

Il potere delle parole

Bollettino di Psicologia - Marzo/Aprile 2007 - n. 12

*A cura del Centro Studi di Psicologia e Psicoterapia
Viale dei primati Sportivi, 50 - ROMA
Tel. 0654210797 cell.3395258380
www.caterinacarlomi.it e-mail: caterina@caterinacarlomi.it*

LIBERI CON IL BHAKTI-YOGA



Tanti anni fa mi regalarono un libro magico dove c'era scritto tutto quello che avevo bisogno di conoscere. Anche l'autore del libro, ovviamente, era straordinario. Infatti non apparteneva a questo mondo. Ma più straordinario di tutti era il traduttore e commentatore del libro. A 69 anni, dopo aver partecipato in modo attivo al movimento di non-violenza di Gandhi, quest'uomo nato a Calcutta, s'imbarcò su una nave mercantile in rotta verso gli Stati Uniti. I suoi manoscritti e i suoi libri, più 40 rupie, erano tutta la sua fortuna. A New York, dove si stabilì, spiegò alla gente, in un negozietto abbandonato della Seconda Strada, i tesori contenuti nel mio libro magico, la Bhagavad-gita. La notte, invece, traduceva le Scritture dei Veda. Era un uomo gioioso, puro, coltissimo. Era un uomo di Dio.

Io, come tanti altri, me ne innamorai subito e per sempre.

Sentite cosa scrisse su quella nave che lo portava in un paese lontano e sconosciuto:

*Mio caro Signore, tu sei così gentile con quest'anima inutile,
ma non so perché mi hai portato qui.
Ora puoi fare di me ciò che vuoi.
In un modo o nell'altro, O Signore,
Tu mi hai portato qui per parlare di Te.
Ora sta a Te farmi avere il successo o il fallimento,
come a Te piace.
Io posso solo ripetere il tuo messaggio,
così se questo è il tuo desiderio,
puoi rendere comprensibili alla gente le mie parole.
Solo grazie alla tua misericordia incondizionata
le mie parole diventeranno pure.
Io sono certo che quando questo messaggio trascendentale penetrerà i loro cuori
essi proveranno una forte gioia,
e in questo modo si libereranno da tutte le infelicità della vita.*

Firmato: il mendicante più sfortunato e insignificante A.C. Bhaktivedanta Swami, a bordo della nave "Jaladuta", 18 settembre 1965.

Secondo la norma vedica, un maestro spirituale è colui che ha realizzato il sapere attraverso una successione di maestri e i cui insegnamenti non deviano mai, neanche nel minimo particolare, da quelli delle Scritture e dei maestri spirituali precedenti. A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada è il trentaduesimo anello della Brahma-Gaudiya-sampradaya, successione di maestri spirituali che risale a Sri Krishna stesso. Egli ha voluto far conoscere al mondo la saggezza vedica nella sua forma pura.

*Grazie a Lui, la mia vita è più felice.
I miei rispettori omaggi a Srila Prabhupada.*

Firmato: una servitrice inutile e senza meriti, Caterina

Pensieri e Parole

In questo numero vorrei inaugurare la presentazione di alcuni interessanti approcci alla psicoterapia, descritti da carissimi colleghi e amici del Centro Studi. Auspico, in futuro, una sempre migliore integrazione tra tecniche e metodologie psicologiche di diversa estrazione filosofico-culturale.

LA PROGRAMMAZIONE NEUROLINGUISTICA

A cura della Dott. Ornella Campo

Scrittrice e psicoterapeuta

Specializzata in tecniche ipnotiche

Studiosa ed esperta in PNL

Ricercatrice Universitaria

Vive e lavora a PALERMO

Per ulteriori informazioni visitate il sito www.asserete.it

Come un uomo è convinto di essere, così sarà, perché egli È ciò che immagina di essere.
Paracelso

Nei lontani anni '70, negli Stati Uniti, Gregory Bateson lavorava al Mental Research Institute di Palo Alto, in California, dando impulso agli studi che avrebbero condotto a un profondo cambiamento nel modo di concepire la comunicazione, la patologia e la terapia. Il punto cruciale di questa rivoluzione stava nello spostare il focus dell'attenzione dai contenuti alle relazioni: prendeva forma così quel centro di ricerca in psicoterapia che sarebbe divenuto noto come Scuola di Palo Alto, profondamente ispirato alla terapia della Gestalt di Fritz Perls.

A Palo Alto, Paul Watzlawick, Don Jackson e i loro collaboratori conducevano studi e ricerche sulla pragmatica della comunicazione; Gregory Bateson sviluppava la teoria del doppio legame; Bandler e Grinder studiavano i modelli utilizzati da terapeuti d'eccezione. Interessato a comprendere come questi terapeuti riuscissero a ottenere una percentuale di successi estremamente alta, Bateson li aveva infatti incaricati di esaminare il loro stile terapeutico, e li aveva inviati a studiare Milton Erickson, Virginia Satir e lo stesso Fritz Perls. Il risultato di questi studi fu la nascita della Programmazione Neurolinguistica (PNL), vale a dire di un modello di natura squisitamente pragmatica e non esplicativa, orientato a trovare e descrivere strategie di comunicazione efficaci, di soluzione di problemi e di definizione degli obiettivi.

La cornice in cui la PNL nasce e si sviluppa, negli anni del fiorire del cognitivismo, spiega la scelta del nome adottato per il modello, che ne riassume efficacemente i presupposti: l' assunto è, infatti, che ogni individuo, nel corso della propria esistenza e in virtù delle esperienze a cui va incontro, apprenda schemi di comportamento che vengono codificati come i programmi di un computer. Questi programmi guidano e orientano il comportamento individuale, spesso senza

consapevolezza da parte della persona che li mette in atto; il passo ulteriore di Bandler e Grinder è stato dato dall'idea che ogni programma, proprio come il software di un computer, possa essere modificato attraverso tecniche adatte allo scopo. Ecco perché la PNL si definisce come lo studio dell'esperienza soggettiva: perché le interazioni tra esperienza e struttura individuale generano rappresentazioni del mondo uniche e diverse da persona a persona, che tuttavia possono essere esplorate e modificate attraverso il repertorio di strumenti che il modello mette a disposizione. Il secondo assunto alla base del modello PNL è relativo all'idea che ogni esperienza, anche quella immaginata, abbia un correlato fisiologico collegato allo stato interno assunto dalla persona in un dato momento: l'aspetto della fisiologia (riassunto nella parte "Neuro" del nome del modello) permette a un osservatore esterno di riconoscere i segnali attraverso cui la persona comunica il proprio stato in modo non verbale. Il terzo assunto, infine, riguarda il fatto che ogni individuo, nel comunicare attraverso il canale linguistico la propria esperienza e il proprio stato, opera una serie di scelte verbali che rivelano la struttura utilizzata dalla persona stessa nel creare la propria rappresentazione della realtà – la sua mappa mentale del mondo, che, per definizione, non corrisponde al territorio.

Il presupposto di base del modello PNL, pertanto, è che ogni individuo crei la propria mappa del mondo, attraverso una serie di griglie o di filtri di lettura della realtà, che variano da quelli percettivi a quelli cognitivi, comprese convinzioni e credenze. Tale mappa del mondo può essere più o meno ricca o limitata/limitante, ma in ogni caso non corrisponde a una realtà oggettiva (il territorio): ci si muove quindi nell'ambito della più squisita soggettività. Un ulteriore presupposto della PNL è che la persona non possa esimersi dal comunicare, in modo verbale e non verbale, la propria mappa del mondo: questa risulta pertanto accessibile a un osservatore adeguatamente preparato. Ciò apre la via all'applicazione del modello a scopi terapeutici, educativi, di negoziazione, di definizione degli obiettivi, e di relazione in senso lato.

La PNL analizza la struttura dell'esperienza soggettiva, scomponendola in elementi osservabili, e fornisce tecniche e strumenti che consentono agli individui di modificare la propria esperienza e il proprio comportamento, nel senso di una più efficace definizione dei propri obiettivi, di una migliore abilità comunicativa, di una maggiore capacità di motivazione e di auto – motivazione. Il modello viene definito "generativo", perché tende ad ampliare la possibilità di accesso alle risorse individuali, aggiungendo elementi nuovi alla mappa soggettiva del mondo: nel rispetto del principio ecologico che ne è alla base, la PNL fornisce a ciascuno gli strumenti di arricchimento della propria mappa, senza interventi di tipo prescrittivo e forzature di alcun genere. In altri termini, l'applicazione del modello sarà sempre mirata a sviluppare le risorse interne di ogni individuo, nel massimo rispetto della sua mappa, delle sue convinzioni e dei suoi valori, e mai andrà nella direzione di una manipolazione o di una mistificazione della realtà soggettiva individuale.

Scopo della PNL è quindi, in sintesi, fornire alle persone, e alla realtà in cui operano, chiavi di lettura, strumenti e tecniche volti a migliorare in modo significativo ed osservabile il funzionamento del sistema, sia esso un individuo o un'organizzazione.

Speciale Arteterapia



Dott.ssa Caterina Carloni

Anno 5 Numero 2
lug/nov 2006

*L'arte può nutrire lo
spirito, motivare una
persona a voler
migliorare, crescere e
guarire e, in certi casi,
determinare anche dei
mutamenti fisiologici
dell'organismo*

Arte Terapia

Una via per riscoprire il gusto della vita e liberarsi da ansie, malumori e stress
L'arte terapia aiuta a riscoprire la creatività

della Dott.ssa Caterina Carloni

Psicologa e Psicoterapeuta Ph.D. in Hindu-Vedic Psychology

Con Arteterapia si intende l'uso delle arti [pittura, scultura, musica, danza, teatro, marionette, scrittura e così via] e di altri processi creativi per promuovere la salute psicofisica e favorire un cammino di autoconoscenza e di libertà dai condizionamenti.

La memoria delle antiche civiltà e culture è strettamente legata alle testimonianze artistiche degli uomini che tramandarono la loro personale interpretazione degli eventi. Quadri, libri e sculture sono la conferma del potere che risiede in ognuno di noi nel determinare la qualità dell'esperienza vissuta e nel renderla sempre attuale; inoltre, dimostrano la fondamentale dipendenza del mondo fenomenico dai ricordi, dalle abitudini, dai pensieri e dalla fantasia.

Le espressioni artistiche furono oggetto di studio già da parte di Sigmund Freud, che riteneva la creatività una grande via di accesso all'inconscio, esattamente come il sogno e l'associazione verbale. Per C.G.Jung, esiste in ognuno di noi una memoria universale che tramanda la storia dell'uomo attraverso gli archetipi, immagini collettive primordiali come la Nascita, la Morte, il Potere, la Magia, il Demone, il Vecchio saggio, l'Animale. Queste immagini trovano una naturale espressione nelle raffigurazioni artistiche, nelle leggende e nei miti, rivelando la componente sacra e trascendente. È proprio questa componente che si rivela spontaneamente in tutte le manifestazioni creative dell'uomo. Ogni creatività.

L'ARTETERAPIA aiuta a riscoprire questa grande risorsa interiore e ad utilizzarla per modificare e migliorare. È significativo, ma non sorprendente, che questa "tecnica" sia stata sostanzialmente ideata dai pazienti stessi osservando i benefici che alcune persone traevano dal raccontare o dipingere le proprie esperienze.

Si racconta di un artista inglese, un certo Adrian Hill, ricoverato in un sanatorio durante la seconda guerra mondiale, l'angoscia, passava il suo tempo distraendosi con la pittura. Alcuni degenti cominciarono a seguire il suo esempio. L'ARTETERAPIA venne riconosciuta ufficialmente negli ospedali inglesi già dal 1946, e successivamente anche in Italia. L'arte può nutrire lo spirito, motivare una persona a voler migliorare, crescere e guarire e, in certi casi, determinare un cambiamento nell'organismo. Ne sono esempio gli effetti del buonumore e del riso nel processo di guarigione, tanto palesi. Le tecniche terapeutiche per risollevare l'animo e apportare contemporaneamente benefici sul piano fisico, vanno ricordate: la risatoterapia e la clown therapy, che hanno lo scopo comune di promuovere l'autoguarigione, soprattutto nei casi di immunodeficienza, cardiopatie e ictus.

I campi di applicazione dell'ARTETERAPIA sono innumerevoli. I più importanti riguardano l'attività teatrale, la danza e la musica.

IL DISEGNO E L'ESPRESSIONE GRAFICA permettono di esprimere con maggiore facilità quello che a volte è difficile riuscire ad esprimere i propri sentimenti o scegliere di reprimerli provoca spesso nelle persone uno stato di disagio che può essere dannoso dal punto di vista sia psicologico che fisico.

Le immagini e i disegni -al contrario- possono aiutare ad esprimere i propri sentimenti e a "vedere" quello che è stato represso dai vincoli del pensiero logico e del linguaggio sequenziale.

LA SCRITTURA CREATIVA ci permette di scoprire noi stessi, la nostra percezione del mondo e la percezione del mondo. È un'auto-scoperta che ci aiuta a trovare quello che già sappiamo, che ci permette di staccarci dall'esperienza per vedere il mondo da nuovi punti di vista, di formarci delle opinioni, di risolvere problemi, di comunicare intuizioni, di mettere a confronto le nostre idee.

LA MUSICOTERAPIA rappresenta una tecnica terapeutica particolarmente antica, collaudata ed efficace. È presente in tutte le numerose culture e al potere da sempre ad essa attribuito di risanare e guarire. La musica è una grande stimolazione che produce influenze fisiologiche evidenti sul ritmo cardiaco, sul respiro, sulla pressione arteriosa; può essere utilizzata per i suoni della natura e accompagnarci nella meditazione.

LA DANZATERAPIA aiuta a comunicare col corpo al di là delle barriere del linguaggio e delle convenzioni, libera le tensioni e facilita il contatto interpersonale, suggerendo, al pari della musica e del canto, una forma di comunicazione transculturale.

IL TEATROTERAPIA consente di utilizzare la finzione per mostrare ciò che c'è di più vero in ognuno di noi. È attraverso i gesti, espressioni, parole e immagini che crea una nuova realtà in cui poter giocare, sognare e sperimentare. L'identificazione con i personaggi interpretati può rivelare aspetti di sé non sempre visibili, aumentando la consapevolezza. Queste tecniche possono essere usate per svago e divertimento, per ridurre l'ansia, per aumentare l'autostima e la consapevolezza di sé.

Tutti possono utilizzarle. Non occorre un particolare grado di abilità. Tutti disponiamo di fantasia e immaginazione. La spontaneità e la disponibilità a rappresentare la propria esperienza dandole una forma personale e libera da schemi. Benché gli ambiti di intervento dell'ARTETERAPIA siano essenzialmente quelli dell'educazione, della riabilitazione e della cura, spesso sfumano e si sovrappongono l'uno all'altro. In comune hanno gli strumenti e l'evidenza scientifica della loro efficacia psicologica.

Goethe, il grande artista, ha scritto: «Dentro di noi vivono due spiriti».

La neurofisiologia concorda con questa affermazione, sostenendo la differente funzione svolta nell'uomo dai due emisferi: quello destro, sovrintendente alla fantasia, alla creatività e all'intuizione, sede del linguaggio analogico; quello sinistro che regola la logica, che utilizza un linguaggio digitale.



Integrare queste due parti e riconoscerne la pari importanza nella crescita di un individuo sano favorirebbe una società sana.

L'arte può motivare più di qualunque altra cosa. È solo producendo un'impronta che nessun altro potrebbe lasciare che si realizza l'individualità della nostra umanità.

PER APPROFONDIRE L'ARGOMENTO



Per approfondire l'argomento e conoscere meglio alcune tra le più diffuse tecniche di arteterapia, si consiglia il libro di Sicurelli, *Tecniche per la creatività artistica visiva*. Il testo presenta un panorama estremamente vasto delle tecniche utilizzate nella storia dell'arte. Gli esercizi contenuti sollecitano soprattutto l'educazione ai sentimenti e alla comunicazione. F. Bianchi, P. Farello, *Lavorare sul fumetto*. Il fumetto, con la pluralità dei suoi linguaggi, realizzati con tecniche diverse, ad affascinare da più di un secolo milioni di lettori.

H. Payne, *Danzaterapia e movimento creativo*. L'esperienza della danza può essere preziosa per migliorare il proprio autocontrollo, imparare a rapportarsi con gli altri o, semplicemente, acquisire maggiore libertà.

J. Zipes, *Inventare e raccontare storie*. La narrazione creativa aiuta a mettere in discussione le convenzioni e a sviluppare l'originalità di pensiero.

l'originalità di pensiero.

E infine, per ricordarci che «l'essenziale è invisibile agli occhi e non si può capire bene che col cuore», non dimentichiamo per grandi e bambini: *Il piccolo principe* di Antoine de Saint-Exupéry.

Medical Team Magazine è un periodico d'informazione per medici, servizi sociali e volontariato che tratta con competenza e sensibilità i temi più attuali e scottanti del mondo della sanità.

Visitate il suo sito: www.mtmweb.it.

Il Personaggio [VAI](#)

Ron

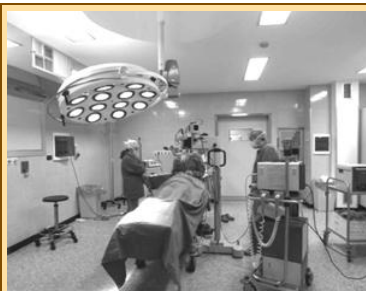
Un personaggio che fa sì che anche la musica aiuti la ricerca. La speranza non deve morire mai per chi ha da combattere ogni secondo della propria breve esistenza una malattia terribile come la Sclerosi Laterale Amiotrofica.



Il caso [VAI](#)

Cancro del colon: secondo killer per neoplasie in Italia.

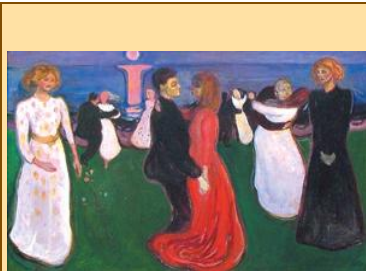
Il 75% di soggetti può guarire se il Cancro del Colon Retto viene diagnosticato precocemente.



L'Ospedale [VAI](#)

Ospedale Israelitico.

Svolge la sua attività al servizio della popolazione territoriale, senza distinzione di credo religioso od appartenenze etniche.



M.N.C. [VAI](#)

Arteterapia

Una disciplina che, utilizzando le tecniche e la decodifica dell'arte grafico-plastica, contribuisce alla diagnosi, alla presa in carico e al trattamento del disagio psicologico e sociale.

Modulistica

ASL RM D IV DISTRETTO -CENTRO DI ASSISTENZA

DOMICILIARE (CAD)

[-Cartella integrativa](#)

[-Richiesta integrata](#)

[-Richiesta programmata](#)

Abbonamenti: Abbonamento per 6 numeri di 10€: tramite versamento sul c/c postale 57939852 intestato alla Medical Team s.r.l. Via Ippolito Nievo, 61 00153 Roma.

Bonifico postale: Abi 7601-Cab 03200. Oppure Banca di Roma c/c n° 3281-54-Abi 03002-Cab 05003

Le richieste di abbonamento vanno indirizzate a: **Ufficio abbonamenti, Via Ippolito Nievo, 61 00153 Roma.**

I dati inviati saranno trattati secondo l'informativa legge 675/96 [tutela dei dati personali] [CLICCA QUI](#)

Iniziativa rivolta a medici, associazioni di volontariato, pazienti, ecc...

I lettori potranno inviare articoli e materiale fotografico [inediti] completi di delega per il trattamento dei dati personali [legge 675/96]. La redazione vaglierà il materiale ricevuto, riservandosi il diritto alla pubblicazione. I medici, inoltre, che partecipano a corsi, conferenze, congressi possono inviarci materiale sull'argomento trattato.

Le **associazioni non-profit** avranno sempre da **M.T.M.**

• Il punto

Prassi e Privacy.

del Prof. Avv. G. Pellettieri

• Editoriale

Tempio vivente dello

Spirito Santo

di E. Raimondo

• Il personaggio

- RON Anche la musica può aiutare la ricerca

dal sito www.ron.it

• Malattie rare

Sclerosi laterale amiotrofica

del Dott. M. Melazzini

• Chirurgia generale

Le infezioni della prostata

di D. Femminella

• Il caso

- Cancro del colon

di N. Alborino

• Farmaci e componenti

Ortoal Acido ialuronico

di A. Amarone

• Indagine strumentale

Colonscopia virtuale

di N. Alborino e S.

Bonferraro

- L'università Europea a Roma

di N. Alborino

- Sindrome di... Noonan

di D. Concolino

- Ospedale Israelitico: un nuovo aiuto per i diversamente abili

a cura della redazione

- Ibernazione, al via i primi test sugli uomini

di S. Bonferraro

• News

a cura di N. Alborino

• Magazine ricerca scientifica

a cura di A. Malito

- Abstract

a cura di F. Di Carlo

• Magazine sociale

a cura di M. Caroti

• Ordine dei medici di

Roma - convegno

Odontoiatria Speciale per

pazienti critici

di E. Iusi

• Mostre

Andrea Mantegna

a cura di O. De Caro



La copertina

• L'ospedale

- Ospedale Israelitico

• Sociale

- Hello World - software innovativi

di N. Alborino

- Comunità di

Sant'Egidio - Abbasso il grigio 2006

di N. Alborino

- Programma culturale S.I.O.H. 2007

di M. Magi

- Bologna: nasce rete nazionale associazioni cura del coma

di A. Malito

- Comune di Roma - servizi di trasporto ai disabili

a cura della redazione

• L'angolo

L'indulto

dell'Avv. N. Marazzita

- Oriente Occidente - Il matrimonio

di N. Alborino

- Le cellule staminali: tra scienza e fede

di Don Primo Martinuzzi

• Medicina non convenzionale

- Pet therapy

di F. Allegrucci

- Le nuove tecniche per determinare le intolleranze alimentari

di M. Mandatori

- Agopuntura, un nuovo strumento per la nuova Odontoiatria

di S. Bardaro

• ArteTerapia

- Una via per riscoprire il gusto della vita

di C. Carloni

- Eventi News

La Parola ai lettori

Dice Omraam Mikhaël Aïvanhov: *“Il potere della donna è immenso, poiché ella possiede uno speciale magnetismo sotto forma di minuscole particelle di materia molto sottile che emanano da lei. Non è dunque tanto sul piano fisico, concreto, che essa ha i poteri maggiori, bensì nella sfera più sottile delle emanazioni. La donna è stata presentata come una maga, una fata o a volte una strega: è a causa di quella facoltà, che le ha dato la natura, di produrre infinitesimali particelle di materia, con le quali è persino in grado di formare dei corpi di essenza eterica. In tutti i tempi ci sono stati dei magi e degli Iniziati in possesso di conoscenze su questa capacità che ha la donna di emanare particelle molto sottili – una materia impalpabile nella quale si possono incarnare degli spiriti – e per questa ragione essi lavoravano con le donne.”*

Care amiche,
vi invio questa favola, nata per diffondere il potere creativo del femminile, che attraverso l'immaginazione costruisce forme pensiero evocative di un mondo migliore per tutti. Vi invito a diffonderla, a scriverne e diffonderne altre.
un caro saluto,

Elisabetta Mastrocola

IL MONDO DI CELESTE

Celeste era faticosamente riuscita a raggiungere il rifugio insieme ai suoi amichetti. Grigio e scuro, illuminato appena da poche luci fioche, era però caldo e sicuro. Erano in tanti e si tenevano tutti stretti stretti, quasi a voler attutire il frastuono degli aerei che sfrecciavano sopra le loro teste sfanciando bombe che esplodevano con fragore. Nonostante i rumori, difficili da sopportare, Celeste si addormentò.

E nel sogno le comparve all'improvviso una fata dai capelli turchini: "Sì, sono proprio io, la Fata dai capelli turchini, e sono venuta per portarti un dono: avrai il potere di creare il tuo sogno, ma sappi che più il sogno sarà importante, più tempo ti occorrerà per realizzarlo... e se sarà un bel sogno, il mondo magico ti aiuterà!"

Celeste, dopo un momento di incredulità, che allontanò immediatamente perché le piaceva sognare, cominciò a pensare a quale sogno volesse realizzare, ma erano talmente tanti che non riusciva a scegliere. I rumori si facevano sempre più forti. Aprì gli occhi: la Fata turchina era sparita. Era stato proprio solo un sogno! Che peccato! Ma pensava:

"Vorrei che questi rumori finissero per sempre. Vorrei un mondo bellissimo, di pace per tutti." E chiuse di nuovo gli occhi.

"Celeste, questo mondo esiste già." Le sussurrò la Fata turchina.

"Non è vero: c'è la guerra!"

"Ti dico che esiste - insistette la Fata turchina - ma è ancora invisibile.

"Cosa devo fare per renderlo visibile?" "Devi pensarci continuamente. Devi vederne i colori, sentirne i profumi, conoscerne gli abitanti; e quando diventerà visibile a tutti, lascerai il rifugio."

Celeste cominciò a vedere quel mondo bellissimo, pieno di luce e colore, di fiori profumati, con farfalle, usignoli, cavalli, con laghi trasparenti pieni di pesci argentati e persone di tutte le età che si scambiavano saluti e sorrisi benevoli.

Il profumo del cibo diventava sempre più invitante, tanto che Celeste aprì gli occhi e vide davanti a sé una tavola imbandita delle più squisite pietanze.

Tutti gli altri se ne erano andati già da un pezzo... lei sola era rimasta, per costruire il suo sogno.

Che delizia i suoi piatti preferiti!

E finito il pasto, di nuovo a immaginare, vedere, percorrere, parlare, sognare...

E di nuovo un banchetto...

E di nuovo il sogno...

Quanto tempo era passato? Ma non importava.

Le sembrava però che il vestitino stesse diventando troppo stretto, come le scarpe che aveva dovuto togliere.

Sentì fame. Aprì gli occhi, ma non c'era niente. Che strano. Era perplessa. Poi capì.

Sbadiagliando si stirò ben bene. Si alzò e si diresse verso l'uscita. Ne era sicura, certa. Aprì la porta e uscì.

Il mondo era pieno di luce e colore, l'aria era dolce, gli uccelli cinguettavano, le farfalle si inseguivano. Le stradine si aprivano in mezzo a giardini curati, dove passeggiavano persone di tutte le età che si salutavano con cordialità e tutti le rivolgevano saluti di benvenuto:

"Celeste ti stavamo aspettando per continuare la costruzione del mondo, qui tutti insieme..."

anche i suoi amichetti erano lì.

al via il prossimo corso.....

IL VIAGGIO INTERIORE

I ventidue archetipi dell'evoluzione umana

Gli archetipi, immagini primordiali del cammino dell'uomo verso la realizzazione del Sé, rappresentano inestimabili chiavi di accesso al proprio mondo interiore. Ottimi strumenti di meditazione, stimolano l'introspezione e la consapevolezza favorendo il recupero di sentimenti di gioia e vitalità.

Il corso, strutturato in 10 incontri, aiuta, attraverso il simbolismo delle immagini, a scoprire dentro di sé risorse e potenzialità nascoste, rimuovendo gli ostacoli e i condizionamenti che bloccano l'evoluzione e la crescita individuale.

Il corso è rivolto a tutti gli appassionati di meditazione, simbolismo, arteterapia e scrittura creativa.

PROGRAMMA DEL CORSO:

Meditazioni guidate con i 22 archetipi: l'uomo, la donna, il re, la saggezza, il maestro, la scelta, il viaggio, la giustizia, l'asceta, la fortuna, la forza, il sacrificio, la trasformazione, l'evoluzione, il demone, l'orgoglio, la speranza, il mistero, la conoscenza, il giudizio, la vittoria e il caos.

INIZIO DEL CORSO: VENERDI' 13 APRILE 2007 ORE 18

*Gli incontri si terranno tutti i venerdì dalle 18 alle 19.30 presso Il Centro Studi di Psicologia e Psicoterapia in Viale dei Primati Sportivi n. 50, Roma (zona Eur Palasport) 00144 - tel. 0654210797 - 3395258380 www.caterinacarloni.it
caterina@caterinacarloni.it*

Conduttori: Caterina Carloni (psicologa) e Elisabetta Mastrocola (scrittrice)

Costo totale del corso: 400 Euro

E per finire, un consiglio e un augurio universale (dall'ultimo numero dell'editoriale di MTM):

*Vivi con gli uomini come se gli Dei ti vedessero,
parla con gli Dei come se gli uomini ti ascoltassero”*

(Seneca)

BUONA PASQUA!!!!