

Il potere delle parole

Bollettino di Psicologia – Maggio 2007 – n. 13

A cura del Centro Studi di Psicologia e Psicoterapia

Viale dei Primati Sportivi, 50 – ROMA 00144

Tel. 0654210797 cell.3395258380

www.caterinacarlomi.it e-mail: caterina@caterinacarlomi.it

SPECIALE POESIA

Maggio è tradizionalmente il mese della donna, della Grande MADRE, della nascita e della vita che torna a sorridere.

E' con grande piacere che dedico questo numero alla POESIA.

Ho deciso, questa volta, di dare spazio interamente alle vostre poesie preferite, a quelle che avete letto, a quelle che avete scritto, a quelle che sono rimaste nei vostri cuori. Vi prego di condividere con le persone intorno a voi tutti i sentimenti che esse vi susciteranno. Per una volta mettete da parte la logica e ascoltate quella Voce Universale che parla alla piccola magica voce dentro di voi.

Grazie a tutti quelli che hanno collaborato con me a questa festa di Primavera!

Caterina

PENSIERI E PAROLE

a cura di Elisabetta Mastrocola

La poesia è parola magica per la sua capacità essenziale di arrivare dritta al cuore risvegliandone il dolce sapore di una sensazione.

È il veicolo privilegiato sul quale viaggia l'intuizione illuminante di tutte le risposte rimaste chiuse in un cassetto, in attesa che le domande si risvegliassero.

E quando cerchiamo nella sorpresa di una gioia inaspettata le parole per definirla, queste ci arrivano nel linguaggio originale che mai nessuno aveva usato, nel linguaggio puro della poesia.

AMORE A PRIMA VISTA

Sono entrambi convinti
che un sentimento improvviso li unì.
E' bella una tale certezza
ma l'incertezza è più bella.

Non conoscendosi prima, credono
che non sia mai successo nulla fra loro.
Ma che ne pensano le strade, le scale, i corridoi
dove da molto tempo potevano incrociarsi?

Vorrei chiedere loro
se non ricordano -
una volta un faccia a faccia
forse in una porta girevole?
Uno "scusi" nella ressa?
Un "ha sbagliato numero" nella cornetta?
- ma conosco la risposta.
No, non ricordano.

Li stupirebbe molto sapere
che già da parecchio
il caso stava giocando con loro.
Non ancora del tutto pronto
a mutarsi per loro in destino,
li avvicinava e allontanava,
tagliava loro la strada
e soffocando un risolino
si scansava con un salto.

Vi furono segni, segnali,
che importa se indecifrabili.
Forse tre anni fa
o il martedì scorso
una fogliolina volò via
da una spalla a un'altra?

Qualcosa fu perduto e qualcosa fu raccolto.
Chissà, forse già la palla
tra i cespugli dell'infanzia?

Vi furono maniglie e campanelli
su cui anzitempo
un tocco si posava su un tocco.
Valigie accostate nel deposito bagagli.
Una notte, forse, lo stesso sogno,
subito confuso al risveglio.

Ogni inizio infatti
è solo un seguito
e il libro degli eventi
è sempre aperto a metà.

Wisława Szymborska

DEDIZIONE

Dedizione alla vita
è l'unica richiesta che ascolto

rintracciarme l'identità è stato difficile
era frainteso il linguaggio
era deviato il tracciato

c'era stato il rumore assordante della velleità
a travisarne la ricerca
a coprire il lavoro dei millenni,
poi,
una rischiarante tolleranza
ha sciolto il sacrificio
da ogni vincolo

e mi ha spalancata
come si spalanca una casa a prendere aria

*ad accogliere la vita
ad imparare l'amore*

Elisabetta Mastrocola

A MIO PADRE

*Era andato via.
Aveva lasciato il mio corpo adagiato sul letto
con le candele agli angoli
ad ornare il ricordo - della luce - la sua
che ora illumina un altrove*

*il mio corpo adagiato sul letto
ricordava l'abito da cerimonia
appoggiato con cura
prima di essere riposto in un luogo preciso*

*era andato via
ma il suo respiro libero
lo sentivo accanto a me
a sussurrare un arrivederci
a sorridere contento per lo scampato pericolo di una sparizione finale*

*e il mio canto gioioso
era rimandato da quel sorriso vittorioso
che dava senso al volto
e significato
al corpo adagiato sul letto
felice
mi stava salutando
arrivederci - inizio una nuova avventura -
Auguri a te
amico per sempre*

Elisabetta Mastrocola

Elisabetta Mastrocola
Scrittrice e giornalista
Tiene corsi di scrittura creativa
Vive e lavora a Roma
e-mail: elisabettamastrocola@kreativita.it

LA PAROLA AI LETTORI

a cura di L. Facchini, V. Nati, E. Petrescu,

In questo numero dedicato alla poesia non poteva mancare la testimonianza di un vecchio amico appassionato di letteratura ed arte, un poeta dall'animo nobile e delicato, oltre che un integerrimo rappresentante delle Forze dell'Ordine, Leonardo Facchini.

VORREI

Vorrei che si potesse
continuare a sognare;
il povero sfamare
e sorridere al giorno,
felice della luce
del sole; dissuadere
il truce d'aggredivere
il debole, talvolta
in mezzo a cieca gente
del tutto indifferente.

Nelle favole l'arca
vorrei solo albergasse
e i bimbi riprendessero
come un tempo a giocare.

Le ragazze come ieri,
sogni ancora cullassero
lusinghieri e sereni
e d'amore e di madri,
senza nulla temere
per il loro avvenire:
è immenso, azzurro il cielo,
nelle vetrine sempre
il velo c'è da sposa,
l'altare nelle chiese.

Leonardo Facchini
Autore di prosa e di poesia
Ex Colonnello dell'Esercito Italiano
Vive con la famiglia a Torino
e-mail: leonardo.facchini@fastwebnet.it

.....
.....

Un altro poeta al quale sono molto affezionata è lo straordinario Vinicio Nati, in arte Vercinze, che mi regala da anni vere e proprie perle di umanità e saggezza. Come questa:

NOI VIVI - maggio 2007

Noi vivi per quell'uomo "faticone"
che cerca di comporre la sua mente
per poi formarsi vincitore altero
nel mondo costruito a sua sapienza,
a suo costume, a suo pensiero o scienza,
e poi condito in spirito servente.

Nei suoi brogli noi vivi a pecorone,
noi della vita umana alla deriva
dei mondi susseguiti in avventura
dell'uomo forsennato avventuriero
che sciacqua la sua immagine in vetrina
per presentarla, intanto, alla memoria,
prima che passi ibrida alla storia.

Noi vivi al viaggio umano sulla TERRA
diverso dal progetto originale
per colpa di quell'uomo intorbidato
nella sua mente stretta dal peccato,
e quindi visionario di poteri

*e di risoluzioni impertinenti
di conclusioni univoche e tangenti,
di sangue (sempre sangue!) agli orizzonti.*

Vincio Nati

Autore di poesia in lingua italiana e romanesca

Ha scritto vari raccolte di poesie e versi

Vive e opera a Roma

oo

Questa poesia, invece, è stata scritta da un grande poeta rumeno, Lucian Blaga. La traduzione in italiano è di Elisabeta Petrescu, una cantante dotata di una voce pulita e cristallina come la sua anima, che me l'ha gentilmente inviata.

"Eu cred ca vesnicia s- a nascut la sat"- Lucian Blaga (1895 - 1961)



"Io credo che l'eternità sia nata in campagna"

*Io non mi pento
che ho radunato nell'anima anche del fango...
però ci penso a te.
Con zampe di luce
una mattina ti ucciderà d'un tratto il sogno
che la mia anima è così pulita
soltanto come il tuo pensiero lo vuole
soltanto come il cuore del tuo amore lo crede.
Piangerai tanto o mi perdonerai?
Piangerai tanto o sorriderai
dei raggi di quella mattina
quando ti dirò senza ombra di rimorso:
"Non sai,
che soltanto nei laghi fangosi
nella loro profondità
crescono i fiori di loto"*

Lucian Blaga-1919

PSICOLOGIA INDOVEDICA

*Per cantare in modo puro i nomi di Dio è necessario onorarlo
in tutte le Sue forme, comprese le scritture rivelate.*



Sri Krishna ha rivelato la conoscenza trascendentale dei Veda, compilati dalla Sua incarnazione Srila Vyasa, potenziata per questo scopo. Perciò coloro che cantano i santi nomi del Signore devono avere il più grande rispetto per la letteratura vedica.

A cura di Jacopo Nuti

Studi scientifici ci informano che il cervello umano è diviso in due parti: l'emisfera sinistra, legata alla razionalità, e l'emisfera destra, legata alle emozioni; la salute e il benessere che tutti noi ricerchiamo, dipendono dalla armonizzazione di questi due emisferi.

Negli ultimi due secoli, dove lo scientismo è stato elevato quasi a religione, abbiamo nutrito specialmente la nostra metà logico-razionale, trascurando di coltivare quella parte del nostro carattere più legata al sentimento, spesso quasi come se l'una fosse sentita in contrapposizione all'altra. La conseguenza naturale di questo processo è l'infelicità dell'uomo moderno.

*Nella società tradizionale le discipline scientifiche e umanistiche, non solo non erano viste come in contrasto tra loro (ricordiamo ad esempio il motto agostiniano, *philosophia ancilla theologiae* 'la filosofia serve alla teologia'), ma anzi tutte insieme servivano alla formazione di uomini compiuti. Per questo veniva dato grande rilievo alla Musica e alla Poesia.*

Anche nell'antica civiltà indiana, nota come civiltà dei Veda, la Poesia riveste un ruolo centrale. Tutti i Veda, i monumenti letterari forse più antichi della cultura indoeuropea, a partire dal Rg Veda 'la Sapienza delle Lodi', passando per il Sama Veda 'la sapienza delle melodie', fino alle Upanisad, sono un canto di poesia purissima; basti ricordare ad esempio il celebre inno all'Aurora, la storia di Naciketas o l'invocazione alla Ira Upanisad 'l'Upanisad del Signore'.

L'opera poetica per eccellenza nella antica letteratura indiana è forse la Bhagavad-gita, considerata la quintessenza del sapere vedico. La Bhagavad Gita, che fa parte del poema epico denominato Mahabharata, si compone di sloka [pron. Seloka], strofe di quattro versi (pada) ottonari scritte in lingua sanscrita.

Riportiamo di seguito uno di questi sloka, per ricordarci come la Poesia possa sempre avvicinarci alla Gioia, all'Amore, a

Dio:

*brahmany adbhaya karmani sangam tyaktva karoti
yah
lipyate na sa papena
padma-patram ivambhava*

"Colui che agisce senza attaccamento, offrendo le azioni al Signore supremo, non viene toccato dal male, come la foglia del fiore di loto [non viene toccata] dall'acqua".

Bhagavad Gita V.10

Jacopo Nuti

Professore di Sanscrito

Docente presso il Centro Studi Bhaktivedanta

Tiene corsi di Sanscrito in tutta Italia

E-mail: j.nuti@cs-sb.org

L'ANGOLO DELL'ARTE

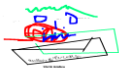
E per finire, un grazie di cuore a **Umberto d'Arceto**, la cui amicizia mi onora e mi stimola costantemente ad andare oltre le apparenze.

Conosciuta in tutto il mondo per il suo stile inconfondibile e per la sua profonda concezione del Divino nell'Uomo, Umberto è un pittore originale, provocatorio, sensibilissimo.

La sua pittura è coinvolgente, viva, fuori da ogni schema, tanto che ha fondato un suo personalissimo stile chiamato **L'ARCETO-UMBERTESIMO**.

Le sue poesie sono altrettanto belle dei suoi quadri.

Me ne mandata una, inedita, che risplende come un faro nella notte.



Associazione Culturale
Accademia Senza Frontiere - A.S.F.M.
Fondazione di Umberto d'Arceto Pedroni

IL BARBONE E IL FANCIULLO

Camminando per monti;
incontrai un barbone.
Il barbone camminava senza sosta:
in giro per il mondo.
Incontra un fanciullo che lo guardava
con un sguardo interrogativo.
E chiedendogli: chi sei?
Gli risponde: non te lo posso dire.
Il barbone cerca nella sua mente un ricordo antico.
Quando anche lui era fanciullo:
assomigliava a colui che si trovava d'innanzi.
Era impallidito all'improvviso;
il pensiero si trasformò in una smorfia,
ricordando il tempo lontano e la sua giovinezza.
Tanti anni or sono era partito per fare fortuna,
lavorando in un paese straniero:
per riuscire a sfamare le sue creature.
Riuscì a trasferire molti capitali,
alla sua famiglia.
Io con poco vivevo,
un giorno sono stato licenziato;
nulla e rimasto: niente rimane, nulla trasferisco:
barbone divento.
Un triste ricordo era tornato alla mente;
quel fanciullo sono io.
L'aveva lasciata lontana la sua famiglia,
nel piccolo paese.
Il fanciullo gli fa notare il suo stato attuale,
perché lui si chiede: non ritorni alla vita di sempre;
come quando eri tu: fanciullo?
La famiglia attende con le braccia spalancate,
il tuo ritorno.
Non fare aspettare l'amore che hai costruito.

Roma 14 - 04 - 2007
Umberto d'Arceto Pedroni

*Lirica inedita
e vietata la riproduzione*

*Il Maestro Umberto d'Arceto vive e lavora a Roma
La sua galleria d'arte si trova a Campo de' Fiori
in Via dei Cappellari, 125
www.umbertodarceto.it
e-mail: accademiasf@tin.it*

ISPIRAZIONE del mese

Si chiama Rabindranath Tagore. E' il mio poeta preferito da sempre ed è conosciuto in tutto il mondo per le sue liriche ispirate. Nel 1913 ha vinto il premio Nobel per la poesia. E' indiano, ma come tutti i veri artisti appartiene al mondo intero. Ho letto tutte le sue poesie molte volte, e non sono mai riuscita a trovarne una che fosse meno che bellissima. Perciò ho aperto a caso una sua raccolta, "Gitanjali", e vi propongo questa:

-7-

*Il mio canto ha smesso i suoi ornamenti,
non fa pompa di vestiti e monili.
Gli ornamenti sciuperebbero la nostra unione
ci separerebbero l'uno dall'altro;
il loro tintinnio soffocherebbe i tuoi sospiri.*

*Dinanzi a te
la mia vanità di poeta muor di vergogna.
O maestro tra i poeti
io mi seggio ai tuoi piedi,
fa che la mia vita sia semplice e diritta
come un flauto di canna
che Tu possa riempire di melodia.*

NEWS di MAGGIO

corsi di **BHAKTI YOGA**

Yoga significa “collegare, unire, porre in contatto”, alludendo al ricongiungimento tra l'anima individuale e l'anima suprema, al fine di conquistare una felicità duratura che nasce da una visione interiore più elevata e consapevole della vita.

Bhakti significa “devozione, amore”, e rappresenta il mezzo col quale approdare a questo luogo di serenità e benessere.

Il corso, prendendo spunto da un antico testo vedico, *La Bhagavad-gita*, vuole offrire strumenti di riflessione e di autoindagine per affrontare eventuali nodi irrisolti riguardanti i rapporti affettivi e le relazioni interpersonali, suggerendo metodi psicologici per elaborare vissuti di abbandono, di perdita o di incomunicabilità.

INIZIO DEL CORSO: **SABATO 2 GIUGNO 2007 ORE 15**

corsi di **ARTETERAPIA** applicata ai disturbi fisici e psicosomatici

Nella medicina antica si credeva che Asclepio, il dio della guarigione, apparisse in sogno ai malati e comunicasse loro come ristabilirsi. Ripristinare questa connessione con il mondo interiore è la chiave per ricevere soluzioni e risposte alle crisi esistenziali, alle malattie e ai dolori che segnano alcune inevitabili tappe del percorso di vita di ognuno di noi.

L'Arteterapia aiuta a ristabilire questa connessione con la nostra Guida interiore e con le nostre più profonde verità, orientandoci verso la scoperta delle vere cause del malessere e della sofferenza.

INIZIO DEL CORSO: **SABATO 2 GIUGNO 2007 ORE 17.30**

I corsi sono articolati in 8 incontri a cadenza settimanale e sono aperti a tutti.

Per informazioni più dettagliate scrivete o telefonate:

caterina@caterinacarlomi.it 0654210798 3395258380

Sono in preparazione i corsi di settembre dedicati all'Arteterapia, al Bhakti Yoga, alla Nutrizione e alla Scrittura!!

Nel frattempo....

Quando è troppo difficile parlare, scrivete!

Le PAROLE SCRITTE sono magiche ed eterne e, quando esprimono gentilezza e affagamento, creano un'atmosfera benefica e rigenerante, anche se nessuno le legge.....

Hanno collaborato, insieme a me, a questo numero:

Umberto D'Arceto

Leonardo Facchini

Elisabetta Mastrocola

Vinicio Nati

Jacopo Nuti

Elisabeta Petrescu