempie immensamente di amore e di fiducia nei confronti delle nuove generazioni, che hanno le potenzialità per imparare dagli errori dei loro "vecchi" e ripartire sempre dal presente, proprio con questo atteggiamento: Consapevolezza.

Nella sede I.S.I. di Vicenza troverete, appesa a una parete, la bandiera del nuovo Sogno Planetario, realizzata interamente dai Ragazzi. Se vi va, potete scrivere in un bigliettino un messaggio, un augurio per le generazioni che verranno e lasciarlo nella busta appesa lì affianco, sotto la didascalia. Può essere semplicemente una frase o una parola che viene dal cuore, nessuno la leggerà, ma voi avrete dedicato un pensiero positivo ad una Speranza futura.

Per quanto tutto questo possa sembrare utopico, campato per aria o troppo bello per essere vero, anche se il Sogno non dovesse mai realizzarsi in futuro, Noi continueremo a crederci. Del resto, è questo che Ma.Bo. ci ha lasciato: il Sogno di un Uomo in armonia con il proprio Principio, il Sogno dell'Abitante Adeguato.

Questa è la nostra Ecologia Mentale. *Alpha*

CORSO ALI '13: "The Channel Of Love"

L'ISI è come un'isola pacifica in mezzo all'oceano in tempesta, dove solo le persone che riescono ad aprire mente e anima possono raggiungerla. In questo incantevole e magico luogo le persone riescono ad aprirsi, a essere veramente se stesse, ricostruendo macici legami tra loro e con la natura che li circonda; ritrovando così la pace dei loro sensi. ... Vi voglio un infinito di bene ♥ Camilla

Quest'Anno non ci sono parole che stiano dietro a quello che ho nel cuore per voi!! E niente.. L'Unica cosa che penso possa essere recepita da tutti voi è un Mio ABBRACCIO!!! Ricordatevi il vostro ultimo abbraccio con ME e AMPLIATELO!! Sentitevi coccolati come e quanto io voglia Coccolare ognuno di VOI!! :) Ragazzi (e ragazze :)) siete fantastici :) Non ho davvero niente da poter dire ♥ *Gilberto*

Ragaaaaa!!!! Vi voglio ringraziare tutti quanti per tutte le emozioni magnifiche che mi avete fatto provare in questi giorni!!!! Vi adoro tutti!!!! mi mancate tantissimo e non vedo l'ora di rivedervi!!!! Grazie ancora!!!!!!!!!!!! ♥♥♥♥:D *Caterina*

L'astinenza profonda da abbracci inizia... XD *Piergianni*

Non sapete quanta energia positiva mi avete dato :D ... Questi giorni sono stati MAGNIFICI. Mi avete aiutato tantissimo... PER ME SIETE DELLE PERSONE SPECIALI E NON VI DIMENTICHERO' MAI! RICORDATELO. In questo momento sto versando lacrime sia di gioia e di tristezza, non vedo l'ora di rivedervi

♥♥♥ ...VI VOGLIO UN MONDO DI BENE ♥♥♥ GRAZIE MILLE DI TUTTO :) ♥♥♥ *Nancy*

Grazie a tutti voi, spiriti del sole! Il vero corso inizia ora! Portate le vostre piccole grandi luci nel vostro mondo ed expandetevi.... Ricordate: VOI SIETE VINCENTI! A tutti i guerrieri che con me hanno pianto, riso, pensato, amato e scherzato in questi fantastici giorni. *Valeria*

Non dimenticherò mai 'sti due giorni... ♥ grazie :) *Giorgia*

Ragazzi i legami che abbiamo creato in questi 3 giorni sono più profondi di chi magari si conosce da una vita intera: :) Vi ringrazio moooltissimo dell'indimenticabile esperienza che mi avete fatto fare, vi voglio un mondo di bene a tutti, nessuno escluso, mi avete fatta crescere. GRAZIE MILLE :) :) ♥♥ *Michela*

GRAZIE GRAZIE GRAZIE E ANCORA GRAZIE DI QUESTA INDIMEN-

TICABILE, FANTASTICA E MERAVIGLIOSA ESPERIENZA :) :) L'ISI VINCE SEMPRE QUANDO CI SONO PERSONE MERAVIGLIOSE COME VOI :) :) BACIONI E ABBRACCIONI A TUTTI :) ♥♥ *Stefania*

L'ISI è la fonte della giovinezza, sentirsi vecchio vuol dire sentir di aver già fatto abbastanza nella vita, con l'ISI se si vuole si può scoprire un mondo nuovo ogni volta che ci si sente "vecchi". *Umberto*

L'ALI è stata un'esperienza unica, meravigliosa. Mi ha fatto crescere, anche aiutandomi a conoscere me stessa in un modo più profondo, e grazie a quei tre giorni sto imparando a vedere il mondo e la realtà attorno a me in un modo molto più positivo. *Isabella*

Prima del corso ALI mi sentivo come una piccola barca persa nell'immensità del mare, adesso mi sento come il mare. *Elena*



25-26-27 aprile 2013 - Corso ALI

Dai Gruppi di Studio Volontari



Corso D.M.&C. - Vicenza - gennaio 2013



Corso D.M.&C. - Cassago - febbraio 2013



Corso D.M.&C. - Trieste - marzo 2013



Corso D.M.&C. - Schio - aprile 2013



Giornata aspiranti coordinatori - 26 maggio 2013

Accreditamento AssoCounseling



Dai corsi per i lavoratori in cassa integrazione organizzati dalla Regione Veneto.

Sono una signora che ha frequentato per alcuni mesi "Dinamiche della Mente e del Comportamento" e devo proprio dire che per me è stata una bella esperienza. Ringrazio di cuore tutte le persone che ho conosciuto e ascoltato.

Ciao e ancora grazie di tutto.

S.A.

Sono contento di aver fatto questo corso, perché ho imparato tante cose utili per la mia vita e mi aiutano a superare i momenti più difficili per me e per la mia famiglia.

Ringrazio tutti gli insegnanti, che hanno cercato di aiutarmi in tanti modi.

R. H.

Un sogno nel sogno

Cronaca di un pensiero estrapolato dal contesto

Mi sembrava di sognare e nel sogno mi vedevo mentre sognavo. Il sogno era uno di quelli stupidi: ero morto e mi seppellivano «vivo». E mentre sentivo la mia disperazione, ne ridevo perché sapevo di non essere morto, ma che stavo solo sognando che mi vedevo mentre sognavo di essere morto e di essere seppellito vivo. Vorrei fosse, anche questa volta, chiaro che questa non è altro che una pura esercitazione letteraria; niente a che fare con alcun teorema o alcuna verità.

Epperò è intrigante poter immaginare di essere il protagonista di una storia inventata che «uno» potrà credere o non credere ma, mai, con assoluta certezza, smentire. Un'altra volta ho sognato di un tizio che si aggirava disperato in un parcheggio vuoto, alla ricerca della propria macchina, che non c'era più.

Lo vedevo da una certa distanza. Fattomi più vicino, ho visto che ero io.

E dentro di me pensavo: come faccio a essere lì se sto sognando di vedere uno, che sono io, che cerca la propria macchina, quando la macchina so per certo che è al sicuro, in garage? E allora «me lo sono detto» (a quello del parcheggio) e lui mi ha risposto: «lo so anch'io ma mi stavo divertendo a prenderti in giro». Fantascienza!? Sia pure, ma se la mia mente può solo pensare ciò che è in grado di elaborare e proiettare, dove ha individuato e raccolto quegli elementi che le hanno permesso di «pensare» in tal modo?

- Figlio di un logaritmo, ci stai provando ancora a farmi uscire pazzo!? - Sei il solito presuntuoso, Mario caro. Io non voglio proprio far dare i numeri a nessuno. Apprezzo però il fatto che hai saputo cogliere nella mia esercitazione un qualche elemento di realtà romanzesca. Bravo! Posso garantirti che è stata un'intuizione non tanto comune.

Per premiarti, ti racconterò un'altra «fantasia». Sto sognando di impaginare un giornale.

E' consistente, accattivante, oserei dire bello, chiaro e pulito. Sono soddisfatto del risultato e «so» che avrà successo.

Entra in ufficio un tizio e si diverte a spostare i titoli di un articolo su un altro, a infilare gli annunci pubblicitari a metà di ogni colonna, a sostituire numeri giusti con numeri che non c'entrano niente ecc. ecc.

Poi, mi spiega: «Se il giornale è fatto male qualcuno che lo compra lo troviamo ma se è troppo ben fatto non lo compra nessuno». Mi sveglio incazzato come un ramarro perché non riesco a capire il sogno.

Ma come, gli altri due che ho inventato io, non solo li ho capiti ma mi hanno anche divertito, questo che m'è venuto così non solo mi impone qualcosa che mi urta, ma mi mette anche dei dubbi, intollerabili per la mia ragione. Per oggi, basta così. Guarda un po' cosa succede a scherzare con le fantasie!

Marcello Bonazzola

Fonte: Il Giornale di Bergamo, 12 marzo 1995

Reflusso cerebellare

Io penso che chi si è molto dato da fare per gli altri durante la vita, avrà parecchio da fare anche dopo la morte.

Non sto qui a tediarti ulteriormente con discorsi sul materiale e sullo spirituale ma vorrei condividere con voi per l'ennesima volta il ragionamento per cui se la nascita è un momento della vita, perché non possiamo accettare che anche la morte lo sia? E il presente? Il presente è un modo di vivere la vita. E il futuro? Il futuro è un modo di vivere la morte. Tanto maggiore sarà il desiderio e la convinzione di poter gestire e amministrare il dopo morte, tanto più possiamo immaginare di trovare uno spazio e un motivo per continuare ad assolvere ad una qualificata funzione «funzionale» al progetto insito in ogni essere umano.

Fantasie cerebellari! Sì, epperò i reflussi sono una realtà al di là dell'immaginato. Il problema è la materia che ogni reflusso trattiene.

Molto difficilmente ti riuscirà di dare un senso alla vita se ti rifiuti di accettare la possibilità di dare un senso alla morte. In altre parole, un senso alla vita te lo puoi anche inventare; un senso alla morte è molto più «dura».

Quando hai fatto una cosa, qualsiasi cosa, se ti fai un ripasso di come l'hai fatta, normalmente, giungi alla conclusione che avresti potuto farla meglio. Bene: la rifai. Bla, bla, bla, stessa conclusione. Ma, allora, c'è una cosa con modalità di effettuazione non perfettibile? Ce n'è una sicura e un'altra possibile. Quella sicura è: qualsiasi cosa non fatta. Quella possibile è: la morte come la conosciamo, pensiamo (?), immaginiamo.

Se è vero che «oggi» nulla si crea, nulla si distrugge, tutto si trasforma, la parola morte non può mettere fine alla vita.

Se un angelo cattivello decide di sfiorarti con le ali, devi solo sperare che non sia l'angelo della Morte. Se ti sfiora quello non ti resta più tempo nemmeno per dire Amen. Ma non deve metterti paura; coltivare un po' di umiltà, quello sì. Per non restarci troppo male quando dovesse accaderti. Di morire, intendo; non di riuscire a dire nemmeno Amen.

Cercare i difetti negli altri può essere un modo per non sentirsi diversi. Oppure per sentirsi superiori. A che? Alla normalità? Può anche essere che sia un metodo per definire la perfezione: più difetti, meno perfezione; meno difetti più vicinanza alla perfezione. Peccato che l'unica cosa perfetta nella vita sia la morte. Ogni morte è infatti talmente perfetta da essere irripetibile.

Fonte: A futura memoria

Grande Amico

Caro Marcello,

amavi così tanto la libera scelta, che avevi scritto che la cosa che ti dava maggiormente fastidio del tuo funerale era... che saresti stato obbligato ad esserci, ma hai anche scritto che se la nascita è un momento della vita, un momento della vita può esserlo anche la morte.

Sono sempre rimasto affascinato dalle tue proposte del «sano egoismo» e del «se tu stai bene, io sto bene»; sono stato un privilegiato, perché ho potuto verificare fino alla fine che ti sei sempre comportato per essere di aiuto agli altri, senza mai curarti che gli altri ti riconoscessero o meno quello che facevi o dicevi o scrivevi.

Mi lasci e ci lasci una grande eredità; credo che non sia un'eredità semplice ma di certo, è un'eredità che merita di essere accettata e capitalizzata.

Ti sei sempre operato con l'idea che il Villaggio Globale diventi un giardino fiorito e non una discarica di spazzatura, proponendo l'ipotesi che la realizzazione del giardino fiorito dipende dai pensieri, dalle parole e dai comportamenti di ogni singolo abitante, che dovrebbe pertanto diventare un Abitante Adeguato.

Qualche anno fa, ti inviasti un libro che avevo scritto e tu mi mandasti la copertina con un titolo e un sottotitolo (naturalmente... diversi da quelli che avevo proposto io).

Il titolo che avevi scritto era: Villaggio Globale, Abitante Adeguato e il sottotitolo: Quello che per un bruco è un disastro, per una farfalla può essere l'inizio di una meravigliosa esperienza.

Faccio fatica a pensare che anche tu sia stato un bruco, ma mi piace pensare che tu, adesso, sei all'inizio di una nuova meravigliosa esperienza.

Ciao, Grande Amico.

Carlo

