

# *Il Potere delle parole*

Bollettino on line di Psicologia e Attualità  
DICEMBRE 2014



**N° 53**

**ORGANO D'INFORMAZIONE SOCIALE E CULTURALE**

*SEDE REDAZIONALE:*

**CENTRO STUDI TRE FONTANE**

*VIA LUIGI PERNA, 51 00142 ROMA*

*TEL. 06.59606509 FAX 06.45419906 CELL. 339.5258380*

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

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

**EDITOR:**

*Caterina Carloni psicologa e psicoterapeuta*

**Staff:**

*Giulia Abbate esperta in scienze della comunicazione*

*Ornella Campo psicologa e psicoterapeuta*

*Leonardo Facchini poeta e saggista*

*Lancilla Farinelli counselor*

*Elisabetta Mastrocola scrittrice e giornalista*

*Antonio Pignataro funzionario pubblico*

Questa pubblicazione nasce dall'intento di offrire un panorama di insegnamenti filosofici e psicologici nella prospettiva dell'incontro interculturale.

*periodico on line presente su*



*in questo numero:*

# *la filosofia dell'AMORE*



*Amor Sacro e Amor Profano, Tiziano Vecellio, 1514, Galleria Borghese*

## **SOMMARIO**

### **IL QUADRO**

#### **GLI AMANTI**

*di René Magritte*

### **AMOR, CH'A NULLO AMATO AMAR PERDONA**

*di Ornella Campo*

### **LA CIVILTA' DEL SOLE**

**LE GRANDI MADRI DEL BRASILE** *presentazione del libro di M. Punzo*

**L'AMORE E' UNA LUCE, UN NETTARE, UN'AMBROSIA**

**ORE 9.00: LEZIONE D'AMORE**

*a cura di Elisabetta Mastrocola*

### **LA RUBRICA DI GIULIA**

**STORIA DI UN FALLIMENTO CONDIVISO**

**BREVI RIFLESSIONI D'AMORE E RICORDO**

*a cura di Giulia Abbate*

### **L'OPINIONE**

**DISSERTANDO UN PO' D'AMORE**

*di Leonardo Facchini*

### **SCIENZA BHAKTIVEDANTICA**

**PSICOTERAPIA BHAKTIVEDANTICA**, la promessa e la visione dell'Amore  
(estratto di un articolo comparso su Orizzonti Vedici, settembre 2010)

*a cura di Caterina Carloni*

### **LIBRI, MOSTRE E SPETTACOLI**

**FILOSOFIA DELL'AMORE**

*a cura di Lancilla Farinelli*

### **LA VALIGIA DELLE EMOZIONI**

**IL FASCINO DELL'INCOMPIUTO**

*a cura di Antonio Pignataro*

### **NEWS & CORSI**

*Care lettrici e cari lettori,*

*chiudiamo l'anno con un numero dedicato all'Amore, il grande motore che fa girare il mondo, da sempre fonte di ispirazione creativa e di sentimenti dalle mille sfumature. "Filosofia dell'Amore" è il tema conduttore degli articoli di dicembre e prende spunto da una bella poesia di Shelley. Questa.*

## **FILOSOFIA DELL'AMORE**

Le fonti si confondono col fiume  
i fiumi con l'Oceano  
i venti del Cielo sempre  
in dolci moti si uniscono  
niente al mondo è celibe  
e tutto per divina legge  
in una forza si incontra e si confonde.  
Perché non io con te?

Vedi che le montagne baciano l'alto  
del Cielo, e che le onde una per una  
si abbracciano. Nessun fiore-sorella  
vivrebbe più ritroso verso il fratello-fiore.  
E il chiarore del sole abbraccia la terra  
e i raggi della luna baciano il mare.  
Per che cosa tutto questo lavoro tenero  
se tu non vuoi baciarmi?

**Percy Bysshe Shelley**



## *IL QUADRO*



*Gli amanti*, René Magritte, 1928, New York

# Amor, ch'a nullo amato amar perdona

di Ornella Campo

L'amore: da secoli argomento di riflessioni, poemi, opere d'arte. Non annoia mai, appare eternamente nuovo e affascinante, si trova a suo agio nello studio dell'artista e in quello dello psicologo, nella commedia e nella tragedia: in breve, è uno dei principali motori dell'azione umana. Si declina dall'amore materno a quello per se stessi, passando attraverso l'amore per le idee (che così si fanno ideali) e per le cose che si fanno; e in ognuna di queste sue espressioni, l'energia d'amore porta con sé elementi costruttivi o distruttivi, proprio come le fiamme a cui spesso il sentimento è associato metaforicamente.



Csikszentmihalyi<sup>1</sup> si è a lungo soffermato sull'importanza e sulla necessità di trovare gioia e soddisfazione nelle cose che si fanno quotidianamente e perfino nelle mansioni più noiose che non possiamo evitare di svolgere, come le faccende domestiche o il prendere parte a riunioni. Egli dice (traduzione mia):

"Gli adolescenti arrestati per rapina o vandalismo spesso non danno altra giustificazione che l'eccitazione provata nel rubare una macchina o nel fare irruzione in una casa. Quando il fisico Robert Oppenheimer lavorava alla bomba atomica, scriveva parole appassionate riguardo al "soave problema" che stava cercando di risolvere. Secondo tutti i resoconti, ad Adolph Eichmann piaceva lavorare ai problemi logistici relativi al trasporto degli ebrei ai campi di concentramento. Perciò per creare una buona vita non basta lottare per avere obiettivi piacevoli, ma è necessario anche trovare obiettivi che riducano la somma totale di entropia nel mondo.

Dove possiamo trovare questo tipo di obiettivi? [...] In passato, erano i profeti a dare voce ai miti che conferivano forza alle convinzioni della comunità. Evocando immagini familiari, sostenevano che un essere supremo parlava attraverso di loro per comunicare a tutti il modo corretto di comportarsi e com'era fatto il mondo oltre la portata dei sensi. In futuro ci potranno ancora essere profeti che dichiareranno le stesse cose, ma è meno probabile che vengano creduti. Una conseguenza del dipendere dalla scienza per risolvere problemi materiali e dalla democrazia per risolvere conflitti sociali è che abbiamo imparato a diffidare della visione di un singolo individuo, a prescindere dalla sua ispirazione. [...]

Abbiamo abbastanza suggerimenti sul funzionamento dell'universo per sapere quali azioni conducono a maggior complessità e ordine e quali invece guidano verso la distruzione. Stiamo riscoprendo che le forme di vita sono interconnesse tra loro e con l'ambiente. Quanto accuratamente ogni azione produca un'identica reazione. Quanto difficile sia creare ordine ed energia utile, e quanto facile sia disperderla nel disordine. Abbiamo imparato che le conseguenze delle azioni possono non essere immediatamente visibili, ma possono avere

---

<sup>1</sup> Mihaly Csikszentmihalyi (pronuncia "chicks-sent-me-high-lee"), Finding Flow, Basic Books, New York, 1997.

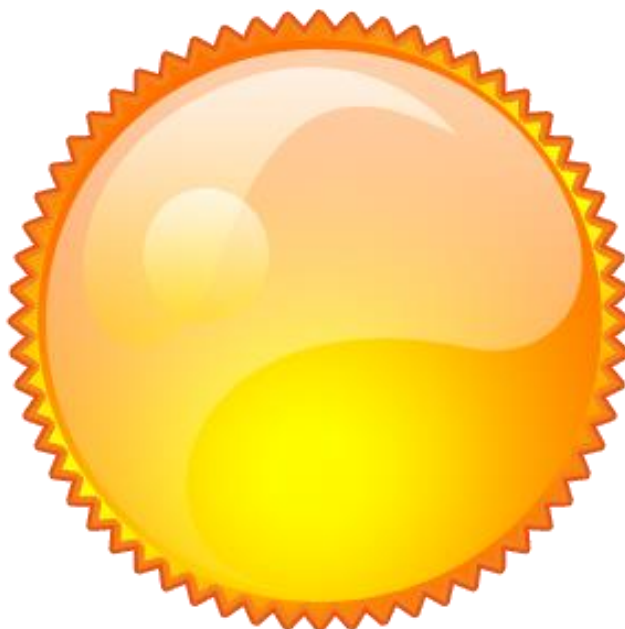
effetti distanti, perché tutto ciò che esiste è parte di un sistema interconnesso. [...] La relatività e le recenti scoperte della geometria frattale ci insegnano che la medesima realtà può essere, per così dire, confezionata in differenti pacchetti e che perciò, a seconda della prospettiva dell'osservatore, dell'angolo di osservazione, della cornice temporale e della scala di osservazione si possono avere immagini molto diverse di una medesima verità soggiacente. [... Ogni persona è unica] Non solo per la particolare combinazione degli ingredienti del suo codice genetico, che porta a sviluppare tratti fisici e mentali completamente nuovi. Ma unica anche per il particolare tempo e luogo in cui quel particolare organismo incontra la vita. Dato che un individuo diventa una persona solo all'interno di un contesto fisico, sociale e culturale, il quando e il dove ci capita di nascere definiscono coordinate uniche di esistenza, che nessun altro può condividere. Perciò ognuno di noi è responsabile del particolare punto spazio - temporale in cui il nostro corpo e la nostra mente si connettono alla rete dell'esistenza. [...] Possiamo chiamare *male* tutto ciò che causa dolore, disordine e sofferenza nella psiche o nella comunità. Esso di solito implica prendere la strada della minore resistenza, o operare in accordo con i principi di un ordine organizzatore più basso. L'entropia o il male sono lo stato di base, la condizione a cui il sistema ritorna se non si lavora per impedirlo. Chiamiamo *bene* tutto ciò che lo impedisce - azioni che preservano l'ordine senza sconfinare nella rigidità, improntate alle necessità dei sistemi più evoluti. Azioni come prendere in considerazione il futuro, il bene comune, il benessere emotivo degli altri. Il bene è il superamento creativo dell'inerzia, l'energia che porta allo sviluppo della coscienza umana. [...] All'interno di una cornice evolutiva, possiamo focalizzare la nostra coscienza sui compiti della vita quotidiana nella consapevolezza che quando viviamo esperienze che ci donano grande appagamento, pienezza e gioia, stiamo anche costruendo un ponte verso il futuro dell'universo."



**Ornella Campo è psicologa e psicoterapeuta specializzata in Ipnosi Ericksoniana. È presidente dell'Associazione Areté di Palermo: [www.assarete.it](http://www.assarete.it).**

# LA CIVILTA' DEL SOLE

a cura di Elisabetta Mastrocola



## LE GRANDI MADRI DEL BRASILE

Il percorso di Marcella Punzo, partita per la prima volta dall'Italia verso il Brasile con una borsa di studio per approfondire la conoscenza dei movimenti politici delle donne degli anni '70, in un momento caratterizzato dal passaggio dalla dittatura militare alla democrazia, passa attraverso varie tappe, tutte significative.

Dall'osservazione sociale, economica e politica delle donne, presto l'attenzione si sposta verso la condizione delle donne di colore, le più povere e in difficoltà, lasciate quasi sempre fuori dalle rivendicazioni delle bianche. Ed è proprio l'interesse per le più bistrattate figlie del Brasile a guidare l'autrice verso le comunità afro brasiliane, che trovano la loro forza e la loro vitalità nell'antica religione africana, il Candomblè. Appare chiaro, da subito, anche se inconsciamente, di essere di fronte a qualcosa di grande e potente. Qualcosa che può dare quelle risposte tanto cercate ad una più profonda comprensione di sé stessi.

La storica occidentale si inoltra in questa nuova realtà e inizia la sua ricerca con l'ottica dell'intellettuale europea verso una dimensione che scopre, gradualmente, di non poter analizzare a tavolino con la metodologia oggettiva e scientifica, ma che deve invece imparare a penetrare fino in fondo, perché possa capirla e conoscerla "dal di dentro".

L'operazione si rivela affascinante ma più complessa del previsto, poiché richiede un approccio diverso se non opposto a quello che è abituata ad usare, e che è l'unico che conosca. Deve passare dalla comprensione intellettuale alla sensibilità e permeabilità al mondo delle corrispondenze sottili. E da qui, deve poi adattare il proprio comportamento d'azione diretta ad un atteggiamento ricettivo, aperto e fiducioso. Solo a queste condizioni può avvicinarsi con arrendevolezza al mondo spirituale che l'aiuterà a deporre a terra l'arma della sola logica razionale per assistere al riemergere di una perduta conoscenza universale, comune a tutte le creature.

L'incontro con Mãe Nanà è decisivo. La Madre di santo, dopo un'accurata preparazione, la inizia ai riti, avviandola ad una guarigione dell'anima e del corpo. Amorevole e autorevole, nella bellissima intervista riportata nel testo, Mãe Nanà, intuendo come Marcella possa diventare una preziosa testimone di questa straordinaria tradizione religiosa - pur essendo contraria alla diffusione scritta, perché la trasmissione deve mantenersi orale, come spiega esaurientemente nell'intervista - racconta la sua vita predestinata, le iniziazioni, le fatiche, i successi e gli insuccessi, la consapevolezza dell'enorme responsabilità che il suo compito le impone, l'amore e la devozione per gli Horixà, le divinità Yorubà, e l'immensa gioia, la riconoscenza per avere il privilegio di questa unione mistica, perché nella vita non c'è cosa più bella del servizio alle Divinità.

La Madre di santo vive e lavora nel terriero, la casa sacra dove si svolgono gli incontri religiosi, le grandi feste, le iniziazioni e le guarigioni, i momenti di preghiera. Vissuta anche come un centro di cura e di assistenza per i deportati e i loro discendenti, la casa riunisce in sé il luogo di culto e il consultorio, perché nel Candomblè la vita spirituale e la questione sociale non sono disgiunte ed è la loro visione unitaria che accoglie i figli, aiutandoli a risolvere i problemi umani, personali e collettivi, intimi e sociali. Il terriero diventa così il grembo della Madre che, donando nutrimento, conforto e dignità allo schiavo, dà alla luce l'uomo libero. La fine della schiavitù ha la sua origine nel terriero.

Le diverse chiavi di lettura del libro: storica, antropologica, intimistica, spirituale e mitica si incontrano nella sintesi di un viaggio iniziatico che non si è concluso certo con il ritorno in Italia, ma che anzi è proseguito ad un altro livello e sotto un'altra forma, poiché c'era bisogno di distanza e tempo perché le cose fossero comprese in tutti i loro aspetti e integrate in ogni parte di sé.

Ne "Le Grandi Madri del Brasile" il visibile e l'invisibile camminano insieme. L'uno contiene l'altro. L'uno è condizione dell'altro. Nella società contemporanea dall'interiorità dimenticata e trascurata, Materia e Spirito appaiono contrapposti, ma non lo sono. La comprensione di

questa apparente contrapposizione solleva il velo dell'ignoranza umana offrendo l'opportunità di rompere le catene della schiavitù che caratterizza questa epoca di lotta fra il buio e la luce, e di ritrovare, attraverso quella che Roger Bastide definisce "un'incursione interiore fino alle radici stesse dell'esistenza", la passione, il gusto e il desiderio per l'apprendimento del sacro, perché non c'è niente di più bello, di più scientifico e più poetico, più dolce e semplicemente essenziale.

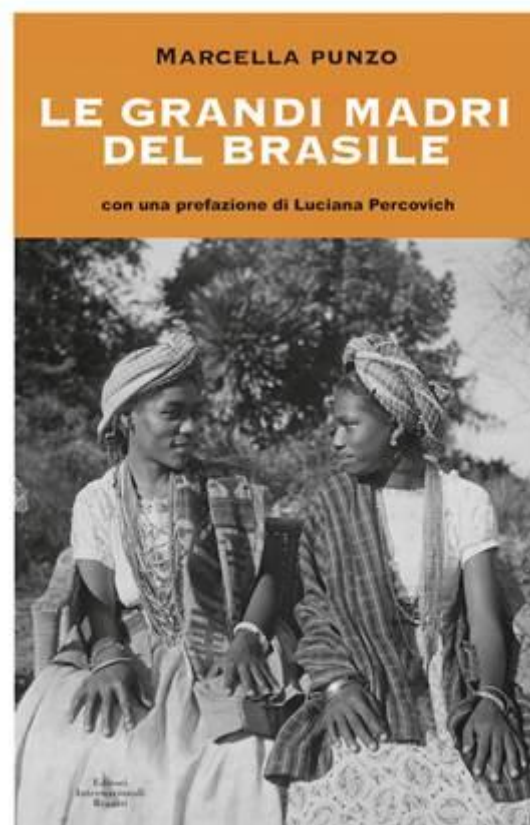
Elisabetta Mastrocola

## LE GRANDI MADRI DEL BRASILE

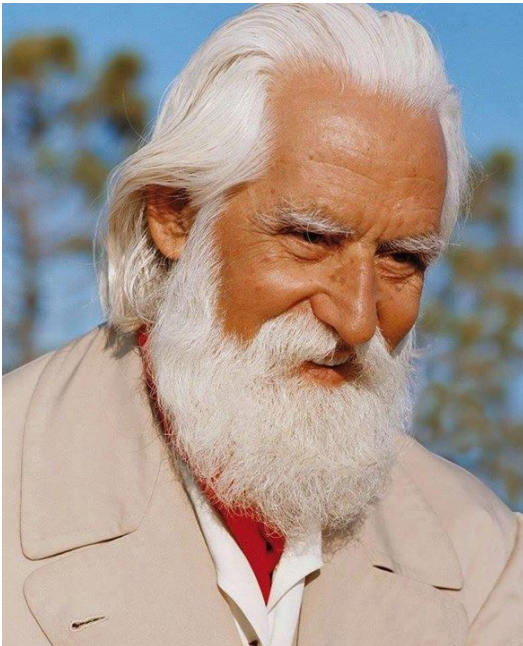
di Marcella Punzo

Editori Riuniti

2014 - pp 222 € 14,00



## L'AMORE È UNA LUCE, UN NETTARE, UN'AMBROSIA ...



«L'amore è fatto di scambi. Gli scambi fra due esseri non consistono solo nell'incontrarsi nel piano fisico, possono farsi a distanza, con la parola, lo sguardo, il pensiero, senza toccarsi e anche senza vedersi. E gli scambi non si limitano a quelli che gli uomini possono fare fra loro. Ecco perché, anche se non avete ancora trovato un uomo o una donna che vi ispirano abbastanza per unirvi, non è una ragione per sentirvi privati dell'amore. Cos'è l'amore? Un'energia cosmica che circola ovunque nell'universo. Ed è per questo che potete trovare l'amore ovunque, nella terra, nell'acqua, nell'aria, nel sole, nelle stelle ... Potete

trovarlo nelle pietre, nelle piante, negli animali ... E potete certo trovarlo anche negli uomini, ma appunto, non solo in loro, come avete troppo tendenza a credere. Sì, perché dovete sentirvi privi d'amore se non avete un uomo o una donna da tenere fra le braccia? Non è il corpo, non è la carne che vi donerà l'amore, perché l'amore non si trova lì. L'amore può servirsi del corpo fisico come supporto, ma lui stesso è altrove, è ovunque; è una luce, un nettare, un'ambrosia che riempie lo spazio»

«Quando vi svegliate al mattino, accogliete con gratitudine questa giornata che comincia prendendo la risoluzione di viverla con amore. E cosa significa viverla con amore? Semplicemente respirare, mangiare, camminare, guardare, ascoltare con amore. Pensate che tutto questo lo sapete già ... No, non lo sapete. Quando comincerete a comprendere, veramente, con tutto il vostro essere, cosa significa vivere con amore, la vostra intera esistenza sarà trasformata. L'amore sgorgherà da voi continuamente, dalla mattina alla sera, anche quando dormite ... Sì, anche durante il sonno. Vivere con amore è vivere con uno stato di coscienza che armonizza ogni atto della vita, che mantiene la persona in perfetto equilibrio. E questo stato di coscienza è una fonte di gioia, di forza, di salute non solo per sé stessi ma per tutti coloro che incontriamo.

Brani tratti dal volume *Zemia, la Terre - Une pensée pour chaque jour*

di OMRAAM MIKHAËL AÏVANHOV - Éditions Prosveta

**ORE 09:00**

## **LEZIONE D'AMORE**

Quando alla fine degli anni sessanta il professor Leo F. Buscaglia (1924-1998) propose al preside della facoltà di pedagogia della University of Southern California un corso sull'amore, non si aspettava il risultato che avrebbe conseguito. Iniziò dopo due anni con una classe di venti studenti per arrivare a duecento con seicento in lista d'attesa. Le lezioni si svolgevano con semplicità. Si riunivano, si sedevano su un grande tappeto e parlavano per le due ore regolamentari, arrivando spesso a continuare fine a sera. In questa classe - diceva - non insegno. Imparo.

Il tema era l'amore in tutti i suoi aspetti. Invitava gli studenti a raccontare sé stessi, i rapporti interpersonali, le aspettative, le speranze, le paure, le mancanze, e la conclusione era che l'amore si impara. Sì, ma chi lo insegna? Come si applica? Come si vive?

Era un insegnante amatissimo che emanava calore, intelligenza, apertura, disponibilità e coraggio. Nel mondo accademico non sempre fu altrettanto amato, anzi, capitò spesso che venisse irriso e considerato futile e banale, ma niente lo scoraggiò. Evidentemente, l'essere nato in una povera famiglia di immigrati italiani con le conseguenti, per l'epoca, derisione ed emarginazione che ne accompagnò l'infanzia e l'adolescenza, lo temprò rafforzandolo e rendendolo capace di affrontare ogni difficoltà. L'ambiente familiare ricco di amore, comprensione e condivisione lo aiutò. Il calore, l'affetto e il rispetto che legavano genitori e figli furono sicuramente una buona palestra dove sperimentare il potere dell'amore, futura materia di studio universitario, davvero unica nel suo genere e unico esperimento compiuto in una prestigiosa università americana.

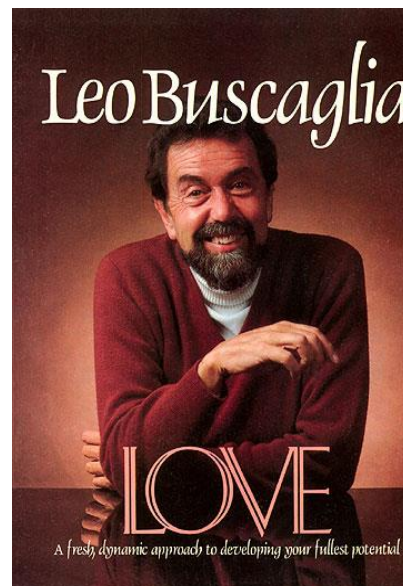
Accadeva che Buscaglia si allontanasse per dei periodi per meditare e studiare. Viaggiò anche in Oriente e si avvicinò al buddhismo. Il suo intero percorso di vita testimonia una seria e profonda ricerca interiore, ma con gli allievi non applicò mai nessuna particolare pratica e disciplina spirituale. Ottima intuizione, che permise agli studenti, qualunque fosse il credo di appartenenza, come pure per i non credenti, di partecipare liberamente e senza pregiudizi a discussioni e argomentazione sull'amore, che fosse sacro, profano, umano. Amore per la vita, amore per sé stessi, amore per gli altri.

Nei molti libri che ci ha lasciato possiamo scoprire di più su questo straordinario, originale e appassionato insegnante. Fra quelli pubblicati in Italia da Mondadori, vorrei ricordare *Autobus per la felicità*, *Vivere, amare, capirsi*, *La via del Toro*, *La coppia amorosa*, *La foglia Muriel*, *Sette storie natalizie*, *Nati per amare*, *Amore*.

Elisabetta Mastrocola

**Elisabetta Mastrocola è giornalista e scrittrice.**

**Pubblicazioni, attività e programmi sul suo sito [www.scrittura-creativa.it](http://www.scrittura-creativa.it).**



# LA RUBRICA DI GIULIA

*a cura di Giulia Abbate*

## Storia di un fallimento condiviso

Squilla l'iPhone..il primo modello che ho ereditato dal mio ragazzo..l'iPhone 3..un pezzo d'antiquariato (Lo amo! Anche perché non posso permettermene un altro). Ho la febbre..anzi, quella che io chiamo "la febbre bastarda"..non arriva mai a 38\* ma ha l'effetto di un knock-out che ti fulmina sul ring..la famigerata influenza di stagione. Rispondo.."Chiamo dall' Armando Curcio Editore..abbiamo ricevuto il suo curriculum e siamo interessati al suo profilo..può venire domani per un colloquio alle 13?" Io tentenno...ho mandato il curriculum a più di 50 aziende da quando mi sono laureata ( era il 9 aprile..2014)..non ricordo bene di cosa si trattasse..l'effetto della tachipirina 1000 mi suggerisce di spostare l'appuntamento al prossimo mese..ma ha la meglio la tanto odiata responsabilità e accetto.." Va bene..domani..dove?"...lontanissimo da casa mia..uscita 15 del Grande Raccordo Anulare..io vivo a Pomezia..la città del Sindaco grillino..io non ho mai superato l'uscita 18..Casilina (brutti ricordi)..non sono nella condizione economica di rifiutare un colloquio..accetto ..febbrecitante, un po' per l'effetto Tachipirina che sta passando..un po' perché una redazione di una casa editrice..nemmeno poi tanto sconosciuta.. per un'ancora neolaureata in Lettere è sempre una "figata". Mi organizzo con il mio appena tornato dall'Australia fratello per farmi accompagnare in quel posto alla fine del mondo.. Da brava ragazza che vive nel 2014..controlla su internet voci varie sulla Curcio Editore..sembra non sia la solita sòla.

Sveglia presto...colazione e Zerinol..sveglio mio fratello..vestiti da colloquio..non ho niente da mettermi..non voglio mettermi nient'altro che il pile di Decathlon..giacchetta..camicia. Sono le 11 e 30..forse un po' presto per partire ma l'uscita 15 del Raccordo mi terrorizza.

Arriviamo davanti a un cancello..sembra un capannone abbandonato..tra i tanti della zona..quelli attivi hanno degli enormi striscioni in lingua cinese. È presto..le 12 e 15.. Aspetto con il curriculum aggiornato e appena stampato la mattina..alle 13 meno 15 citofono..l'impatto non è dei migliori..un edificio fatiscente..c'è un forte odore di fumo all'interno..due grandi macchine distributrici che occupano tutta la sala d'attesa..caffè e snack..una sassaia che forse era nata come un giardinetto interno..ora è una vasca piena di sassi diventata un grande posacenere..saluto della gente che sembra lavorare lì dentro..mi dicono di aspettare la Vice presidente con cui farò l'intervista.

Mentre aspetto ho una strana sensazione..mio padre mi ha sempre detto di ascoltare quella vocina che ogni tanto si affaccia quando c'è qualcosa che non va..ma ormai ero lì e si stava alzando la febbre..iniziavo ad avere freddo e quella puzza di sigaretta mi nauseava. Dieci minuti e arriva la Vicepresidente: dentro di me ho pensato che fosse una "figata" una donna quasi a capo di una casa editrice, "nemmeno poi tanto sconosciuta"..e anche giovane..

Ho con me il curriculum aggiornato..niente di grandioso..un'esperienza estiva che però può essere utile se spiegata.. La Dottoressa sembra entusiasta del mio profilo..il fatto che abbia già collaborato con alcuni giornali è un titolo preferenziale..non mi fa tanto parlare..sembra convinta di aver trovato la persona giusta. Tant'è che mi fa capire di dover chiudere il giro dei colloqui per darmi la conferma, ma sicuramente "da lunedì cominci"..Hanno un bel suono queste

parole per chi "cerca lavoro disperatamente"..ma ancora quella vocina.."Enzo" l'ho chiamata..la coscienza..si fa sentire e non riesco ad essere entusiasta del buon esito dell'intervista.

Un' ora e mezza dopo..quello che non avrei voluto sapere...lo stage è a tutti gli effetti uno delle famose sòle..Enzo mi ha riportata sul web e dopo una ricerca un po' più approfondita è uscita la testimonianza che non aspettavo..una certa Marta circa un anno prima era stata chiamata dalla stessa casa editrice..le condizioni dello stage erano state le stesse..anche il suo profilo era molto simile al mio..Lettere 110 e lode..sei mesi di lavoro matto e disperatissimo..per non avere nulla in cambio..neanche un euro..anzi qualche euro si..ma grazie al tramite di un avvocato..

Un piccolo "ovosodo" inizia a fare su e giù dallo stomaco alla gola..un boccone amaro..un altro...non per le grandi aspettative che avevo riposto in questo stage..ma per la delusione di essere stata chiamata un'altra volta con l'intenzione di essere sfruttata.

Approfondisco la ricerca..e decido di non accettare..tanto ero sicura che mi avrebbero richiamata per confermare la buona riuscita del colloquio. " La signorina Abbate Giulia?..può venire lunedì alle nove..".."Mmmhh.. Sono spiacente ma non credo di voler accettare il lavoro.." Silenzio incredulo..al che decido di confessare " ho letto delle testimonianze sul web riguardo la vostra poca serietà nei confronti del contratto di stage..cosa può dirmi a riguardo?" (La mia indole giornalistica ha parlato)... La segretaria incredula della mia reazione..non credo per la notizia..risponde " non so che dirle..comunicherò questa informazione..arrivederci.."

"Addio..brutte sole schifose..categoria di sfruttatori e di traditori fraudolenti!!"..avrei voluto rispondere.



## Brevi riflessioni d'amore e ricordo

*"Per che cosa tutto questo lavoro tenero  
Se tu non vuoi baciarmi?"*

La natura ama se stessa e fa delle sue creature un canto d'amore universale. Niente può spezzare la "divina" forza che unisce e confonde il mondo e che con moto continuo permettere alla vita di rigenerarsi.

Le parole di Shelley invitano a prendere esempio da questa continuità, all'infinita del sentimento Amore che non porta mai con sé distruzione o paura della fine perché essa stessa non esiste nella totalità della Natura.

E un amore "naturale" non può trovare limiti se questi non sono posti dalla stessa Natura, purché esso sia Amore. Se sacro, puro, vero allora non avrà ostacoli di fronte a sé e sarà un sentimento infinito che non verrà mai sporcato dalla finitezza della vita umana.

La lontananza forzata dovuta al distacco della Morte porta con sé un dolore umano che la Natura non conosce poiché in essa niente "è celibe" e tutto si sussegue in un'unione armonica, senza vittime o carnefici.

Il quadro di Klimt Gustav Klimt, "Serpenti d'acqua"

E qualcosa di naturale e poco umano lo possiede anche l'uomo: è il ricordo. La memoria sconfigge la limitatezza del fisico e fa degli esseri umani, esseri immortali. Nella legge che unisce e confonde le cose del mondo rientra anche il dono di ricordare una persona amata che continua ad essere presente nella vita terrena e solo in questo modo sarà infinita.

Un Amore totalizzante spaventa la Rabbia e l'Odio che scaturiscono dal distacco estremo e che non appartengono al mondo naturale: esso è un flusso perpetuo che protegge se stesso dalla distruzione attraverso una speranza continua d'amore. E così il ricordo non pone limiti alla sua potenza e come ogni notte "i raggi della Luna baciavano il mare", l'uomo può consacrare alla memoria il suo passato e renderlo presente ma soprattutto vivo.

**Giulia Abbate si è laureata brillantemente in Lettere all'Università degli Studi di Roma Tre. Ha collaborato al quindicinale "L'Ardeatino" e "Il Nettunense" e scrive per il mensile "Tempi Nuovi".**

# L'OPINIONE

di Leonardo Facchini



## DISSERTANDO UN PO' D'AMORE

Come la lotta tra il Bene e il Male non cessa mai d'esistere, così l'Eros, l'Amore, la linfa, la spinta e, per contro, il Thanatos, la morte, il buio, la resa si contrappongono e finiscono per avere il sopravvento nel nostro vivere quotidiano.

Ciò può essere determinato da fattori interni, ad esempio l'indole e le inclinazioni, oppure esterni connessi a situazioni favorevoli o contrarie, anche casuali.

Se provassimo a eliminare la parte più cruda della realtà, potremmo assaporare pienamente l'amore che pervade la natura.

"E tutto per divina/ legge di una forza/ s'incontra e si confonde./ Perché non io e te?" (Shelley). In questi versi il poeta sembra richiamarsi ai primordiali concetti di filosofia greca tendenti a spiegare l'origine del mondo, che indicano nell'amore la forza unificatrice e armonizzatrice dell'universo stesso (Esiodo ed Empedocle) e, per Parmenide, immutabile.

Platone, a sua volta, tratta dell'amore nei dialoghi "Fedro" e "Il simposio" come desiderio di Bellezza. Eros, che non è un Dio, ma un Demone, non ha Bellezza e quindi la desidera e, così pure, non ha Sapienza e ambisce ad averla.

Tali argomenti, di cui Platone può ritenersi il precursore, saranno ripresi nei secoli da vari filosofi e dottrine filosofiche. Partendo dalla forma istintiva dell'amore, "Amor concupiscentiae", frutto di esperienze impulsive, si passa a forme più mature e

razionali, all'amore per l'amicizia orientato al Tu e, via via, all'altruismo generoso e, infine, all'amore fraterno, alla Carità e alla disponibilità al sacrificio: " Agàpe".

Il Cristianesimo e altre religioni si fondano sullo spirito - amore che ci guida sulla diritta via di solidarietà e serenità.

San Francesco, che predica il "dono" della povertà, raggiunge Dio, suprema fonte d'amore, attraverso il creato (Cantico delle creature); il vescovo filosofo S. Agostino instaura un rapporto diretto con Dio: "Amore che ardi sempre e non Ti spegni, Carità, mio Dio, accendimi!" (Le confessioni). A proposito di San Francesco e del suo straordinario Cantico, mi viene in mente di dire che poesie come la sua dispensano amore e nutrono il nostro sentimento, e chissà quante altre ancora potrebbero avere la stessa funzione o contribuire ad affinarlo con le sensazioni e le immagini che evocano. Aristotele, nella sua "Poetica", stimava un'arte molto elevata la poesia perché capace di esprimere l'universale.

Al poeta che ama niente passa inosservato, perfino una foglia può animarsi: "Talvolta una foglia di un albero rappresenta/ uno dei nostri amici..." (Jorge Luis Borges). Poesia e amore vanno di pari passo a toccare le corde del cuore:" Amor es màs que la sabidurìa (saggezza) / es la resurreccìon, vida segunda" (Jorge Carrera Andrade).

Mentre la vita senza l'amore potrebbe essere triste solitudine, quest'ultima invece potrebbe far sgorgare la poesia come ne "Il passero solitario" in cui Leopardi si identifica:" Ohimè, quanto somiglia/ al tuo costume il mio!"...nonostante: "Primavera per li campi esulta". Solitudine, malinconia e rigoglio si fondono in una miscela di dolcezza. Un giovane va incontro a vari innamoramenti, platonici e non, finché non trova il vero amore che pulsa per sempre nella realtà e nei ricordi, ma i versi che sfidano il tempo non hanno età. Non è mai presto né troppo tardi per la poesia.

L'amore per la vita è un fenomeno a parte: continua a crescere con il passare degli anni e, negli anziani, si acuisce notevolmente, poiché l'idea della separazione è mal tollerata. Se si dà un'occhiata negli ospedali, l'assillo rafforza il legame con l'ambiente circostante, compreso il raggio di sole o di luce che entra dalla finestra. La vita, quindi, ci dà l'amore e questo, alla fine, viene riversato sulla vita stessa. Guai se non fosse così: si potrebbe essere giunti alla resa.

Ma in cosa consiste, in definitiva, l'amore?

L'amore per "antonomasia" è quello del dare, scevro dal pensiero di ricevere, è quello che si trasferisce nell'altro con la sola consapevolezza di aiutare e di fare del bene. Significa elargire senza ostentarlo, altrimenti il gesto potrebbe ferire o quanto meno sfiorare l'altrui sensibilità: sarebbe peggio del "do ut des" che pure presuppone un tornaconto verso chi può in un modo o in un altro ricambiare. L'amore può subire anche sconfitte, essere umiliato, ma se affonda le radici nel cuore, può rinascere più forte di prima per rigenerare amore.

Per me l'amore più grande che esiste non si può chiamare che "mamma". E' a tutte le donne e alle mamme in particolare, che intendo dedicare questa mia poesia:

## VENTO D'AMORE

C'è nella tramontana il suo respiro  
se cogli dell'amore le parole  
e nella nebbia tu vedrai la luce  
degli occhi suoi brillare.

Poi non t'accorgerai di risalire  
se al di là del monte la speranza  
ti prenderà per mano  
e ti condurrà ai palpiti del mare.

E contro la corrente lotterai  
sapendo di tornare  
alla sorgente del tuo primo amore.

Incontrerai tua madre  
e dal suo sguardo capirai perché  
sofferenza è amore  
denso di poesia.

Leonardo Facchini



Ufficiale dell'Esercito in congedo, Leonardo Facchini ha ricevuto numerosi e prestigiosi riconoscimenti in vari concorsi letterari. Vive a Torino con la sua famiglia.

# **SCIENZA BHAKTIVEDANTICA**

a cura di Caterina Carloni



*Un dato incontrovertibile che emerge dalle ultime ricerche scientifiche condotte in tutto il mondo sull'utilità e sull'efficacia della psicoterapia è costituito dall'importanza imprescindibile della qualità del rapporto paziente-terapeuta nel produrre modificazioni di personalità. Questi dati aprono un nuovo orizzonte di studio e di riflessione sul valore dei sentimenti e degli affetti nel promuovere la trasformazione delle coscienze, oltre a spiegare l'effetto positivo di tante terapie non convenzionali e di tante figure paraprofessionali nel trattamento e nella prevenzione della sofferenza psichica. Ben lontano dal sentimentalismo e dalla passione fisica, questa grande fonte di cambiamento e di elevazione della coscienza, che nella Tradizione Vedica è chiamata Bhakti, si trova all'interno di ognuno di noi e rappresenta un potere speciale di integrazione e sviluppo della personalità.*

# PSICOTERAPIA BHAKTIVEDANTICA

## *la promessa e la visione dell'amore*

(estratto dell'articolo pubblicato sulla rivista Orizzonti Vedici, settembre 2010)



(Dipinto di Puskara Dasa e Yadurani Devi Dasi)

*"Poiché tu sei un amico molto caro, ti rivelo la Mia suprema istruzione, la più confidenziale tra le conoscenze. Ascoltala da Me perché te la rivelo per il tuo bene."  
(Bhagavad-gita, 18. 64)*

Uno dei contributi più originali e interessanti allo studio delle tecniche e dei metodi psicoterapeutici praticati nell'area culturale europea e nordamericana è rappresentato da un volume dal titolo "La ricerca in psicoterapia - modelli e strumenti", di N. Dazzi, V. Lingiardi e A. Colli, edito da Raffaello Cortina. Il libro, realizzato grazie alla collaborazione dei più

brillanti e rappresentativi studiosi italiani nel campo della ricerca empirica in psicoterapia, raccoglie e organizza lo stato dell'arte riguardante svariati settori della disciplina psicoterapica, offrendo una bibliografia di oltre 2500 voci che rendono questo testo il più aggiornato e completo sull'argomento.

La ricerca sull'efficacia della psicoterapia ha avuto un grande sviluppo negli ultimi 60 anni. Con la pubblicazione delle registrazioni di tutte le sedute di una psicoterapia, Carl Rogers (1957) diede impulso allo studio fenomenologico sull'interazione paziente-terapeuta, postulando l'esistenza di condizioni necessarie sufficienti per la promozione del cambiamento, comuni a tutti i paradigmi psicoterapeutici. Molti anni dopo, Smith, Glass e Miller (1980) con l'adozione della metanalisi, che permette di comparare protocolli di ricerca diversi tra loro, hanno aperto un altro fecondo territorio all'indagine empirica sui comuni denominatori in psicoterapia (Zucconi, 1982; Horvath & Greenberg, 1994; Norcross, 2002; Levant, 2005). Tuttavia le metanalisi non sono ovviamente in grado di dare risultati totalmente generalizzabili, vista la specificità di ogni singolo paziente.

Ogni percorso terapeutico ha il suo carattere, le sue necessità, la sua etica: vi sono viaggi lunghi in cui a volte nemmeno la bussola riesce a darci la giusta direzione di marcia, e percorsi più brevi, costruiti su esigenze specifiche del viaggiatore e più strettamente, talvolta riduttivamente, pianificati.

Come identificare i fattori che dovrebbero aiutarci a capire se e come la terapia ha funzionato? La scomparsa di un sintomo è un buon indicatore? E' utile seguire il consiglio di alcuni ricercatori come Norcross e dedicarci allo studio della "qualità della relazione e degli atteggiamenti del terapeuta", più che delle specifiche "tecniche di trattamento"?

Per raccontare il percorso che paziente e psicoterapeuta affrontano insieme si fa spesso ricorso alla metafora del *viaggio*.

Ben prima di mettersi in cammino, ogni viaggiatore ha un suo bagaglio di caratteristiche, esperienze, conoscenze. Paziente e terapeuta hanno una propria storia personale e culturale, un'organizzazione di personalità, uno stile di adattamento, una concezione del mondo e della vita da cui non si può prescindere.

La costruzione e lo sviluppo della relazione terapeutica stessa non possono trascurare questo carico, che si manifesterà in modi diversi, più o meno espliciti. Per esempio, nel trovare un accordo sulla meta da raggiungere e sui mezzi per raggiungerla, cioè nel disegnare quell'area genericamente chiamata "alleanza terapeutica". Concetto tra i più indagati dalla ricerca in psicoterapia, esso viene indicato come il fattore aspecifico con maggiore capacità predittiva rispetto al risultato, ma, al tempo stesso, è sempre più frequentemente messo in discussione per la sua genericità e sovrapposizione concettuale con altre dimensioni relazionali quali transfert-controtransfert (modo in cui il terapeuta vive la relazione con il paziente), relazione reale, capacità di funzionamento riflessivo ecc.

Uno degli scopi della ricerca in psicoterapia è studiare se e quando i nostri viaggiatori arriveranno alla meta. E' questa la ricerca sull'*outcome*, che vuole rispondere alla domanda se la psicoterapia *funziona*. Lo studio, invece, di ciò che accade durante il viaggio in relazione alla sua destinazione, prende il nome di ricerca *process-outcome*.

Ma come si misura la riuscita di un viaggio? Qual è il mezzo migliore per viaggiare? Quale il prezzo? Quanto è sicuro il mezzo di trasporto? Quanto conta l'abilità e l'esperienza del guidatore? Quali sono i veicoli migliori in relazione al territorio da attraversare? Quanto

tempo abbiamo a disposizione? E qual è la distanza da attraversare? Le terapie cognitive e comportamentali sono più efficaci di quelle psicodinamiche? Qual è il trattamento migliore per un determinato disturbo? Vi sono alternative percorribili? Come si possono confrontare viaggi diversi?

Un'ipotesi sperimentale ha proposto di confrontare due gruppi di viaggiatori che utilizzano mezzi di trasporto diversi, osservandoli alla partenza e all'arrivo.

Ma le cose non sono così semplici, e potrebbe sorgere il dubbio che studiare solo la partenza e l'arrivo ci dica poco della vera esperienza del viaggio: per esempio, siamo sicuri che chi avrebbe dovuto prendere la macchina ha davvero usato la macchina (aderenza ai trattamenti)? E se la riuscita del viaggio dipendesse più dalla qualità della relazione tra i due viaggiatori (*fattori specifici*) che dai mezzi impiegati (*fattori specifici*)? Il viaggio è un'esperienza "unica" o può essere scomposto nelle sue componenti?

Per rispondere a molte di queste domande si potrebbe adottare un'altra metodologia di studio: non il confronto tra gruppi di viaggiatori (RCT, *randomized clinical trials*), ma lo studio intensivo di alcuni viaggiatori, seguiti passo dopo passo nel loro percorso (*studi single-case*), nel tentativo di capire che cosa realmente accade durante il viaggio (ricerca sul processo), quali sono gli aspetti specifici (i costrutti: rotture e riparazioni, attività referenziale, interventi del terapeuta ecc.) che permettono di procedere in modo soddisfacente ed efficace.

Ma gli strumenti della ricerca in psicoterapia sono tutti ugualmente affidabili e attendibili? Tragitti simili compiuti e/o misurati in paesi diversi ci danno informazioni confrontabili?

La ricerca in psicoterapia sembra costantemente in conflitto tra complessità clinica e rigore metodologico.

Gli studi single case sembrano essere più vicini alla realtà clinica, perché possono essere condotti abbastanza facilmente in setting privati e perché permettono di mettere a fuoco aspetti tecnici specifici della clinica, ma allo stesso tempo vengono criticati per la loro scarsa generalizzabilità.

Gli studi RCT sono esplicitamente pensati per rispondere alla domanda sull'efficacia comparata di diversi trattamenti. Una conseguenza di questi disegni, però, è che vengono validati i trattamenti ma ignorati i protagonisti (pazienti e terapeuti) secondo il mito dell'uniformità dei soggetti. Gli RCT ci dicono se le differenze nelle medie dei gruppi sono statisticamente significative, ma non prendono in considerazione il cambiamento nel singolo individuo.

La controversia sugli RCT rimanda direttamente al problema dei trattamenti validati empiricamente (EST, *empirically supported treatments*). L'acronimo EST fa riferimento a modalità d'intervento terapeutico la cui efficacia sia stata empiricamente dimostrata. La logica degli EST è evidentemente discutibile, vista la poca applicabilità della sua filosofia e dei suoi metodi alla ricerca in psicoterapia.

I trattamenti analitici e la psicoanalisi sono, ad esempio, sistematicamente esclusi dalla ricerca, poiché i pochi studi che si sono occupati di verificare l'efficacia dei trattamenti analitici non rientrano nei criteri enunciati dal movimento degli EST (gli RCT limitano la durata delle terapie valutata a un massimo di 16 settimane, una durata idonea per terapie comportamentali e cognitive, ma non per terapie psicoanalitiche). Ne consegue che, poiché la terapia analitica non rientra nei canoni metodologici empirici e quindi non può essere validata, allora non è efficace.

Dovremmo invece chiederci se il modello medico sottostante alle opzioni metodologiche degli EST sia sempre e comunque applicabile alla ricerca in psicoterapia.

Nata inizialmente in un clima di forti aspettative, la ricerca in questo ambito si è assunta il compito di traghettare la psicoterapia nel mondo delle *hard sciences*, così da rispondere agli attacchi provenienti dai più disparati ambiti, in particolare da quello *epistemologico* (il problema della mente che studia se stessa, soggettività dell'esperienza contro oggettività della scienza ecc.) e da quello *economico* (se non si dimostra che la psicoterapia è una cura efficace, perché mai le compagnie assicurative dovrebbero riconoscerla come forma sostenibile di trattamento? Perché sponsorizzare la ricerca in psicoterapia visto che i trial farmacologici sono assai più remunerativi?).

Lambert e Bergin (1992), in un capitolo scritto per un libro sulla storia della psicoterapia in America, pubblicato dall'American Psychological Association in occasione del centenario della sua fondazione (1992), provano a riassumere in dieci punti le principali conquiste della ricerca in psicoterapia: 1) dimostrazione che gli effetti della psicoterapia superano quelli della remissione spontanea; 2) dimostrazione che gli effetti della psicoterapia sono positivi; 3) dimostrazione che gli effetti della psicoterapia superano quelli dei gruppi di controllo trattati con placebo; 4) modificazione della definizione di placebo, ora più precisa e appropriata, per le ricerche in psicoterapia; 5) dimostrazione che i risultati della psicoterapia, anche in campioni omogenei, variano più a causa delle variabili legate alla "persona" del terapeuta che alle "tecniche" usate; 6) dimostrazione che esiste una relativa equivalenza nei risultati per un vasto numero di terapie, indipendentemente dalla loro durata e dalle tecniche impiegate; 7) dimostrazione dell'efficacia di alcune terapie specifiche per alcuni disturbi specifici; 8) dimostrazione del ruolo interattivo e sinergico degli psicofarmaci e della psicoterapia; 9) dimostrazione dell'importanza centrale del rapporto paziente-terapeuta nel predire e possibilmente causare modificazioni di personalità; 10) documentazione dei possibili effetti negativi della psicoterapia e lo studio dei processi che portano al deterioramento del paziente.

Ogni tentativo di sintetizzare i risultati emersi dalle tantissime ricerche in questo campo non può che peccare di parzialità e insufficiente obiettività a causa dell'angolo visuale dal quale inevitabilmente si osserva questa enorme massa di dati, ma emerge in modo ricorrente e indiscutibile il ruolo determinante della **qualità della relazione**, a dispetto delle tecniche utilizzate, nel determinare la riuscita del percorso terapeutico. Ciò ha indotto a ridefinire meglio l'oggetto d'indagine della ricerca psicoterapeutica e a rivedere la concezione stessa di salute e malattia, dei suoi significati, delle sue funzioni.

**Paradossalmente, il vero successo della ricerca in psicoterapia, dopo l'intensa proliferazione di strumenti di misurazione, sembra essere il ritorno ad una riflessione su sé stessa, sulla sua ragione d'essere e sui suoi obiettivi.**

Indagare e scoprire nuove potenzialità all'interno delle relazioni umane potrebbe aprire scenari luminosi per restituire alla psicologia tutto il suo patrimonio culturale e spirituale di *scienza dell'anima* (Psicologia è un termine che deriva dal greco ed è formato da *logos*, che significa "studio, scienza", e da *psyché*, che significa appunto "spirito, anima").

La Tradizione indovedica, con la sua mole di letteratura sull'argomento - inspiegabilmente ignorata dalle università occidentali - offre contributi preziosi e necessari alla comprensione delle dinamiche affettive e relazionali, dei risvolti emotivi e dei sentimenti ad esse sottesi, fornendo teorie, strumenti e metodi di crescita psicologica e spirituale.

Un monumento alla scienza psicologica come la Bhagavad-gita, ad esempio, utilizzando il linguaggio del mito e del racconto, ci svela le cinque verità fondamentali sulla condizione degli esseri viventi: Dio, l'individuo, la natura, il tempo e l'azione, e attraverso un avvincente dialogo tra coscienza superiore (Krishna) e anima condizionata (Arjuna), svela via via tutti i segreti di una conoscenza confidenziale, intima, spirituale, intrisa di passaggi gioiosi che parlano direttamente al cuore del lettore.

Pronunciate direttamente da Dio, le parole che compongono gli *shloka* della Bhagavad-gita, contengono una potenza rivelatrice che illumina concetti portanti della scienza psicologica. Ad esempio, sul ruolo della volontà e del senso di responsabilità rispetto alle azioni che l'essere umano compie, sul senso di colpa che le accompagna, sulla natura dell'identità individuale, il terzo capitolo offre svariati temi di riflessione: rapporto tra io (falso ego) e anima spirituale, influenza dei guna (gli attributi della materia) sul comportamento, condizione esistenziale di chi agisce lasciandosi guidare da una coscienza materiale:

prakriteh kriyamanani  
gunaih karmani sarvasah  
ahankara-vimudhatma  
kartaham iti manyate

*"Sviata per l'influenza del falso ego, l'anima spirituale, crede di essere l'autrice delle proprie azioni, che in realtà sono compiute dalle tre influenze della natura materiale"*(verso 3.27)

In merito all'esercizio della libertà nel rispetto di un ordine etico superiore (il *dharma*) e alla necessità per l'individuo di mantenere e coltivare il collegamento con il mondo dello spirito e con la sua vera natura, troviamo varie e articolate spiegazioni.

sreyan sva-dharmo vigunah  
para-dharmat sv-anusthitat  
sva-dharme nidhanam sreyah  
para-dharmo bhayavahah

*"È molto meglio compiere il proprio dovere, anche se in modo imperfetto, che compiere perfettamente quello altrui. È meglio fallire nel compimento del proprio dovere che impegnarsi nei doveri di altri perché seguire la via altrui è pericoloso."*(verso 3.35)

Riguardo al tema dei rapporti, tutta l'opera è un costante richiamo alla felicità che deriva da un'unione salda ed elevata con tutte le creature:

samam pasyan hi sarvatra  
samavasthitam isvaram  
na hinasty atmanatmanam  
tato yati param gatim

*Chi vede in ogni essere l'Anima Suprema, ovunque la stessa, non si lascia trascinare dalla mente alla degradazione. Si avvicina così alla destinazione trascendentale ( verso 29.13)*

E anche:

sarva-bhuta-stam atmanam  
sarva-bhutani catmani  
iksate yoga-yuktatma  
sarvatra sama-darsanah

*Il vero yogi vede Me in tutti gli esseri viventi e vede tutti gli esseri viventi in Me. In verità, la persona realizzata vede Me, il Signore Supremo, in ogni luogo ( verso 29.6)*

Il dialogo tra Arjuna e Krishna possiede l'eco di una psicoterapia perfetta, fatta di tempismo (rassicurazione e consolazione iniziale, seguita da ritmi incalzanti ed esortazioni, in un generale clima di accettazione e comprensione) che si conclude così:

iti te jnanam akhyatam  
guhyad guhyataram maya  
vimrisyaitad asesena  
yathechasi tatha kuru

*"Ti ho svelato così la conoscenza più confidenziale. Rifletti profondamente, poi agisci secondo il tuo desiderio." (verso63.18)*

Una psicoterapia che non si interroghi sulle qualità dell'anima e sul vero scopo dell'esistenza umana rischia evidentemente di rimanere impantanata su questioni di statistica e di calcoli delle probabilità, allontanandosi dal suo vero senso e dalla sua funzione.

Il sistema di pensiero bhaktivedantico, basato su una tradizione millenaria e sostenuto da teorie e da tecniche collaudate nel corso dei secoli dai grandi rishi, offre la certezza di una conoscenza pura ed eterna, fonte di ispirazione e di gioia per la conquista di una salute fondata sull'Amore.

***Caterina Carloni, psicologa e psicoterapeuta ad orientamento psicosomatico.  
Pubblicazioni, attività e corsi su [www.caterinacarlioni.it](http://www.caterinacarlioni.it)***

# LIBRI, MOSTRE E SPETTACOLI

*a cura di Lancilla Farinelli*

## Filosofia dell'amore

*Le fonti si confondono col fiume  
i fiumi con l'Oceano  
i venti del Cielo sempre  
in dolci moti si uniscono  
niente al mondo è celibe  
e tutto per divina legge  
in una forza si incontra e si confonde.  
Perché non io con te?*

*Vedi che le montagne baciano l'alto  
del Cielo, e che le onde una per una  
si abbracciano. Nessun fiore-sorella  
vivrebbe più ritroso verso il fratello-fiore.  
E il chiarore del sole abbraccia la terra  
e i raggi della luna baciano il mare.  
Per che cosa tutto questo lavoro tenero  
se tu non vuoi baciarmi?*

**Percy Bysshe Shelley**

Non vi è nulla di meno appassionato e appropriato della bella poesia del romantico poeta inglese Percy Bysshe Schelley, per introdurre un argomento tanto semplice quanto complesso come la "Filosofia dell'Amore", tema di questo breve commento.

Il suo modo di pensare all'amore e di descriverlo come a un'entità universale, richiamano alla mia visione le forze titaniche forse più vicine al regno della Natura che a quello dello Spirito. Il poeta è infatti profondamente consapevole di come questi Elementi obbediscano a forze superiori, ponendoli in eterna e amorosa tensione, uno verso l'altro tanto da fargli dire : *".. come il fiume che si fonde con l'Oceano o.. le montagne che baciano il cielo o ..le onde che*

*si abbracciano una per una .." liberando, in questo contatto, la forza della vita stessa allontanandola per sempre dalla solitudine e dall'oblio.*

Ma il poeta davanti a questa danza degli elementi in cui tutto sembra unirsi e integrarsi in una felicità senza fine non riesce ad accedervi, ne rimane dolorosamente escluso.

L'uomo- poeta sembra poter vedere capire e anche assaporare un poco la bellezza dell'unione e dell'amore sotteso a questa danza misteriosa della natura ma lui , non sembra poterne fare parte.

I sentimenti che sembrano risuonare sono quello della Mancanza, della Separazione, dell'Esclusione.

Ricordiamoci che questo grande poeta inglese è un Romantico e la riflessione che egli pone con le sue domande è lecita, direi quasi doverosa per un uomo del suo tempo e del suo stampo.

E' dunque questa la Filosofia dell'Amore ? E' questa quell'attività dello spirito che definisce, interpreta i modi del pensare, del conoscere dell'agire umano in tema di assoluto ?

Se mi ascolto mi ritrovo più vicina al pensiero di Giovanni Balsamo scritto sotto un suo vecchio ritratto che, tradotto dal francese recita: ***"Per sapere che cosa sia l'amore bisogna amare"***.

Vani sono stati i tentativi di dare una definizione dell'amore e di ciò che per l'uomo esso rappresenta , definizioni tutte soggettive e incomplete di questa suprema vibrazione che appartiene al mondo dello spirito e che è per questo motivo indefinibile.

Chiunque abbia fatto un tentativo di circoscriverlo ha poi perduto il contatto con la sua vera essenza, lo ha trasformato in "sentimento" limitato e umano quando poi non è scaduto nel puro sentimentalismo dolciastro artefatto troppo spesso egoico.

Sarà perché dell'amore non si può parlare lo si può solo vivere attraverso l'agire quotidiano, donandolo attraverso la comprensione, l'accettazione, il perdono.

Permettere dunque a questa energia di espandersi dentro di noi e di trasformarci nel progetto divino di cui siamo parte fa parte della sfida che l'uomo ha con sé stesso.

**O siamo amore o non siamo..**

E' questa assenza e mancanza d'amore che ci fa sentire separati, esclusi .

**O siamo amore o non siamo...**

Trasformato da questo stato di beatitudine l'uomo assapora la realtà, la vera vita.

Solo chi è in grado di conoscere la realtà scevra da illusioni e condizionamenti potrà praticare la Bhakti: l'Amore divino.

"Bhakti è la fede che produce amore, è amore che produce fede, in una sorta di moto perpetuo. Un amore che trascende la logica, che attrae e coinvolge, un senso di trascinarsi, un sentirsi portare via dall'amato. Sentimento comune a entrambi gli amanti in cui il devoto è trascinato via dalla potenza del Signore e viceversa. Ecco che si giunge alla "comunione" in cui due diventano uno senza perdere la propria identità perchè essa è un'unione fondata sulla verità, che si traduce in una comunione d'intenti che produce e nutre la vita stessa." (Liberamente tratto da "Bhakti, la fede che ama" di Marco Ferrini, CSB ).

A 75 anni un grande filosofo marxista Alain Badiou scrive un libro intitolato "Elogio dell'amore" in cui dichiara: "Il sesso è consumo, il sentimento invenzione continua", ".. l'amore è associato all'essenza dell'altro e si concentra sul momento in cui quest'ultimo fa irruzione con tutta l'anima nella nostra esistenza, che viene quindi sconvolta e trasformata".

L'amore è dunque la vera rivoluzione che aspettiamo.

### **O siamo amore o non siamo ...**

Rileggendo questa poesia mi pare di sentire la Natura che nella sua meravigliosa perfezione, si risveglia ogni giorno alla luce del Sole e, con un canto di ringraziamento e di gratitudine tende verso colui che, per usare le parole del sommo poeta, "tutto muove" e, in questo moto perpetuo in cui si espande la Grande Sinfonia della Vita Vera, siamo tutti attesi, ognuno con la propria unica e caratteristica nota da donare e da partecipare ma che potremo esprimere solo con la pienezza di un amore superiore, consapevole e armonico che ci renderà partecipi del Creato delle Creature e del suo Creatore.

Realizzare questo significherà la quiete, la beatitudine, e l'abbandono al Supremo e forse allora non ci faremo più tante domande che in fondo esprimono ciò che ancora ci manca e ci separa e le cui risposte sono da sempre racchiuse dentro di noi, un tesoro nascosto molti eoni fa da quegli Uomini -Dei di cui siamo, nonostante tutto, gli eredi.



**Lancilla Farinelli, counselor. Vive e lavora a Genova.  
E' responsabile della Biblioteca Civica Cervetto.**

# LA VALIGIA DELLE EMOZIONI

a cura di Antonio Pignataro

## IL FASCINO DELL'INCOMPIUTO

### *Scena prima:*

Mi trovo in viaggio in una città straniera, tanto lontana dalla mia dimora abituale, ma così inspiegabilmente vicina al mio essere ed alla parte più recondita di me. La sto attraversando, trasportato, con piacevole passività, da ciò che potrebbe essere un bus, un treno della metropolitana, un taxi, comunque un mezzo di trasporto cui la mia mente non si deve dedicare, lasciando ad altri il compito di farlo, almeno questa volta, per me. Attraverso vie, piazze, parchi, strade illuminate da negozi più o meno anonimi dove non metterò mai piede. Eppure tutto mi è così familiare, ed anche la moltitudine indistinta di persone che si allinea sui bordi dei marciapiedi in attesa del verde del semaforo mi appare come un mare immenso che, paradossalmente, da sempre ha accolto anche la mia vita, le mie storie personali, i miei turbamenti, le mie ansie ed aspirazioni, le mie inquietudini. Scorgo un volto nella folla. Tra tutta quella gente quel volto scorge me. I nostri sguardi si incrociano, si sfuggono, poi quasi si riacciuffano prima di scomparire definitivamente, prima di annegare di nuovo nelle profondità del caos cittadino, prima di tornare, ognuno, nelle proprie vite, nei propri tormenti, nelle proprie lotte ed effimere conquiste quotidiane. *Ci siamo incontrati, tu ed io, per frazioni di secondo, abbiamo condiviso, in quel trascurabile attimo, tutta un'eternità che avrebbe potuto essere nostra. Ti ho immaginata al mio fianco, ho immaginato cosa sarebbe stata la mia vita, il mio mondo accanto a te. Sei stata parte di me, anche se solo in quella scintilla di tempo e spazio.*

### *Scena seconda:*

Se ci fossimo incontrati prima..., se ci fossimo incontrati dopo..., se non ti avessi cercato..., se non ti avessi tradito..., se quella sera non mi fossi presentato..., se avessi trovato il telefono occupato..., se avessi sbagliato strada..., se ti avessi detto di no..., se mi avessi detto di no..., se non fossi nato qui..., se non mi fossi lasciato prendere dalla fretta..., se ci avessi pensato un po' più su..., se fossi restato con lei..., se si fosse seduta accanto a me su quel treno..., se ci fossimo parlati..., se ci fossimo conosciuti meglio..., se quel giorno, a quell'ora, in quel luogo, in quell'ufficio postale, in coda a quello sportello, si fosse trovata, vicino a me, quella persona, e se ci fossimo casualmente parlati, casualmente conosciuti, casualmente rivisti, cercati, e poi piaciuti, desiderati, e poi ancora amati, apprezzati, stimati ed infine rispettati..., e se io non fossi quello che sono..., cosa sarei senza tutti questi *se*...?

**Scena terza:**

Ti ho sognata, questa notte. Al mio risveglio, ho cercato inutilmente somiglianze tra il tuo volto e quello di tante persone che ho conosciuto, incontrato, osservato o solo fuggacemente visto nel mondo reale. No, tu, questa notte, eri più reale di qualsiasi cosa, diversa da tutto e tutti. Non lo chiamerei sogno. Ho viaggiato, e vissuto più intensamente di quanto viva nel mondo reale. Ti ho amato, più intensamente e profondamente di quanto creda e mi illuda di amare chi mi sta accanto e condivide con me il mondo reale. Ho provato per te emozioni, forti e penetranti, che sentivo sulla pelle, sul corpo e nell'anima: e la mia anima lei sì che sa distinguere qual è la realtà, perché non si lascia ingannare dalle illusioni del giorno, non si lascia guidare dai pensieri fatti ad occhi aperti. Le mie mani ti hanno toccato, i miei occhi hanno pianto al solo guardarti, il cuore quasi non si fermava più. E poi..., ho aperto gli occhi, la notte luminosa e assoluta cedeva il passo ad un giorno grigio, monotono ed ottuso, e mi sono accorto che alcune lacrime solcavano il mio viso. Era il tuo ultimo regalo prima del mio risveglio. Hai abbattuto ogni barriera e divisione tra i due mondi, tra le due realtà - nessuna più reale dell'altra, tra le due facce, perennemente in contrasto ma complementari, del mio essere.

*Antonio Pignataro*



**Antonio Pignataro, funzionario nella Pubblica Amministrazione.  
Vive e lavora a Bari.**

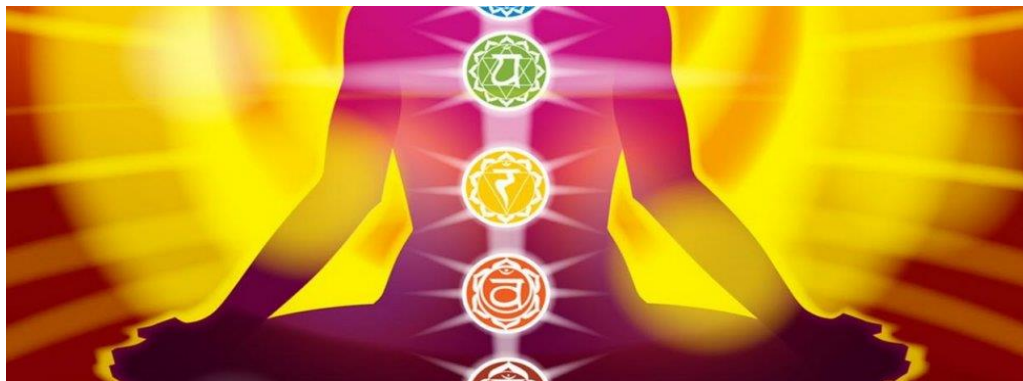
## ***NEWS E CORSI***



- *A gennaio riprendono i corsi di yoga nidra! Appuntamento il mercoledì dalle 19 alle 20.30 e il venerdì dalle 15 alle 16.30. Iscriviti o partecipa ad una lezione di prova!*



- *In programma da domenica 11 gennaio 2015 la sesta edizione del corso annuale di medicina psicosomatica! Per info su date e programmi consultare i nostri siti [www.caterinacarloni.it](http://www.caterinacarloni.it) e [www.ilpoteredelleparole.it](http://www.ilpoteredelleparole.it). Vi aspettiamo!*



- *Dal 1 gennaio la sede del nostro centro studi di medicina psicosomatica si sposta presso il **CENTRO STUDI TRE FONTANE**, in Via Luigi Perna, 51, ROMA EUR, moderna e attrezzata struttura di medicina complementare, omeopatica e alternativa. Vieni a trovarci!*



- *Dal 27 dicembre al 3 gennaio seminario residenziale a Volterra condotto da Marco Ferrini. Per info consulta il sito [www.centrostudibhaktivedanta.org](http://www.centrostudibhaktivedanta.org).*



- *E' stato inaugurato il nuovo studio di Psicologia della Dr. Diana Vannini, psicologa con formazione psicomodinamica e molteplici interessi nel campo delle arti-terapie (Via E. Siraci, 35, Rimini, tel. 331-2269951). Lo studio offre servizi consulenziali sia individuali che di gruppo ed organizza incontri periodici su temi di psicologia indovedica.*

**[WWW.CATERINACARLONI.IT](http://WWW.CATERINACARLONI.IT)**

***Centro studi tre fontane***

***Via Luigi Perna, 51 - 00142 Roma EUR  
06.59606509 - 3395258380 - fax 06.45419906  
[www.caterinacarloni.it](http://www.caterinacarloni.it)    [info@caterinacarloni.it](mailto:info@caterinacarloni.it)***

***Psicoterapia individuale e di gruppo ad orientamento psicosomatico***

***Consulenza di coppia e mediazione familiare***

***Sportello di ascolto***

***Arteterapia***

***Tecniche di rilassamento psicocorporeo***

***Corsi di Yoga Nidra***

***Medicina naturale***

***Floriterapia***

***Percorsi brevi di autoguarigione***

***Scrittura creativa***

***Consulenze a distanza***

***...e tanti corsi on line per chi desidera seguirci da casa...***

