

Il potere delle parole

Bollettino di Psicologia, Arte e Cultura
*ottobre 2008 * Numero 23*

DEL VIVERE E DEL MORIRE

A cura del Centro Studi di Psicologia e Psicoterapia
Viale dei Primati Sportivi, 50
00144 ROMA

www.caterinacarloni.it & www.scrittura-creativa.it

DIRETTORE RESPONSABILE

Elisabetta Mastrocola giornalista e scrittrice
elisabetta.mastrocola@alice.it

EDITOR

Caterina Carloni psicologa e psicoterapeuta
info@caterinacarloni.it

In questo numero:

Del vivere e del morire di U. d'Arceto Pedroni

La morte e la vita nell'aldilà di E. Mastrocola

La Scienza della Vita di Caterina Carloni

Nessuno tocchi Abele di Vercinge

News

Eventi

In questo mese, tradizionalmente dedicato alla celebrazione dei defunti, abbiamo voluto offrire vari spunti di riflessione sulla vita e sulla morte secondo le prospettive della psicologia contemporanea, della letteratura e dell'arte.

Secondo molte scuole spirituali, il caos, la nascita e perfino la morte sono solo momentanee distrazioni di questo mondo fisico, indispensabili per il gioco della vita.

Il nostro vero scopo è godere di infinita felicità e vita eterna. La kabbalah ha racchiuso questo concetto in tre sillabe che indicano la strada per raggiungere il PARADISO IN TERRA:

YOD ZAYIN LAMED

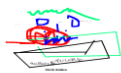
Pronunciate queste sillabe ad alta voce se volete accelerare il processo di guarigione che conduce alla conquista di un sentimento di pace interiore e universale.

Buona lettura!

Caterina

L'ANGOLO DELL'ARTE

di Umberto d'Arceto



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



Titolo: albero divelto

Fotografia di Umberto d'Arceto.

L'albero in piedi è la vita, gli alberi sdraiati è la morte

DEL VIVERE E DEL MORIRE

Se uno vive ma non vede,
lui già si trova nella morte.

Se uno sente ma non ascolta,
già si trova nella morte.

Se uno parla ma parla male o mormora,
già si trova nella morte..

se uno cammina per vie sbagliate,
già si trova nella morte.

Se uno vive nella vita e nell'amore,
vive nella felicità.

Se uno sorride e fa sorridere suo fratello,

metterà gioia nel cuore all'umanità.

Se cammini nella giustizia vivi già da re!
Cosa ti manca?

Ora sei nell'amore del tuo io.

Se parli di opere buone,
fai vivere le persone che ascoltano nell'armonia
ne otterresti un grande vantaggio:
anche tu.

Se sei generoso vivi nella vita,
se sei tirchio e avaro vivi nella morte
e fai morire chi ti sta vicino;
tu che ne ricavi?

Saresti morto fuori e dentro saresti un infelice,
vivresti nella paura che qualche persona
ti rubasse anche la morte.

Se tu vivi nell'armonia con tutti
vivrai felice,
e il tuo cuore ne gioirà.
Se non fai questo ti rimane solo la morte nel cuore.

Roma, 29 -10.- 08

Umberto d'Arceto Pedroni

poesia inedita è vietata la riproduzione

la galleria d'arte del Maestro Umberto d'Arceto si trova a Roma
in Via De' Cappellari, 125+126 (Campo de' Fiori)
www.umbertodarceto.it e www.accademiasenzafrontiereasfm.com
E-mail: accademiasf@tin.it
<http://stores.ebay.it/umberto193527-un-vecchio-giornale-e>

Pensieri e Parole

di Elisabetta Mastrocola

La morte e la vita nell'aldilà



In tutte le tradizioni spirituali si studia il tema della morte... delle tante morti... e della morte fisica. È bene che oggi queste conoscenze arrivino a tutti, perché insegnano a vivere meglio, a tener conto della legge di causa ed effetto e della legge di corrispondenza, ad affrontare, superare e trasformare la più temibile delle paure: la paura della morte.

Il Maestro Omraam Mikhaël Aïvanhov così ne parla:

"Per la Scienza iniziatica l'essere umano è un riflesso, un'immagine dell'universo, e come l'universo, è composto da mondi, cioè da - corpi - diversi. La scienza ufficiale non è ancora giunta ad ammettere questa realtà, e da qui deriva una serie di errori, in cui incorrono notoriamente sia la medicina che la psicologia.

Gli induisti dividono tradizionalmente l'essere umano in sette corpi, suddivisione accettata dalla maggior parte degli spiritualisti. Il corpo più materiale, e l'unico visibile ai nostri occhi, è il corpo fisico, ma esistono altri sei corpi composti da materie sempre più sottili: i corpi eterico, astrale, mentale, causale, buddhico e atmico. In realtà il corpo eterico fa ancora parte del corpo fisico, ed esiste in quattro diversi stati chiamati etere chimico, etere vitale, etere luce ed etere riflettore. Ecco perché il corpo fisico è divisibile in sette stati: solido, liquido, gassoso, più i quattro stati eterici. Gli altri corpi possono pure essere divisi in sette diversi livelli: abbiamo così il corpo astrale con tre livelli inferiori e quattro superiori...

Al momento della morte, l'uomo deve distaccarsi successivamente da tutti quei corpi e passare attraverso tutti quei livelli.

Il corpo fisico è come una fortezza, ma quando lo si abbandona, nel momento della morte, se si sono trasgredite le leggi dell'amore, della saggezza e della verità, si sarà obbligati a pagare nel piano astrale tutte le trasgressioni commesse. Non sono invenzioni: l'hanno sempre detto tutti i più grandi Maestri dell'umanità, e grandi artisti, pittori e poeti hanno rappresentato quel mondo nelle loro opere; e per di più, persone clinicamente morte da tre o quattro giorni sono ritornate in vita e hanno raccontato ciò che avevano visto nel piano astrale. Di tanto in tanto il Cielo permette a qualche persona di fare quell'esperienza per incitare gli uomini alla saggezza, ricordando certe verità.

Quindi, dopo la morte, l'uomo deve subire nel piano astrale tutto il male che ha fatto agli altri e soffrire tutte le trasgressioni che ha commesso. Non si deve credere che l'Intelligenza cosmica voglia vendicarsi o punirli: essa vuole soltanto che l'uomo divenga perfettamente cosciente di tutto ciò che ha fatto sulla terra, perché spesso ha fatto soffrire degli esseri

senza nemmeno rendersene conto e questo stato di ignoranza è inaccettabile, perché impedisce di evolvere.

L'Intelligenza cosmica ci fa quindi passare attraverso quelle sofferenze che abbiamo inflitto agli altri, per farci conoscere bene ciò che abbiamo commesso, affinché ci si possa correggere. Il tempo che vi trascorriamo dipende dalla gravità dei nostri errori. Coloro che non hanno commesso dei grandi crimini superano rapidamente quella tappa, mentre gli altri rimangono per anni nelle sofferenze.

Quando l'uomo ha pagato completamente i suoi debiti, entra nel primo livello dell'astrale superiore, dove vive nella gioia e nello stupore, grazie alla felicità che ha dato agli altri sulla terra. Tutto ciò che ha fatto di buono per loro aiutandoli, incoraggiandoli, dando loro speranza, risvegliando in loro la fede o l'amore lo deve vivere anche nel piano astrale, amplificato all'infinito...

*Successivamente quegli esseri salgono verso i mondi del piano causale, dove tutti i tesori e le ricchezze della saggezza vengono loro offerti, tutti i misteri dell'universo vengono svelati, tutta la bellezza dei mondi celesti viene mostrata. Poi salgono ancora più in alto nel piano buddhico dove, uniti all'Anima universale, vivono una vita di indescrivibile felicità. Poi, per ciò che accade nel piano atmico, non vi sono parole che lo possano esprimere; è la fusione completa con il Creatore..."**

Queste conoscenze sono fondamentali per noi e per i nostri cari, e per il comportamento più adatto da tenere con chi se ne sta andando.

Il momento del distacco, sia improvviso che previsto, è sempre molto difficile per chi rimane, per una serie complessa di motivazioni; ma la consapevolezza della straordinaria esperienza che il trapassato sta vivendo, ci responsabilizza a porgere tutto l'aiuto possibile e il sostegno necessario perché possa affrontare sé stesso nella più assoluta serenità.

"Quindi, lasciate che i morti partano tranquillamente verso quei luoghi dove devono andare. I vostri genitori, i vostri amici, non aggrappatevi a loro, non tratteneteli con il vostro dolore e la vostra sofferenza, e soprattutto non cercate di chiamarli per comunicare con loro: li importunereste e impedireste loro di liberarsi. Pregate per loro, inviate loro il vostro amore, pensate che si liberino e si elevino sempre più nella

*luce. Se li amate veramente, sappiate che sarete un giorno con loro. Questa è la verità. Quante volte ve l'ho già detto: là dove è il vostro amore, là un giorno sarete anche voi."**

**estratti dalla pubblicazione *La morte e la vita nell'aldilà*
di Omraam Mikhaël Aïvanhov - Edizioni Prosveta*

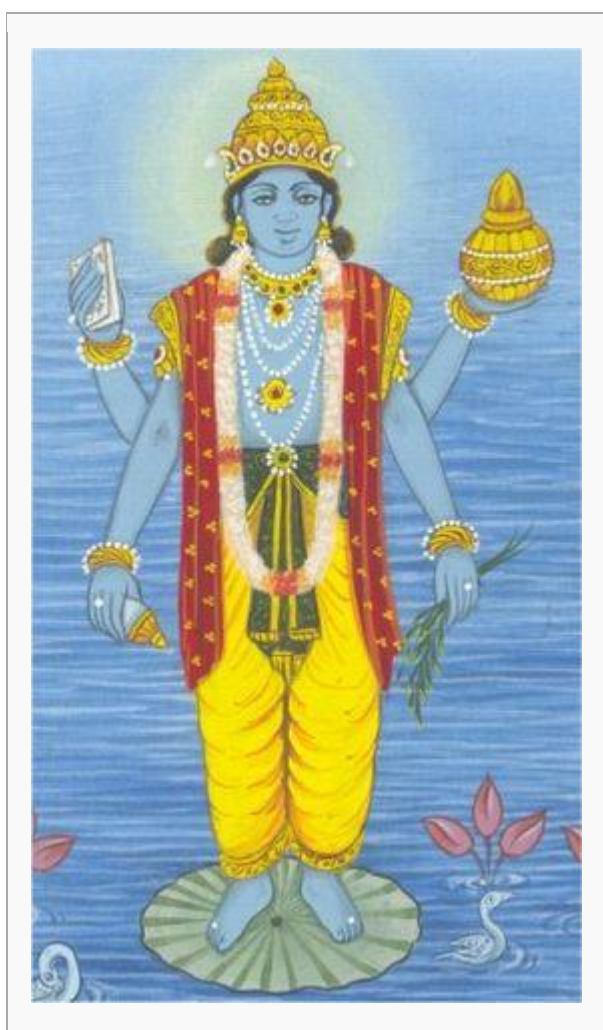
Elisabetta Mastrocola

PSICOLOGIA INDOVEDICA

La Scienza della VITA

AYURVEDA

di C. Carloni



Dhanvantari, il dio della Medicina

L'immagine lo ritrae con una coppa di amṛta, il nettare della vita, un testo di medicina, un'erba medicinale e uno strumento per incidere. Questi oggetti, che simboleggiano l'intero campo della medicina e della chirurgia, servono da modello d'ispirazione che abbraccia il passato e il presente. Il brano di apertura della Susruta Samhita, un antico testo di medicina indiana, così descrive le origini mitiche dell'Ayurveda:

(preghiera dei rishi al dio Dhavantari)

" O Padre, ci addolora molto vedere che gli uomini, ancorché soccorsi da parenti e congiunti, cadono preda di malattie, mentali e fisiche, giunte loro dall'esterno o dal loro intimo essere, e si lamentano pietosamente nella sofferenza come creature sole al mondo, e ti supplichiamo, o Signore, di illuminare la nostra mente con le verità dell'eterno Ayurveda, sì da poter assolvere il compito che ci è stato assegnato in vita e alleviare i dolori dell'umanità. La beatitudine in questa vita e nell'aldilà dipende dal dono di questo Ayurveda eterno, e per questo, o Signore, abbiamo avuto l'ardire di avvicinarci come umili discepoli".

Così rispose il santo Dhanvantari: "Siate i benvenuti in quest'eremo beato. Voi tutti siete meritevoli dell'onore del vero discepolato e dell'insegnamento."

Sempre all'inseguimento delle più avanzate tecniche di guarigione, del più recente ritrovato della medicina, dell'ultima scoperta scientifica, l'uomo occidentale ha sviluppato un pensiero altamente analitico e categorico, improntato alla classificazione delle entità patologiche astratte, con il quale ha delineato un modello di medicina basato su dati rigorosamente significativi a livello statistico.

Ciò che invece contraddistingue un metodo di cura tradizionale e antico come l'Ayurveda è la sua totale attenzione per l'essere umano e per il suo ruolo sulla terra, nella società, all'interno della famiglia, nelle relazioni sociali e nei confronti di sé stesso.

Uno dei motivi, infatti, per cui l'Ayurveda è stato riconosciuto come scienza medica così in ritardo nel mondo occidentale, potrebbe essere la sua caratteristica capacità di combinare l'ordinario con lo straordinario, aumentando la confusione circa la sua effettiva rilevanza pratica.

Spesso, inoltre, si attribuiscono ai concetti orientali forme e confini sfumati, e i loro contenuti, nella visione occidentale, possono sembrare speculativi e non realistici, se non addirittura fantasiosi.

Secondo l'Ayurveda, la realtà consiste di un universo di esseri animati e inanimati, ognuno dei quali ha una matrice primordiale e una coscienza immateriale.

Il mondo circostante (gli animali, i minerali, le stagioni, le piante ecc.) è concepito come qualcosa di sacro, da rispettare e mantenere in equilibrio, per promuovere il benessere tanto proprio quanto della natura.

Questa concezione si riflette nella teoria dei cinque elementi (etere, aria, fuoco, acqua e terra), i cinque principi materiali che, in natura, costituiscono la matrice originaria di ogni sostanza vivente.

L'individuo è sostanzialmente concepito come un essere biopsicospirituale completo ed integrato, la cui qualità di vita dipende da sane abitudini quotidiane: la dieta, l'attività fisica, l'allenamento mentale, il tutto via via modificato secondo il ciclo delle stagioni.

L'approccio della medicina occidentale tende all'oggettività e alla verificabilità, e gli interventi medici hanno una base relativamente a-storica e lontana dall'esperienza.

L'Ayurveda, invece, considera il pratyaksa, ossia la conoscenza diretta di ogni singolo paziente ottenuta attraverso la comprensione percettiva multisensoriale, come proprio principale strumento diagnostico.

Va da sé che l'Ayurveda potrebbe apparire come incompatibile con le idee, i principi e le motivazioni di coloro la cui visione della vita preclude approcci naturalistici, spirituali e orientati alla consapevolezza. I metodi naturali e alternativi spesso richiedono un impegno intenso e motivato, la perseveranza e l'assunzione di un ruolo attivo nelle questioni relative alla salute e al modo di vivere in generale.

Un tale approccio basato sulle capacità di autoguarigione dell'individuo non fa parte del tradizionale modello medico occidentale.

Quantunque sia ragionevole tenere presente che, oggi, i due metodi di cura non sono probabilmente in grado di stabilire un'immediata integrazione teorica, la loro applicazione clinica complementare e sussidiaria appare tuttavia tanto auspicabile quanto giustificata.

Se Ayurveda e medicina occidentale fossero applicati in concomitanza, in modo pratico, la loro interazione potrebbe essere sinergica e condurre a una migliore efficacia terapeutica.

Nessuno tocchi Abele

(con un mondo di sequele)

di Vercinge

*L'uomo confuso inesorabilmente
dai suoi illusori, insipidi traguardi,
differenziati dalla sua albagia,
come candele accese sotto vento
svetta moccioso puffidi stendardi
mentre che il tempo morde immantinente
- nella sua sacca posta a chiarimento -
le disparità dei scapezzamenti,
propri dell'uomo volitivo e folle:
Abele,
il giusto, se ne fa le spese.
Abele, il buono, si sfracella al pianto,
mentre si veste con Caino accanto,
che lo tormenta con le sue pretese.
Caino si rigira fuggitivo
costantemente, infopoliticante.....
con le follie d'un mondo chiacchiericcio;
insulso di sequele, imperativo
su Abele che cammina trepidante;
su Abele ritenuto più un impiccio.*

Vinicio Nati

in arte **Vercinge**

scrittore e poeta

in lingua italiana e

in vernacolo romanesco

*La poesia è tratta dalla raccolta **Orizzonte Umano**, Carello Editore, 2009*

NEWS

SCUOLA DI COUNSELING DEL CSB

Solo disponendo di un Sistema di Pensiero completo ed esaustivo sul senso della vita e sulla missione dell'uomo sulla terra si è potuta declinare una risposta adeguata agli impegni esistenziali del terzo millennio in Occidente.

L'Accademia del CSB (www.c-s-b.org), che da sempre si occupa della persona nella sua interezza, non poteva non sviluppare una Scuola di Counseling, che nel nostro caso è infatti dedicata all'Armonizzazione e allo Sviluppo della Personalità.

Il Counseling parte dalla premessa fondamentale della consapevolezza e dell'ascolto dell'altro. Ma per poterci sintonizzare adeguatamente e proficuamente sul nostro interlocutore, ascoltare con empatia la sua problematica, comprenderne le istanze immediate e prospettiche, è indispensabile che il Counselor, prima di operare come tale, abbia fatto un lavoro su sé stesso, sia riuscito ad ascoltarsi, a comprendersi, a cogliere la sua natura più profonda e a sciogliere i nodi del proprio vissuto.

La nostra Scuola di Counseling, partendo da premesse teoriche di millenaria autorevolezza, mira dunque a favorire un processo di armonizzazione, sviluppo e consapevolezza nell'individuo che la frequenta, onde prepararlo ad assumere poi una posizione il più possibile idonea ed efficace nei confronti di coloro che necessitano una relazione di aiuto.

Le relazioni, oggi come sempre, sono il sale della vita ma anche la fonte maggiore di ostacoli, nevrosi, malumori e conflitti. Imparare a stare bene con noi stessi, a cogliere la nostra essenza al di là di tutte le maschere imposteci dalla società e dalle nostre numerose involuzioni, ci consente non solo di ritrovare per noi il senso e la gioia della vita, ma di aiutare anche altri a riconquistarli, riportando la rotta esistenziale verso un orientamento evolutivo soddisfacente e duraturo.

Iscrizioni:

è possibile accedere al Corso in qualsiasi momento dell'anno, stante il suo modello circolare.

Lezioni:

si tengono ogni mese per un weekend.

Programma:

i temi e il calendario dei Seminari si trovano nelle pagine dedicate di questo sito web.

Riconoscimento crediti:

titoli di studio, esperienze culturali, professionali, sociali ed esami universitari conseguiti riducono il numero delle lezioni da frequentare prescritte.

Diploma di Counselor:

viene rilasciato un diploma di Counselor per l'Armonizzazione e lo Sviluppo della Personalità riconosciuto dalla FAIP (Federazione delle Associazioni Italiane di Psicoterapia - www.faipnet.it), che consente l'iscrizione al registro del CNEL ed è riconosciuto sulla base degli standard internazionali sia della European Association for Counseling che della americana National Board for Certified Counselors.



EVENTI

SeminarInsieme

Ciclo di Seminari del martedì a partire da Settembre 2008

Anche per quest'anno l'Associazione Onlus "Psicologia Insieme" propone una serie di seminari riguardo tematiche attuali di interesse collettivo. Abbiamo modificato l'organizzazione di questi incontri per seguire i suggerimenti ricevuti da chi ha partecipato ai seminari negli anni scorsi. Quest'anno, quindi, gli incontri sono suddivisi in cicli tematici, in ogni incontro verrà trattato un unico argomento e verrà dato ancora più spazio alla discussione ed alla riflessione comune. Lo scopo è sempre quello di dare informazioni corrette ed aggiornate su argomenti di carattere psicologico mantenendo l'ottica dell'informazione come primo strumento di prevenzione del disagio psicosociale.

- [Programma](#)
- [A chi si rivolge](#)
- [Aspetti organizzativi](#)
- [Modalità di iscrizione](#)
- [Modulo per partecipare](#)
- [FAQ](#) -richiesta di informazioni

- Scarica il volantino del primo ciclo di SeminarInsieme



PROGRAMMA

Settembre – Ottobre 2008

I Ciclo: Quando la relazione incontra il crimine:

- 16 settembre **La relazione di coppia: la scelta del partner ed i momenti critici**
dr.ssa Morganti
- 23 settembre **La sessualità nella coppia: normalità e patologia, parafilie sessuali**
dr.ssa Catalli
- 30 settembre **La sindrome del molestatore assillante: lo stalking**
dr.ssa Morganti
- 7 ottobre **I crimini sessuali ed i crimini di coppia**
dr.ssa Catalli
- 14 ottobre **L'omicidio passionale**
dr.ssa Morganti
- 21 ottobre **L'abuso ed il maltrattamento**
dr.ssa Schiavi

Novembre – Dicembre 2008

II Ciclo: Il piacere che incastra... le nuove dipendenze

- 28 ottobre **L'evoluzione delle dipendenze**
dr.ssa Morganti
- 4 novembre **Il workalcoholism ovvero la dipendenza da lavoro**
dr.ssa Catalli

- 11 novembre **La dipendenza da cibo: l'ortoressia**
dr.ssa Schiavi
- 18 novembre **La sindrome da shopping compulsivo**
dr.ssa Catalli
- 25 novembre **La dipendenza affettiva**
dr.ssa Morganti
- 2 dicembre **La dipendenza sessuale**
dr.ssa Catalli
- 9 dicembre **Le dipendenze da gioco**
dr.ssa Morganti
E' possibile che la presente data venga sostituita con il giovedì visto la vicinanza con la festività dell'8 dicembre
- 16 dicembre **Le dipendenze tecnologiche**
dr.ssa Schiavi

Gennaio - Febbraio 2009

III Ciclo: Il banchetto impossibile: viaggio attraverso i disturbi alimentari

- 13 gennaio **Cibo e relazione**
dr.ssa Catalli
- 20 gennaio **L'anoressia nervosa**
dr.ssa Bruno
- 27 gennaio **La bulimia nervosa**
dr.ssa Morganti
- 3 febbraio **L'obesità ed il comportamento alimentare incontrollato**
dr.ssa Catalli

A CHI SI RIVOLGE

I seminari sono rivolti principalmente a studenti in psicologia e nelle altre materie umanistiche, a laureandi o giovani laureati. E' aperto anche a coloro che sono interessati a queste tematiche, ma non sono "addetti ai lavori". Ogni incontro è pensato infatti come spazio di discussione e confronto.

Per ulteriori informazioni visitare il sito www.psicologiinsieme.it

Le attività dell'Associazione si svolgono tutti i martedì e giovedì presso la sede in Viale dei Primati Sportivi, 50 - Roma - tel. 06.54210797

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

CORSO DI SCRITTURA CREATIVA E FORMATIVA "LA VIA DELLA SCRITTURA"

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

COME RITROVARE LA CREATIVITA' PERDUTA

Il mito di Penelope rivisto e corretto...

La creatività è la capacità inscritta in ogni individuo che va oltre un talento specifico ed è a nostra disposizione in qualunque momento e in qualsiasi situazione.

La proposta di un corso sulla creatività ha lo scopo di attivare questa straordinaria potenzialità e propone un cammino di conoscenza utilizzando il testo "Il ritorno di Penelope", dove la mitica regina parte per un viaggio di ricerca interiore che la porterà alla scoperta di una forza che non sapeva di possedere...

Il corso si articola in 14 lezioni.

Per informazioni contattare: elisabetta.mastrocola@alice.it
e visitate il suo sito www.scrittura-creativa.it

Tel. 0658204323 - 3335298204

MASSAGGIO BIOENERGETICO DOLCE



UNA TERAPIA CHE AGISCE SUL SISTEMA NEUROVEGETATIVO CON LO SCOPO DI RIPRISTINARE IL BUON FUNZIONAMENTO DEI RECETTORI SENSORIALI E I RITMI VITALI

Spesso lo stress provoca un fenomeno che blocca il movimento e aumenta la rigidità muscolare. Il blocco emotivo e l'inibizione psichica per esempio si manifestano creando uno stato di contrazione che esprime la paura: paura di aprirsi, di lasciarsi andare e di provare piacere.

Il massaggio bioenergetico dolce è stato formulato da Eva Reich, la figlia di Wilhelm Reich, il medico psicologo che pone le basi della psicosomatica nei primi anni del secolo scorso.

Si tratta di un trattamento di stimolazione leggera della cute che procede dalla testa ai piedi e ha effetto negli strati più profondi del tessuto muscolare. Sebbene il contatto sia dolce e leggero le reazioni di distensione sono infatti molto forti e questo permette di adoperarlo con i bambini, le donne incinte e le persone in stato di stress e di shock.

L'obiettivo del massaggio bioenergetico è quello di ripristinare il ritmo vitale.

*Associazione culturale "Acqua e Fuoco"
Via del Carroccio 14
Tel. 0699702768
Nicoletta cell. 339 2734063*

Lo studio di Psicologia e Psicoterapia effettua:

*consulenze
psicoterapie individuali
sostegno psicologico
corsi di arteterapia
tecniche di rilassamento*



Cipressi, olio su tela, 92x73 cm, 1889,
Van Gogh, Kröller-Müller M. Otterlo

