



**L'Associazione Om** è stata fondata a Milano nel 1982 da un gruppo di medici e psicologi, con l'obiettivo di sviluppare, promuovere e diffondere l'approccio umanistico e transpersonale nel campo della salute, del benessere e dell'evoluzione personale. Nel corso di questi anni ha organizzato una serie innumerevole di corsi, seminari, conferenze, mirati alla sensibilizzazione dell'individuo nei confronti delle proprie potenzialità e della propria dimensione spirituale. Nella persona dei suoi membri più rappresentativi, ha pubblicato numerose opere a carattere divulgativo e scientifico e partecipato a svariati congressi nazionali ed internazionali. In seno all'associazione, Pier Luigi Lattuada e Marlene Silveira hanno creato la Biotransenergetica, una disciplina psico-spirituale di nuova concezione che ha profonde radici nelle antiche tradizioni sciamaniche e si riconosce nell'emergente movimento della psicologia transpersonale.

L'Associazione Om è iscritta all'EAP - European Association for Psychotherapy, e all'ATP - Association for Transpersonal Psychology. È membro fondatore della FAIP - Federazione delle Scuole Italiane di Psicoterapia, della AICP - Associazione Italiana per la Psicoterapia Corporea, della Società Italiana di Psicologia Transpersonale e della Società Europea di Psicologia Umanistica.

Rappresenta l'Italia presso EUROTAS - Associazione Transpersonale Europea.

Percorsi di trasformazione e Corsi di formazione sono condotti in diverse città d'Italia esclusivamente da docenti e operatori accreditati dalla Società Italiana di Biotransenergetica (SIBTE), abilitati dopo una intensa formazione quadriennale e una supervisione triennale e tenuti ad un aggiornamento permanente, al rispetto di un regolamento interno e di un Codice Deontologico.

- Trattamenti individuali e di gruppo
- Corsi settimanali
- Corsi brevi
- Seminari Introduttivi
- Corsi di Formazione

## SCUOLA DI FORMAZIONE IN PSICOTERAPIA TRANSPERSONALE

Riconosciuta dal MIUR - Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca, con Decreto Ministeriale in data 30 maggio 2002.

Corso di specializzazione quadriennale. Titolo abilitante all'esercizio della psicoterapia ed equipollente alla specializzazione universitaria per i pubblici concorsi. Sono aperte le iscrizioni per l'anno 2010

## CORSO DI FORMAZIONE QUADRIENNALE IN BIOTRANSENERGETICA

per il conseguimento del diploma di  
COUNSELOR TRANSPERSONALE

Il diploma di counselor consente l'iscrizione nel relativo Albo Professionale della FAIP - Federazione delle Associazioni Italiane di Psicoterapia, riconosciuto dal CNEL - Consiglio Nazionale dell'Economia e del Lavoro.

Sono attivi corsi di formazione presso le sedi locali Om/SIBTE di Milano, Padova, Rimini, Roma, Vicenza, Lecce. Seminari introduttivi in Biotransenergetica e momenti di approfondimento teorico-pratico e integrazione esperienziale sono inoltre accessibili in tutto il territorio nazionale.



# la visione sottile

# 20



## ECOVILLAGGI, BAMBINI, FUTURO



LA VISIONE SOTTILE  
Anno 12, n° 20 – 2009, II semestre  
Registrazione Tribunale di Milano n° 590 – 28/09/1996

Editore  
Om – Associazione per la medicina e la psicologia transpersonale  
Via De Amicis 51, 20123 Milano  
Tel/fax 02.83.93.306  
info@biotransenergetica.it www.biotransenergetica.it

Direttore scientifico  
Pier Luigi Lattuada

Direttore responsabile  
Davide Carlo Ferraris

Redazione  
via De Amicis, 51 20123 Milano  
E-mail: davide.ferraris@tiscali.it  
Bruno di Loreto Wurms, Maria Bambara,  
Maria Antonietta Toninelli, Nicola Michelin,  
Bruna Villante, Marisa Bettio, Roberto Lazzaro, Beppe Grasso

Progetto grafico  
Alessia Tinelli

Graphic design  
Elandra De Tullis

Stampa  
Tipografia Arnaboldi  
via Scialoja, 9 - Milano

Si ringrazia per le foto gentilmente offerte da Ornella Sizzi, Cinzia Nardelli, Maria Teresa Ruocco e Adamo Triveri.  
Per questioni pratiche non è stato possibile attribuire le reciproche foto ad ogni autore (tra cui qualcuna anche dello scrivente),  
ma la cosa è molto 'transpersonale' e ci sembra a maggior ragione bella.  
Ancora grazie!

## ECOVILLAGGI, BAMBINI, FUTURO

### Editoriale

Ancora felici e frastornati dal successo dell'Undicesima Conferenza Internazionale EUROTAS, che abbiamo avuto il piacere e l'onore di organizzare quest'anno in Italia (Milano, 15-18 ottobre 2009), volgiamo avanti lo sguardo verso ulteriori orizzonti. Dedichiamo questo numero a due argomenti che ci stanno molto a cuore: l'abitare e l'infanzia, entrambi da proteggere e ripensare. Il primo tema riguarda da un lato la casa inserita in un territorio, come parte di un ecosistema, dall'altro l'abitare come contesto relazionale, familiare e di comunità. Il secondo tema, molto collegato, è l'infanzia come avvio evolutivo dell'essere umano, un affacciarsi al mondo inteso come luogo e come collettività, affidati alle cure e scelte di adulti decisivi per il proprio benessere presente e futuro.

Nella società odierna, urbanizzata negli atteggiamenti e nei gesti del vivere quotidiano anche per coloro che abitano in campagna o sulla costa, non c'è posto dove i bambini si possano veramente 'sentire a casa propria', salvo forse in mezzo alla natura selvaggia. Negli appartamenti moderni i bambini sembrano letteralmente 'fuori luogo', come lo sono rispetto alla cultura e ai modi degli adulti. Sarebbe invece di grande beneficio per tutti se il mondo si conformasse meglio ai bisogni dei più piccoli, imparando da loro un modo più verace, sano e giocoso di vivere su questo pianeta; a cominciare dalla casa e dal modo di abitarla dentro e fuori, ovvero di abitare un territorio, o meglio co-abitarlo insieme a parenti, amici e vicini, animali, piante e fiori. I bambini ci suggeriscono una concezione più rispettosa dell'ambiente umano e naturale, più amorevole e creativa, capace di generare benessere e gioia in noi stessi e negli altri, a maggior ragione quando gli adulti di riferimento colgono e sostengono questa visione.

I moderni ecovillaggi si configurano come possibile risposta a queste esigenze e ne parleremo nell'articolo di apertura, per proseguire poi con tre articoli dedicati all'infanzia in ambito clinico ed educativo e un intervento conclusivo di un nostro giovane psicologo 'specializzando', alle prese con gli adolescenti di un Istituto Alberghiero.

Con questo numero probabilmente concluderemo l'attuale gestione della nostra gloriosa rivista e dall'anno prossimo tutto dovrebbe rinnovarsi, direttore compreso. Per sette anni il Centro per l'Arte e la Cultura Transpersonale (tacc), creato a Milano nel 2000 insieme a Claudio Tomati e trasferito con me a Roma quando Claudio ci ha lasciati, ha curato 'La Visione Sottile' in modo invisibile quanto solerte, offrendo ai lettori un prodotto che, nel suo piccolo, forse è stato unico nel suo genere, a costo zero.

Ringrazio infinitamente di cuore tutti coloro che hanno contribuito alla realizzazione con spirito di solidarietà, impegno e amore, non ultimi anzi in primo luogo Alessia, la nostra geniale grafica salva-ritardi e il Sig. Arnaboldi, il tipografo più gentile e disponibile mai esistito, che dall'anno prossimo si godrà la sua meritata pensione a 75 anni!

Intanto gustatevi ancora questo numero, sognate con noi ecovillaggi e un'infanzia felice!

Il Vostro Amabile Direttore Vi saluta e augura buona lettura.

*Davide Carlo Ferraris*

# ECOVILLAGGI: DALL'INFANZIA AL FUTURO

di Davide Carlo Ferraris e Silvia Vitale

*Fai della tua vita un'opera d'arte!*

**D**i ecovillaggi ne parliamo tra noi già da molto tempo, riuniti come un gruppo carbonaro nelle uggiose serate di molti anni fa, con Pier Luigi, Alberto e i due Davide a riversare idee e sogni in appunti credibili o completamente deliranti. Realizzare un ecovillaggio non era una priorità né una possibilità concreta, a quei tempi, eppure lo scenario aleggiava nelle nostre menti febbrili e tentava i cuori appassionati. Nel frattempo a Varese Ligu-

*"Un laboratorio umano di ricerca e sperimentazione i cui membri pensano e dimostrano che un mondo diverso è possibile da subito".*

re è cresciuta Monte Carmel, che non è un ecovillaggio ma potrebbe sempre diventarlo e intorno a noi la situazione si è anch'essa evoluta, all'estero e incredibilmente anche in Italia. Le principali realtà esistenti sono sopravvissute e hanno prosperato, come Damanhur in Piemonte, e molti piccoli nuovi insediamenti stanno sorgendo come un'alba su un mondo nuovo, per quanto spesso non si tratti di veri e propri ecovillaggi quanto piuttosto di strutture agrituristiche, gestite in comune da gruppi di 20-30 persone al massimo.

In cosa consiste allora un ecovillaggio? La definizione data da Wikipedia è "un tipo di comunità basata esplicitamente sulla sostenibilità ambientale. I principi di questo tipo di comunità, secondo David Holmgren (che ne è uno dei maggiori teorici), sono i seguenti: adesione volonta-

ria dei partecipanti e condivisione dei principi fondanti; nuclei abitativi progettati per ridurre al minimo l'impatto ambientale; uso di energie rinnovabili; autosufficienza alimentare basata su permacultura o altre forme di agricoltura biologica. Le realtà degli ecovillaggi intendono dar vita a nuove forme di convivenza, tali da rispondere all'attuale disgregazione del tessuto familiare, culturale e sociale della condizione postmoderna e globalizzata. L'ecovillaggio costituisce un laboratorio di ricerca e sperimentazione verso stili di vita alternativi all'attuale modello socio-economico".

Il RIVE<sup>1</sup> (Rete Italiana Villaggi Ecologici) dà ancora questa definizione di ecovillaggio: "un laboratorio umano di ricerca e sperimentazione i cui membri pensano e dimostrano che un mondo diverso è possibile da subito". A differenza della «comunità», di dimensioni più ridotte, l'ecovillaggio tende al massimo dell'autosufficienza, in modo da soddisfare il più possibile al suo interno ogni

<sup>1</sup> La Rete italiana dei villaggi ecologici (Rive) è nata nel dicembre 1996 ad Alessano (Lecce), in occasione del convegno "Ecovillaggi: una soluzione per il futuro del pianeta?" organizzata dall'Amministrazione Comunale di Alessano e dal Centro Studi Cosmòs di Milano. Alle reti italiane degli ecovillaggi appartengono esperienze comunitarie molto differenti tra loro per orientamento filosofico e organizzazione, ma tutte comunque ispirate a un modello di vita sostenibile dal punto di vista ecologico, spirituale, socioculturale ed economico, intendendo per sostenibilità l'attitudine di un gruppo umano a soddisfare i propri bisogni senza ridurre, ma anzi migliorando, le prospettive delle generazioni future. [www.mappaecovillaggi.it](http://www.mappaecovillaggi.it)





esigenza dei suoi membri (lavoro, svago, espressione di sé, educazione, bisogni affettivi...). In questo senso, l'ecovillaggio si presta a costituirsi come un modello sostenibile, sul piano economico, sociale ed ecologico (uso di energie rinnovabili e tecnologie appropriate, difesa dell'ambiente e dell'economia locale...).

Anarcopedia (<http://ita.anarcopedia.org>) da' anch'essa una breve ma eloquente illustrazione di cosa sia un ecovillaggio: "Gli ecovillaggi sono delle comunità intenzionali progettate per essere economicamente, socialmente ed ecologicamente sostenibili. Di solito mirano ad avere una popolazione di 50-100 persone perché questa è la

*La vita ha un potenziale immenso, sta ad ognuno di noi renderla un atto creativo. Tutto, anche il minimo gesto quotidiano, ha la potenzialità di un'opera d'arte: è l'intento che fa la differenza.*

dimensione normale della rete sociale di un individuo secondo alcuni studi [Hill & Dunbar, 2002]. Anche agglomerati più grandi, fino a 2000 persone, sono occasionalmente descritti come ecovillaggi. I membri dell'ecovillaggio sono uniti da valori ecologici, sociali o spirituali condivisi (vedi comunità intenzionale). Un ecovillaggio è spesso composto da persone che hanno scelto un'alternativa a sistemi centralizzati di distribuzione dell'energia o dell'acqua. Molti vedono il dissolvimento delle forme tradizionali di comunità, gli stili di vita consumistici, la distruzione degli habitat naturali, l'allargamento delle zone urbane, l'agricoltura meccanizzata e la dipendenza

eccessiva dai combustibili fossili, come degli andamenti che devono essere cambiati per allontanare il disastro ecologico. Propongono quindi come alternativa comunità di piccola scala con impatto ecologico minimo. Talvolta, comunque, queste comunità cooperano con villaggi organizzandosi in reti (vedi Global Ecovillage Network). Questo modello d'azione collettiva è simile a quello di Ten Thousand Villages, che appoggia il commercio equo dei prodotti nel mondo".

Riportiamo anche due testi tra i moltissimi interessanti sull'argomento, come spunto iniziale di approfondimento: Diana Leaf Christian, 'Creating a Life Together: Practical Tools to Grow Ecovillages and Intentional Communities'. New Society Publishers, 2003. Manuel Olivares. 'Comuni, Comunità, Ecovillaggi. In Italia, in Europa, nel mondo'. Edizioni AAM Terra Nuova e Maltempora, 2007.

*"Il bello e' la' dove si vede il lavoro della mente, dell'animo e delle mani, dove i sensi si muovono, dove si avvertono dei riferimenti profondi"*  
(Giovanna Franco-Repellini)

La vita ha un potenziale immenso, sta ad ognuno di noi renderla un atto creativo. Tutto, anche il minimo gesto quotidiano, ha la potenzialità di un'opera d'arte: è l'intento che fa la differenza.

Cercare il bello dentro di noi e dargli corpo è la vera sfida del ventesimo secolo. Il bello sta diventando sempre di più una rarità, in città il grigio predomina la nostra vista e cattivi odori stimolano di continuo il nostro senso più primordiale: l'olfatto. Vedere il bello stimola le menti,



quindi è pericoloso e forse qualcuno ha pensato bene di riempire le nostre città di brutture, che inducono l'individuo a pensare che il brutto sia la normalità: "sei nato per soffrire, amico mio, arrenditi perché il mondo va così e non si può cambiare, ma se sopporti senza far rumore vedrai che ti attende un futuro meraviglioso".

Pian piano ci hanno rinchiuso in appartamenti sempre più anonimi, dove dovremmo costruire il nostro tempio di felicità, crescere i nostri figli e condividere i nostri spazi con amici e parenti.

Amici che vedi sempre più di rado, perché spesso abitano dall'altra parte della città e il tempo è sempre poco. Tutto questo e tanto altro chiude le nostre vite e le rende aride di conoscenza, che esiste solo se condivisa.

Un detto del Corano dice: "ciò che trattiene muore, ciò che doni è eterno". La bellezza e la condivisione sono un corpo unico, cercare il bello fine a se stesso è solo un gioco dell'intelletto che non porta ad un salto evolutivo. Per questo immaginiamo un nuovo modo di vivere e condividere: l'ecovillaggio è un'ottima risposta alle esigenze di esseri umani nati per esprimere il massimo potenziale.

Ecco l'ecovillaggio che vorremmo: una collina verde protetta da montagne, piccole case colorate e morbide con tetti alla Gaudi, ampie sale comuni dove mangiare, pregare, ballare, creare e giocare. Figli che crescono assieme ad altri bambini, che giocano tutto il giorno in piena libertà, mentre gli adulti cooperano per la crescita dei propri cuccioli (il futuro dipende da loro). Un amico si occupa dell'agricoltura, un altro della cucina, del resto i ruoli sono destinati a cambiare, nessuna figura è fissa: benvenuta impermanenza!

Vediamo donne e uomini durante il rito della raccolta, sen-

tiamo le nostre canzoni, il profumo della natura, il bello pervade la nostra essenza e siamo felici perché qui possiamo essere noi stessi. Vediamo anziani passeggiare nel bosco circostante e parlare fra loro, per poi giocare con i più piccoli e raccontar loro storie di vita. Vediamo giovani adolescenti vivere insieme poco distanti dagli adulti, autogestiscono il proprio luogo e creano la loro realtà.

Alcuni di voi osserveranno che questa è pura utopia: dove li mettiamo i conflitti che di certo appariranno? La cosa importante è sapere che ci saranno, che è normale e fa parte del gioco: per questo motivo ci saranno figure nell'ambito del villaggio a cui chiedere aiuto.

*L'ecovillaggio è un'ottima risposta alle esigenze di esseri umani nati per esprimere il massimo potenziale.*

Questa è la realtà che vorremmo creare, quindi se è vero quello che Albert Einstein disse: "l'immaginazione è tutto; è l'anteprima delle attrazioni che la vita ci riserva", possiamo ritenere di essere già ad un buon punto! Basta crederci veramente e fare il possibile affinché ciò si realizzi.

L'ecovillaggio è l'opportunità più concreta per darci la possibilità di sperimentare il nostro io al di là di noi stessi, di essere altro rispetto a quello che sappiamo di noi stessi, liberi di Essere, perché in un ecovillaggio essere disposti al cambiamento è la parola d'ordine.

Noi vogliamo una vita così e tu?

# ETÀ EVOLUTIVA E TRANSPERSONALE: CAMBIAMENTI SOCIALI E NUOVI RITI

di Cinzia Nardelli

**N**ell'esperienza clinica si riscontra quanto le segnalazioni di disagi e la comparsa di sintomi in età evolutiva, coincidano spesso con un CAMBIAMENTO ed una FASE DI PASSAGGIO.

Durante l'anamnesi e la consultazione con un minore ed i suoi genitori, ho avuto spesso la sensazione che in qualche fase di passaggio (ingresso alle scuole medie e pubertà, morte di un nonno/a, separazione dei genitori, ecc.) qualcosa fosse rimasto lì, intrappolato, come un lutto non elaborato...e che venisse testimoniato nel presente dal sintomo o dal disagio che li ha mossi fino a me, con la voce dell'urgenza e della preoccupazione.

In un'ottica TRANSPERSONALE, il sintomo porta con sé il bisogno di essere incontrato (nel senso di conosciuto e ascoltato); in quel punto sono rimasti intrappolati "pezzi di anima", emozioni bloccate che esprimendosi nel corpo e attraverso il corpo o con comportamenti considerati inadeguati o comunque insoliti, lasciano tutti interdetti, per primo il minore stesso.

Il blocco, il limite, il problema comportamentale possono essere accolti con un atteggiamento di compassione, che rimette in contatto con quelle "parti di anima bloccata" per riportare l'armonia e la fluidità nel sistema individuo (corpo, mente, anima) e nel sistema famiglia.

Con gli occhi del paradigma TRANSPERSONALE, sappiamo riconoscere che il bambino è per eccellenza l'esempio di connessione integrale tra tutti i suoi livelli: fisico, emotivo, energetico, mentale e spirituale-transpersonale. Quando guarda una farfalla o un aeroplano nel cielo e grida con entusiasmo "guarda!!!", esprime i suoi bisogni attraverso il corpo e dice ciò che sente, lasciando che le sue parole sgorghino dal cuore e dall'anima. Tutti ne sia-

mo stati testimoni, lo potremmo definire naturale, cioè qualcosa che ci richiama alle forze della Natura e quindi Transpersonale.

Qualunque interruzione di questo processo di fluidità e di naturale connessione con l'Universo, lo possiamo chiamare blocco, conflitto, ma dobbiamo il più possibile evitare di chiudere un minore in un quadro diagnostico, di far addormentare la sua anima, di non permettergli, tanto più in età evolutiva, di mostrare tutte le altre parti di sé, la sua ricchezza e la sua vera natura.

Bambini e ragazzi sono per natura esposti a moltissimi cambiamenti (si chiama infatti 'età evolutiva') a vari livelli (mente, corpo, emozioni, contesti di riferimento); oggi influiscono anche cambiamenti di tipo sociale, che non sempre vengono armonizzati a livello educativo e che diventano FATTORI DI RISCHIO per la diagnosi.

*Dobbiamo il più possibile evitare di chiudere un minore in un quadro diagnostico, di far addormentare la sua anima.*

La campagna pro-ADHD (deficit di attenzione e sindrome da iperattività-dall'acronimo inglese: Attention Deficit and Hyperactivity Disorder) o pro-depressione (campagna solo agli inizi in Italia, ma già devastante negli Stati Uniti) prepara il terreno al mercato di relativi psicofarmaci.

Siamo chiamati a contrastare tutto ciò che addormenta le anime, che meccanicizza e incasella le menti e i comportamenti, tanto più quando l'attacco riguarda il mondo dell'infanzia. I minori di oggi rappresentano le forze del





futuro, quelle che più di tutte potranno dare un domani una soluzione ai problemi del tempo in cui viviamo. Lottica lineare, la mente duale, il paradigma scientifico-occidentale a volte corre il più grande dei rischi, impacchettando il minore in una DIAGNOSI, somministrandogli PSICOFARMACI, incasellando in modo anacronistico i comportamenti dei giovani. L'esigenza di fare frequenti diagnosi (bullismo, ipercinesia, disturbi dell'apprendimento, ADHD, DEPRESSIONE

*Lottica lineare, la mente duale, il paradigma scientifico-occidentale a volte corre il più grande dei rischi, impacchettando il minore in una DIAGNOSI, somministrandogli PSICOFARMACI, incasellando in modo anacronistico i comportamenti dei giovani.*

etc.), di separare e decodificare può avere effetti molto pericolosi: dal famoso effetto pigmalione, alla profezia che si autoadempie, all'abuso iatrogeno delle diagnosi e a tutti gli effetti e le conseguenze dell'uso degli psicofarmaci in età evolutiva. Grande operazione di contrasto è la campagna di sensibilizzazione nazionale (Non etichettare tuo figlio, ascoltalò) portata avanti da "Giù le mani dai bambini" ([www.giulemanidaibambini.org](http://www.giulemanidaibambini.org)). C'è bisogno di una Educazione Transpersonale, di un continuo sforzo a trascendere la mente duale e a varcare tutte le soglie e i limiti (a partire dalla mancanza totale di risorse e finanziamenti, dalla forte crisi e malessere del contesto scuola e famiglia) per offrire nuovi model-

li nei contesti educativi, per sostenere i minori quanto i loro genitori e insegnanti, nel rimettersi in contatto con la Sorgente, con le forze archetipiche della vita. La prevenzione transpersonale del sintomo e del disagio in età evolutiva è particolarmente importante nelle grandi fasi di passaggio e intende anche riconoscere l'impegno e lo sforzo che la crescita comporta per riadattarsi da una situazione ad un'altra; l'intento è quello di accompagnare la crescita con un contesto educativo che favorisca il contatto con la fluidità, attraverso nuovi RITI che consentano di elaborare il cambiamento in gruppo (pensiamo al limite della soppressione degli esami di V elementare, alla perdita della famiglia allargata, del cortile). Fare prevenzione significa creare FATTORI DI PROTEZIONE, per favorire e sostenere la naturale capacità di attingere alle Forze che, come in natura, sono dentro di noi e ancor più nel bambino. Il bambino, se sappiamo Ascoltarlo è il nostro più grande MAESTRO, anche con i suoi sintomi e disagi che ci danno qualche elemento in più per comprendere il grande mistero della vita.

**VACANZE OLISTICHE® ABBRACCIANDOMADRENATURA**  
Una metodologia transpersonale, un approccio educativo con le Forze della Natura, per bambini e ragazzi dagli 8 ai 15 anni

Il percorso di crescita Vacanze olistiche® AbbracciandoMadreNatura, pur ponendosi in una forma ludica e conviviale, ha potenzialità terapeutiche e alte finalità di prevenzione (dalla 'diagnosi', in particolare ADHD, BULLISMO e DEPRESSIONE, a volte troppo facilmente



utilizzata e dell'eventuale conseguente abuso di psicofarmaci) ed è particolarmente rivolto alla fascia d'età 8-15 anni. La fascia d'età dagli 8 ai 15 anni coincide infatti con uno stadio della crescita contraddistinto da molte fasi di

*L'intento è quello di accompagnare la crescita con un contesto educativo che favorisca il contatto con la fluidità.*

passaggio (le trasformazioni fisiche, sessuali, mentali, emotive e relazionali indotte dalla pubertà, ma anche il passaggio dal ciclo delle elementari alle medie, con tutto ciò che comporta) che può necessitare di un particolare ASCOLTO.

**L'ASCOLTO TRANSPERSONALE**  
per la prevenzione e il Ben Essere in età evolutiva  
([www.percorsidicrescita.it](http://www.percorsidicrescita.it))

La prevaricazione di uno stile prepotente, nel caso ad es. del "bullismo" o di altre manifestazioni problematiche legate al cosiddetto ADHD, vengono pian piano trasformate in un lavoro di riconnessione con le Forze della Natura, intese come forze intrinseche di autoguarigione del minore e del suo sistema di riferimento (famiglia e scuola); un viaggio che parte dal contatto con la madre Terra, con l'accettazione di quello che c'è, senza giudizio, senza etichetta diagnostica, ma con la fiducia della capacità di accoglienza e trasformazione; man mano la capacità di mobilitazione dell'Acqua, fa entrare in contatto

con il sentire e la capacità di verbalizzare le emozioni; la leggerezza dell'Aria, consente di sperimentare la propria unicità nella "libertà di essere" pur nella capacità di stare alla regola e a un "dover essere" e, infine, man mano il potere di trasformazione e consapevolezza del Fuoco. Le tecniche utilizzate nei gruppi VACANZE OLISTICHE® vanno dall'animazione teatrale, all'utilizzo di strumenti musicali (chitarra, flauto, piccole percussioni anche auto-costruite), al canto, alla danza, alla lettura di storie e fiabe, al disegno e alla scrittura creativa. Grande valenza terapeutica e di specificità della metodologia, la dà l'utilizzo della pratica del corpo del sogno (specifiche pratiche psicocorporee utilizzate ad hoc per la riconnessione con le Forze della Natura) e del paradigma transpersonale della BIOTRANSENERGETICA.

#### ANNUNCIO

Volontari, Animatori, Educatori, Ospiti in cambio lavoro, verranno selezionati per trascorrere una o più settimane alla Fattoria Monte Carmel, durante i turni estivi di Abbracciandomadrenatura - e per ricevere una formazione con la specifica metodologia dell'Ascolto transpersonale per la prevenzione e il Ben Essere in età evolutiva.

Se sei interessato/a invia il tuo curriculum a [abbracciandomadrenatura@percorsidicrescita.it](mailto:abbracciandomadrenatura@percorsidicrescita.it) e visita il sito [www.percorsidicrescita.it](http://www.percorsidicrescita.it)

# PICCOLI UOMINI, GRANDI DIRITTI

di Maria Teresa Ruocco

L'educazione che offriamo ai piccoli del nostro pianeta è un viaggio, da compiere insieme, attraverso l'amore e la consapevolezza. Come tutti i viaggi, è orientato alla libertà e pure esige la libertà da parte di chi ha l'onore di poter accompagnarsi ad un fanciullo per sostenerlo, condurlo dolcemente ed infine offrirlo alla vita adulta consapevole di sé, con una sana fiducia e audacia.

Insieme a ciò, è importante che il cammino educativo abbia la finalità di portare i più piccoli alla fruizione e consapevolezza del Sommo Bene, dell'Unità e della Fratellanza, in modo tale da favorire, nella futura vita adulta, quel processo di espansione della coscienza verso la matrice spirituale del Sé. Se si desidera che un olivo cresca sano e robusto con i rami e le foglie protese a cogliere il cielo, non si può trascurare di provvedere ad un'amorevole semina.

È così anche per l'educazione. Più doniamo il nostro sostegno, la nostra saggezza, le nostre potenzialità su-

perconscie ai piccini, più costoro crescono consapevoli, felici e uniti dalla coscienza universale in loro e dai suoi archetipi di Verità, Bellezza, Amore. Non è da sottovalutare, tuttavia, l'importanza per ogni "guida" o "Virgilio", di essere egli stesso e per se stesso in contatto con il patrimonio della coscienza universale e intuitiva, egli stesso un viaggiatore illuminato e libero che ha varcato

*Se si desidera che un olivo cresca robusto con i rami e le foglie protese a cogliere il cielo, non si può trascurare di provvedere ad un'amorevole semina.*

la soglia del conosciuto e della coscienza egocentrata. A tal riguardo, i progetti di educazione comunitaria e la prospettiva degli ecovillaggi, rispondono molto bene non solo all'attuale disgregazione del tessuto familiare e culturale ma proprio alla spinta educativa, transpersonale, di andare oltre l'Ego; creano così, attraverso la condivisione della trasmissione della conoscenza, la cooperazione e la non cristallizzazione dei ruoli, un substrato di valori differenti nei più piccoli. Valori che, superando la visione parcellizzata della realtà proposta e spesso imposta dalla cultura occidentale e dall'identificazione coatta con la mente, liberano le potenzialità dell'essere umano e aprono le porte all'Amore Universale proponendo un modello di vita all'insegna della Pace e del Rispetto; modello non più basato sulla competizione, la rivalità, la guerra con il proprio simile, come sembra invece presentarsi oggi agli occhi dei fanciulli. Occhi spesso troppo pieni di sgomento e disincanto.

Come negare che i bambini oggi sono soli, snaturati in polverose metropoli, costretti a crescere in fretta e smarriti tra valori e imperativi sociali che non possono riconoscere come propri? Eppure non dovremmo dimenticare che essi sono per l'umanità una risorsa immensa

in quanto vivono in contatto diretto con l'essenza delle cose, sperimentano un permanente transe di unificazione e attingono inconsapevolmente al patrimonio simbolico e archetipico del Superconscio. Sono quindi molto permeabili all'esperienza del mondo ed al sentimento che ne soggiace.

Tuttavia, i confini delle loro individualità in formazione non sono ancora ben delineati e questo li porta a comunicare ed esperire l'ambiente che li circonda senza l'au-

*Elargite, senza limiti, il sentimento che provate per i vostri bimbi.*

silio e la difesa della dimensione cognitiva. Ovvero senza la possibilità di contenere e contenersi e padroneggiare l'esperienza emotiva. Come direbbe W. Reich, non c'è ancora (per fortuna) lo sviluppo della corazza caratteriale e ciò, se da un lato consente una buona fluidità energetica e relazionale, dall'altro conduce ad un'espressione non controllata e consapevole del Sé dove quest'ultimo affronta completamente "nudo", senza difesa alcuna, gli stimoli, le emozioni, gli eventi. Non dovremmo, quindi, relazionarci ai più piccini senza tener presente che sono angeli, creature straordinarie e delicatissime insieme che vanno protette. E che hanno specifici, imprescindibili, diritti.

Il primo? Quello di vivere l'innocenza. Teniamoli, in virtù di ciò, lontani dai litigi con il partner ed evitiamo del tutto aggressioni verbali e fisiche compresi toni di voce esasperati, gestualità brusca ed improvvisa, minacce di punizione. I bambini vanno tutelati da ogni forma di violenza, sia manifesta che indiretta.

Il secondo diritto è quello di poter vivere la propria vitalità. Non sono pochi i genitori che lamentano un eccessivo desiderio, da parte dei figli, di correre, andare al parco, stare al mare, uscire, giocare, saltare. È contro la naturalezza delle cose immaginare dei piccoli "tranquilli", che vogliono uscire, correre, giocare soltanto quando lo decide la mamma. I piccoli hanno necessità vitale di sperimentarsi e sperimentare. Questa necessità è permanente, connaturata alla dimensione esplorativa, costruttiva, del processo della vita. Stiamo parlando di una dimensione che ha bisogno di trovare espressione, compimento. Piena celebrazione.

Il terzo diritto è quello di scelta. La giovanissima età dei



bimbi ( da due-tre anni in su) non deve portarci a decidere per loro. Mi riferisco a quelle piccole decisioni inerenti le preferenze per i compagni di avventure, i luoghi, i giochi. Nonché ai gusti personali, i colori, i cibi, le forme, gli oggetti preferiti. Questi vanno rispettati, non sono capricci. I figli, attraverso l'affermazione d'una preferenza, si stanno cercando. Come individui. Stanno cercando di capire (e far capire agli adulti) chi sono.

Che dire del quarto diritto? E' di fondamentale importanza. Riguarda il rispetto che dobbiamo ai bambini. Rispetto della loro natura. Dei loro sbagli. Della loro umanità in formazione. Della fragilità che li contraddistingue. Questo vuol dire osservarli con indulgenza ed il cuore riccolmo di comprensione. Senza giudizio. Senza invasione di spazi. Anche i piccini hanno bisogno d'una certa forma di "privacy", per esempio quando stanno giocando, quando sono immersi in qualcosa che li appassiona. Non sentiamoci in dovere di intervenire su ogni cosa. Una volta accertati della sicurezza della situazione e del luogo, regaliamo pure ai fanciulli generose porzioni di libertà. Essi presto ci ringrazieranno.

Non ultimo, mi preme sottolineare il diritto all'amore. Non date mai per scontato l'affetto e l'espressione di questo. Non consideratelo mai sufficiente. Elargite, senza limiti, il sentimento che provate per i vostri bimbi. Non reprimete mai, in nessun caso, abbracci, carezze, baci. Sono queste espressioni fisiche dell'amore (e non i ruoli precostituiti, confezionati, di madre e figlio) che alimentano la loro felicità, sicurezza, autonomia e la fede nel Sommo Bene. È proprio lasciando che i fanciulli si nutrano a sazietà di quest'ultimo, tramite il vostro amore e la vostra saggezza amorevole, che la volontà individuale può seguire la sua naturalezza e trovare, cavalcare, fondersi con i valori e gli archetipi dell'uomo universale.



# CLASSE 2<sup>a</sup> i - INTERVENTO DI BIOTRANSENERGETICA

di Andrea Rilievo

*Racconto di un intervento in una classe dell'Istituto Alberghiero Artusi, di Recoaro Terme, con modalità Biotransenergetica. Lavoro sulla ricerca di senso rispetto al futuro.*

**E**ccoli che arrivano, si sente l'onda prima che varchino la porta. Come l'odore di minestra nei fumetti, il profumo denso delle loro vite fresche entra prima di loro e mi inebria. Entrano, 1, 2, 5, 10, una ventina. Qualcuno mi saluta con preoccupazione, qualcuno con sufficienza, qualcun'altro si ricorda bene di me, e spende teneri sorrisi.

L'inizio è sempre difficile, devo riuscire a colpirli subito senza esagerare. È il momento delle loro individualità, non della mia, vietato darmi un tono insomma, ma non posso confondermi con la massa degli "adulti-rompipalle", altrimenti li ho già persi. Decido, come sempre, di sorridergli, lasciando che il mio amore e la mia voglia di stare con loro parlino per me.

"Sono qui per stare con voi, sono come voi", penso fra me. "Speriamo funzioni"

Il cerchio pare essere una figura geometrica arcaica per gli adolescenti: se gli chiedi di sedersi in cerchio loro sulle prime si dispongono sempre in linea, sul finire si aprono un po' a parabola, ma niente di più, come se l'armonia della rotondità sia già di troppo rispetto alle loro difese, meglio in formazione compatta tutti di fronte a me.

Io li guardo e con gli occhi, con la pancia, vedo e sento tutto il tumulto, il fervore, la fragilità e la purezza della loro condizione: cuccioli di uomo un po' cresciuti, capitati in un mondo che, per necessità e non per cattiveria, ha poco tempo per loro. Con calma riesco a farli sedere in cerchio, i posti vicino a me sono i meno ambiti.

Cerco di spiegargli che sono stato invitato dalla loro professoressa a passare un'ora con loro, che lavorerò parlando poco, ma preferendo un'attività più dinamica, inventata da me, che ho estratto da un corso che frequento e si chiama Biotransenergetica. Non mi dilungo oltre, la cosa non li disturba né li eccita, non sono i contenitori che gli

interessano, di quelli ne hanno fin troppi. Presento Bruna che, seduta in un angolo, ci farà da osservatrice, e, vista l'apertura che sento nell'aria, decido di partire col botto. Chiedo loro di scegliere un colore dal barattolo che faccio girare, di prendere un foglio e cercarsi un posto all'interno dell'aula dove si sentano tranquilli. Siamo in un'aula magna che si presenta come una picco-

*Gli adolescenti conoscono la via più veloce per i piani spirituali: l'anima è giovane, ancora abituata alla dimensione dell'Uno, non ancora corrotta.*

la sala conferenze, ma senza sedie; loro si spargono fra i gradoni vuoti e i banchi dei relatori: qualcuno si stende, qualcun altro si accartocchia su se stesso; chi sta in piedi e si appoggia ricurvo su un tavolo in un angolo, chi imita un politico dietro al microfono.

Tira una buona aria: non sanno cosa devono fare, ma sono disposti a seguirmi.

Occhi chiusi e si comincia il viaggio: chiedo che dimentichino di essere a scuola, in un posto dove sono obbligati a conformarsi alle regole, li invito a pensare ad un weekend con gli amici, con la fidanzata, sento la loro felicità onesta librare nell'aria.

Poi porto la loro attenzione sul loro corpo, prima sul respiro, poi sui piedi-gambe-pancia-spalle, dovunque trovino qualcosa che gli vada di ascoltare; sperando non si giudichino o si spaventino, gli chiedo di concentrarsi sulle parti che sentono strane o poco integrate col resto del corpo.

Nel frattempo, mi accorgo di aver chiuso gli occhi: sono immerso in un'effervescenza incosciente tutta cuore, speranze e pelle viva; l'odore di minestra mi ha avvolto e mi culla. Gli adolescenti conoscono la via più veloce per i piani spirituali: l'anima è giovane, ancora abituata alla dimensione dell'Uno, non ancora corrotta e poco capace di discernere: un germoglio con la tensione forte di sbocciare.



Chiedo loro che disegnino, ad occhi chiusi, il profilo del loro corpo sul foglio, poi aprano gli occhi, lo osservino per un po' e ritornino nel cerchio appoggiandolo a terra di fronte a loro. Guardiamo tutti assieme i disegni di tutti. Un po' ridendo, un po' incuriositi i ragazzi si guardano disegnati e poi dal vivo, si stupiscono di quello che ne è uscito, in un modo sottile si incontrano.

Il lavoro ha creato un clima di distensione: c'è qualcosa di più vero del solito, un campo in cui ognuno si può sentire a suo modo libero, l'essere passati per se stessi gli ha fatti ritrovare e, se pur non se ne rendono conto, ora il gruppo è più saldo. Decido di spiegarglielo e capiscono. Ognuno di loro poi scrive su un post-it che gli ho consegnato cosa vorrebbe fare da grande, lo appiccica a terra in centro alla classe e io cerco di stimolare una discussione. Quello che risulta strano è che nessuno ha scritto una professione affine ai loro studi: nessun cuoco, nessun cameriere di sala, nessun barista. Avvocati, musicisti, opinionisti, calciatori, mamme, quelli sì. Loro si giustificano sostenendo di aver "sognato" qualcosa di irrealizzabile,

*Le energie dei loro desideri escono dal cartellone disteso a terra, si mescolano e portano in alto segnali di presenza e candore.*

più che il loro futuro; capisco che la cosa probabilmente li ha turbati e decido di stimolarli sull'argomento.

«Al di là di quello che vorreste fare vi piace quello che in questa scuola vi insegnano?»

«C'è qualcosa di quello che imparate che vi è utile in qualsiasi aspetto della vostra vita?»

Ancora: «Cosa di voi vi piacerebbe coltivare, far crescere?»

Le risposte, ovviamente, sono rare, confuse, e spesso non ci sono, ma intanto ci pensano e, senza nemmeno troppe ansie e paure, sembrano porsi il problema dentro di loro, scoprendo che hanno libertà di scelta su se stessi.

«Bene!», esordisco, «ora vorrei che rifacessimo il lavo-

ro di prima con il disegno, e una volta finito vorrei che attaccaste il nuovo disegno con vicino il post-it su di un cartellone che metterò al centro dell'aula.»

Questa volta per me è più difficile: il gioco non è più nuovo, la curiosità minore, e mentre siamo ad occhi chiusi aggiungo ancora difficoltà: chiedo loro di immaginarsi fra 30 anni e provare a portare la loro mente fino a là, per poi ri-tracciare il loro profilo sul foglio.

Sento nell'aria la fatica che anch'io provo del riconoscersi, dell'investire su di sé, e mi preoccupa di aver calcolato troppo la mano, di aver preteso troppo.

Quel che ne esce è invece straordinario. A poco a poco prende forma in centro alla sala un cartellone che è un cesto di emozioni e sogni. I disegni sono completamente cambiati dall'inizio, alcuni sembrano più rotondi, altri vogliono balzare fuori dal foglio, uno è completamente bianco e cerca pace, altri ancora hanno tratti e forme decise quasi a pretendere ascolto e il proprio posto.

I ragazzi li guardano e si immaginano, in un attimo dentro di loro costruiscono e disfano il loro futuro, senza soluzione di continuità sento che trovano il coraggio, se pur solo proiettato, di fare la propria parte; le energie dei loro desideri escono dal cartellone disteso a terra, si mescolano e portano in alto segnali di presenza e candore.

Dopo l'ultimo giochino divertente per stemperare i toni, li saluto e li guardo tornare divertiti alla classe. Andandomene in macchina penso e ripenso se tutto ciò abbia avuto un senso, se a qualcosa è servito, se qualcosa ci siamo lasciati; se ciò che ho sentito rimarrà solo nella mia testa e a loro gran poco. Ripenso al cartellone e provo a far pulizia e a isolare qualcosa d'importante che mi comunicava, qualcosa che ha appoggiato nel mio cuore. Una parola, una sola, che me lo significhi.

Poi la trovo e sorrido.

Speranza.

*Andrea Rilievo è al primo anno fuori corso per la specializzazione quadriennale in Biotransenergetica, sede di Schio.*