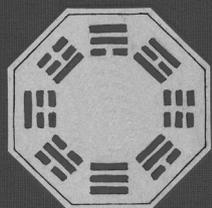


il mutamento



Il mutamento

associazione di promozione sociale per la
diffusione delle COSTELLAZIONI FAMILIARI

Notiziario non periodico e
gratuito riservato ai soci

Novembre 2011

www.ilmutamento.it
info@ilmutamento.it

CRISI? (di Mario Franchi)

Sfogliando i giornali, ascoltando la televisione o anche, semplicemente, le chiacchiere al bar, siamo sommersi da questa parola: CRISI.

Sappiamo bene che effetto fa dentro di noi! Risuona come un rombo minaccioso, ci predispone alla paura ed alla sfiducia. Improvvisamente tutto quello su cui abbiamo fondato le nostre sicurezze viene scosso dalle fondamenta: il lavoro, la casa, i risparmi di una vita, un tenore di vita comodo, la futura sicurezza economica nostra e dei nostri figli. Basta questo – e anche molto meno – per farci sentire in pericolo.

Non voglio entrare in questa sede sulle cause evidenti e/o nascoste di questa fase socioeconomica e sui suoi risvolti politici. La tentazione di individuare colpevoli, nemici, occulti registi è troppo forte, troppo facile e, soprattutto, del tutto inutile allo scopo di queste poche righe.

Le domande che intendo fare a me stesso e a chi legge sono: *cosa ho bisogno di capire attraverso la crisi? Qual è il senso che questa crisi ha per me?*

Voglio lasciare ad un Grande Uomo – Albert Einstein - le parole per la risposta:

“Non possiamo pretendere che le cose cambino, se continuiamo a fare le stesse cose. La crisi è la più grande benedizione per le persone e le nazioni, perché la crisi porta progressi. La creatività nasce dall'angoscia come il giorno nasce dalla notte oscura. E' nella crisi che sorge l'inventiva, le scoperte e le grandi strategie. Chi supera la crisi supera sé stesso senza essere 'superato'.

Chi attribuisce alla crisi i suoi fallimenti e difficoltà, violenta il suo stesso talento e dà più valore ai problemi che alle soluzioni. La vera crisi, è la crisi dell'incompetenza. L'inconveniente delle persone e delle nazioni è la pigrizia nel cercare soluzioni e vie di uscita. Senza crisi non ci sono sfide, senza sfide la vita è una routine, una lenta agonia. Senza crisi non c'è merito. E' nella crisi che emerge il meglio di ognuno, perché senza crisi tutti i venti sono solo lievi brezze. Parlare di crisi significa incrementarla, e tacere nella crisi è esaltare il conformismo. Invece, lavoriamo duro. Finiamola una volta per tutte con l'unica crisi pericolosa, che è la tragedia di non voler lottare per superarla.”

Einstein ha saputo portare l'umanità oltre i confini della “certezza scientifica codificata” verso una nuova scienza, perché ha saputo guardare oltre quel confine. Qual è dunque la reale opportunità nascosta nella crisi per ciascuno di noi?

Quella di mettere in discussione proprio tutte quelle certezze a cui ci siamo sempre aggrappati, quella di ridiventare “esploratori” di noi stessi, dei nostri territori interiori ancora vergini e sconosciuti. Cosa sappiamo della nostra capacità di amare? Cosa sappiamo della nostra capacità di essere liberi? Cosa sappiamo della nostra capacità di guardare oltre la paura? E cosa c'è oltre il confine della paura?

Poco importa se ciò che sta essendo messo in crisi nella nostra vita è la nostra solidità economica, oppure la nostra relazione di coppia o, infine, la nostra immagine.

Ciò che davvero importa è se e quanto siamo disposti a PERDERE, ovvero a LASCIAR MORIRE il bisogno di mantenere rigide ed inalterate tutte le nostre sicurezze.

Un mio vecchio Maestro diceva: “Vivere serve per imparare a morire”, una profonda verità a cui aggiungerei “Morire ogni giorno serve per imparare a Vivere”.

Buona....Crisi!

SOMMARIO

Crisi?	1
Saluto ad un maestro Il volto delle parole	2
La bellezza	3
Il Calendario degli eventi	4

NOTIZIE DI RILIEVO

giovedì 10 novembre:
conferenza ad ingresso libero: “L'amore o la paura?” ore 20,30 c/o gem Feletto, via Canova, 13

sabato 26 novembre
Incontro di costellazioni familiari ore 15.00 c/o gem Feletto, via Canova, 13

domenica 27 novembre:
seminario esperienziale “Tra mente e cuore” ore 9,30-17,30 c/o gem Feletto, via Canova, 13

il mutamento

ass. promozione sociale
Sede: via Gallici 15
33010 Montegnacco di Cassacco
Cod Fisc: 94098640306
Reg.:494/3-25/05/2006
Presidente: Mario Franchi
0432734244; 3355977306
www.ilmutamento.it
info@ilmutamento.it

SALUTO AD UN MAESTRO (Roberta e Mario)

Il 27 ottobre scorso James Hillman ci ha lasciato. Aveva 85 anni. Hillman non è stato solo uno psicanalista junghiano, un filosofo, un letterato, ma tutte queste cose insieme e molto di più. E' stato colui che ha saputo addentrarsi nella psiche per leggerla attraverso il mito, che ci ha avvicinato agli dei, che ci ha aiutato ad accettare le nostre fragilità rendendole parte dell'avventura della vita. E' stata ed è una delle figure alle quali noi ci ispiriamo, perché ha toccato la nostra mente e il nostro cuore. Da lui abbiamo imparato l'importanza di conoscere, ma anche di trasgredire la conoscenza se sentiamo che non ci appartiene più, di comprendere ma anche di emozionarci, di essere concreti ma anche sensibili e attenti alla poesia e al mistero insiti in ogni essere umano. E' strano come una persona conosciuta attraverso libri e interviste possa ugualmente lasciare un vuoto. Strano e meraviglioso come ci si possa sentire vicini ad una persona senza averle nemmeno mai stretto la mano. Ricordiamo James Hillman attraverso un breve stralcio di una conversazione con Laura Pozzo. Ancora una volta dalle sue considerazioni emerge la sua costante ricerca del contatto umano al di là dei limiti imposti della forme e dai concetti.

IL VOLTO DELLE PAROLE (da James Hillman, *Il linguaggio della vita*, Rizzoli)

Tutti sanno che gli dei non esistono, che non sono reali. Che Venere e Saturno sono immagini, metafore, fantasie. Ma dimentichiamo che lo stesso vale per l'isteria, la schizofrenia, l'io. I termini mitici non si possono prendere alla lettera allo stesso modo, perché in essi è insito il senso del fantastico – eppure, allo stesso tempo, hanno il valore culturale, la potenza tradizionale e l'universalità degli dei. Di recente, a un incontro Eranos, ho appreso dal professor Ueda che i concetti sono i benvenuti nel pensiero Zen, purché abbiano la possibilità di auto correggersi. Un buon termine permette di vedergli attraverso.

Un buon termine deve suggerire di per sé che non si deve prenderlo alla lettera. Intendo restituire alla psicologia dei disturbi mentali un modo di esprimersi più antico e più ricco. Intendo restituire Venere, Afrodite, la dea delle superfici sensibili, dei dettagli, dell'intimità, alle descrizioni cliniche. Come il paziente si muove, si veste, respira, tiene le mani; quali caratteristiche fisiognomiche del volto, quali origini etniche, quali affinità animali, che qualità planetarie, che sguardo si manifestano a noi? Se dovesse affrontare una prova rischiosa e scegliere un commilitone, qualcuno con cui rischiare la vita, come leggerebbe il suo aspetto? Con quali parole renderebbe la sua apparenza più immediata, più superficiale? [...]

E' innegabile che oggi nel nostro paese esista una specie di culto dei sentimenti: ci si aspetta che ciascuno vigili continuamente sui propri sentimenti e li renda noti per mezzo di vocaboli come "ansia", "aggressività". Parole senza immagini. Si tratta in effetti di sentimenti così totalmente concettualizzati da non essere più affatto dei sentimenti [...] Si rende conto di quanto sia disastroso per la nostra capacità di apprezzare quello che c'è realmente nel mondo che ci circonda? Il suo vero volto?

Se vogliamo tornare a vedere le cose in quanto volti, il mondo in quanto vivo, in quanto rappresentazione di Afrodite per le nostre narici e le nostre pupille, dobbiamo recuperare il linguaggio delle qualità. Sarà per questo che Flaubert consigliò a un giovane scrittore di uscire a osservare un albero per qualche ora? Basta scrivere di noi stessi.

Rimettiamo nel linguaggio le proprietà qualitative dell'albero. E il linguaggio psicologico è il peggiore. Aggressività, ostilità, dipendenza: che parole goffe e vuote. Così gonfie, grandi e importanti da non significare nulla. Se la nostra formazione provenisse dalla letteratura invece che da quello (qualunque cosa sia) che viene fuori dal training degli psicologi, staremmo più attenti a non usare parole così goffe, e a essere precisi ed efficaci nel porgere un'immagine sensibile. Il linguaggio della psicologia fa proprio pietà – Afrodite ne è totalmente esclusa. [...]

Proviamo con "depressione", un mio vecchio cavallo di battaglia. Un paziente dice: "Mi sento depresso". Ora, io non so cosa intende. E' una frase vuota. Nessun contenuto sensibile, nessuna immagine. Una frase traditrice. In realtà è un compromesso, che esprime e insieme rimuove qualcosa comunicandolo in modo vago, astratto. Perciò, nella pratica professionale, cerco innanzitutto la precisione. Che cosa prova il paziente esattamente? Si sente triste, vuoto, sterile? Oppure bruciato, fallito? Oppure inerme? O così infelice da aver voglia di piangere? Dov'è che si sente depresso? Negli occhi? Perché piange o vorrebbe farlo? O nelle gambe? Sono pesanti? Sembrano incapaci di reggerlo? Di spostarlo? O nel petto? Si sente angosciato? E dove, e quando? E' come se fosse legato? O intossicato? Come vanno i suoi visceri? E le sue fantasie sessuali? Di che colore è l'umore del paziente? Qual è la sua temperatura, il suo clima? Credo che mi abbia capito. Il linguaggio che cerco è quello di Venere: il gusto, il corpo, l'aspetto dell'anima, espressi con parole. Ma tutto questo è scomparso; al suo posto solo quel vocabolo vuoto, insulso, gergale: depressione. Un terribile impoverimento dell'esperienza reale.

LA BELLEZZA (da Piero Ferrucci, *La bellezza e l'anima*, ed Mondadori)

♥ Una persona toccata dalla bellezza è una persona nuova, con un carattere diverso, un mondo interiore immensamente più ricco e variegato, un contatto più vivo con le emozioni, una più spiccata capacità di affrontare le relazioni con gli altri, una maggiore e più profonda conoscenza della vita, un' individualità più forte e un'autostima più solida, una voglia di vivere più intensa, un modo più adeguato e competente di fare scelte e muoversi nella vita di ogni giorno.

♥ Per studiare e comprendere l'esperienza del bello e i suoi effetti ho intervistato attraverso gli anni un certo numero di persone. Molto spesso, mentre parlano delle loro esperienze, vedo queste persone cambiare sotto i miei occhi: sorridono, il loro volto si distende, lo sguardo si fa luminoso, la voce diventa più bassa e tranquilla, il respiro più profondo, la postura è più rilassata, spesso parlano di un'emozione nel cuore: il centro della vita. L'effetto più comune di cui ognuno parla è semplicemente che la bellezza li ha resi felici. C'è stato, in quei momenti, un sollievo che li ha pervasi, e di cui io, sentendoli parlare, colgo un'eco. Ne parlano come di qualcosa che per loro ancora oggi è prezioso.

♥ Spesso non siamo coscienti del nostro bisogno di bellezza. E' come per il bisogno fisico della sete: molte persone sono assetate e non lo sanno. Non hanno la consapevolezza della sete. Non bevono abbastanza, il loro corpo ha un bisogno disperato di acqua e si disidrata, e loro sentono malesseri di vario tipo, ma non la sete. Così è spesso con la bellezza. Il bisogno non soddisfatto della bellezza può generare depressione, irrequietezza, un profondo senso di insoddisfazione e di futilità, un'aggressività inspiegabile, l'emergere di varie patologie latenti. Il bisogno di bellezza non è riconosciuto nella nostra società, e questo fatto procura enormi danni psicologici e sociali.

La bellezza in ogni sua forma è una guida. I giornali e la televisione di continuo ci elencano le nefandezze degli uomini: guerre, terrorismo, ingiustizie; e anche catastrofi prossime: poli che si sciolgono e epidemie che incombono, inondazioni e terremoti, fa troppo caldo o fa troppo freddo, fame, sete, inquinamento, povertà, bombe. Intanto la vita di ogni giorno prosegue fra mille difficoltà e pericoli. Ci sembra di essere in un incubo. Finché non ci imbattiamo nella bellezza. La quale ci ricorda che c'è un'armonia nascosta, che anche nella situazione più oscura e difficile c'è una speranza.

♥ Ho anche scoperto, però, che della bellezza spesso abbiamo paura, una paura non dichiarata, spesso non cosciente. Perché la bellezza a volte è troppo intensa. Perché, forse, sotto sotto, non sentiamo di meritarsela. Perché in qualche modo pensiamo che sia una cosa frivola. Perché sappiamo che, se veramente vi ci abbandonassimo, cambierebbe radicalmente la nostra vita.

♥ Un elemento centrale dell'esperienza estetica è il lasciarsi prendere di sorpresa. E' essere vulnerabili, non aspettarsi niente, e quindi non avere idee precostituite di che cosa è bello e che cosa non lo è. La spontaneità del bello ci insegna proprio questo. Il bello non può essere racchiuso nelle nostre categorie mentali pre-esistenti. Il bello, per essere bello, è sempre nuovo, anche quando è vecchio o vecchissimo – quando è una musica che abbiamo sentito già mille volte, un paesaggio visto e rivisto. Ma in quel momento la musica, il paesaggio, ci rivelano qualcosa di nuovo. E' per questo che il bello ci aiuta a essere veri. Perché se lo cerchiamo seguendo le nostre idee di ciò che dev'essere bello, non lo troveremo mai. Così la bellezza ci insegna a cogliere l'attimo."

♥ Il bello è la medicina perfetta: non produce danni collaterali; il suo effetto dura nel tempo; il sollievo che ci porta non ci intontisce e non ci sminuisce in alcun modo, anzi ci fa sentire più lucidi e più forti; quindi innalza, anziché abbassare, il nostro livello di coscienza; non può essere monopolizzata da una multinazionale farmaceutica; e per adottarla non abbiamo neppure bisogno di una ricetta.

♥ Quanto più riusciamo a percepirla in ciò che ci circonda e anche dentro di noi, tanto più ci sentiremo a casa, tanto più saremo contenti di essere qui. C'è chi percepisce il bello nel suono della pioggia e nella forma delle nuvole, nelle facce della gente e nelle loro voci, nel canto degli uccelli e nello stormire delle fronde. C'è chi vede la bellezza nelle vetrate di una cattedrale o in un poster pubblicitario, nel fiorire dell'intelligenza o dell'altruismo, nel fraseggio della musica o nella melodia di un poema, nel dinamismo di una statua o nella corporeità di una danza. Per queste persone il mondo è un luogo di enorme interesse, di continue scoperte sorprendenti. Il loro rapporto con la vita è erotico: fanno l'amore con la vita.

CALENDARIO DEGLI EVENTI

LE CONFERENZE - ingresso libero

Gli incontri si terranno in via Canova 13 a Feletto Umberto, secondo il seguente calendario:

<i>L'amore o la paura?</i>	<i>giovedì 10/11 – 20,30</i>
<i>Il limite o la possibilità?</i>	<i>giovedì 8/12 – 20,30</i>
<i>La libertà o la dipendenza?</i>	<i>giovedì 12/01 – 20,30</i>
<i>L'autenticità o il tradimento?</i>	<i>giovedì 9/02 – 20,30</i>
<i>La fiducia o il controllo?</i>	<i>giovedì 8/03 – 20,30</i>
<i>L'accettazione o il rifiuto?</i>	<i>giovedì 12/04 – 20,30</i>
<i>La fortuna o la sfiga?</i>	<i>giovedì 10/05 – 20,30</i>
<i>Il benessere o il malessere?</i>	<i>giovedì 7/06 – 20,30</i>

I POMERIGGI ESPERIENZIALI – costo del pomeriggio 30€

I gruppi di Costellazioni Familiari che precedono le domeniche dei seminari possono essere frequentati anche senza necessariamente iscriversi a questi ultimi. Gli incontri si terranno il sabato pomeriggio, dalle ore 15.00 alle ore 18.30, in via Canova 13 a Feletto Umberto, secondo il seguente calendario:

26/11; 28/01; 25/02; 24/03; 28/04; 26/05; 16/06;

I SEMINARI ESPERIENZIALI – costo dei seminari 110€

Gli incontri si terranno in via Canova 13 a Feletto Umberto, secondo il seguente calendario:

<i>Tra mente e cuore</i>	<i>(27/11)</i>
<i>Al di là del confine</i>	<i>(29/01 e 26/02)</i>
<i>Il legame che libera</i>	<i>(25/03 e 29/04)</i>
<i>La trappola del potere</i>	<i>(27/05 e 17/06)</i>

Ogni seminario verrà ripetuto in due date diverse.

IL COUNSELING INDIVIDUALE

Su richiesta è possibile fissare un appuntamento con il dr Mario Franchi, per sessioni individuali di Counseling e Costellazioni Familiari.

Gli incontri individuali si tengono a Montegnacco, in via Gallici 15 (0432 734244 – 335 5977306)

***Vi ricordiamo che è on-line il nuovo sito
www.ilmutamento.it***

Nel sito potrete trovare tutte le informazioni relative all'associazione ed alle sue attività. Potrete inoltre:

- ✓ stampare i calendari delle attività selezionati per mese e/o per tipo di attività di vostro interesse
- ✓ richiedere di ricevere qualche giorno prima una mail che vi ricordi l'evento a cui siete interessati
- ✓ scaricare in automatico sul vostro Smart Phone l'agenda delle attività (Ical)
- ✓ iscrivervi alla nostra newsletter, ricevendo così tutte le notizie relative alle attività proposte
- ✓ scaricare e stampare notiziari ed articoli di vostro interesse

Tutte le attività proposte dall'associazione IL MUTAMENTO sono riservate ai soci, dunque la partecipazione alle suddette attività associative richiede l'iscrizione per l'anno solare (costo: 5€) all'associazione. Detto importo è comunque compreso nel costo della prima partecipazione.