

Organo Ufficiale dell'Istituto Serblin per l'Infanzia e l'Adolescenza (Ente Morale) di Vicenza  
Periodico trimestrale di Informazione e Formazione

Direttore Responsabile: Carlo Spillare - Redazione: Vicenza, viale della Pace n. 174 - tel 0444-301660 fax 0444-301779 - e-mail: istitutoserblin@virgilio.it - www.abitanteadeguato.com

## Passare il favore a qualcun altro

Nella mente e nel cuore di ogni genitore ogni figlio è unico, insostituibile e meraviglioso; e questo, rimane così al di là dei problemi che il genitore incontra nella sua strada, delle preoccupazioni che lo prendono e degli egoismi che pure lo toccano.

Per un genitore è del tutto naturale avvertire come grande aspirazione quella che il figlio stia bene; lo ha messo al mondo, ha più esperienza di lui, il "piccolo" si fida e il papà (e la mamma) si sente pure felice quando vede che il figlio, grazie anche al suo intervento, è felice e sta bene. Il figlio assorbe e riceve la cura del genitore; i dissapori, le diversità di vedute, le arrabbiature fanno parte del "gioco" del rapporto genitore-figlio, tendenzialmente comunque orientato in un "se tu stai bene, io sto bene", osservato dal punto di vista del genitore e ciò anche se il "se tu stai bene, io sto bene" del genitore a volte comporta dei sacrifici, delle rinunce, della fatica e dei "rospi" da mandare giù. Ma è la regola.

Così come è la regola riconoscere che se non ci fossero stati i genitori, i figli non sarebbero qui.

Qualche anno fa, scrissi una lettera a mio padre, dove, suppergiù, gli dicevo: "da oggi saremo solo amici, pari-pari". Non "sopportavo" più che lui fosse sempre così preoccupato per me, che volesse contribuire anche economicamente e soprattutto che continuasse a provare a farmi crescere anche ad un'età (la mia) dove altro non mi restava che muovere le gambe e darmi da fare da solo. Con quella lettera, speravo che mio padre, liberato dal "fardello" che mi pareva si portasse addosso, potesse essere più sereno e tranquillo.

Non so quanto quella lettera abbia influito nella serenità e nella tranquillità di mio padre (e di mia madre), ma mi ero reso conto che non potevo fare il "figlio" a vita e che la vita è qualcosa che va vissuta in "presa diretta", da pari a pari con me stesso e con gli altri.

Mio padre è rimasto "mio padre" (come mia madre è rimasta "mia madre") e io sono rimasto loro "figlio", però, applicando il "se tu stai bene, io sto bene" nei loro confronti, mi è capitato di accettare in assoluta tranquillità le loro scelte anche se non le condividevo e, paradossalmente, godere del loro stare bene nonostante che quelle scelte mi creassero qualche problema personale.

- Ma se le loro scelte coinvolgono la tua vita personale, come può essere possibile stare comunque bene?

Nello stesso modo in cui loro "qualche tempo fa" lo avevano fatto nei miei confronti; se ho imparato che nel tempo dedicato agli altri, la cosa più importante è lo stare bene dell'altro, non avrò problemi ad accettare le scelte dell'altro, perché, in definitiva, per quanto mi riguarda, sono capace di stare in piedi da solo e non ho più bisogno, per il mio stare bene, che uno sia gentile con me o mi faccia dei favori. Se poi, invece, ho ancora bisogno di ricevere attenzioni e attestazioni di "valore" o, peggio, ho ancora la pretesa che i miei problemi vengano risolti dai mie genitori, forse è il caso che, per il mio bene, loro non si impietosiscano e mi lascino nel mio "brodo" finché non mi sarò deciso ad uscirne da solo.

E questo discorso vale, naturalmente, non solo per i rapporti tra genitore e figlio, ma anche per quelli tra "maestro" e "allievo", tra "superiore" e "inferiore" e, in generale, tra chi "dà" e chi "riceve".

- Sarebbe a dire?

Sarebbe a dire che ad un certo punto della vita, se il "se tu stai bene, io sto bene" che si è ricevuto non lo si evolve a propria volta verso altri (figli, parenti, amici, persone conosciute e persone sconosciute), si rimarrà dei "cuccioli" anche quando si crede di essere diventati "grandi". E si continuerà ad avere difficoltà anche solo a sopravvivere, anziché provare ad esistere.

Carlo Spillare

## IL SOGNO CHE DIVENTA REALTÀ

Qualche tempo fa leggevo in un giornale capitato mi per caso tra le mani: «Buone cause vanno in televisione munite di un conto corrente, da casa si effettua un versamento e avanti il prossimo.

La tendenza generale è evitare l'incontro tra chi dà e chi ha bisogno di aiuto. La tendenza generale è la sterilizzazione dei rapporti.

Uno schermo, un preservativo universale protegge dal contagio...

Dare è difficile perché implica contatto da persona a persona.

Il meccanismo di rastrellamento fondi per buone cause via televisione sopprime il rischioso beneficio dell'incontro e dell'esperienza... una delega ad altri per agire in conto terzi.»

Queste righe hanno fatto nascere in me una riflessione sulla nostra associazione e soprattutto sull'operato dei soci.

In questi anni abbiamo spesso parlato di "isola che non c'è... e di ragazzo dai capelli verdi" consapevoli del fatto che nella vita è bene avere un sogno al quale riferirsi e tendere circa i nostri comportamenti e mete da perseguire.

Il "sogno" che ci accomuna è lo sviluppo personale, tesi al raggiungimento di un miglioramento della qualità della vita, consapevoli del fatto che "il tuo star bene passa attraverso il mio star bene e viceversa".

Molte volte ci siamo ricordati che se aspiriamo di vivere in una "città pulita dai giardini curati e fioriti", non serve imprecare e predicare circa l'altrui noncuranza, bensì è utile ripulire e abbellire il proprio di giardino, per essere di stimolo a quanti, passeggiando per le vie della città, vedendo tale pulizia e armonia, fossero invogliati a fare altrettanto.

Se poi, in alcuni momenti della nostra giornata, riuscissimo ad aprire il cancello del nostro giardino e motivare le persone ad entrare, invitandole a vedere, far tesoro e capitalizzare per successivamente usufruire circa la cura dei loro giardini, il nostro sogno non solo non morirà, ma vivrà e soprattutto

"la realtà vincerà il sogno!"

Patrizia Serblin

## LA TAVOLOZZA È GIÀ TRA LE MIE MANI

Lo sguardo catturato e ammaliato da colori e sfumature, l'odorato rapito dal delicato profumo che si espande nell'aria, sto osservando trasognata una rosa del mio giardino.

Vengo catturata in un luogo mistico, al di là del tempo e dello spazio, un luogo che ben conoscevo da bambina e che ora troppo poco frequento.

Luogo silenzioso privo di rumori dove tutto è ovattato, dove tutto trova senso e il ritmo è dolce e armonioso.

Colori e profumi fanno da padroni e regalano all'anima attimi di pace e d'amore.

Non sono più io ad esistere, ma tutto trova vita in me e sono tutto ciò che mi circonda.

L'io diventa noi senza resistenza, trovando il senso d'essere, il senso della creazione, della vita.

Comprendo come i sensi della vista e dell'olfatto sono delle "magiche porte" che, se aperte, mi conducono oltre le barriere di questa realtà, spingendomi verso l'ascolto e la comprensione dell'oltre, del senza tempo, del da sempre e per sempre in un fantasmagorico turbinio di sensazioni e consapevolezza.

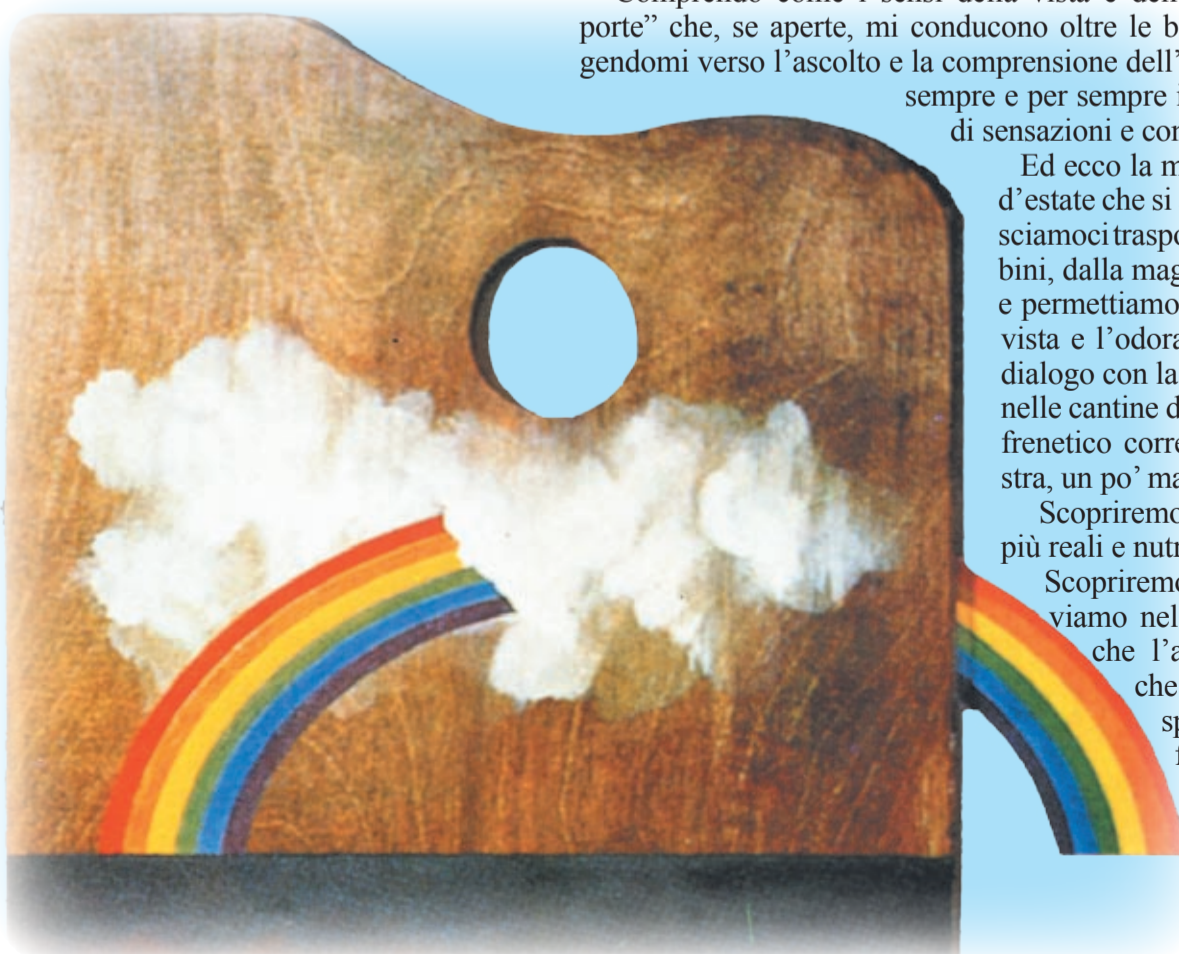
Ed ecco la mia proposta per questo tempo d'estate che si avvicina e bussa alla porta: lasciamoci trasportare, come facevamo da bambini, dalla magia di questo tempo, "l'estate" e permettiamo a questi due doni ricevuti, la vista e l'odorato, di aiutarci a riprendere il dialogo con la nostra anima, spesso relegata nelle cantine del nostro essere, così presi dal frenetico correre senza sosta di questa nostra, un po' malata, società.

Scopriremo mondi nuovi, sicuramente più reali e nutrienti.

Scopriremo che quanto facciamo e viviamo nel consueto modo, altro non è che l'anticamera stretta e angusta, che se oltrepassata ci schiude spazi sconfinati dai colori, profumi, gusti e suoni indimenticabili.

E la vita si tinge di nuovi colori!

Patrizia Serblin



# ALLE RADICI DELLA FORMAZIONE UMANA

## Principi "antichi" per un Villaggio Globale "nuovo"

Fonte: *Il Giornale di Bergamo Oggi*  
dicembre 1991

Tra poco più di un anno sarà completato il processo di integrazione C.E.E. ed il 1° GENNAIO '93, come sapete, avrà inizio, di fatto, il tanto atteso **Mercato Comune Europeo**.

Non più quindi formalità e controlli di frontiera, che determinano ritardi e spese superflue;

Non più diverse norme e regole tecniche nazionali, che limitano la commercializzazione dei prodotti o impongono costosi adattamenti (da cui poi dipendono aumenti delle spese di produzione e dei prezzi al pubblico);

Non più privilegi accordati ai fornitori nazionali sul terreno delle commesse pubbliche, che riducono la concorrenza e incidono negativamente sui prezzi;

Non più barriere da fiscalità indiretta, anche se al riguardo la battaglia per l'armonizzazione risulta ancora contrastata.

Ecco allora che alcuni costi attuali si dovrebbero trasformare in vantaggi del mercato unico.

Altri vantaggi dovrebbero poi derivare dalla eliminazione delle barriere alla produzione e dal rafforzamento della concorrenza.

La corsa alla "torta" europea potrebbe far pensare quindi che ci sarà qualcosa di più per tutti. E...in certa misura dovrebbe essere così.

E' uno scenario allettante: libera circolazione di persone, di capitali, di merci e di servizi, ma è uno scenario che può diventare pieno di rischi e di incertezze.

Una cosa comunque è certa: se si vorrà giungere preparati alla scadenza del 1993, che modificherà radicalmente il quadro di riferimento delle Aziende, gli Imprenditori dovranno non solo seguire con la massima attenzione i grandi cambiamenti imposti dalle 300 Leggi europee. - previste dal Libro Bianco - ma dovranno altresì procedere ad un attento "CHECK-UP" della posizione competitiva della propria Azienda, pena la perdita di occasioni produttive o, addirittura, l'uscita dal mercato.

Sarà necessario un vero salto di **qualità** perchè occorrerà capire i processi per entrare nei nuovi organismi e per creare quella mentalità aperta a 360 gradi che "sola" potrà permettere di affrontare serenamente e con possibilità di successo le nuove realtà.

Occorrerà quindi saper usare tutte le risorse, di cui la cultura del nostro Paese

è ricca: **conoscenze scientifiche, tradizioni, creatività, capacità di capire gli Altri, disponibilità ad interagire, gusto della sfida e della competizione.**

Notevoli sono già stati, invero, gli adeguamenti che le nostre Imprese hanno dovuto intraprendere, ormai da un decennio, per far fronte alle nuove sfide e sono già molte quelle Imprese che hanno imboccato con determinazione questa strada: certo che l'accresciuta libertà di movimento di persone, di capitali, di merci e di servizi premierà **i più rapidi, i più intraprendenti, i più dotati** ed emergeranno quelle Imprese che sapranno garantire la concorrenzialità della propria produzione, puntando su alti livelli di qualità.

### CARATTERISTICHE DEL MANAGER EUROPEO

Quali caratteristiche dovrà avere il Manager europeo?

Il Manager in chiave europea dovrà essere in grado di:

- \* dominare la tecnologia;
- \* comprenderne l'uso che ne fanno i suoi Collaboratori;
- \* innovare la qualità di servizio;
- \* anticipare i bisogni del cliente;
- \* migliorare l'efficienza organizzativa;
- \* immaginare comportamenti che esaltino il rendimento;
- \* perfezionare la gestione delle Risorse Umane.

Ad una spiccata competenza tecnica il Manager dovrà affiancare una solida cultura generale.

Ed agendo in questo modo, specialmente nelle Imprese di servizio, il Cliente sarà posto al centro della struttura, nella quale dovranno essere portati ai massimi livelli qualitativi **lo sviluppo professionale, la comunicazione e l'economicità degli interventi.**

L'allargamento dei mercati crea infatti nuove occasioni, nuovi business, nuovi prodotti e nuovi modi di venderli; tutto ciò esige dal Manager la padronanza delle dinamiche culturali che presiedono all'evoluzione del gusto e che nel nuovo contesto aperto non potranno che essere più complesse e sofisticate.

Ci sarà allora la necessità (e parlo come Formatore) di far cadere anche le **barriere mentali** che separano tuttora le Nazioni, spesso in modo più rigido di quello fisico, per fare una Europa che non sia un coacervo di popoli.

Se le persone saranno poco o niente persuase di essere "**Cittadini Europei**" si troveranno in una realtà politica, sociale ed economica che con i suoi me-

canismi porrà **nuove sfide** sia in termini di Management, ma anche di Impresa, non escluse le Imprese di servizio (Banche ed Assicurazioni).

Forse ci si preoccupa troppo poco di un problema che è connesso ai grandi mutamenti, alle grandi fusioni, alle sinergie tra entità ed organismi che hanno operato in modo autonomo per decenni!

Non si ha certo ben chiaro il bisogno, che potrebbe diventare drammatico, di quanti e quali potranno essere i meccanismi organizzativi, i sistemi di integrazione, le logiche operative, attraverso le quali questa gigantesca macchina, che si chiamerà Europa Unita, dovrà funzionare.

Ci sarà, infatti, una miriade di procedure, di processi attraverso i quali tutte le azioni destinate ad avere respiro europeo dovranno necessariamente passare.

Ed è a questo punto ...che diventa impellente l'ingresso in campo della "**FORMAZIONE**" per coltivare quel fertile "*humus*" che ogni lavoratore può portare all'Azienda, per "*stuzzicarne*" la sua "*creatività*", i suoi possibili "*suggerimenti*", le sue "*opinioni*" che, anche se diversificate, sono sempre "*costruttive*".

### FORMAZIONE INNOVATIVA

"*Formare*" vuol dire, tra l'altro, **costruire, creare, abbozzare, adattare, modellare, forgiare, sagomare, plasmare**, ma nel nostro caso intendiamo: "*promuovere lo sviluppo e l'arricchimento delle risorse umane*", di cui l'Impresa dispone.

Il "**RUOLO**" della Formazione dovrebbe, infatti, essere quello di aiutare a preparare lo sviluppo intellettuale di ogni lavoratore e la capacità di guida dei Managers in particolare, necessari per affrontare i problemi posti dai continui cambiamenti della società.

La Formazione è un processo complesso che svolge una funzione spiccatamente accrescitiva e creativa dell'Operatore-Uomo, consentendogli di gestire al meglio i propri rapporti con l'ambiente e con l'organizzazione.

In questo quadro la Formazione diventa strumento di "*cambiamento*", mezzo per adattare le Risorse Umane alle nuove condizioni organizzative ed operative.

E quanto più l'ambiente esterno diventa mutevole e la competizione diviene dinamica (fondata cioè sulla continua "*innovazione*"), tanto più la

Formazione si trasforma da mezzo efficace per organizzare un cambiamento, a mezzo per gestire il cambiamento.

E...non si può pensare alla Formazione senza ipotizzare un cambiamento, sia di conoscenze, sia del comportamento collegato alle conoscenze, alla cultura ed alle esigenze attuali o future dell'Azienda.

Quando però si parla di cambiamento, tutti noi viviamo un momento di difficoltà: il cambiamento, finché riguarda gli altri, è giudicato positivamente, ma se riguarda noi stessi, ci provoca delle ansietà.

Quando, infatti, le persone esprimono un desiderio di cambiamento è più probabile che in realtà desiderino profondamente di non cambiarsi, non interrogarsi, non mettersi in discussione, non dover inventare comportamenti nuovi e preferiscano, invece, veder cambiare il mondo piuttosto che se stessi.

Qualunque sia, infatti, la forza con la quale ogni persona proclama il suo desiderio di apprendere, ciascuno oppone una resistenza al cambiamento.

La prospettiva di modificare il proprio modo di essere, di comportarsi, è sempre considerata una minaccia: dubbi su se stesso, paura di non riuscire, paura di non essere compreso, paura di non essere aiutato, timore del ridicolo.

Tuttò ciò, infatti, minaccia l'immagine compiacente che ognuno ha di sé e diminuisce la fiducia in se stessi.

Formare dei Managers poi significa formare persone che sappiano gestire le risorse: risorse non solo finanziarie e materiali, ma soprattutto UMANE.

Il Manager, che ha responsabilità di persone, deve saper gestire e motivare i Collaboratori, deve cioè avere la capacità di sviluppare le RISORSE UMANE, di cui si avvale nel settore in cui opera, deve contribuire alla loro FORMAZIONE, al loro continuo AGGIORNAMENTO ed alla attuazione delle strategie aziendali.

Ed ecco allora una nuova necessità: occorre fare in modo che i programmi di formazione - se vogliamo che siano efficaci - si pongano come obiettivo quello di AIUTARE IL PARTECIPANTE A CRESCERE, a trovare quegli appoggi che nella vita di lavoro quotidiano gli permetteranno di conservare nel tempo i nuovi comportamenti acquisiti ed ad evolvere nella direzione desiderata.

M.d.L. Francesco Spillare

(continua nel prossimo numero)

**SUPERMERCATI**  
**A&O**  
**Il meglio vicino a te**



### EDUCARSI PER EDUCARE

Educarsi per educare è un'arte che per potersi esprimere richiede alcune caratteristiche tutte imprescindibili dal risultato che vogliamo ottenere:

- 1 Pazienza
- 2 Coraggio
- 3 Perseveranza
- 4 Apertura: mentale, emotiva, fisica
- 5 Rispetto
- 6 Ottimismo
- 7 Stupore

Sapere per capire e successivamente capire per fare sono i primi passaggi che cercheremo di scoprire prima e conseguentemente allenare, di ognuno dei punti sopra citati. Come vedremo inoltre ognuno di questi termini ne farà scaturire altri di non minore importanza.

Partiamo analizzando la parola Pazienza, con la consapevolezza che l'ordine potrebbe anche essere cambiato, ma sicuramente procedere come intendo, ho verificato in questi anni che mi hanno vista inserita in una permanente ricerca in campo educativo, aiuta al fine del perseguimento e raggiungimento dell'obiettivo che ci siamo preposti all'inizio di questa riflessione-studio.

Sto osservando un falco che perlustra il territorio sottostante in attesa di scorgere qualche segnale di una possibile preda.

I suoi volteggi lenti, concentrici, continuativi e armoniosi insegnano, nell'esercitare l'arte della paziente attesa, una qualità indispensabile: la concentrazione fluida.

Ma cosa centra questo, direte voi, con la pazienza?

A ben osservare ci accorgiamo che questa pazienza non ha niente a che fare con l'acquiescenza e la passività, ma anzi è una condizione importante per l'attuazione dei nostri propositi e un coefficiente spesso decisivo di successo.

E' noto a tutti il detto:

*"La pazienza è la virtù dei forti!"*

La pazienza diventa quindi "uno stato di sospensione attivo e ragionato", limitato nel tempo e intenzionalmente rivolto all'azione.

E' l'oculata preparazione delle nostre forze e strumenti per prepararci ad agire con successo.

La pazienza porta ad attendere ed insegna, a chi ci è accanto, ad attendere. Non si tratta di immobilità, bensì di rinvio dell'azione fino a quando non sia giunto il tempo giusto (vedi l'insegnamento del falco), il momento propizio.

Tra il presente e il futuro, tra la formulazione del progetto e la sua realizzazione c'è uno spazio, questo spazio è l'attesa paziente, indispensabile in ogni realizzazione di progetto umano.

Non la pazienza dell'asino... bensì è forza,, vigore spirituale, coraggio nel soffrire bene, come altissima espressione d'Amore.

In quel famoso libretto, che come ci ricorda MaBo troviamo in tutte le bancarelle, è scritto: "Anche la pazienza, quella vera, è 'frutto' dello Spirito" (prima lettera di Pietro).

Altra caratteristica-qualità da esercitare intrinseca nella pazienza è il Silenzio .

Silenzio che ascolta, silenzio che vede, silenzio che accoglie, silenzio che assapora, silenzio che si dona.

Non dimentichiamo inoltre che l'irritazione, che nasce dall'impazienza ,è frutto di insicurezza personale sorretta da una disistima nei nostri confronti.

Ecco quindi che cominciare a sapere e capire ci aiuta a colmare i vuoti che , consapevolmente o meno, abbiamo e che creano in noi tale comportamento.

Una volta conquistato, anche se piccolo, un grado di pazienza, questo ci permette di continuare nel nostro cammino educativo, senza lasciarci prendere, per lunghi periodi, dallo scoramento.

Ora, in questi circa tre mesi che ci separano dall'uscita del prossimo numero della rivista, suggerisco di lasciarci con l'intento di praticare l'Arte della Pazienza.

Per ottenere il suo raggiungimento, anche se in piccola parte, visto che penso occorra tutta e oltre la vita per poter ritenersi sufficientemente esperti, potremmo rimanere collegati facendo alcune, meglio se tutte, delle cose suggerite dall'elenco che segue:

- conto fino a 10...20...30... facendo profondi e lunghi respiri, tutte le volte che sento di irritarmi
- rimango alcuni minuti ogni giorno in contemplazione silenziosa di qualcosa: oggetto, fiore, animale, persona
- faccio spesso, durante la giornata, dei respiri consapevolmente profondi, avendo cura non solo di inalare aria fresca e pulita, ma anche di espirare quanta più aria viziata possibile. Inoltre ascolto gli attimi di pausa tra l'inspiro e l'espiro
- cerco di essere morbida con me stessa e con gli altri, anche quando non accetto comportamenti per me scorretti (ricordando che i più grandi maestri a volte sono proprio le persone che mi mettono in difficoltà perché mi aiutano, se uso l'atteggiamento giusto, a mettermi in discussione e ad andare oltre ai miei limiti)
- cerco di sviluppare l'Atteggiamento Mentale Positivo, non nel senso di vedere sempre "rosa", ma riconoscendo in quel che non va il se pur piccolo pezzetto di positività che contiene. Ricordiamoci che la fiammella microscopica di un cerino se introdotta in un ampio salone completamente buio riesce a sconfiggere l'oscurità, anche se quest'ultima è di proporzioni decisamente superiori.

## UNO SPAZIO TRANQUILLO E SOLARE DOVE PORRE LA MENTE A RIPOSARE E IL CUORE A PALPITARE



Carlotta - Vicenza

Cari bambini,

le vostre scene tranquille della natura sono sempre bellissime e ogni volta che mi fermo a gustarle tuffandomi dentro, l'allegria mi pervade dalla testa ai piedi. Sarebbe bello che quest'estate insegnaste agli adulti che vi stanno accanto a prendere i colori in mano e a dare vita, assieme a voi, a tutto quello che di bello e positivo nasce in loro nei momenti di ascolto della propria interiorità.

E allora *RILASSIAMOCI* e ... lasciamo che il pittore che è in noi dia vita a un bel dipinto dai colori dell'anima!

Un caldo, caldo, caldo abbraccio

*Eleires*

# Le emozioni: IL COLORE DELL'ESISTENZA

Le emozioni sono componenti fondamentali della nostra vita, danno colore e sapore all'esistenza, anche se, in una civiltà come quella occidentale impostata sul primato della ragione, spesso sono considerate con sospetto e timore. Siamo convinti che la ragione prometta all'uomo il dominio su se stesso e le cose mentre le emozioni producono turbamento e conflitto, non sono mai totalmente controllabili e a volte trascinano a dire o fare cose di cui, una volta cessato l'impeto emotivo ci si può pentire.

Eppure, sono le emozioni che ci fanno gustare la vita ed è proprio dalle emozioni, piccole o grandi che siano, che l'individuo spera di ricavare nuovi stimoli che muovano le sue giornate. Del resto come si potrebbe dire di vivere appieno se non si sperimentassero mai la gioia di un sorriso o un abbraccio, il tremito dello smarrimento o della paura, l'impeto dell'entusiasmo e della passione, l'abbandono della nostalgia, la forza del coraggio, il peso e la disperazione della sofferenza, l'eccitazione della curiosità e della libera scelta?

Ogni singola emozione è importante, saperle riconoscere, imparare a capirle e controllarle è un grande gesto di disponibilità verso se stessi e il punto di partenza per un fruttuoso percorso di sviluppo personale. Gli esercizi di dinamica sono uno strumento efficace nell'avvincente ed arduo processo di apprendimento dei propri stati emozionali e mentali. Imparare a conoscere e controllare le proprie emozioni permette di sperimentare con maggior frequenza stati d'animo positivi che hanno un'influenza considerevole sia sul comportamento che sui processi di pensiero e rende maggiormente adeguati alle situazioni della vita. In effetti, quando le persone sono di buon umore pensano alle cose in modo molto diverso rispetto a quando sono di cattivo umore. Il buon umore porta a descrivere in modo positivo le situazioni e a percepirsi, con maggior frequenza, come socialmente competenti e a provare sicurezza in se stessi e autostima. Inoltre quando si è felici si tende a valutare più positivamente la propria persona: ci si sente pieni di energia, si considerano meno gravi i propri difetti e si pensa meno alle proprie difficoltà.

Durante la prima riunione post-corso a Cassago ho lavorato con i bambini sulle EMOZIONI perché durante il corso ho sentito la loro necessità di capirle e viverle sulla loro pelle per diventarne più consapevoli e riuscire gestirle meglio. La riunione è stata molto coinvolgente ed effervescente perché sono riusciti a sperimentare le principali emozioni positive e negative sia a livelli soggettivo (con un esercizio di dinamica) che oggettivo (con esercizi mirati all'espressione delle emozioni attraverso la mimica facciale e con il movimento del corpo). Ho chiesto

loro di esprimere alcune sensazioni sull'emozione che li aveva maggiormente colpiti e quanto emerso lo trovo fantastico:

*Giorgia:* provo amore per le persone che mi fanno pena come la mia amica che ha preso una nota. Provo gioia quando gioco con le mie amiche e quando mi coccolano e mi toccano dolcemente i capelli;

*Federica:* mi sentivo più leggera e provavo una sensazione di tenerezza e aveva la forma di un cuore rosso con dei brillantini argento che si rimpicciolivano e si ingrandivano;

*Alessandra:* ho provato una sensazione di amore. Aveva la forma di una macchia di colore rosso. L'immagine che ho visto è quella di mia nonna quando mi abbraccia e mi dà i baci;

*Luca:* ho provato molta tristezza, era un peso enorme di colore nero ma quando ho provato amore è diventata gialla e mi sono sentito felice;

*Roberta:* provando amore mi sentivo felice. L'immagine che ho visto è un cuore rosso che dentro si muoveva. All'interno vedevo il mondo.

Grazie di cuore a queste 5 meravigliose creature che hanno saputo mettersi in gioco con entusiasmo, disponibilità e voglia di conoscere. Ogni incontro con loro è stato carico di emozioni coinvolgenti e la loro vitalità e curiosità ha reso questo corso fantastico.

Miriam Dasè



Corso bambini - Cassago (CO)

## RAGAZZI CATALIZZATORI DI ENERGIA

Desidero fare solo una riflessione sul corso per poi lasciare la parola ai miei carissimi nove compagni di viaggio, eccezionalmente tutti maschi!

La soddisfazione più grande è stata accompagnare i "miei" sette bambini a schiudersi, come accade a una gemma al calore del sole. Ricordo la difficoltà incontrata durante il primo week-end al momento del rilassamento e non dimenticherò mai i volti sorridenti e piacevolmente soddisfatti alla fine dell'ultimo ciclo: una trasformazione incredibile!

La cosa migliore è dar voce alle impressioni dei ragazzi e dei due miei assistenti. Vorrei solo ringraziarli perché hanno contribuito a riempire la mia bottiglia d'amore!

Daniela

Al corso abbiamo fatto tanti giochi e ho imparato a fare rilassamento. Io ho avuto dei risultati migliori nel comportamento e nell'impegno a scuola. Qui si possono conoscere tanti amici nuovi. Io vorrei continuare il corso.

Vitali Andrea

Le cose che ho messo in pratica sono: il colore giallo perché mi serve per rimanere concentrato, il cristallo perché mi dà energia, l'unghietta per darmi coraggio in quello che non sono capace. Mi è piaciuto tanto stare in gruppo e giocare in gruppo.

Matteo

Usando l'unghietta del coraggio ho preso ottimo in matematica!

Il corso mi è piaciuto molto perché ho ricevuto delle sorprese che mi hanno dato energia e perché ho scoperto cose nuove, tipo il rilassamento.

Helber

Cari amici del corso, di questa esperienza mi è piaciuto: pensare in positivo, venire qui insieme a Gilby e a Gechi e conoscere nuovi amici (animatori compresi). Ora quando mi devo concentrare mi metto davanti il mio "ciccio" giallo (è un pulcino giallo e il giallo è il colore della calma mentale cioè della concentrazione).

Fabio

La parte più emozionante del corso è stato divertirmi con tutti miei compagni e con gli insegnanti. Mi è utile il rilassamento quando sono stanco e l'unghietta del coraggio quando ho paura.

Enrico

Questo corso mi è piaciuto molto, ma mi è anche servito in molte cose.

Ho conosciuto nuovi amici, ho imparato a rilassarmi, mi sono fatto più coraggioso, ho cacciato via le mie paure, ma la cosa che mi ha dato più felicità è stato ricevere il cristallo che ha la funzione di darmi più energia.

Giacomo

Le cose più belle del corso sono state due: fare il rilassamento con Fabio e l'unghietta del coraggio.

Gilby

Aggiungo una lettera di un bambino del corso:

Gentilissima Patrizia, volevo farti sapere che il corso mi è piaciuto moltissimo perché mi sono divertito, ho imparato cose nuove e ho avuto degli insegnanti fantastici: Roberto, Daniela ed Elia.

Cara Patrizia ti faccio i miei complimenti perché un corso così e degli insegnanti così non li trovi neanche in capo al mondo!

Un bacione da Enrico Arnoldi

Daniela Tisato

Impressioni soggettive del corso Preadolescenti di marzo.

Grazie a Daniela e a Roberto per

aver creato assieme ai ragazzi questa avventura.

E' stata un'esperienza ricca e gratificante, anzi, è un'esperienza ricca e gratificante!

Questi ragazzi sono "catalizzatori di energia" e incanalarli tutti insieme in "un'onda energetica" stile Dragonball ti fa ritornare l'entusiasmo che ti muove!

Rilassarsi con loro e giocare a conoscere la mente e le sue capacità fa sbocciare in ognuno il germoglio del "saggio saltimbanco" e ti fa riscoprire le molte qualità che abbiamo.

Stando in compagnia di queste "scintille nell'universo" ed educandoci a vicenda, mi è capitato di vederci "un Senso".

Siete unici.

Caldomorbidi

Elia Barbiero



Corso Preadolescenti marzo 2007 di Vicenza

# VITA ASSOCIATIVA



Corso D.M. e C. Adolescenti - Cerealto (VI)



Corso Genitori - Vicenza



Corso Bambini - Vicenza



Corso D.M. e C. Adolescenti - Trieste



Corso D.M. e C. - Firenze

## DELLA RADURA I SALTIMBANCHI DICONO...

Ciao a tutti!! che dire.. un anno che portiamo avanti la nostra meravigliosa avventura... "La radura del cuore bombante"... Dueville, Trieste, Biella, Arzignano, Arzignano (bis), Schio e Asiago... sette spettacoli... sette meravigliose occasioni per far scoprire "La radura" che c'è in ognuno..

È stata un'esperienza INDESCRIVIBILE... il nostro gruppo ha superato ogni tipo di ostacolo, riuscendo sempre a trovare la soluzione... e siamo cresciuti... eh sì, come "attori" ma soprattutto come persone... in un anno ho potuto approfondire amicizie con i "vecchi" della compagnia ma soprattutto scoprire 7 meravigliosi folletti che hanno portato un'aria nuova e ancora più magica nel gruppo...

Come dice Edoardo il cantastorie riguardo la radura... "non è per nulla facile arrivarci... ma quelli che ci arrivavano, tornavano a casa cambiati radicalmente"...

Mi sono scervellata tantissimo per capire "cos'era per me la radura del cuore bombante"... e - come spesso accade - la soluzione ce l'hai davanti al naso... e così è stato anche per me! Ora che l'ho trovata... ho capito che ESISTE DAVVERO!! I caldomorbidi esistono veramente, si anche la foresta delle paurombre, i folletti delle 7 meraviglie e i saltimbanchi. Esistono anche gli abitanti del villaggio (quelli freddoruidi)... ma non lasciate che vi blocchino.. prendete il coraggio tra le mani (se necessario ricordatevi dell'unghietta del coraggio) e partite! Trovate la vostra strada... perchè quando scoprirete cos'è per voi "la radura del cuore bombante".. eh no... non vi rovino la sorpresa... lascio che ognuno (quando sarà il momento) provi questo!

Un abbraccio caldomorbidoso dalla vostra Ilaria ovvero la vostra MA.

Ilaria Dalla Pozza - Villaverla (Vi)

Alla cortese attenzione di Carlo, Patrizia, Daniela e Mara.  
Ciao, ieri sera alla riunione soci di Schio, Mara ci ha ricordato che se vogliamo possiamo mandarvi due righe di commento al corso di dinamica effettuato a Schio nei primi giorni di maggio.

Personalmente l'ho vissuto con forte emozione e ne sono uscita carica di entusiasmo e di sana energia tanto che il lunedì mattina ho sentito il bisogno di "buttar giù" due righe... Ve le mando e vi ringrazio tanto per il lavoro che state svolgendo.

La mia bicicletta sta pedalando, sono concentrata sul colore rosso, mi addormento spesso durante il rilassamento ma mi sveglio molto riposata e quando invece riesco a portarlo a termine mi ritrovo carica di energia.

Il mio obiettivo ora è la mia piccola Anna che nascerà ad agosto: il suo cuore sentirà il beneficio dei vostri suggerimenti e spero di potervela far conoscere molto presto!

Un forte abbraccio, Elena Canale - Schio

"Stamattina mi sono alzata, in cucina dominava il colore ARANCIONE dei fiori che gentilmente mi avete donato e che con gran stupore e commozione ho accettato. Anche Giorgia, nostra figlia di 2 anni e mezzo li ha notati con sorpresa e meraviglia. Nel vederli in casa nostra ho provato un'emozione bellissima, è stato come avere tutti voi Carlo, Patrizia, Daniela e Mara ed è bello e rassicurante pensarvi al nostro fianco. Quei fiori rappresentano tanto: la forte e bellissima esperienza vissuta e la vostra esistenza. Ieri sera, io, Anna e Luca non volevamo più andar via, ma non è senza di voi che ce ne siamo andati.

Ci siamo sentiti più ricchi, fortunati e pieni di speranza dopo aver ascoltato le voci di due persone squisite. Carlo e Patrizia, siete l'esempio della semplicità e dell'umiltà, del sapere, della sicurezza, dell'amore, della speranza, della luce. Con parole semplici e con la vostra testimonianza ci avete convinti di quanto la nostra unicità e meraviglia possa dare nel tempo risultati impensabili.

Ora tocca a noi metterci in gioco e, coscienti che dipende solo da noi, ci auguriamo di essere dei ciclisti in gamba!"

**famila**  
Con noi sei in famiglia.

LA SPESA  
CONVENIENTE

# ASSERTIVITÀ LATERALE

*On men, on Nature, and on Human Life,  
Musing in solitude.*

WILLIAM WORDSWORTH,  
Preface to the excursion.\*

...“che medita in solitudine”... In questi tre giorni di corso ci sono stati momenti di solitudine, momenti di vita insieme e momenti in cui tante persone condividevano le loro solitudini, e questo stato d'animo è uno tra quelli che ho percepito di più al corso di AL.

- Pazza furiosa - direte voi, con tutte le emozioni positive che trasmette AL tu ti porti a casa la solitudine? Ebbene sì! Non solo la solitudine, anche la leggerezza di una corsa ad occhi bendati, la libertà di intrattenibili lacrime che scrostano i decennali strati di calcare di un cuore e gli permettono di ricominciare a pulsare, la sintonia tra persone sconosciute, lo stupore nel percepire la linfa vitale di un albero apparentemente rinsecchito, l'inesprimibile conforto del poter essere se stessi senza il timore di venire giudicati e quanto, quanto altro ancora.

Ma c'è solitudine, questa solitudine che credo mi abbia accompagnata per tanto, tutto il tempo della mia vita, da quando ero bambina fino ad ora. Anzi, mi piace pensare che esistano tante forme di solitudine, e che ognuna di esse assuma vesti varie, sfaccettature differenti a seconda delle circostanze, e a seconda del particolare presente che in quel momento della vita sto affrontando. Sono solitudini che tutti dobbiamo imparare ad accettare, perché se è vero, com'è vero, che siamo la persona più importante al mondo per noi stessi, allora dobbiamo imparare ad accettarci e ad accettare la nostra compagnia, che ci piaccia o meno (la mia conclusione è stata: facciamocela piacere!).

Ed ho rifatto pace con la mia solitu-

dine, che era diventata oscura, ingombra di fantasmi, densa e impenetrabile come la nebbia in una notte d'inverno. Ora, si è trasformata nella tenue foschia che sale dai campi all'alba quando la luce è ancora fioca e pallida, ma carica di aspettative e vitalità per il giorno che sta per sorgere.

Il potere di un corso! Il potere del confronto con altre persone che ti fa cambiare prospettiva e vedi tutto sotto angolazioni diverse, inaspettate e insospettabili fino a quel momento, il potere di tutte le gocce di amore che sono state versate dentro la mia anfora e l'hanno riempita!

Così, la mattina dopo, gli occhi chiusi, la testa affondata nel cuscino, i sensi ancora offuscati nel dormiveglia, ti accorgi che stai sorridendo, ma non del solito finto sorriso da clown disegnato con il cerone rosso su una maschera bianca, no, no, è un sorriso autentico che esce fuori da chissà quali reconditi meandri dell'anima ed è lì stampato sul tuo viso inconsapevole... che meraviglia!!!

Prourst diceva che il vero viaggio di scoperta non consiste nel cercare nuovi paesaggi, ma nell'avere nuovi occhi: aveva ragione!

Con un sorriso è cominciato il mio

primo giorno della vita dagli occhi nuovi.

Altro non mi resta da dire se non grazie. Grazie a tutti i miei compagni di viaggio per aver scelto di essere lì, grazie a Enrico e a tutti coloro che parlandomi di AL mi hanno convinta a parteciparvi, grazie a mia sorella-Pollon- che palle per essere com'è, grazie a tutti gli istruttori, Alessia con la sua voce dolce e rasserenante, Susy per la sua simpatia e la sua carica (che sane risate mi hai fatto fare durante il risveglio energetico), Stefano sempre chiaro, preciso, determinato, Carlo con la sua capacità di dire anche verità non troppo gradevoli con un tatto ed una delicatezza ineguagliabili (vedi che fare l'avvocato serve? Alla dialettica di sicuro!) e Patrizia la dolcezza, la gioia di vivere, la forza del sole dentro.

Grazie a tutti di cuore, per aver spesso per ognuno di noi solo parole di gentilezza e grazia, mai un rimprovero, mai un cattivo pensiero, mai un giudizio, mai!

Un grazie particolare a Patrizia e Carlo per averci creduto, e per continuare ad esserci nonostante la fatica (io ero stremata arrivata al termine della domenica sera). Grazie per aver così permesso a me e ai miei compagni, a tutti coloro che sono venuti prima di noi e a tutti coloro che verranno dopo di vivere l'incredibile esperienza di AL e di tutti gli altri corsi

proposti dall'I.S.I..

Quante gocce avete messo nella mia anfora, oso credere che ne abbiate ricevute altrettante e anche di più, e mi auguro che una di queste possa essere anche mia.

Nelle ultime righe avrò ripetuto la parola grazie non so quante volte, ma che altri vocaboli esistono per esprimere gratitudine?

Ancora, mille, e mille volte GRAZIE!!!

Chiara - Vicenza

\* *“Sull'uomo, sulla Natura e sulla Vita Umana, che medita in solitudine.”*

\*\*\*

Due giorni sono passati dal corso AL. “stupefacente” con effetti collaterali benefici, non ti vengono le borse sotto gli occhi, ma te le toglie (parole di una mia amica dopo che l'ho SALUTATA lunedì mattina e... avevo dormito solo due ore) entusiasmante, corroborante, energetico, rivitalizzante, ristrutturante, pulito, meraviglioso.

Beauty center, Beauty farm? (per me) Roba per pivelli!

Due giorni, dove mi sono guardata allo specchio, e mi sono accorta che ho due meravigliosi occhi anche senza trucco.

Chiedevo una TREGUA. Volevo una TREGUA.

A.L. mi ha dato TREGUA.

Grazie, Grazie, Grazie, Grazie, Grazie, a CARLO, PATRIZIA, STEFANO, ALESSIA e SUSANNA (come i formaggi) per il vostro PREZIOSO aiuto.

Dal profondo del mio Cuore, e con la sicurezza di non venire fraintesa, VI AMO.

Gaetana Munaretto - Schio (Vi)



## Un soffio sul viso

C'è sempre un momento in cui una frase detta quasi “per caso” assume un'importanza inaspettata.

Ricordo quella sera in cui avevo una riunione con i bambini dell'ISI e sono passata in ufficio da Carlo per salutarlo... e gli ho buttato lì un: “Sarebbe bello iniziare ad organizzare le riunioni di squadra anche a Schio, dato che vi sono parecchi soci che provengono da quella zona!”

Era da un po', infatti, che ne parlavo con i due carissimi veterani scledensi, ovvero Mara e Roberto; certo, però, non mi aspettavo proprio la risposta che mi diede Carlo: “Perché prima non organizzate un corso a Schio e poi partite con le riunioni?”

E adesso, che dire? Ma non mi sembra un tipo di domanda che richiedesse tante riflessioni; ovviamente la mia risposta non poteva essere che affermativa: “Proviamoci!”

E così iniziarono le numerose telefonate con Roberto e Mara. Il primo passo fu trovare la sede per la presentazione e per il corso stesso; ma non fu difficile: l'hotel Noris aveva una sala che ben si adattava alle nostre esigenze. Più complicato fu realizzare il depliant per la serata: avevamo avuto il via libera e ci eravamo fatti prendere in po' la mano! Ma dopo qualche modifica, era già in stampa e in distribuzione.

Il 5 marzo si stava avvicinando e tra adesioni e annullamenti all'ultimo momento, non sapevamo ancora quante persone sarebbero venute alla presentazione. Alla fine ne contammo ben 60! Un numero sicuramente superiore a quanto

potessimo pensare solo qualche settimana prima!

La serata andò bene: tutti sembravano soddisfatti e interessati per i vari corsi proposti dall'ISI.

Ora, però, si profilava l'idea di organizzarne un'altra, solo per coloro che erano interessati al corso di Dinamica della Mente e del Comportamento che si sarebbe tenuto a Schio il 4, 5, 6 maggio. E così organizzammo una seconda serata di presentazione il 23 aprile, a cui parteciparono una ventina di persone.

Bene, avevamo seminato e ora dovevamo mettere in pratica la paziente arte dell'attesa che la saggezza contadina ben conosce!

2, 5, 10, 16, 20, 18... sì venerdì 4 maggio si presentarono all'hotel Noris 18 nuovi soci, pronti per vivere una nuova ed entusiasmante esperienza.

Nessun imprevisto, nemmeno un fortissimo mal di schiena dell'istruttore, ha potuto intaccare l'entusiasmo e l'ottimismo che ci ha accompagnati in quei tre giorni.

Sono davvero felice e orgogliosa di aver contribuito a realizzare tutto questo perché è un modo per far star bene le persone che conosco; e se loro stanno bene, io sto bene. Far parte dell'ISI e diffondere lo spirito e gli ideali che lo animano è un continuo sviluppo personale. Spesso mi viene chiesto dove trovo il tempo e l'energia per fare tutto ciò, ma la verità è che i corsi, tra le altre cose, mi hanno insegnato ad organizzare meglio il mio tempo e ad acquisire maggiore energia; ma non si tratta solo di questo: il fare non mi toglie nulla, anzi, mi

riempie la vita... di Vita! E, soprattutto, è incredibile come il donare moltiplichi il ricevere, spesso quando e da chi meno te lo aspetti.

Mi rendo conto mentre scrivo, che le parole sono davvero insufficienti ad esprimere quanto si prova in queste occasioni; posso semplicemente dire che il corso mi ha permesso di vivere meglio, con maggiore consapevolezza ed entusiasmo e credo non sia poca cosa! Per questo mi piacerebbe tanto far vivere le stesse meravigliose sensazioni a quante più persone possibili.

Capita che nello scorrere delle giornate, qualsiasi cosa stia facendo, un pensiero inaspettato mi faccia visita... è un lampo, veloce come un riflesso di luce... mi fermo un istante e mi accorgo che sto sorridendo, è un saluto all'emozione di vivere questi attimi consapevoli di cambiamento.... il semplice meravigliarsi nel riconoscerlo.



Corso D.M. e C. - Schio (VI)

# Riceviamo e pubblichiamo

Avevo letto “Meravigliarsi per crescere” e “Teorema” e volevo assolutamente frequentare il corso di Dinamica per imparare a mettere in pratica quello che avevo letto nei libri. Ma come potevo fare?

C'erano, e ci sono, solo 350 km di distanza da Torino a Vicenza, avrei dovuto organizzarmi per benino ma sapevo che prima o poi l'avrei frequentato.

Per puro caso chiesi alla mia collega Carla, alla quale avevo prestato i libri, se le avrebbe fatto piacere frequentare il corso che si sarebbe tenuto a fine marzo.

Lei, con semplicità e senza dubbi, mi rispose “sì, possiamo andare con la mia nuova auto”.

A quel punto, tutto si è organizzato con naturalezza.

Siamo partite piene di curiosità e sicure che, comunque, qualcosa avremmo imparato.

Siamo tornate a casa entusiaste per l'esperienza vissuta, per l'ambiente accogliente, per le “belle” persone conosciute e.... con una bicicletta.

Piccolo particolare: il viaggio di ritorno di 4 ore è passato velocemente. Viaggiavamo sull'auto nuova di Carla ma avevamo da discutere su come far funzionare al meglio la bicicletta acquisita.

Anna - Torino

\* \* \*

Mi chiamo Carla e insieme ad Anna ho partecipato al Corso di Di-

namica che si è svolto a fine marzo a Vicenza.

La curiosità e il bisogno di un punto di vista diverso, di strumenti nuovi per affrontare la mia quotidianità e migliorare la mia persona hanno fatto sì che partissi da Torino per esserci.

L'esperienza è stata positiva. Sono tornata a casa con l'entusiasmo di chi ha scoperto qualcosa di utile e importante.

Ho trovato un ambiente accogliente e familiare. Tutte persone protese al bene proprio e comune, attraverso l'acquisizione della consapevolezza del sé e del valore unico e insostituibile che ciascuno di noi ha.

Non posso dire di condividere tutto ciò che ho sentito ma ho visto del gran bene e questo è già molto importante.

Carla - Torino

\* \* \*

Carissimi istruttori e sconvolgenti di vite: ebbene sì, ce l'ho fatta!!!!

Ho usato la piccola dose di coraggio che alla fine ognuno di noi ha, 2 spinte dei miei collaboratori, AIDAC, un bel rilassamento totale prima di partire (non chiedetemi niente perchè anche stavolta mi sono addormentata) e non ultima la mia voglia di lavorare al mio sviluppo personale.

..... ah già, per fare cosa?

l'incontro con i giovani della forania; il mio intervento è durato una ventina di minuti, dopo i primi 10 secondi tutto è filato come l'olio.

Io sto bene e sono felice. Grazie Patrizia e grazie Carlo.

1 forte abbraccio Daniela.

Daniela - Conegliano (Tv)

## D.M. C. & FORMAZIONE PROFESSIONALE

Caro Stefano,

Ho partecipato, con una buona dose di scetticismo, al Seminario in oggetto (un po' di curiosità e ..... una scusa per ritagliarmi una giornata di “vacanza”).

Sostanzialmente sono uscita “insoddisfatta” dal Seminario, ma dopo un certo tempo (non riesco ad addormentarmi alla fine di una giornata particolarmente difficile) ho provato quelle tecniche di respirazione e di rilassamento (per quanto potevo ricordare) che Tu ci avevi proposto e... mi sono addormentata subito dopo aver contato da 21 a 1...

Non sono certamente in grado di valutare oggettivamente l'efficacia di un simile esperimento, però a livello intuitivo e soggettivo mi sembra che queste tecniche, magari più mirate e proposte con obiettivi ben esplicitati e misurabili, per contesti ben definiti e modalità anche personalizzabili mediante l'utilizzo di chiare “istruzioni per l'uso”, potrebbero - perchè no? - essere di valido aiuto a quanti cercano di superare lo stress quotidiano, e contribuire quindi a migliorare sia la qualità della vita che della performance lavorativa (senza dover ricorrere a mezzi artificiali).

Cari saluti

Paola Pelliccioli

## NON INDOSSERÒ PIÙ LA MAGLIA DEL MILAN

Non indosserò più la maglia del Milan, non correrò più i 400 metri alla velocità dei miei vent'anni.

Io credo, sento, che questa nostalgia, questo malessere che deriva dal non poter più fare le cose che il passare del tempo ci nega, possa essere fattore se trasformato in ricerca interiore che ci induca a maturare e quindi a sentire e ad apprezzare situazioni, relazioni, condivisioni, più di prima, meglio di prima, colmando alla grande i vuoti lasciati dalle inevitabili rinunce.

Alfonso Censi - Arzignano (Vi)

## L'ACCETTAZIONE

C'era una volta un albero. Si trovava da solo in un immenso prato verde. Ai suoi piedi nascevano crocchi di fiori gialli, blu e bianchi, ma lui era triste. Sui suoi rami non si posavano da tanto tempo né uccelli né farfalle.

Su di lui nessuno voleva più costruire nidi e così le sue foglie, sentendosi inutili, cominciarono ad ingiallire e a cadere.

Cadevano sul terreno sotto di lui, vicino alle sue poderose radici. L'acqua della pioggia le dissolveva e le mescolava alla terra.

Le stagioni passavano. Tornò la primavera e i fiori ai suoi piedi tornarono a nascere e a splendere in mille colori, ma lui desiderava solo sentire piccoli esseri gioiosi posarsi sulle sue fronde.

Un giorno, stanco delle sue sofferenze, decise che avrebbe trovato una soluzione al suo problema e che da quel momento non sarebbe più stato triste. Voleva sentirsi completo in ogni sua parte, ma ebbe la consapevolezza che essere tristi non serviva a nulla: da quel momento avrebbe cominciato ad agire!! Non sapeva ancora che cosa avrebbe fatto, ma sapeva che ci sarebbe riuscito e come non aveva alcuna importanza.

Incominciò quindi col guardare quello che già aveva. Guardò i fiori attorno alle sue radici e per la prima volta si accorse di quanto erano belli. Pensò anche che le foglie, cadute durante l'inverno, erano servite a nutrire il terreno e quindi a far nascere quelle meraviglie. Non era quindi tanto inutile!!

Si sentì così felice di quella scoperta che i suoi rami e le sue foglie si tesero verso il cielo. Più l'albero si sentiva felice più le sue foglie splendevano e si moltiplicavano tanto che i rami facevano fatica a sorreggere tutta quella chioma verde. L'albero non pensava più agli uccelli che non si posavano su di lui, ma pensava solo: IO CI SONO!!

Passarono alcuni giorni. Piccoli passerini curiosi cominciarono ad avvicinarsi a quell'albero che in tanti anni non avevano mai visto e si chiesero se era un miracolo perché non era possibile che fosse cresciuto così in fretta.

Presto la notizia si diffuse e in molti accorsero a vedere se quanto si raccontava in giro fosse vero. In poco tempo su quei rami, una volta vuoti, non ci fu più posto. Il verde delle foglie si confuse con i brillanti colori di mille ali. L'albero si rese allora conto che amarsi ed accettarsi, alla fine, attira anche l'amore di chi ti sta intorno.

Elena - Trieste

## TEOREMA: Villaggio Globale, Abitante Adeguato

Carlo,

my thoughts about *Theorem: Global village, suitable inhabitants* are very positive; my favorite part is the emotional control chapter. I find myself referring back to the book a lot during the season and for life outside of basketball. I knew that the game of basketball is more than 75 percent mental but after the book I believe it is 90 percent may be more. Ma.Bo. teachings were very useful.

Thank you very much. Much love.

Trad.: *Le mie riflessioni su Teorema, Villaggio globale, abitante adeguato sono molto positive; la mia parte preferita è il capitolo sul controllo emozionale. Ho ritrovato me stessa riferendomi al libro molte volte durante la stagione, anche per la vita fuori dalla pallacanestro. Sapevo che il gioco della pallacanestro è più del 75% mentale ma dopo il libro credo che sia il 90%, forse più. Gli insegnamenti di Ma.Bo. sono stati molto utili. Molte grazie. Con tanto amore.*

Astou Ndaye - Senegal

Campione d'Italia 2007 con la Phard Napoli



## 650 milioni di disabili. (Accertati)

Mi hanno messo al mondo senza nemmeno chiedermi se ero d'accordo; o se lo hanno fatto non me lo ricordo. Quando ho raggiunto la cosiddetta età della ragione, ho pensato: non essendo io la causa della mia esistenza, tutto quello che farò non potrà mai essere attribuito ad una qualsivoglia mia responsabilità. Sbagliato! Qualcuno ha inventato il libero arbitrio e me ne ha informato.

Fregato su tutta la linea. Occhio a quello che faccio perché se lo sbaglio la "colpa" è unicamente mia.

Col tempo ho metabolizzato il fattaccio e anzi ho fatto di più; ho scelto di collaborare con l'imponderabile quando mi è capitato di frequentare compagnie e vicende che non potevo né evitare, né modificare in quanto, anche loro, dipendevano dalle scelte e dalle azioni di altri.

Così, anno dopo anno ho imparato che dovevo sempre essere adeguato a vicissitudini e vicende, le più disparate e disperate.

Oggi a più di settant'anni dalla mia non scelta di venire al mondo sto adagio, adagio accettando un'altra realtà: non solo non so chi ha scelto per me (i miei genitori, immagino abbiano fatto da naturali mediatori) ma nemmeno mi è dato di sapere dove andrò a finire, nel momento in cui il mio meraviglioso involucro materiale si annoierà a tal punto da collassare.

Ragionando sul fatto, nei limiti delle mie possibilità e capacità, mi ritrovo però a concludere che in questo caso, non avendo io fatto più di tanto, per chiudere in anticipo il libro della mia vita, dove andrò a finire, come per la nascita così per la morte, la mia responsabilità è uguale a zero.

Questa conclusione mi provoca una incredibile scarica di serotonina: chiunque abbia potuto scegliere per me saprà anche dove farmi finire e perché.

Sperando naturalmente che non sia un sadico o un burlone. E anche se .... chi se ne frega!

La curiosità, in questo momento, è prevalente su qualsiasi paura.

Speriamo che duri; la curiosità, intendo; quell'invenzione che l'uomo si è data per impedire alle proprie cellule di annoiarsi e quindi di collassare. Geniale, geniale, geniale!

E noi non siamo altro che bricconcelli che siamo riusciti a rubargli qualche accessorio per sentirci partecipi di un quadro dipinto da lui.

- "E adesso che hai allestito una falegnameria mentale, sei contento?" -

No. Ma nemmeno annoiato. E questo è fondamentale se voglio reggere ancora per qualche tempo. Ciao e salutami la tua noia. Se ti va.

*Ma.Bo.*

## Il virus del Nilo

La quieta disperazione di milioni di maschere che accettano di vivere la vita come tragedia naturale, è una componente importante dell'esistenza di miliardi di individui che in una certa parte aspirano ad essere "persone". - E allora? - E allora è un pensiero acciaccato di un momento di consapevolezza.

In alternativa potremmo parlare anche di un altro modo di vivere; Ad es. vivere per aver ragione significa vivere per apparire e non vivere per essere.

Certo, per qualcuno può essere tassativo nutrirsi del consenso degli altri e può anche essere che questo corrisponda con le sue esigenze più profonde; ma se il fattaccio va bene per lo spettacolo, non credo possa essere serio nei confronti della vita con un senso tendente alla consapevolezza.

Epperò dato che non fa parte delle mie abitudini tranciare giudizi definitivi, immagino che alla fine "unicuique suum".

Tiè! (forse ci manca un h, ma non so dove potrei metterla, quindi va bene così.)

Dove sta il senso in tutto questo discorso?

Ma mi sembra evidente, nella voglia di aver ragione.

*Odysseus*

## Provocazione manifesta

A volte mi capita di considerare di essere stato particolarmente fortunato ad aver avuto la possibilità di imparare a leggere e a scrivere; e in qualche piccola parte anche a capire.

E ancor più fortunato mi sento quando prendo atto di avere un mucchio di tempo per pensare e manifestare per iscritto il mio pensiero.

Epperò, coerente con la mia convinzione che la fortuna non esiste senza l'impegno di ciascuno, quantomeno, nel cercarla, giungo anche a capire perché i miei lettori continuano ad essere i soliti quattordici altruisti nel profondo dell'anima. Mi correggo, tredici; uno si è impiccato ad una pianta di fragola. Riservato, oltre che altruista. Però mi dicono che ha lasciato un nipote interessato al caos. Speriamo bene. Che Air Action Vigorsol, sia con voi.

*Formaldeide*

## Conclusione miastenica

Pensieri improbabili percorrono nascosti sentieri all'interno di un'anima sempre più disincantata; e sono tutti in salita, al solito, come tutte le vicende di una vita vissuta nel rispetto delle scelte di altri; antecedenti e succedanei, sul filo dello sfinimento.

Sempre comunque in attesa di un mondo migliore.

*Marcello Bonazzola*

## Corollario ipertimico

Mi si è rotta un'unghia: e adesso cosa faccio? Mi è caduto un bicchiere e non si è rotto: che bello! Ho visto in televisione Sveva che baciava sul muso un agnellino bianco: ho pianto a dirotto e anche a dirsedici. Ieri mi ha attraversato la strada un gattino con una zampa anchilosata: non ho dormito tutta notte.

Sono aumentata di otto chili in due settimane e poi sono calata di dieci in venti giorni: devo stare attenta a quello che mangio. Mia figlia mi ha telefonato solo sei volte oggi: prima mi telefonava otto volte; vuol dire che non mi vuole bene.

Quando vedo Prodi in televisione mi sento pervadere da un senso di infinita pace e di vuoto mentale assoluto; speriamo viva a lungo.

Mi piace Meluzzi; lo capisco.

Ah! Se potessi avere Di Pietro come insegnante "d'italiano".

Se condividi anche uno solo di questi pensieri, vai dal medico di famiglia e poi dallo psichiatra. Il male oscuro della omologazione ti ha appoggiato un'ala sulla spalla (scegli tu, quale) e ti sta prendendo da dietro. Attento che, oltretutto mi hanno detto che brucia. Ciao.

*Asmodeo*

### Se vuoi scrivere a Ma.Bo. :

Casella postale 82 - 24044 Dalmine (Bg)  
oppure [crsidea@tin.it](mailto:crsidea@tin.it)

Ma. Bo. non risponde personalmente alle lettere, ma tiene in considerazione qualsiasi cosa gli venga scritta.

