

# *Il potere delle parole*

*Bollettino on line di Psicologia e Attualità*

luglio 2011 \* Numero 39

*A cura dello studio di Medicina Psicosomatica  
Viale dei Primati Sportivi, 50  
00144 ROMA*

[www.caterinacarloni.it](http://www.caterinacarloni.it)

&

[www.scrittura-creativa.it](http://www.scrittura-creativa.it)

**Elisabetta Mastrocola**

Direttore responsabile

*giornalista e scrittrice*

[elisabetta.mastrocola@alice.it](mailto:elisabetta.mastrocola@alice.it)

**Caterina Carloni**

Editor

*psicologa e psicoterapeuta*

[info@caterinacarloni.it](mailto:info@caterinacarloni.it)

*in questo numero:*

***I COLORI DELL'ESTATE***

## **SOMMARIO**

### ***IL MIO NOME E' ROSSO***

*(da "Il mio nome è rosso", Orhan Pamuk, Einaudi)*

### ***IL DONO DEL COLORE***

*di Elisabetta Mastrocola*

### ***GLI SPIRITI DELLE SETTE LUCI***

*a cura di Elisabetta Mastrocola*

### ***TULASI, la pianta dell'Amore***

*di Caterina Carloni*

### ***LE IMMAGINI CURATIVE***

***I giochi dell'estate***

*a cura di Caterina Carloni*

### ***AGATA, la pietra per conoscersi meglio***

*di Caterina Carloni*

### ***IL QUADRO***

***VENERE E ADONE*** *di Tiziano Vecellio*

### ***L'INTERVISTA***

***Reading in Progress - Letture in corso***

*a cura di Elisabetta Mastrocola*

## **CORSI E NEWS**

**Care lettrici e cari lettori,**

con questo numero dedicato ai **COLORI**, simboli per eccellenza di **fantasia** e immaginazione, capaci di suscitare **emozioni**, di comunicare al primo istante **attrazione** o **repulsione**, compagni sempre presenti che ci aiutano a dipingere la nostra quotidianità, vi auguriamo una felice, divertente e coloratissima estate!



Nel linguaggio dei fiori, il **girasole** esprime devozione e fedeltà

Buona lettura,

Caterina e Elisabetta

## IL MIO NOME E' ROSSO

*Quando Firdusi, il poeta del "Libro dei Re" venne a Ghazna, alla corte di Scià Mahmut per essere disprezzato come un poeta provinciale, e all'improvviso declamò l'ultima strofa di una quartina di tre versi che finivano con una rima molto difficile, io ero lì, sul suo caftano.*

*Quando il vile Tur tagliava la testa a suo fratello Irec, quando i meravigliosi e leggendari eserciti combattevano nella steppa e quando, per un colpo di sole, il sangue scorreva brillando senza sosta dal bel naso di Alessandro, io ero lì.*

*Ero ovunque e sono ovunque.*

*Ero sulle bandiere degli eserciti che assediavano le fortezze, sulle tovaglie dei banchetti, sui caftani di velluto degli ambasciatori che baciavano i piedi ai sultani, e ovunque si dipingeva la spada per le cui storie i bambini vanno matti.*

*Sento che vi domandate: cosa vuol dire essere un colore?*

*Il colore è il tocco dell'occhio, la musica dei sordi, un grido nel buio. Dato che sono decine di migliaia di anni che ascolto, di libro in libro, di oggetto in oggetto, quel che dicono le anime, come il ronzio del vento, lasciatemi dire che il mio tocco somiglia a quello degli angeli. Parte di me richiama i vostri occhi, è la mia parte pesante. L'altra parte vola in aria con i vostri sguardi, è la mia parte leggera.*

*Sono così contento di essere rosso! Mi brucia dentro, sono forte, so di attirare l'attenzione, so anche che non riuscite a resistermi.*

*Non mi nascondo. Per me, la finezza non si ottiene con la debolezza o la fragilità, ma con la decisione e la forza di volontà. Mi faccio notare. Non ho paura degli altri colori, delle ombre, della folla o della solitudine. Com'è bello riempire con il mio fuoco vittorioso una superficie che mi attende! Dove mi espando io, gli occhi brillano, le passioni si fortificano, le sopracciglia si alzano, i cuori battono forte. Guardatemi, com'è bello vivere! Contempletmi, com'è bello vedere, Vivere è vedere. Io vedo ovunque. La vita comincia con me, tutto torna a me, credetemi.*



## IL DONO DEL COLORE



www.bigstock.com · 1866232

Già negli antichi templi egizi fasci di luce colorata venivano utilizzati come strumenti di guarigione, e da qualche decennio ormai, attraverso la moderna cromoterapia, queste antiche tecniche sono tornate in auge, confermate anche da riscontri scientifici che ne hanno attestato la validità.

L'importanza del pigmento, passando per l'arte e la moda, raggiunge la quotidianità, non solamente come risultato della sua influenza benefica, ma come mezzo di espressione personale con il quale comunicare e condividere pensieri, sentimenti, modi di essere.

Nell'approfondimento della sua valenza spirituale e quando se ne conoscano le correlazioni con gli organi, con le ghiandole e con i chakra, ma anche con gli astri - a loro volta, organi del grande corpo cosmico - il colore permette di sviluppare un metodo di lavoro su di sé.

Valutando le qualità morali collegate alle diverse tinte, insieme ad un indispensabile e serio studio della propria realtà interiore, si colmerebbero quelle lacune, anche inconsapevoli, che impediscono la valorizzazione delle doti personali, utilizzando un dato colore; così per ispirare il coraggio si potrebbe usare un particolare tono di rosso, per infondere fiducia in un momento di pessimismo, indossare un verde brillante. Al contrario, gli eccessi potrebbero essere

smorzati armonizzandoli con il colore corrispondente, mentre le indecisioni costituzionali sostituendo coloriture tenui e indefinite con toni accesi e decisi.

Sembra quasi un gioco, ma sappiamo che l'aspetto ludico ha grande importanza nell'equilibrio dell'individuo e della società. Allora, perché non provare a giocare dando alle importanti istanze dell'esistenza un contributo di semplicità?

Perché non cercare, del proprio colore preferito, le corrispondenze con i cibi e i principi nutrizionali in essi contenuti, con i fiori e il loro simbolismo, con le stagioni e gli stati d'animo che queste risvegliano in noi, con gli artisti che più li utilizzano e i messaggi delle loro opere, e così via?

Non c'è che l'imbarazzo della scelta, dai poderosi testi sacri ai pratici e semplici manuali, per istruirsi sulla vasta gamma dei significati legati alla scomposizione della luce.

Dare importanza al colore, riscoprendone il piacere che ne può derivare, offre nel contempo l'opportunità di espandere il raggio d'azione della nostra creatività rafforzando la padronanza di quelle capacità che non avevamo prese in considerazione; e ciò che è iniziato come puro divertimento, ha assunto in seguito aspetti di insospettata utilità.

Quando si sfiora il mantello della Divinità si rimane stupiti, in silenzio, e senza sapere perché ci si inchina alla Luce, che attraverso un Colore, è arrivata per donarci quella sua particolare Grazia, tutta da scoprire.

Elisabetta Mastrocola

## Gli Spiriti delle sette Luci



«Nel libro dello Zohar è scritto:

*"Sette luci vi sono nell'Altissimo  
ed è là che abita 'Antico degli Antichi,  
il Misterioso dei Misteriosi,  
il Nascosto dei Nascosti: Aïn Soph"*

Queste sette luci sono il rosso, l'arancione, il giallo, il verde, il blu, l'indaco, il viola. In realtà esse sono i sette Spiriti che stanno davanti al Trono di Dio. I colori della luce scomposta dal prisma possiedono anche un valore simbolico. Quando tenni la mia prima conferenza iniziai parlando del sole e della sorgente. Perché? Perché la luce è come l'acqua di una sorgente. Sì, il sole con la sua luce è una sorgente ed è in alto che zampilla la vera fonte. La luce è acqua che zampilla dal sole, è l'acqua della vita. Essa è bianca, mentre l'acqua della terra è trasparente, ma è sempre lo stesso simbolo.

Quando si guarda la luce del sole attraverso un prisma, si scoprono una ricchezza e uno splendore infiniti. Come avviene che la luce, essendo una, attraversa il prisma che è tre, per diventare sette? Sì, uno, tre e sette. Questo fenomeno mi ha impressionato fin dalla giovinezza e mi rallegravo vedendo che la luce del sole conteneva tante ricchezze, tanta bellezza e purezza. In tale occasione compresi che l'essere umano, come il prisma, è una trinità. Affinché la luce solare possa scomporsi perfettamente nei sette colori, bisogna che la sezione del prisma sia un triangolo equilatero ma anche che le tre facce siano trasparenti. Allo stesso modo, se l'essere umano non ha sufficientemente sviluppato il triangolo formato dal proprio intelletto, dal proprio cuore e dalla propria volontà, la luce proveniente da Dio, la luce del sole, non può scomporsi nei sette colori. I discepoli e gli iniziati che si sono presi cura del proprio sviluppo armonioso, cioè che hanno riflettuto e lavorato per sviluppare la propria intelligenza, che hanno esercitato il cuore a sentire e ad amare correttamente, che sono diventati forti perché hanno lottato e hanno avuto la volontà di vincere ciò che è negativo, questi discepoli o questi iniziati riescono a scomporre la luce in sette colori e la loro aura diventa più grande, più bella e più pura...»

## **Il prisma, immagine dell'essere umani**

«... Ma torniamo al prisma. Vi ho mostrato che nell'essere umano, tutto è distribuito secondo i numeri uno, tre, sette. Anche quando un uomo e una donna creano un bambino, ciò che l'uomo dona alla donna è l'uno, la luce, e la donna che rappresenta il tre, il prisma, genera le sette forze, un essere completo. Si tratta della stessa legge. Se la donna non è ben equilibrata non produrrà un fascio di colori perfetti, cioè un essere umano con tutte le sue membra, con tutte le sue facoltà e qualità, ma un essere imperfetto. Ciò dipende quindi dalla madre, ma anche dal padre, perché spesso il padre non dà alla madre qualcosa di puro e luminoso come la luce del sole. Quello che è sicuro è che la luce brillante e spenta del padre, che passa attraverso il prisma più o meno perfetto della madre, genera un bambino più o meno normale. Si tratta delle stesse corrispondenze assolute. E ancora, quando vi parlo, le parole che pronuncio sono come la luce del sole e voi siete dei prismi. Se le mie parole sono pure, intelligenti e perfette come la luce del sole e se voi siete dei buoni prismi, cioè se siete ben riposati, ben attenti e svegli, con l'intelligenza e il cuore ben disposti, nasceranno bambini straordinari, vale a dire, pensieri, scoperte e sentimenti costruttivi. Se vi facessi le rivelazioni più profonde e più veridiche mentre siete sonnolenti e stanchi o se vi dicessi cose che non vi interessano, non sareste dei buoni prismi e non vi sarebbe alcun risultato; addirittura le mie parole produrrebbero malintesi perché comprendereste cose diverse da quelle che avrei voluto dirvi, come varie volte è capitato. [...]

Vi rivelerò ancora qualcosa di straordinario che non troverete in nessun libro. L'iniziato ha in sé stesso i due triangoli, i principi maschile e femminile; egli rappresenta l'unione di spirito e materia. Quando è pieno di bontà, amore e compassione per gli esseri umani, quando tutta la sua attenzione è concentrata su di essi, rappresenta il triangolo dello spirito, con la punta verso il basso, cioè verso l'umanità. A quel punto riceve la luce di Dio e mentre tutta la sua attività è concentrata verso il basso, verso gli esseri umani, questa luce esce da lui in un fascio di sette raggi-colori che si proiettano verso il cielo e gli angeli, gli arcangeli e Dio stesso ne rimangono ammirati. Eppure l'iniziato pensava agli esseri umani... L'altro triangolo, cioè il triangolo della materia, quello con la punta girata verso l'alto, si trova invece maggiormente in relazione col mondo sotterraneo ed è meno protetto. Il mondo sotterraneo proietta anch'esso una luce, ma è una luce inferiore, una luce tenebrosa che, se l'essere umano non è vigile, intelligente e puro, può avere su di lui effetti disastrosi. Dunque, come vi ho appena detto, quando l'iniziato ha per l'umanità un amore totalmente disinteressato e quando, con tutte le sue forze e con tutta la sua anima, chiede che tutti gli esseri umani siano nella gioia, nell'abbondanza, nella pace, nella pienezza, allora i sette colori si irradiano attraverso di lui. Inoltre, in quel momento, accade qualcosa di importante. Tutte le forze tenebrose che il mondo inferiore invia all'iniziato, vengono da lui purificate; egli le trasforma e sa utilizzarle. Per i grandi Iniziati non esiste male che non sappiano trasformare in Luce...»

OMRAAM MIKHAËL AÏVANHOV

Brani estratti dal volume "LO YOGA DEL SOLE - Gli splendori di Tipheret"

Edizioni Prosveta

[www.prosveta.it](http://www.prosveta.it)

## TULASI, la pianta dell'Amore



All'esterno di una delle loro nuove serre, i devoti del tempio di Vancouver mostrano una meravigliosa pianta di Tulasi.

Il suo nome scientifico in latino è *Ocimum sanctum*. *Ocimum* significa che essa è della famiglia del basilico e *sanctum* significa 'santo'. Essa è nota come basilico santo ed è riconosciuta come particolarmente auspiciosa in tutte le scritture vediche.

Krishna ha il suo posto favorito: Vrindavana. Ed ha un suo animale preferito: la mucca. Ed ha anche una sua pianta preferita: Tulasi. Onorare Tulasi ci può dare il risultato più elevato: la devozione al Signore Supremo, Sri Krishna.

Due versi dello Skanda Purana lodano la pianta di Tulasi: "Voglio offrire i miei rispettosi omaggi ai piedi di loto della pianta di Tulasi che può cancellare immediatamente una grande quantità di attività peccaminose. Semplicemente vedendo o toccando questa pianta, una persona può essere liberata da tutte le angosce e le malattie. Semplicemente offrendole gli omaggi e versando l'acqua su di essa, possiamo liberarci dalla paura di essere mandati alla corte di Yamaraja (il re della morte che punisce i peccatori). Se qualcuno semina da qualche parte una piantina di Tulasi, diventerà certamente devoto di Sri Krishna e quando le foglie di Tulasi sono offerte con devozione ai piedi di loto di Krishna si ha il massimo sviluppo

dell'amore per Dio." E anche: "Tulasi è ricca di buoni auspici in tutti i sensi. Semplicemente vederla, semplicemente toccarla, semplicemente ricordarla, semplicemente rivolgerle preghiere, semplicemente inginocchiarsi davanti a lei, semplicemente ascoltare parlare di lei o semplicemente seminare questa pianta, sono sempre attività molto propizie. Chiunque venga in contatto con la pianta di Tulasi nei modi sopra ricordati vive eternamente nel mondo di Vaikuntha."

## Sri Tulasi pranama

*vrindayai tulasi-devyai  
priyayai kesavasya ca  
krishna-bhakti-prade devi  
satyavatyai namo namah*

*vrindayai: a Vrinda; tulasi-devyai: a Tulasi Devi; priyayai: che è cara; kesavasya: a Sri Krishna; ca: e; krishna-bhakti: servizio devozionale a Sri Krishna; prade: che accorda; devi: o dea; satya-vatyai: a Satyavati; namah namah: omaggi ripetuti.*

Offro i miei ripetuti omaggi a Vrinda, Srimati Tulasi Devi, che è molto cara a Sri Kesava. O dea, tu ci concedi il servizio devozionale a Krishna e possiedi la verità più alta.

## Sri Tulasi Pradaksina Mantra

*yani kani ca papani brahma-hatyadikani ca  
tani tani pranasyanti pradaksinah pade pade*

*yani kani: qualsiasi; ca: e; papani: peccati; brahma-hatya: uccisore di un brahmana; adikani: e così via; ca: anche; tani tani: tutti loro; pranasyanti: sono distrutti; pradaksinah: girando attorno (a Tulasi Devi); pade pade: a ogni passo.*

Girando attorno a Srimati Tulasi Devi, a ogni passo, tutti i peccati che possono essere stati commessi sono distrutti, perfino quello dell'assassinio di un *brahmana*.

# LE IMMAGINI CURATIVE

## I GIOCHI DELL'ESTATE

Per **sbollire la rabbia**, gli studiosi di Harvard hanno escogitato un piccolo trucco: basta dire a voce alta il colore delle parole qui sotto (non le parole) nell'ordine in cui sono elencate, più in fretta possibile.

BLU

VERDE

GIALLO

TURCHESE

ARANCIONE

ROSSO

VIOLA

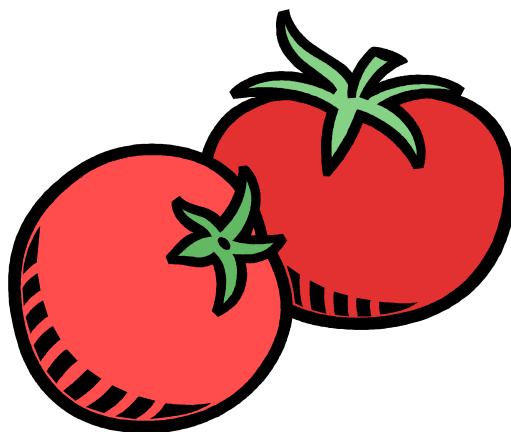
Per aumentare la **disponibilità, la gentilezza e la tolleranza**, è molto utile ammirare un bel paesaggio...



Per **riscaldarsi** d'inverno o per affrontare un mattino gelido, i ricercatori americani dicono che visualizzare qualcosa di caldo, come un fuoco o il sole, dà effettivamente una sensazione di calore.



Fissare il colore rosso porta a **prestare maggiore attenzione** ai dettagli, come dimostra uno studio canadese. Il motivo? Siamo abituati ad associare il rosso agli errori, e questo ci spinge a impegnarci per evitarli.



Da uno studio della Flinders University, in Australia, è emerso che visualizzare un arcobaleno per qualche attimo aiuta a distogliere l'attenzione dal **desiderio compulsivo di abbuffarsi**.



Se ti alleni in uno spazio verde accresci il tuo senso di benessere e **migliori l'umore**. Lo rivela una ricerca inglese. Si può ottenere un risultato analogo guardando belle immagini di natura verde mentre ci si allena sul tapis-roulant.



# AGATA

## la pietra per conoscersi meglio



L'**agata** (dal greco *achates*) è una varietà compatta e fibrosa di quarzo, con tipica struttura zonata e visibile anche a occhio nudo per la diversità di colore.

Quando l'agata si presenta in bande piane e parallele, di colore contrastante (chiare/scure), prende il nome di *onice* (dal greco *onyks*, unghia, per l'aspetto traslucido).

A seconda dei colori delle bande si hanno diverse denominazioni:

strato di fondo marrone: sardonice

strato di fondo rosso: onice-corniola

Secondo la cristalloterapia, promuove il bisogno di introspezione e aiuta a trovare dentro di sé la risposta alle proprie domande. Facilita l'analisi critica delle proprie esperienze. Ci fa sentire protetti e sicuri, ci rende meno tesi e in grado di sopportare meglio le influenze esterne (soprattutto se l'agata presenta delle strisce eguali e concentriche). Promuove il pensiero logico razionale facendoci andare al nocciolo dei problemi, aiutandoci ad elaborare soluzioni pragmatiche. Favorisce la concentrazione sull'essenziale.

A livello fisico, serve da protezione all'intero organismo, armonizza e stabilizza la salute.

Utile per la pelle, le malattie degli occhi e dell'apparato gastro-intestinale.

# IL QUADRO



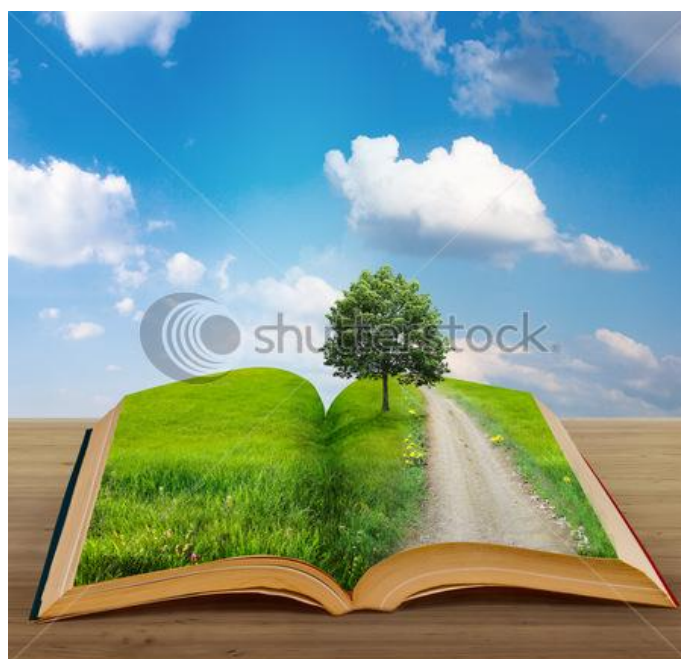
Tiziano Vecellio, "Venere e Adone", Museo del Prado, Madrid 1553

***READING IN PROGRESS***

***LETTURE IN CORSO***

**TRIBU' DEI LETTORI**

*ROMA 26 - 31 MAGGIO 2011*



www.shutterstock.com · 73756861

All'interno della manifestazione LA TRIBU' DEI LETTORI promossa dalla Provincia di Roma con il contributo di importanti istituzioni nazionali e internazionali e organizzata dall'associazione culturale PLAYTOWN ROMA, al secondo anno della sua edizione, si sono svolti per la prima volta in alcuni quartieri romani e in alcune località dell'hinterland cittadino, una serie di incontri che hanno visti la partecipazione di librerie, scolaresche, autori, attori, operatori culturali, bambini, ragazzi e genitori.

Vedere improvvisamente fiorire nelle piazze e nei giardini imponenti tende indiane, capaci di

contenere fino a venti persone, ha suscitato l'interesse dei tanti ai quali la notizia della manifestazione non era arrivata, forse perché l'evento non era stato sufficientemente pubblicizzato dai media. La curiosità, nonostante questo, ha raggiunto il suo scopo, perché un magnetismo particolare ha attirato nelle tende bambini e genitori, ragazzi e nonni; superando persino quelle differenze culturali che non era stato considerato, in questa occasione, potessero essere superate. L'obiettivo della manifestazione era quello di risvegliare nei giovanissimi l'interesse per la lettura, ma a questo si sono aggiunti altri risultati che hanno suscitato importanti argomentazioni. Non sono mancate le difficoltà, che sempre si riscontrano nell'attuazione di progetti ai primi passi, risolte dall'estro e dalla creatività dei partecipanti, stimolati ad ipotizzare e suggerire ulteriori modalità operative per le prossime edizioni.

A tale proposito, ecco le osservazioni delle responsabili delle Librerie **IL MINOTAURO**, Natacha Eychenne e Cristina Noci (era purtroppo assente Cristina Marchetti), e della Libreria **IL GHIRIGORO**, Rosanna Cesareo.

D.

Come nasce, per i librai, l'idea di partecipare alla TRIBU' DEI LETTORI?

R.

**Rosanna** - Siamo stati contattati telefonicamente dalla PLAY TOWN ROMA. L'associazione ci ha proposto di unirici alla libreria **SCUOLA E CULTURA**, che aveva già partecipato l'anno precedente alla manifestazione. In questo secondo esperimento sono state coinvolte anche le librerie per ragazzi.

**Natacha** - Sia per noi librerie che per l'associazione sembrava interessante essere presenti diversamente sul territorio.

D.

In che modo le librerie di quartiere hanno partecipato all'organizzazione della manifestazione, e quale è stato il loro ruolo nella decisione del calendario e nella gestione delle attività?

R.

**Rosanna** - Come librerie abbiamo partecipato quasi totalmente alla decisione del calendario. L'associazione ha scelto le associazioni culturali con cui collaborare per impiegare operatori culturali e si è interessata di garantire due o tre incontri con gli autori, soprattutto per il fine settimana. Tutte le librerie hanno avuto piena libertà di scelta ma anche l'obbligo di garantire la copertura del calendario.

**Natacha** - Abbiamo lavorato molto sul quartiere, perché molti clienti non erano al corrente della manifestazione

**Cristina** - Ho raccolto le loro mail e poi le ho girate a Natacha che ha inviato il programma con gli appuntamenti.

**Natacha** - Abbiamo cercato argomenti da proporre per coprire le diverse fasce di età, in modo da accontentare i bambini.

**Cristina** - La scelta dei libri - nel nostro tapee ne abbiamo portati oltre 2500 copie - è andata verso quelli che amiamo di più, perché questo ci divertiva e contemporaneamente ci rassicurava; così potevamo dividerli meglio nelle letture.

D.

Era la prima volta che le librerie romane venivano coinvolte in un'iniziativa di questo tipo?

R.

**Rosanna** - Ci sono state altre cose nel tempo.

**Natacha** - Sì.

D.

Avete avuto degli incontri fra librai, e fra librai e l'associazione PLAYTOWN ROMA per consultarvi e preparare il programma?

R.

**Rosanna** - Sì, abbiamo avuto a novembre del 2010 una prima riunione a Palazzo Valentini, sede della Provincia di Roma, per conoscerci, e altre due all'Auditorium, poi fino ad aprile più niente. Comunque, quando sono ripresi i contatti per organizzarci, l'ingranaggio si è mosso. C'è stato un rapporto costante e continuo e una disponibilità a risolvere i problemi. A maggio i responsabili stati molto presenti.

**Natacha** - Non per il programma, dove siamo stati liberi di decidere. Il rapporto con le librerie è stato assiduo con i librai con i quali ci si conosce di più e c'era già un'amicizia.

**Cristina** - E' stimolante pensare che si potrebbero condividere più idee.

**Natacha** - Probabilmente dopo l'estate faremo un incontro con l'associazione per tirare le somme. C'è sicuramente molta volontà da parte di tutti per una collaborazione futura.

D.

Come vi siete preparati e organizzati?

R.

**Rosanna** - Con Natacha, della libreria IL MINOTAURO, con cui c'è un rapporto più confidenziale, ci siamo confrontate. Ho avuto appuntamenti in comune con altre librerie, ma sono stati casuali; per il resto, ognuno ha fatto per sé. I rapporti con le altre librerie sono buoni, ma ognuno ha il proprio microcosmo.

**Natacha** - Con uno spirito molto allegro, con divertimento. Abbiamo contattato chi poteva intervenire, fra lettori, attori, autori e scuole.

D.

Quali erano le vostre aspettative?

R.

**Rosanna** - Di avere una visibilità, più che maggiore, diversa. Vedere nel libro la possibilità di un progetto futuro.

**Cristina** - Di stare bene, divertirci e che tutto filasse liscio. Di ampliare le nostre conoscenze.

D.

Quale è stata la stata la risposta del pubblico?

R.

**Rosanna** - Positiva, perché le persone che avevano già conosciuto l'evento l'anno precedente hanno constatato che si stava diffondendo anche nelle zone periferiche, nei quartieri; e positiva anche per coloro che non lo conoscevano, perché hanno avuto la possibilità, soprattutto i bambini, di incontrare autori e illustratori e di sapere in cosa consiste il loro lavoro.

**Natasha** - Il pubblico ha risposto molto bene. E' stato sempre presente. I bambini poi erano estremamente attratti, i genitori invece qualche volta, ma certo non sempre, li frenavano.

**Cristina** - Perché non capivano che la manifestazione era gratuita, che si poteva partecipare ai laboratori, ai giochi, alle letture e alle presentazioni in maniera assolutamente gratuita. Ma comunque, al pubblico darei un dieci pieno!

D.

Quali sono state le sorprese piacevoli, e gli inconvenienti che si sono presentati, se ce ne sono stati?

R.

**Rosanna** - Una sorpresa piacevole è stata vedere bambini che non sono mai venuti in libreria, appartenenti a comunità musulmane, che con timidezza sono entrati nella tenda, all'inizio per curiosare, e dopo aver guardato i libri, si sono fermati a disegnare. Alcuni non parlavano italiano. Hanno avuto l'opportunità di scoprire la lettura e l'hanno colta, dimostrando che i bambini sono incuriositi dai libri e che, se non sono trattenuti, leggono. Il bambino ha bisogno di avere accanto a sé un adulto sensibile e responsabile. Una sorpresa spiacevole è stata vedere qualche genitore che non dimostrava apprezzamento per il valore di un libro.

**Cristina** - Oltre alle cose preparate si sono sviluppate altre attività non previste, tipo alcune letture non programmate all'interno del tapee, che è uno spazio bellissimo. I bambini, ma anche noi, ne siamo stati felici. - Magari c'era un po' troppo caldo, specie nelle ore centrali, e questo toglie l'attenzione del bambino. Bisognerebbe pensare ad un sistema di ventilazione. Ho trovato bello e arricchente l'incontro con le diverse etnie. Osservando i bambini e i loro genitori ho compreso le loro mentalità e ho visto come il bambino supera spontaneamente e più facilmente dell'adulto tutte le barriere.

**Natasha** - Fra le sorprese piacevoli, da parte dell'organizzazione, ci sono stati i manifesti del programma, davvero bellissimi! Il bilancio è stato attivo, molto positivo. C'è stata tanta gente e siamo riusciti anche a non chiudere la libreria.

D.

Avete suggerimenti per la prossima edizione?

R.

**Rosanna** - Organizzare tutto con maggiore anticipo; dare maggiore risalto all'evento utilizzando anche telegiornali regionali e programmi culturali; coinvolgere le scuole, soprattutto con una lettera informativa da parte della Provincia di Roma ai dirigenti scolastici informandoli e invitandoli a partecipare.

**Natacha** - Dare più importanza alla comunicazione, in tutti i sensi. Comunicare l'evento in maniera diversa e più specifica in modo da correggere alcune cose e spiegare che l'evento è una promozione della lettura, il cui scopo è quello di coinvolgere attivamente bambini, genitori e insegnanti.

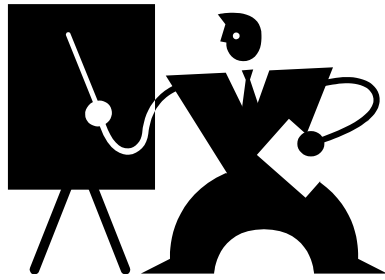
Cristina, Natacha e Rosanna sono concordi nel ringraziare l'associazione PLAY TOWN ROMA per aver offerto loro la possibilità di partecipare a questa iniziativa culturale, occupandosi del lato economico, fornendo materiale come il tepee con tutto l'occorrente per stare comodamente dentro e fuori, i libri espositivi delle case editrici, le locandine con la stampa del programma, il contatto con gli autori e gli illustratori, il permesso di occupazione del suolo pubblico con la possibilità di poter vendere i libri nel tepee, e la guardia notturna a protezione del prezioso tesoro... Naturalmente contano di ripetere l'esperienza il prossimo anno, e di cominciare quanto prima a prepararsi!

Per notizie sulla manifestazione potete visitare il sito [www.latribudeilettori.it](http://www.latribudeilettori.it)

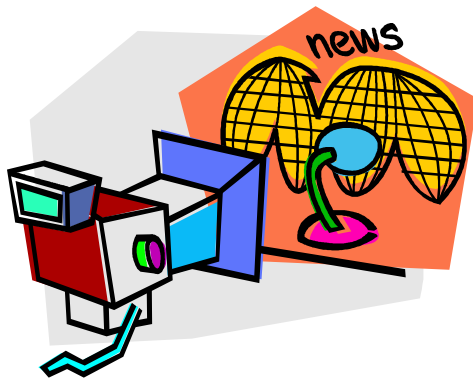
Per notizie sulle librerie IL GHIRIGORO e IL MINOTAURO potete visitare i siti [www.ilghirigoro.it](http://www.ilghirigoro.it) e [www.ilminotauro.it](http://www.ilminotauro.it)

Elisabetta Mastrocola

# *CORSI*



# *E NEWS*



# *Fondamenti di Psicosomatica*



16,00 €

TIPOLOGIA: Libro cartaceo

AUTORE: Carloni Caterina

EDITORE: Edizioni Enea

DIMENSIONI: 17x24

PAGINE: 122

ANNO STAMPA: Febbraio 2011

EDIZIONE: 1°

CODICE ISBN: 9788895572420

CODICE EAN: 9788895572420

Il termine "psicosomatica" richiama all'unità mente-corpo.

La capacità di nuovi adattamenti e mutamenti nella vita è fondamentale. Irrigidirsi in vecchie posizioni e comportamenti, quando non sono più adatti alla realtà che ci troviamo a vivere, conduce a problemi più gravi rispetto alle difficoltà che potremmo incontrare lasciandoci andare per aprirci al nuovo con tutte le sue possibilità di crescita e rinnovamento.

Quando contrastiamo questo normale processo della vita, la vita stessa ci viene in aiuto mostrandoci, attraverso il sintomo, la malattia, l'errore da correggere. Dunque la capacità di trasferire il linguaggio simbolico del corpo in modelli che ne consentano una chiara comprensione è l'obiettivo della psicosomatica.

## **Corso annuale di Medicina Psicosomatica 2011-2012**

*La Psicosomatica è l'arte e la scienza di curare l'essere umano come totalità. Il suo scopo è favorire lo sviluppo di una nuova e differente consapevolezza della vita e della malattia. Il sintomo, in questa ottica, diventa uno strumento di crescita, la malattia un'esperienza necessaria all'evoluzione, il disturbo fisico un simbolo che apre la strada a nuovi significati esistenziali, riavvicinando l'essere umano a sé stesso e riportandolo sul proprio cammino evolutivo.*



*"L'uomo è un albero rovesciato con le radici che tendono al cielo e i rami verso terra" (Platone)*



***"La medicina migliore per l'uomo è l'uomo stesso.  
Il massimo grado di medicina è l'amore". (Paracelso)***

Secondo una recente direttiva emanata dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, il concetto di benessere non può essere limitato ad uno stato di assenza di sintomi conclamati, ma deve coinvolgere tutti gli aspetti della vita umana: fattori fisici, psichici, sociali e spirituali.

La Medicina Psicosomatica moderna, in linea con tale direttiva, parte dal presupposto che l'organismo umano sia una totalità integrata in cui gli aspetti fisici e psichici concorrono in modo interdipendente a produrre lo stato di salute di un individuo.

Ogni disturbo, in questa ottica, è sempre il tentativo di portarci in un altro stato energetico che ci distolga da noi stessi e realizzi la nostra vera essenza. Così, una forma depressiva può indicare una crisi che vuole farci rinascere, l'ansia la vita che cerca spazio per emergere, l'attacco di panico l'energia vitale che prorompe, la psoriasi la corazza delle emozioni bloccate, l'asma la paura di perdere gli affetti, l'aritmia cardiaca segnala il bisogno di vivere ad un ritmo diverso e la colite il bisogno di liberarsi dai pensieri sporchi.

La malattia si configura quindi come manifestazione simbolica di un disagio del nostro sé; i simboli, le metafore e le analogie sono le chiavi di lettura per comprendere l'origine del disagio stesso, anche nelle più complesse situazioni patologiche.

Salute ed evoluzione, infatti, sono due aspetti della stessa realtà: la stessa fonte vitale che genera la malattia quando viene negata, può espandersi con gioia nella vita e nella coscienza quando viene accolta e riconosciuta.

In questa prospettiva, il sintomo di cui il paziente soffre non è mai davvero il suo problema, ma il segnale di quel problema. La malattia costituisce perciò una risorsa da utilizzare, una preziosa alleata della nostra naturale tendenza ad evolvere.

Occorre pertanto superare la lettura riduzionista che vede il sintomo solo come un ostacolo da abbattere sulla via della guarigione ma riconoscere che la malattia è un fatto essenziale e ineliminabile della nostra vita: essa rappresenta un momento flessibile in cui la salute può ridisegnarsi verso un nuovo equilibrio.

*Il corso è suddiviso in nove moduli indipendenti di una giornata volti a fornire conoscenze e strumenti concreti per applicare nella vita di tutti i giorni i metodi curativi della medicina psicosomatica.*

# Programma del corso

**5 novembre 2011**

1. **La medicina psicosomatica:** il valore positivo del sintomo, la visione olistica, la saggezza del sé (Dr. Silvia Sozzi)

**3 dicembre 2011**

2. **La medicina psicosomatica e l'Ayurveda:** la scienza della vita, la psicoterapia secondo gli orientali, l'armonia tra mente e corpo (Dr. Caterina Carloni)

**14 gennaio 2012**

3. **La testa:** la dimensione simbolica, emicrania e cefalea, insonnia (Dr. Silvia Sozzi)

**4 febbraio 2012**

4. **Il cuore:** l'organo e i suoi simboli, la sede degli affetti, i disturbi cardiocircolatori, l'ipertensione (Dr. Caterina Carloni)

**4 marzo 2012**

5. **Le vie respiratorie:** la dimensione simbolica, l'asma, gli attacchi di panico (Dr. Silvia Sozzi)

**1 aprile 2012**

6. **Lo stomaco e l'intestino:** il processo digestivo, la colite, la gastrite, l'ulcera (Dr. Caterina Carloni)

**6 maggio 2012**

7. **La pelle:** il simbolismo, la psoriasi, le dermatiti (Dr. Silvia Sozzi)

**10 giugno 2012**

8. **Il cibo e la psiche:** anoressia, bulimia, obesità (Dr. Silvia Sozzi)

**24 giugno 2012**

9. **Il ciclo della vita:** il processo della morte, la rinascita, esperienze di pre-morte, la regressione (Dr. Caterina Carloni)

Il corso è aperto a chiunque desideri apprendere l'uso di strumenti efficaci e capaci di trasformare un disagio in un'opportunità di crescita personale.

**Docenti e organizzatori:**

**Silvia Sozzi**, psicologa e psicoterapeuta, specialista in medicina psicosomatica  
[sozzi.silvia@libero.it](mailto:sozzi.silvia@libero.it)

**Caterina Carloni**, psicologa e psicoterapeuta, specialista in medicina psicosomatica  
[www.caterinacarlioni.it](http://www.caterinacarlioni.it) [www.ilpoteredelleparole.it](http://www.ilpoteredelleparole.it) [info@caterincarlioni.it](mailto:info@caterincarlioni.it)

Gli incontri si terranno il sabato dalle 10 alle 13.30 e dalle 15 alle 18.30

**COSTO:**

€ 800 per l'intero corso

€ 120 per singolo modulo

Inizio corso: sabato 5 novembre 2011

Il corso è a numero chiuso.

Le iscrizioni termineranno il 20 ottobre 2011.

Si rilascia attestato di frequenza.

**SEDE DEL CORSO:**

Studio di Medicina Psicosomatica

Viale dei Primati Sportivi, 50 (EUR Palasport) 00144 ROMA

**PER INFORMAZIONI:**

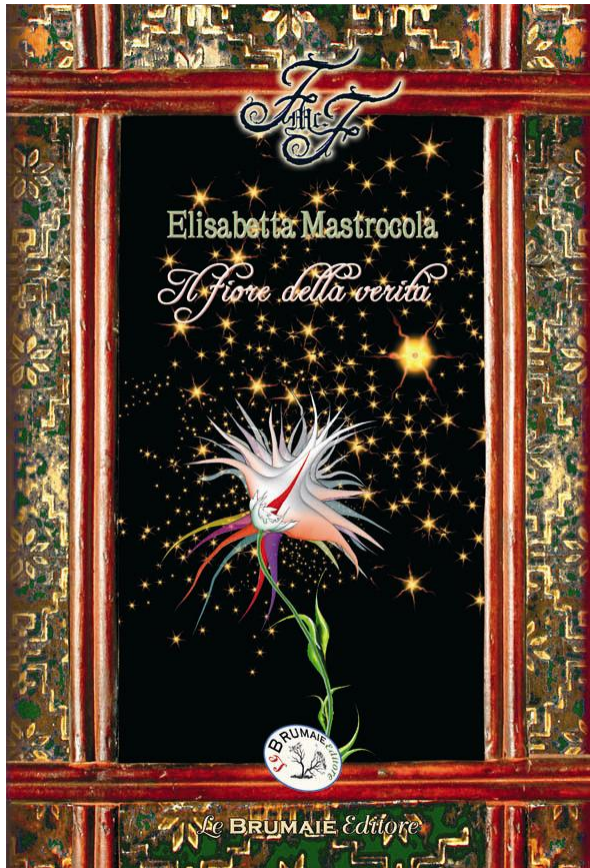
Tel. 06.54210797 - 339.5258380 - 339.2197176

[info@caterinacarlioni.it](mailto:info@caterinacarlioni.it)

FAX: 06.97258889

[Da quest'anno è prevista anche una versione on line del corso, con possibilità di iscrizione durante tutto l'anno. Per info: info@caterinacarlioni.it](#)

*"Nessuna medicina è in grado di curare ciò che la felicità non riesce a curare"*  
*(Gabriel Garcia Marquez)*



E' uscito in libreria

***Il fiore della verità***

di

Elisabetta Mastrocola

Le Brumaie Editore

Ebbene sì, continuano le avventure di

**Flic McFlair!**

Il Laboratorio di scrittura creativa di **Elisabetta Mastrocola** organizza i CORSI:

## **CORSO DI SCRITTURA CREATIVA E FORMATIVA**

### **"LA VIA DELLA SCRITTURA"**

*Il corso è rivolto a coloro che vogliono sperimentare le proprie capacità creative e letterarie, a coloro che hanno bisogno di superare eventuali difficoltà nell'espressione scritta, a coloro che desiderano migliorare tecnica e stile imparando ad organizzare e gestire un elaborato; siano essi operatori di comunicazione, professionisti, amanti della scrittura alle prime armi o più semplicemente persone, che utilizzando questo potente strumento artistico e scientifico, vogliono conoscersi meglio.*

## **COME RITROVARE LA CREATIVITA' PERDUTA**

*Il mito di Penelope rivisto e corretto...*

*La creatività è la capacità inscritta in ogni individuo che va oltre un talento specifico ed è a nostra disposizione in qualunque momento e in qualsiasi situazione. La proposta di un corso sulla creatività ha lo scopo di attivare questa straordinaria potenzialità e propone un cammino di conoscenza utilizzando il testo "Il ritorno di Penelope", dove la mitica regina parte per un viaggio di ricerca interiore che la porterà alla scoperta di una forza che non sapeva di possedere...*

*Il corso si articola in 14 lezioni.*

*Per informazioni contattare:*

[elisabetta.mastrocola@alice.it](mailto:elisabetta.mastrocola@alice.it)

[www.scrivtura-creativa.it](http://www.scrivtura-creativa.it)

*Tel. 0658204323 - 3335298204*

## ***STUDIO DI MEDICINA PSICOSOMATICA***

*psicoterapie individuali e di gruppo*

*percorsi di crescita personale*

*meditazioni e visualizzazioni guidate*

*consulenze psicologiche*

*terapie psicocorporee*

*tecniche di rilassamento*

*corsi di arteterapia*

*seminari di medicina psicosomatica*

*corsi on-line*

### ***contatti:***

*Dr. Caterina Carloni*

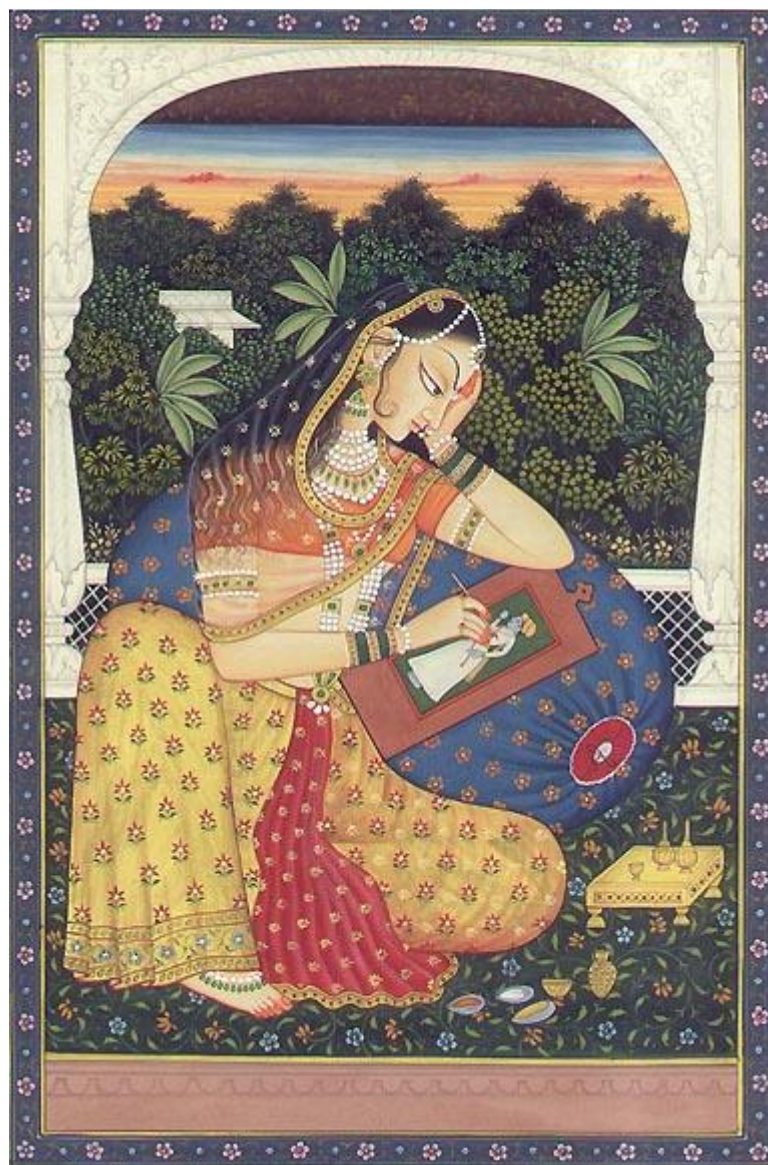
*[www.caterinacarlioni.it](http://www.caterinacarlioni.it)*

*[www.ilpoteredelleparole.it](http://www.ilpoteredelleparole.it)*

*[info@caterinacarlioni.it](mailto:info@caterinacarlioni.it)*

*Sede: Viale dei Primati Sportivi, 50 00144 Roma EUR*

*06.54210797 - 3395258380 - fax 06.97258889*



*Il bollettino online "IL POTERE DELLE PAROLE" è visibile anche sul sito*

[www.ilpoteredelleparole.it](http://www.ilpoteredelleparole.it)