



CSTG-Newsletter n.49 luglio 10

della learning community del Centro Studi di Terapia della Gestalt

Sommario

<i>Edit</i>	1
<i>Topic</i>	2
<i>Thesis</i>	4
<i>Scuola e dintorni</i>	6
<i>Eventi</i>	6
<i>Testimonianze</i>	7
<i>Segnalazioni</i>	8
<i>Biblio</i>	10
<i>Perls's pearls</i>	11
<i>Risonanze</i>	11
<i>Visti e letti</i>	11
<i>Da giornali e riviste</i>	12
<i>Poesis</i>	15
<i>Witz e Giochi</i>	16



Crete senesi

Edit

Carrissimi

Con questa NL andiamo in vacanza ... ed era ora! Persefone si è degnata di tornare e lo sta facendo alla grande ... e non ci resta che celebrare il fasto di questa abbondanza di fiori e frutti.

In questo numero assegneremo il *topic* ad una sintesi dell'intervento fatto da Maria Luisa Cattaneo sulla **Introduzione alla Clinica transculturale** si tratta di una sintesi ovviamente, rispetto ad un tema davvero vastissimo e che ha anche rappresentato l'occasione della Giornata sulla Ricerca di fine maggio.

Dedicherei invece questo *edit* ad alcune iniziative, già in atto o in programma, collegate alla applicazione clinica del nostro modello formativo:

- **Il Programma "Orthos" sul gioco d'azzardo** patologico ha visto il completamento del XIII modulo presso la sede di Siena ed il primo presso la sede di Milano di cui Giovanna Puntellini, che ne ha garantito il coordinamento, ci offre una sintesi che trovate di seguito. Un'esperienza molto intensa e che ha coinvolto un folto gruppo di colleghi e tirocinanti della Scuola che ringrazio per l'interesse e la passione investita in questo progetto e che, in alcuni casi, comincia a dare anche qualche gratificazione di carattere economico.

- Una revisione dei casi – 120 sino ad ora – viene prevista per il mese di agosto in previsione di **un'aggiornamento della ricerca con la supervisione di Vincenzo Caretti ed Adriano Schimmenti** che molti di voi hanno avuto modo di conoscere. Utilizzare il modello che collega impulsività, compulsione, dissociazione ideoaffective, alestitimia e disregolazione affettiva sembra rappresentare uno schema utile alla applicazione anche in altre aree cliniche per le quali ci stiamo attrezzando

- Sul modello di Orthos sta progredendo il progetto di estendere tale tipologia di intervento ad altre situazioni problematiche. Per testare alcuni protocolli abbiamo pensato di utilizzare questo periodo estivo con riferimento, in particolare, a:

o **"Ansia e panico"** nel periodo 25 luglio (ore 18) – 29 luglio (ore 13,30) con il coordinamento di Rosa Versaci (rosa.versaci@alice.it). Verrà proposto un lavoro mirato e che prevede l'applicazione dell'esperienza clinica raccolta sinora in ambito gestaltico oltre agli approfondimenti teorici provenienti da diversi orientamenti raccolti in occasione del Congresso su Ansia e panico e la cui pubblicazione è prevista per ottobre. Verranno utilizzate tecniche di lavoro psico-corporeo, meditativo ed artistico-immaginario, strumenti di lettura in chiave gestaltica dell'ansia come inibizione dell'*excitment* collegata al blocco del respiro. Verranno affrontate anche le implicazioni di carattere "catastrofico" collegate alla crisi di panico, la mancanza del radicamento nel vissuto corporeo ed i correlati tra inibizione della funzione ad-gressiva e angoscia .

o **"Il corpo e la sua immagine"** nel periodo 22-27 agosto con il coordinamento tecnico di Michela Pirola (micliali@libero.it) e Giovanna Puntellini. Il lavoro residenziale è dedicato in particolare a persone che soffrono del disagio di un sovrappeso corporeo con i ben noti corollari collegati alla immagine corporea e al disagio relazionale a questo collegato. Il Seminario sarà anche l'occasione per concedersi un periodo di



“alleggerimento” dietetico sotto la supervisione di una consulenza professionale in tal senso e che permetta di confrontarsi “in vivo” con i fantasmi collegati alla riduzione dell’apporto calorico. Verranno del pari esplorate le componenti collegate alla aggressività retroflessa, alla componente “orale” della personalità, alla carenza della spinta ad-gressiva in senso gestaltico e al problematico livello di autostima.

- o “**disassuefazione da psicofarmaci**” con il coordinamento di Riccardo Zerbetto. Questo programma è rivolto a persone che assumono abitualmente tranquillanti o antidepressivi e che tendono a dilazionare l’interruzione nella loro assunzione pur valutando ormai non più necessaria la stessa assunzione. Si tratta di forme di dipendenza farmacologica che può avvalersi di un contenitore ambientale e umano che rassicuri la persona rispetto alla evenienza di procedere senza supporto farmacologico. Tale programma prevede il consenso del medico/psichiatra curante ed è riservato a situazioni che non presentano situazioni psichiatriche di rilievo. Viene garantita una consulenza medico-psichiatrica a richiesta.
- Entrambi i seminari sono rivolti a utenti interessati ad affrontare tali problematiche in un contesto che offre contenimento ed insieme determinatezza ad andare a fondo delle proprie “aree di criticità” analogamente a quanto è stato applicato con buoni risultati nell’applicazione del modello al gioco d’azzardo e alle dipendenze.
- I seminari sono anche rivolti a colleghi formati o in formazione che intendano lavorare sugli stessi temi ed acquisire competenze da mettere a frutto in una futura prospettiva di lavoro sulle stesse aree cliniche.
- Al di là di dette iniziative programmate, la sede di Noceto, che negli ultimi tre anni è stata utilizzata per lo svolgimento di moduli d Orthos, verrà messa a disposizione per:
 - o Ospitare allievi o ex-allievi interessati ad un periodo di riposo e di studio (ultimazione della tesi ... o altro)
 - o Persone che possono beneficiare di un periodo di riposo in presenza di un contenitore accogliente che garantisce, con una successione di interventi programmati:
 - o Spazio meditativo e di lavoro corporeo al mattino e di lavoro di gruppo nel pomeriggio-sera. Dalle 11 alle 17 spazio libero (mare, terme, fiume o ... altro) e dopo cena ... estate (compresa la Accademia chigiana), senese, balli e sagre nei dintorni.
- Le foto, alcune delle quali di Cinzia Cominotti che ringrazio, sono prese dalla campagna senese nel

momento che precede la mietitura. Alcune riportano la bella sede di Valter Mader a Varallo che ha ospitato recentemente un lavoro sulle figure genitoriali del corso di counseling psico-corporeo coordinato da Riccardo Sciaky e Alessandra Callegari. Anche la residenza di Valter, che confina con il Sacro Monte, è aperta per giorni di riposo, lavoro corporeo e meditativo per il periodo estivo (vamader@tiscalinet.it).

Buona lettura

Riccardo Zerbetto



Crete senesi

Topic

INTRODUZIONE ALLA CLINICA TRANSCULTURALE

Tratto dall’intervento della **Dott.ssa Maria Luisa Cattaneo** al CSTG nei giorni 28-29 maggio 2010.

Per una versione integrale della sua presentazione, rimandiamo agli allegati disponibili nella sezione riservata agli allievi nel forum del sito CSTG (www.psicoterapia.it/cstg menù Forum)

I FONDATAORI DELL’ETNO-PSICOANALISI

- Georges Devereux (1908-1985) : il metodo complementarista
- Tobie Nathan : il dispositivo grupppale
- M. Rose Moro : adattamento del dispositivo alle problematiche dei bambini e degli adolescenti; il dispositivo a “geometria variabile”

ALCUNI CONCETTI DI BASE DELLA CLINICA TRANSCULTURALE

- Principio dell’universalismo psichico: tutti gli esseri umani sono uguali e hanno uguale dignità



- Non esiste l'uomo "nudo" cioè l'uomo ha come caratteristica universale possedere ed essere posseduto da una cultura
- La cultura come contenitore, come pelle dello psichismo umano. Non può esistere contenuto senza contenitore, non può esistere funzionamento mentale al di fuori di un involucro culturale
- Le culture sono diverse fra loro

GEORGES DEVEREUX E IL METODO COMPLEMENTARISTA

Per comprendere il comportamento umano occorrono necessariamente due registri :

- un registro antropologico
- un registro psicologico

I due registri vanno usati obbligatoriamente ma non simultaneamente

IL METODO COMPLEMENTARISTA PUÒ ESSERE USATO IN CONTESTI DIVERSI:

- intraculturale
- interculturale
- metaculturale

Cultura esterna : è la cultura del gruppo di appartenenza

Cultura interna: è la cultura interiorizzata dall'individuo nella sua crescita attraverso un duplice processo di filiazione e affiliazione

Il quadro culturale interiorizzato, per mantenersi vivo e svolgere la sua funzione di orientare l'individuo nel mondo, ha necessità di mantenere uno scambio incessante con il gruppo di appartenenza

La cultura è intesa come processo dinamico

IL CODICE CULTURALE SECONDO MORO FUNZIONA A DIVERSI LIVELLI:

- dell'essere
- del senso
- del fare

LA RAPPRESENTAZIONE CULTURALE

E' una costruzione complessa che ingloba la cosa, la parola che designa la cosa così come le sue rappresentazioni.

E' difficile tradurla da una lingua all'altra (*Isam Idris*)

MIGRAZIONE

"La **migrazione**, prima di essere un evento sociale iscritto in un particolare contesto storico, è soprattutto un **atto psichico**"

M. R. Moro

Costrizione al cambiamento radicale delle categorie interpretative acquisite dalla cultura di appartenenza.

- mancanza di punti di riferimento socio-culturali
- minaccia alla continuità dei legami identificatori

Chi emigra si trova, così, ad affrontare una sorta di "**doppia assenza**":

- l'assenza del mondo che è stato lasciato
- l'assenza del mondo in cui vive

(*Algini, Lugones, 1999*)

L'emigrazione colpisce i vincoli dell'integrazione

- spaziale
- temporale
- sociale

la rottura di questi vincoli determina **stati di disorganizzazione** che attivano angosce molto primitive

(*Grinberg, Grinberg, 1989*)

L'**evento migratorio** si configura, pertanto, come un evento **potenzialmente traumatico**, che richiede necessarie riorganizzazioni delle capacità difensive e adattive da parte dell'individuo

(*Moro, 1998*)

A causa della rottura che provoca con l'ambiente d'origine, la **migrazione** comporta **indirettamente** anche una **frattura a livello del contesto culturale interiorizzato dal paziente**, dal momento che c'è una corrispondenza tra strutturazione culturale e psichica nell'individuo

TRAUMA MIGRATORIO

Rottura della relazione di continuo scambio fra cultura interiorizzata e culturale esterna

Rottura dell'involucro culturale in cui l'individuo è cresciuto e si è formato

La reazione al trauma migratorio è individuale e dipende da:



- Storia migratoria
- Caratteristiche personali
- Condizioni di vita nel paese d'accoglienza

Il trauma si trasmette da una generazione all'altra

EFFETTI DEL TRAUMA MIGRATORIO

- disorientamento spaziale e temporale
- perdita di autostima
- paura del mondo esterno sconosciuto
- diffidenza verso il mondo
- nostalgia e idealizzazione del mondo d'origine
- malessere generalizzato

POSSIBILI STRATEGIE

- Assimilazione
- Isolamento
- Marginalizzazione
- Integrazione

IL CONCETTO DI SALUTE E MALATTIA

- La medicina occidentale ricerca le cause della malattia
- La medicina tradizionale ricerca il senso della malattia in un mondo a "universi multipli"

PER QUANTO RIGUARDA IL MALESSERE PSICHICO

- La psicologia occidentale colloca "dentro" l'individuo l'origine del malessere
- Le culture tradizionali collocano "fuori" l'origine del malessere

LA POSIZIONE DEI CURANTI

Per adattarsi alla situazione che cambia anche le professioni devono cambiare

L'atteggiamento dei curanti deve essere caratterizzato da:

1 - Decentramento culturale

Per decentramento culturale si intende l'attitudine del curante caratterizzata da:

- consapevolezza che tutti i propri strumenti professionali (le teorie, i metodi, i setting...), sono imbevuti della cultura in cui sono stati concepiti
- consapevolezza che il discorso del paziente ha un senso e una razionalità anche se in quel momento è difficile da comprendere per lui

2 - Consapevolezza del proprio controtransfert culturale

L'alterità suscita angoscia (*Devereux*) da cui il curante si difende attraverso i suoi strumenti professionali e la sua metodologia

Solo se siamo consapevoli dell'aspetto difensivo dei nostri strumenti professionali possiamo fare in modo che esso non diventi prevalente.
(*Dévereux, Dall'angoscia al metodo*)

ATTENZIONE E UTILIZZO DEL PROPRIO CONTROTRANSFERT CULTURALE

Le più comuni reazioni controtransferali rispetto all'alterità culturale sono:

- il rifiuto
- la fascinazione
- l'omologazione



Varallo

Thesis

(Abstract di tesi di specializzazione in psicoterapia e di fine corso di Counseling)

MENTE E CORPO: DIALOGO CON IL SINTOMO
Tesi di specializzazione della dr.ssa Roberta Marenzi

Relatore: Dr.ssa Alessandra Fellin

Questa tesi nasce da due esigenze, una professionale ed una personale, che si sono intercalate e sovrapposte negli anni del mio percorso di formazione



gestaltica: deriva dal bisogno di poter unire le mie competenze mediche e di psicoterapeuta.

Spesso nella mia professione di medico mi trovo a valutare persone che più volte accedono al pronto soccorso, riportando sintomi che non trovano una reale componente organica nonostante le varie e molteplici indagini diagnostiche a cui si sono sottoposti.

Spesso sono sintomi a carico dell'apparato digerente, cefalee, dolori osteoarticolari di diversa origine e natura, ad andamento ricorrente e scarsamente responsivi ai comuni trattamenti farmacologici. Questi sintomi diventano cronici ed invalidanti e il paziente si ritrova a vagare per diversi ospedali, consultando specialisti con diverse competenze, sottoponendosi a terapie con scarso beneficio e riportando sempre la stessa impressione: "Nessuno capisce come mi sento, nessuno riesce a spiegarmi che malattia ho.....".

All'inizio neppure io riuscivo a comprendere queste persone, a volte ero addirittura infastidita dalle loro richieste, complice il senso di impotenza che riuscivano ad evocarmi.

Con l'inizio della scuola di psicoterapia e successivamente frequentando il corso "dialoghi del corpo" ho iniziato a pormi in una modalità diversa, una modalità di ascolto, mirato non solo ad indagare la possibile origine organica ma soprattutto ponendo attenzione a ciò che quel sintomo mi stava dicendo della persona che avevo di fronte, al significato che quel sintomo aveva per quella specifica persona, all'influenza nella sua vita.

Tutto ciò mi ha spinto a leggere e cercare di documentarmi, cercare di capire le origini di quella scissione che prevede che il medico curi il corpo e lo psichiatra –psicoterapeuta la mente, dimenticando che molto spesso, se non sempre, la malattia, il malessere, il sintomo, hanno implicazioni corporee ed emotive che si autoalimentano ed influenzano.

In questa tesi non voglio ricercare una causalità, se la mente crea la malattia nel corpo (la psicosomatica) o se la malattia del corpo riesce a creare disagio psichico, poco importa. Ciò che per me è importante è permettere a quel disagio che si manifesta nel corpo di potersi esprimere, di assumere dignità, di non essere represso, nascosto, mascherato, combattuto, creando così il conflitto che automantiene il sintomo.

Da qui l'idea di utilizzare uno strumento che la scuola stessa mi ha fornito, il dialogo con il sintomo, supportando ciò che emergeva anche con una base più scientifica tratta dalle letture della neurofisiologia delle emozioni di Jerome Liss.

Da qui l'idea di un progetto da realizzare in ospedale. Una sorta di affiancamento agli ambulatori che si occupano di queste patologie croniche. Non si tratta di rinnegare la medicina ufficiale, di sostituirsi alle terapie farmacologiche o alle indagini diagnostiche, ma di offrire uno spazio in cui "il sintomo" possa avere voce e possa essere accolto in ogni sua componente, con la possibilità di offrire una chiave di lettura che sia al contempo del corpo e della mente.

L'ultima parte della tesi è costituita da una sorta di "gioco-sfida-questionario" che ho sottoposto ai miei colleghi medici: una serie di domande per indagare quale fosse il loro pensiero ed atteggiamento rispetto alla dualità mente e corpo e rispetto all'ascolto empatico

della malattia, specie se cronica e non supportata da una vera e propria componente organica. Dalle risposte è emersa la curiosità oltre che la necessità di poter affrontare questi argomenti e da questo l'idea di poter promuovere dei momenti di formazione professionale che trattino queste tematiche.

Con la conclusione della tesi è avvenuto anche un cambiamento nella mia vita professionale: sono riuscita a lasciare un servizio come il pronto soccorso – tutto corpo- per un servizio, il SERT, dove essere medico va ben oltre la parte organica, quindi questo viaggio è stato anche un po' il mio viaggio.

LE RELAZIONI INTIME TESI DI COUNSELING DI CRISTINA BANI Relatore RICCARDO ZERBETTO

Le relazioni intime sono il tema per eccellenza. Quando infatti l'uomo ha risolto le principali questioni legate alla propria sopravvivenza fisica nel mondo, appare evidente la centralità della relazione con l'altro. Ma quando una relazione può considerarsi intima? Quali sono le relazioni intime?

Ciò che caratterizza e discrimina una relazione intima è la possibilità, che essa offre alle persone coinvolte, di esporre la propria anima senza timore. Un'esposizione di anima altrimenti difficile e dolorosa che non si può dare in contesti qualsiasi.

Talvolta queste condizioni si verificano nel rapporto amoroso, oppure nell'amicizia, in famiglia o nella relazione terapeutica.

Secondo Hillman infatti l'anima ha una natura collettiva: "Possiamo rivelarci a noi stessi attraverso un altro, ma non possiamo riuscirci da soli" e ancora "L'opus dell'anima ha bisogno di intimo rapporto, non soltanto per individuarsi ma anche solo per vivere"¹.

Ma qual è lo scopo di una relazione intima? Lo scopo è fare anima². Se riusciamo infatti ad aprire il nostro cuore ad un'altra persona e l'altra persona è in grado di contenerci, allora diventiamo capaci di accettare di più noi stessi, di essere quello che siamo, di guardarci con maggiore compassione. In questo senso allora possiamo allargare la percezione di sé stessi. Ma allargare la percezione di sé significa anche individuarsi, cioè differenziarsi. E la differenziazione non è separazione? Allora si crea intimità per poi separarsi? Tutte le relazioni intime sono dunque destinate a finire?

La vita è divenire, è trasformazione. "Le relazioni che funzionano sono quelle in cui le persone si trasformano, anche dopo tanto tempo"³. Una relazione intima può durare fintantoché ciascuna delle persone coinvolte è disposta ad accogliere, da soggetto, le trasformazioni dell'altro, reciprocamente. E' pertanto una rinegoziazione continua. In questo modo la relazione diventa intersoggettiva e cresce.

S. Weil afferma che amare significa dare realtà all'altro, cioè mostrarsi per come si è, autenticamente e, allo stesso tempo, porsi in ascolto dell'altro, divenendo così suo testimone. Nelle relazioni intime

¹ Da Il mito dell'analisi di J. Hillman

² Hillman

³ Da "Nell'intimità" di H. Kureishi ed. Bompiani



accade dunque **qualcosa di reale**. Questo non può che rimandarci alla **frase di Perls**, "Ogni volta che accade qualcosa di reale, io mi commuovo" che potremmo quindi tradurre in "Ogni volta che accade qualcosa di intimo, io mi commuovo".

Dopo una serie di riflessioni personali, il tema delle relazioni intime viene ulteriormente approfondito attraverso quattro "meditazioni letterarie", cioè quattro esplorazioni condotte con l'ausilio della letteratura che, secondo Husserl e poi Kundera, a partire dall'età moderna (con Cervantes e la nascita del romanzo), ha sostituito la filosofia (il logos) nell'indagine sull'uomo. Lo scrittore riesce infatti a farsi veicolo di un sentire collettivo di cui, probabilmente, è consapevole solo in parte; lavora infatti su un piano immaginale, crea delle metafore, dei simboli che offrono molteplici possibilità di sensi, anche non previsti da lui e riesce ad esprimere realtà nascoste che riguardano la vita dell'uomo e che altri hanno invece teorizzato attraverso un lavoro scientifico. Partendo quindi da immagini-suggestioni di alcuni brani letterari sono state proposte le seguenti "meditazioni letterarie" :

1)**Da un'intimità circoscritta e privata ad un'intimità allargata e condivisa** (G. Parise, Famiglia da I sillabari; J.Steinbeck, Furore), dove il tema dell'allattamento come simbolo di intimità è ricondotto al "mistero dell'allattamento" e al mito di Dioniso il cui aspetto liberatorio, trasferito a livello psicologico permetterebbe l'emancipazione della "femminilità psicologica" tenuta in inferiorità nella nostra cultura.

2)**Esporre la propria anima per dimenticarla** (F.Dostoevskij, La mite) che descrive i meccanismi di una relazione intima disfunzionale, la relazione sadomasochistica fra il tenentario di un banco di pegni e una sedicenne.

3)**Vivere senza le relazioni intime** (T.Mann, Il piccolo signor Friedemann), in cui si mette in luce l'importanza di vivere relazioni intime.

4)**Il regno della duplicità come regno psichico** (A.Schnitzler, Doppio sogno), in cui il tema della dell'intimità e della trasgressione vengono esplorati all'interno delle vicende di una coppia di coniugi. Alla fine della storia ciascun componente diventa più consapevole di se stesso, dell'altro e del fatto che nella relazione non si possa mai ipotecare il futuro.

Nel capitolo successivo si affronta la questione del linguaggio delle relazioni intime a partire dal testo di R. Lee *Il linguaggio segreto dell'intimità* secondo cui il linguaggio delle relazioni intime si gioca sulle due polarità della **vergogna** e dell'**appartenenza**.

Infine nell'ultimo capitolo sono descritti due esercizi terapeutici dedicati alla coppia.

Scuola e dintorni

(a cura di Rosi Tocco: segreteria@cstg.it)

Vi ricordiamo che la segreteria del CSTG farà orario ridotto (dalle 10.00 alle 14.00) nella settimana dal 19 al 23 luglio e chiuderà per la pausa estiva dal 30 luglio al 31 agosto. Buone ferie a tutti.



Varallo

Eventi

Annuncio preliminare del
3° CONVEGNO DELLA S.I.P.G.
SOCIETÀ ITALIANA PSICOTERAPIA GESTALT

**Il Dolore e la Bellezza:
dalla Psicopatologia all'Estetica del Contatto
9-11 Dicembre 2011 - Palermo**

Il Convegno vuole essere uno spazio di incontro e dialogo tra psicoterapeuti e altri professionisti delle relazioni d'aiuto.

Il tema del Convegno nasce dall'esigenza di confrontarci sulla visione gestaltica della psicopatologia, della sofferenza relazionale e dei modi di prevenirla, riconoscerla e prendersene cura.

Ci incontreremo per discutere sulle forme della sofferenza, sui percorsi terapeutici a cui fanno appello, sui criteri intrinseci di salute relazionale, l'estetica del contatto e sul fascino di un incontro che non neghi né plachi la sofferenza, ma ne sostenga la bellezza evolutiva.

Il convegno è strutturato in sessioni plenarie, tavole rotonde, workshops, lectures, dialoghi magistrali e process groups.

Nello spirito della SIPG, si cercherà di favorire lo scambio e l'incontro, oltre che tra professionisti, anche tra persone che nel loro esser-ci iniziano o continuano le loro storie all'interno della comunità gestaltica o che con il loro contributo in campi contigui ne nutrono gli sfondi.



Comitato Organizzativo

Michele Ammirata, Angela Basile, Angela Di Martino, Albino Macaluso, Maria Mione, Marco Lobb, Gianni Francesetti, Silvia Riccamboni, Nunzia Sgadari, Margherita Spagnuolo Lobb.

Comitato Scientifico

(il comitato scientifico si sta costituendo, finora hanno aderito: Gianni Francesetti, Marilena Menditto, Mariano Pizzimenti, Giovanni Salonia, Margherita Spagnuolo Lobb, Riccardo Zerbetto)

Istituti sostenitori

(gli istituti sostenitori stanno dando le loro adesioni, finora hanno aderito: Istituto di Gestalt HCC Italy, Istituto di Gestalt Therapy HCC Kairos, Scuola Gestalt Torino, Società Italiana Gestalt, Centro Studi di Terapia della Gestalt, Istituto di Psicoterapia della Gestalt e Analisi Transazionale)

Per informazioni
congresso2011@sipg.it

La SIPG, fondata nel 1987 come luogo di scambio scientifico ed evoluzione delle frontiere teoriche e metodologiche dell'approccio gestaltico, è membro della FIAP (Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia) ed è l'Associazione che raccoglie gli psicoterapeuti della Gestalt italiani e li rappresenta in quanto National Organisation for Gestalt Therapy presso l'EAGT (European Association for Gestalt Therapy).

Per gli allievi delle scuole ci sarà possibilità di essere ospitati da colleghi.

Prima scadenza per iscrizioni probabilmente gennaio 2011. I costi dovrebbero essere contenuti in 150 euro per allievi alla prima scadenza, ma è necessario che ogni scuola invii almeno 25 iscritti.

Testimonianze

ORTHOS LOMBARDIA

E' partito il 23 maggio il primo modulo lombardo , 21 giorni di residenziale presso la Villa Casavilla a San Pietro all'Olmo, a pochi chilometri da Milano.

Dopo anni di lavoro e tentativi per avere una sovvenzione da parte della Regione Lombardia o da un Ente Pubblico che riconoscesse il Gap (Gioco d'Azzardo Patologico) un problema grave, una dipendenza distruttiva di cui prendersi carico, abbiamo deciso di investire le nostre energie "Orthos" , sulle nostre gambe, e di incominciare del tutto privatamente.

E così è stato...domenica 23 maggio 7 utenti , 6 uomini e una donna dai 20 ai 65 anni, sono arrivati in struttura e hanno cominciato un percorso terapeutico di 21 giorni, e con il nostro aiuto si sono finalmente

"messi in gioco " in qualcosa di costruttivo e non distruttivo: hanno lavorato d'anima, si sono sorretti e appoggiati, hanno rivisitato i loro dolori e i loro vuoti, e hanno anche ripreso a ballare, a leggere, ad innaffiare una piantina fiorita che ognuno di loro ha trovato sul proprio comodino.

Da quindici giorni son tornati a casa, un ritorno per molti duro e scandito da tanta solitudine, li stiamo seguendo sia professionalmente attraverso incontri, sia amorevolmente attraverso messaggi, mail e telefonate, e come sempre speriamo che qualcuno ce la possa davvero fare.

Ringrazio tutti, ma proprio tutti...oltre ovviamente Riccardo Zerbetto...coloro che hanno collaborato in questo progetto milanese, con cura e professionalità, e che hanno creduto in questa difficile avventura.

Voglio lasciare spazio alle parole di un nostro utente che ha scritto una testimonianza e che mi ha chiesto di divulgarla "per far capire davvero cos'è il gioco" : lo faccio con vero piacere con la convinzione che alla fine le loro testimonianze e le loro parole possono essere per noi un vero insegnamento.

Giovanna Puntellini

Caro Gioco quanto mi hai dato.... di G. 40 anni

la giornata è iniziata male...umore pessimo...probabilmente è già iniziata da ieri sera...per carità serata piacevolissima, ma l'avevo organizzata per parlare con una persona importante dei miei problemi di lavoro e proprio lui non è venuto...si è ammalato...si si non fate i maliziosi malattia vera...alla fine serata utile per fare un po' di pubbliche relazioni, ma non si è concretizzata in qualcosa di concreto (scusate il gioco di parole...).....

Per un tipo "concretamente ansioso" come me la mancanza di risultati è veramente devastante..ok...diamo per scontato che sia iniziata da lì la mia giornata noiosa e depressa peggio di una giornata uggiosa (parafrasando Battisti...) ...torniamo alla mia giornata dicevamo iniziata male...

due telefonate noiose...due vere rotture...poi mille dubbi...la chiamo / non la chiamo...lei non c'è è in vacanza all'estero...sia chiaro non è ancora la mia lei...perciò i dubbi sono di più, ma in più c'è anche il fatto che quando sono così sono antipatico a me stesso e ho "paura" che poi la telefonata non "venga bene"...e poi sarebbe più dannoso...poi c'è il lavoro...ovviamente anche quello negativo...o meglio lo stipendio me lo pagano....ma non faccio un emerito ca... (beh ci siamo capiti.....)....e sto aspettando che mi facciano una proposta...ormai sono 6 mesi...e prima ci stavo dentro adesso inizio a mostrare la corda...anche perchè ci sono un po' di soldi che in questo momento mi servirebbero molto....

Ultimi tentativi...magari due chiacchiere in compagnia, mi tirano un po' su...chiamo in fila due miei amici (ovvero quelli che vedo più volentieri...)...et voilà mi danno buca anche loro...così mi trovo alle 20.00 ancora di più annoiato, un po' più depresso con tanti dubbi su di lei...(mi ha risposto ai messaggi...però in questo momento mi servirebbero molte più rassicurazioni...) e senza avere voglia di fare niente



anzi peggio...in questo momento non c'è niente che possa tirarmi su...deve solo passare il tempo...però è noioso...

Capite il quadro? Una vera giornata di m.....

Cosa c'entra tutto questo con il gioco? Niente direte voi e invece il gioco è lì...perché si è vero oggi la tentazione c'era ...perché è lì che si annida il bastardo...si adesso l'ho controllato l'ho gestita la situazione e questo è il primo giorno di merda da quando sono tornato da Orthos...gli altri sono andati bene...e non voglio tornare più lì...indietro nel buio...

Capite adesso il gioco cos'è? Capite perchè dico che il gioco mi ha dato tanto...?

No? Adesso cercherò di spiegarlo meglio...

Il gioco è lì...perchè diventa tuo amico...ti accompagna...il capo ti rompe i coglioni? Al lavoro non ti capiscono...no problem...lui è lì ti fa salire l'adrenalina...ti eccita...ti fa giocare...ti incita dai dai dai che adesso dimostri quanto sei bravo...vinci un sacco di soldi e poi glielo metti in quel posto sorridendo...scommetti (per la maggior parte giocavo alle scommesse sportive...) dai che sei il migliore...ti guardi la partita e godi della tua bravura...sei unico...sei il più forte...

Lei non ti chiama? E chisseneffrega...adesso giochi vinci e ne puoi avere quante ne vuoi di donne ...più belle e più gnocche? Molto più belle molto più gnocche e soprattutto senza tante menate che ha lei...

domani aspetti la risposta per una nuova offerta di lavoro? E chi se ne fotte...oggi giochi vinci e poi domani li chiami ti metti in ferie perchè hai un problema famigliare da risolvere e glielo dici mentre sei al check -in in aeroporto...very very cool...cosa vuoi di più chi ti offre di più?

Nessuno non c'è cosa che a te non piaccia che puoi sostituire con lui il tuo amico gioco...anche perchè lui è sempre lì...non va via mai...anche quando pensi che si sia allontanato che non ti voglia più vedere...errore torna è lì sempre pronto ad aiutarti...non hai soldi? ...non è un problema lui sprema il meglio delle tue meningi e via una soluzione lui la trova sempre e chisseneffrega se consumi il bancomat o la carta di credito...o peggio prendi per il culo i tuoi famigliari o qualche amico...a lui non interessa loro interessi solo tu e ti vuole far star bene...anche perchè poi una volta che vinci sistemi tutto con chi ti sta vicino...e anche loro si scorderanno che li hai presi per il culo...a lui interessi solo tu...perchè lui, il gioco, da vero bastardo qual'è ti fa credere che solo lui ti può far provare adrenalina a mille, emozioni a go-go, la rivincita sul mondo pieno di stronzi che ti hanno fregato e fatto del male...

cattiva compagnia? No lui non è una cattiva compagnia...sono gli altri che non capiscono...gli altri vanno e vengono lui è sempre con te non ti lascia mai...peccato che poi sia egoista e non ammette nessuno nella tua vita al di fuori di sé...ti riempie la testa e vuole essere il solo unico amore che puoi avere...l'unico con cui parlare e confidarti...nessun altro lui vuole te e tu devi volere lui!!

cazzo quanto è difficile lasciarti...mi hai riempito la vita per tanti anni....peccato che mi hai consumato

l'anima...bastardo!!! e allora ti dedico questa e ti lascio...stavolta definitivamente....

*insieme a te non ci sto più...
guardo le nuvole lassù...
ceravo in te-e-e-e
le tenerezze che non ho,
la comprensione che non so
trovare in questo mondo stupido.
Quella persona non sei più,
quella persona non sei tu....*

*Io trascino negli occhi
dei torrenti di acqua chiara
dove io berrò..
io cerco boschi per me
e vallate col sole
più caldo di te...*

(Insieme a te non ci sto più - Caterina Caselli)



Crete senesi

Segnalazioni

ESCE "LA MENTE È LA SECONDA VITA DEL CERVELLO"

ULTIMO LIBRO DI GIANLUIGI MONNIELLO E LAURO QUADRANA.

(DIRE - Notiziario Sanita') Roma, 16 giu. - "La mente e' la seconda vita del cervello". edito da Magi, una visione dei vari punti di dialogo tra neuroscienze e psicoanalisi dell'adolescenza nel momento in cui la scienza compie i primi passi alla ricerca di un linguaggio comune per descrivere la complessita' delle funzioni della mente. Gli autori focalizzano la loro attenzione sullo studio delle basi neurofisiologiche del processo di acquisizione dell'identita' in adolescenza e sul ruolo dello sviluppo relazionale-affettivo, a partire dalla biologia delle emozioni.

La possibilita' di colmare il salto dal corporeo allo psichico richiedera' ancora tempo, ma e' davvero straordinario che l'esperienza psichica cominci a essere spiegata scientificamente.

Le neuroscienze, attraverso lo studio delle relazioni fra strutture e funzioni del cervello, forniscono nuove indicazioni sui complessi meccanismi con cui le esperienze influenzano i nostri processi mentali.



Trasformando l'attività e la natura delle connessioni neuronali, le esperienze plasmano in maniera diretta i circuiti su cui si basano. Comprendere, almeno in parte, il loro impatto sulla mente ci aiuta a capire come il passato continui a influenzare in maniera significativa il presente e le decisioni per il futuro.

da www.psiconline.it:

Ruspini Elisabetta, Luciani Simona

Nuovi genitori

2010, Collana: Le bussole

Pagine: 128 Prezzo: € 10,00 Editore: Carocci

Stefano Passini, Davide Morselli

Psicologia dell'obbedienza e della disobbedienza

2010, Collana: Le bussole

Pagine: 128 Prezzo: € 10,00 Editore: Carocci

Benedetto Loredana, Ingrassia Massimo

Parenting. Psicologia dei legami genitoriali

2010, Collana: Dimensioni della psicologia

Pagine: 204 Prezzo: € 19,00 Editore: Carocci

Aureliano Pacciolla, Francesco Mancini

Cognitivismo esistenziale. Dal significato del sintomo al significato della vita

2010, Collana: Psicoterapie

Pagine: 304 Prezzo: € 36,00 Editore: Franco Angeli

Giuseppe Lavenia

Elementi di psicologia clinica e dinamica.

Manuale per operatori dei servizi sociali e della salute mentale

2010, Collana: Serie di psicologia - Textbook

Pagine: 224 Prezzo: € 27,00 Editore: Franco Angeli

Hackney Charles

Le virtù guerriere

2010, Collana: Saggi

Pagine: 261 Prezzo: € 16,00 Editore: Ponte alle Grazie

Ferrucci Piero

I bambini ci insegnano

2010, Collana: Oscar saggi

Pagine: 155 Prezzo: € 9,00 Editore: Mondadori

De Martini Alberto

Perché gli uomini sono stronzi e le donne rompiscoglioni

2010, Collana: Comefare

Pagine: 150 Prezzo: € 16,00 Editore: Mondadori

Melman Charles

L' uomo senza gravità. Conversazioni con Jean-Pierre Lebrun

2010, Collana: Arcipelago. Ricerche di psicoan. contemp

Pagine: 178 Prezzo: € 16,00 Editore: Mondadori Bruno

De Coro A., Ortu F. (a cura di)

Psicologia dinamica. I modelli teorici a confronto

2010, Collana: Manuali di base

Pagine: 410 Prezzo: € 25,00 Editore: Laterza

Antonio Vita, Domenica Daniele

Diventare nonni è un evento straordinario. Consigli e risposte per vivere al meglio il rapporto con i propri nipoti

2010, Collana: Punti di Vista

Pagine: 128 Prezzo: € 16,00 Editore: Psiconline

Silvio Lenzi, Fabrizio Bercelli

Parlar di sé con un esperto dei sé.

L'elaborazione delle narrative personali: strategie avanzate di terapia cognitiva

2010, Collana: Scienze cognitive e psicoterapia

Pagine: 240 Prezzo: € 24,00 Editore: Eclipsi

Christopher Fairburn

La terapia cognitivo comportamentale dei disturbi dell'alimentazione

2010, Collana: Scienze cognitive e psicoterapia

Pagine: 432 Prezzo: € 36,00 Editore: Eclipsi

Neuman Gary

Tuo marito non vuole che tu legga questo libro.

Le ragioni scientifiche del tradimento

2010, Collana: Varia

Pagine: 227 Prezzo: € 15,90 Editore: Rizzoli

Jean-François Vézina

L'avventura dell'amore. Dall'Amore nascente all'Amore duraturo

2010, Pagine: 176 Prezzo: € 20,00 Editore: Ma. Gi.

Tonino Cantelmi, Maria Beatrice Toro, Massimo Talli

Avatar. Dislocazioni mentali, personalità tecnomediate, derive autistiche e condotte fuori controllo

2010, Pagine: 184 Prezzo: € 16,00 Editore: Ma.Gi.

Chiara C. Santamaria

Quello che le mamme non dicono

2010, Collana: Varia

Pagine: 261 Prezzo: € 16,50 Editore: Rizzoli

Bo Giacomo, Damilano Bo Nadia

Insieme si diventa grandi

2010, Collana: Urta

Pagine: 279 Prezzo: € 15,00 Editore: Apogeo

Passafaro Paola, Carrus Giuseppe, Pirchio Sabine

I bambini e l'ecologia. Aspetti psicologici dell'educazione ambientale

2010, Collana: Dimensioni della psicologia

Pagine: 151 Prezzo: € 16,00 Editore: Carocci

Dionigi Alberto, Gremigni Paola

Psicologia dell'umorismo

2010, Collana: Le bussole

Pagine: 125 Prezzo: € 10,00 Editore: Carocci

Sabrina Bonichini, Ughetta Moscardino

La valutazione psicologica del bambino. Metodi e strumenti per l'età prescolare e scolare



2010, Collana: Manuali universitari
Pagine: 377 Prezzo: € 27,00 Editore: Carocci

Angelo Malinconico (a cura di)
Psicosi e psiconauti. Polifonia per Ofelia
2010, Pagine: 304 Prezzo: 20,00 Editore: Ma.Gi.

Barbara Waterman
**La nascita di una madre. Relazioni di
attaccamento di madri non biologiche**
2010, Pagine: 272 Prezzo: € 20,00 Editore: Ma.Gi.

Gianluigi Monniello, Lauro Quadrana
Neuroscienze e mente adolescente
2010, Pagine: 160 Prezzo: € 16,00 Editore: Ma.Gi.

Lombardi Vallauri Edoardo
Semplificare. Micro-filosofie del quotidiano
2010, Pagine: 212 Prezzo: € 19,50
Editore: Accademia Universa Press

Hendricks Gay
**Cinque desideri. Come una semplice domanda
puo' trasformare i tuoi sogni in realta'**
2010, Collana: Nuove frontiere del pensiero
Pagine: 155 Prezzo: € 10,50 Editore: Il Punto
d'Incontro

Kaysner Karen; Scott Jennifer L.
**Affrontare il tumore femminile. Linee guida per
le coppie e i professionisti della salute**
2010, Collana: Psicologia sociale e psicoterapia della
famiglia
Pagine: 176 Prezzo: € 26,00 Editore: Franco Angeli

Anna Oliva De Cesarei
**Alla ricerca del filo con la vita. Identificazioni
primitive e struttura narcisistica del carattere**
2010, Collana: Le vie della psicoanalisi - Clinica
Pagine: 160 Prezzo: € 19,00 Editore: Franco Angeli

Adele Cavedon, Tiziana Magro
**Dalla separazione all'alienazione parentale.
Come giungere a una valutazione peritale**
Contributi: Lodovico Perulli
2010, Collana: Strumenti per il lavoro psico-sociale ed
educativo
Pagine: 176 Prezzo: € 23,00 Editore: Franco Angeli

Claudio Nutrito
**Lo davo per scontato. Ora non più. Sviluppare
nuove idee mettendo in discussione l'ovvio. Con
50 esercizi**
2010, Collana: Cinquanta minuti - Le guide rapide
d'autoformazione
Pagine: 96 Prezzo: € 14,00 Editore: Franco Angeli

Camerani Chiara
Cannibali. Le pratiche proibite dell'antropofagia
2010, Collana: Le Navi
Pagine: 298 Prezzo: € 22,00 Editore: Castelvechchi



Crete senesi

Biblio

(pubblicazioni, tesi e documentazione)

(a cura di Giusi Carrera: giusi.carrera@gmail.com)

Tesi di counseling al CSTG

Joachim Jung, **Testimonianze intime. La
vergogna: tra isolamento e appartenenza**, 2003-
2005 (Teoria del counseling)

Simona Noli, **La cura delle passioni secondo il
modello stoico nel *De Ira* di Seneca e le passioni
fondamentali secondo la teoria
dell'enneagramma di Claudio Naranjo**, 2004-
2006 (Enneagramma)

Elide Scisci, **L'impiego delle storie di vita, dei
racconti e delle favole nella pratica terapeutica
e nella relazione d'aiuto**, 2004-2006 (Teoria del
counseling)

Massimo Habib, **La tecnica dell'elastico: una
applicazione della teoria dell'indifferenza
creativa di S. Friedländer in un ambito di
counseling gestaltico**, 2004-2006 (Teoria del
counseling)

Mirella Ferrari e M. Paola Pirro, **Il counseling in
carcere**, 2004-2006 (Carcere)

Paola dell'Orto e Emma Iandolo, **La separazione
sentimentale. Il counseling a sostegno di un
percorso di consapevolezza e di crescita**, 2004-
2006 (Medicina)

Giuseppina Carrera, **Focusing e Gestalt: presenza
e vuoto fertile**, 2004-2006 (Teoria della Gestalt)

Giulia Depero, **L'empatia secondo Edith Stein**,
2004-2006 (Teorica)

Alessandro Volpe, **Alessitimia e Gestalt**, 2004-2006
(Teoria della Gestalt)

Francesco Sala, **Finché morte non ci separi?**, 2004-
2006 (Intervento sulla coppia)



Perls's pearls

Citazioni da Perls e non solo
(a cura di Laura Bianchi
laurabm@libero.it)

"Ansia trae commutazione dalla parola latina 'angustia', l'angusto passaggio. L'eccitazione non può fluire liberamente attraverso il collo di bottiglia che porta alla trasformazione. Si può riferire anche alla 'angustia' del torace.

Con questo siamo arrivati all'aspetto fisiologico dell'ansia. L'eccesso di eccitazione mobilitato ha bisogno di una maggiore quantità di ossigeno. Quindi il cuore comincia a correre per procurare più ossigeno, poiché tratteniamo il respiro dell'attesa.

... Nello stato ansioso il respiro è fuori tempo."

"Anxiety derived its connotation from the Latin word 'angustia', the narrow pass. Excitement cannot flow freely through the bottleneck that leads to the transformation. It also refers to the narrowness of the chest.

With this we have arrived at the physiological aspect of anxiety. The mobilized over-excitement needs more oxygen. So the heart begins to race to provide more oxygen, because we hold our breath in expectation.

... The breathing is out of kilter in anxiety."

da *In and out the garbage pail* (trad. It. : *Qui e ora*) di F. Perls

Risonanze

(a cura di Fabio Rizzo: rizzo.f@fastwebnet.it)

Se un giorno si vuole essere una persona, bisogna tenere in onore anche la propria ombra.

F. Nietzsche, *Umano, troppo umano II*, p. 34 (Adelphi, 1981)

L'Ombra è un problema morale che mette alla prova l'intera personalità dell'Io; nessuno infatti può prendere coscienza dell'Ombra senza una notevole applicazione di risolutezza morale. Ciò significa riconoscere come realmente presenti gli aspetti oscuri della personalità: atto che costituisce la base indispensabile di qualsiasi forma di conoscenza di sé, e incontra perciò di solito una notevole resistenza. In quanto la conoscenza di sé costituisce una misura psicoterapeutica, essa comporta spesso un lavoro faticoso che può protrarsi per molto tempo.

C.G. Jung, *Aion*, in *Opere vol. 9***, p. 8 (Bollati Boringhieri, 2002)

La sentenza di Nietzsche, scritta nel 1878, anticipa di una settantina d'anni la riflessione junghiana sul medesimo tema, contenendone in nuce lo svolgimento. E se consideriamo quanto le nostre proiezioni siano atti nevrotici dovuti alla rimozione e alla negazione di ciò che riteniamo spiacevole in noi stessi, direi che entrambi i brani possano fungere da utile rammemorazione.



Cena nel bosco

Visti e letti

L'UOMO CHE VERRÀ DI GIORGIO DIRITTI

"Amo il cinema nel momento in cui c'è un'emozione,
che ti fa uscire dal vincolo della quotidianità
e ti fa sentire l'abbraccio del mondo"
Giorgio Diritti

Solo per sottrazione, dice Giorgio Diritti, si possono raccontare l'orrore, la strage, la carneficina. E lui lo fa con la delicatezza che gli è propria, la sobrietà, senza nulla togliere all'emozione.

Sottrarre vuol dire non cedere mai al narcisismo di una scena, alla stucchevolezza, al compiacimento. Neanche creare una tensione troppo forte, con sequenze che fanno soffrire fin dall'inizio o, quel che è peggio, mettono in atto meccanismi difensivi proporzionali alla crudezza della narrazione. Ricordate il cappottino rosso di Schindler's List?

Giorgio Diritti invece ci racconta la vita Monte Sole, dura, si immagina ancor prima dell'occupazione tedesca; la lotta quotidiana che ora si è fatta più intensa, la chiusura verso il nuovo, ora più forte, se una donna giovane che esce dal paese è immaginata come serva o come puttana dalla stessa madre. Ed è ripetitiva come quella di Chersogno, dove il vento che faceva il suo giro era simbolo del ricongiungimento al punto di partenza, anche quando era sembrato possibile il cambiamento.

Non è una visione idilliaca quella di Marzabotto, come non lo era quella di Chersogno. Realistica, piuttosto, di



un realismo che ci fa aderire fino in fondo ad un mondo così lontano da noi, ma neanche tanto, perché le nostre radici, pur dimenticate, non sono poi così distanti. La vita contadina un po' ci appartiene, anche se non l'abbiamo vissuta: quelle riunioni di famiglia mentre gli adulti raccontano che a noi sono state raccontate; i desideri di fuga verso un altrove quasi mitico (Bologna, Milano e perché no l'America) come mitica era la paga per tutte le ore di lavoro; l'accoglienza del viandante. Ma la vita contadina è anche fatica, analfabetismo, rassegnazione, la pioggia inopportuna che può guastare il raccolto e ora i tedeschi e i partigiani a pretendere il pane.

Tanto che Maya Sansa ha spento il suo splendido sorriso per un' espressione provata ad ogni inquadratura; qui è Lena, una madre che ha perso il suo bambino ed ora ne aspetta un altro, mentre al peso della vita e della gravidanza si aggiunge il dispiacere per la figlia, Martina, che la morte dell'altro ha reso muta.

Lo sguardo di Martina si posa sulle incomprensibili cose degli adulti: gli amori, la guerra, la morte. Osserva e agisce, Martina, liberamente: la sua diversità, oltre la fanciullezza, garantisce indulgenza da parte dei familiari, mentre l'ostinazione a tacere le ha dato un modo più profondo di soffermarsi sugli eventi. Seguendola, anche noi vediamo come si muovono i tedeschi e i partigiani; ascoltando gli uomini e le donne di casa impariamo cos'è la violenza di cui non si può far parola. Martina prova a scriverne in un tema, ma verrà sgridata, quasi schiaffeggiata dalla madre.

Di Martina, di Lena, del padre Armando e di Monte Sole vengono raccontati nove mesi, dalla vigilia di Natale al giorno della strage, il tempo di una gravidanza, l'attesa del fratellino di Martina: solo lui può colmare il lutto che l'ha resa silenziosa; è come se la bimba intuisse quella lezione che noi stentiamo a fare nostra, lo stretto legame tra la vita e la morte. E di morte Martina a soli otto anni ne ha vista e ne vedrà fin troppa.

Può tollerarla, però, perché, come dice Giorgio Diritti, da bambini una rimozione quasi automatica ci protegge; sono troppe le cose che Martina non può capire, non può giustificare. E noi, attraverso i suoi occhi, che sembrano diventare sempre più grandi, riusciamo a vedere un po' con la stessa genuinità, con lo stesso smarrimento e stupore non solo l'insensatezza della guerra, ma il mistero della vita che procede sotto i nostri occhi. Dalla neve di Natale alle prime lucciole, dall'inverno alla primavera all'estate.....ma non ci sarà autunno in questa storia e il ciclo non si ripeterà, il vento non farà il suo giro.

Il racconto dei giorni e delle stagioni, della famiglia allargata e della cascina di Monte Sole rende ancora più atroce l'eccidio; ogni persona preziosa e ogni morte intollerabile. Con le parole di Ungaretti : "Di tanti che mi corrispondevano non è rimasto neppure tanto. Ma nel cuore nessuna croce manca"; perché ogni vita ci è stata resa vicina, quella di ciascun

bambino, di ogni anziano, ogni donna, del prete, degli sfollati illusi di trovare un rifugio sicuro. Anche noi, come Martina, alla fine del film siamo senza parole, con lo stesso struggimento di uno spettatore che ha detto a Giorgio Diritti: "Quando sono uscito dal cinema ho sentito l'odore dell'aria".

Margherita Fratantonio



Varallo

Da giornali e riviste

(a cura di Silvia Ronzani: ronzani.s@tiscali.it)

GIOVANI E DROGA. E' L'AMORE CHE TIENE LONTANO IL VIZIO?

I RISULTATI DI UNA RICERCA AMERICANA.

(DIRE - Notiziario Minori) Roma, 10 giu. - I giovani impegnati in una relazione amorosa hanno un rischio minore di incorrere in problemi di droga ed alcol. A rivelarlo è uno studio apparso sulla rivista Journal of Health and Social Behavior eseguito su un campione di 900 ragazzi giovani a partire dalla prima elementare fino a due anni dopo aver terminato la scuola superiore. Dall'analisi dei ricercatori è emerso che in piena età adolescenziale, ovvero negli anni della scuola superiore, i ragazzi fidanzati tendevano a bere più alcolici e a fare un uso maggiore di droghe rispetto ai ragazzi single. Tale situazione, tuttavia, sembrava ribaltarsi completamente dopo la fine della scuola superiore. Charles Fleming, autore dello studio e ricercatore presso la University of Washington, ha spiegato:

"Essi raggiungevano e superavano i loro coetanei", in riferimento al fatto che, al termine della scuola, i giovani single tendevano a fumare marijuana in percentuale superiore del 40% rispetto ai coetanei fidanzati. Secondo Fleming, essere impegnati in una relazione amorosa renderebbe i giovani più felici e



meno propensi a ricercare lo "sballo" attraverso l'alcol o la droga.

Ma non sempre. I risultati mostrano, infatti, che essere fidanzati con un partner che fa uso di alcol e droghe sembra moltiplicare il rischio di finire vittime di questi vizi.

PRIVAZIONE AFFETTIVA? PUÒ PREDISPORRE ALL'USO DI DROGHE

DAL CONGRESSO DI NEUROSCIENZE DI VERONA.

(DIRE - Notiziario Minori) Roma, 10 giu. -La droga provoca danni allo sviluppo psicosociale dei giovani. E' il messaggio che Gilberto Gerra, rappresentante dell'Unodoc per il dipartimento di salute e prevenzione sulle droghe, lancia dal palco della Gran Guardia durante l'inaugurazione del secondo convegno nazionale sulle neuroscienze che si sta svolgendo in questi giorni a Verona. I bambini cresciuti con privazione affettiva o in contesti familiari critici hanno, da un punto di vista neurologico, una ridotta quantità di recettori della dopamina e della setoronia, condizione che li può predisporre all'uso di droghe e li può rendere vulnerabili alla dipendenza. L'individuazione precoce dei comportamenti a rischio può prevenire l'uso di sostanze stupefacenti e lo sviluppo di dipendenza, attraverso interventi di prevenzione mirati e programmi di sostegno che coinvolgono le famiglie e gli educatori. Per tale ragione è fondamentale promuovere nelle scuole, già in quella primaria, screening psico comportamentali a favore delle famiglie più indigenti. Le neuroscienze, analizzando ed esaminando i meccanismi dello sviluppo e del funzionamento cerebrale, vengono dunque in soccorso a genitori ed educatori ma anche alle istituzioni.

"Possedere queste conoscenze - ha concluso Gerra - è una responsabilità che non possiamo ignorare. Tutti coloro che sono coinvolti nell'educazione dei giovani devono tenere presente che laddove i geni propongono, l'approccio educativo e affettivo dispongono".

PSICOFARMACI, EFFETTI COLLATERALI GRAVI NEGLI ADOLESCENTI

I RISULTATI DI UNO STUDIO DANESE.

(DIRE - Notiziario Minori) Roma, 24 giu. - Gli psicofarmaci, come gli stimolanti, possono essere pericolosi per bambini e adolescenti causando effetti collaterali anche gravi nella popolazione under 17. Quasi un evento farmacologico avverso su dieci in questa fascia d'età è riconducibile proprio a farmaci psicotropi. E' quanto emerge da uno studio pubblicato su BMC Research Notes e condotto da Lise Aagaard e Ebba Holme Hansen, dell'Università di Copenhagen, su 4500 casi di eventi avversi da farmaci di cui ben 429 sono stati ricondotti a psicofarmaci. E' stato rilevato, inoltre, che gli stimolanti sono pericolosi per i neonati se assunti dalle donne in gravidanza.

Oltre la meta' degli effetti avversi di questi medicinali sul bambino appena nato, infatti, sono relativi ad anomalie fetali e sindrome di astinenza dagli psicofarmaci alla nascita. Inoltre, è emerso che il 42% degli eventi avversi era riconducibile a psicostimolanti (come il Ritalin), il 31% ad antidepressivi (come il Prozac), il 24% ad antipsicotici (come l'Haldol).



Varallo

TRISTEZZA, NON TI (RI)CONOSCO di Cesare Peccarisi

Da Il Corriere della Sera del 30 maggio 2010

Chi ne è vittima non se ne rende conto. E nemmeno chi gli è vicino. Usando un fumetto, i ricercatori hanno testato la capacità di vedere il disagio negli altri

Anche una vignetta può insegnare a riconoscere la depressione, soprattutto a chi è giovane e tende a negare il male di vivere. In uno studio appena pubblicato sul Journal of Social Psychiatry dai ricercatori inglesi dell'Università di Bristol diretti da Emily Klineberg, oltre tremila giovani (fra 16 e 24 anni) sono stati sottoposti a un test basato su un fumetto (simile a Charlie Brown, lo scalognato protagonista della famosa striscia di Schultz), per capire quanto fossero preparati e predisposti a individuare i sintomi della depressione e a fornire aiuto a chi ne è colpito. Il personaggio della ricerca inglese si chiama Alex (un nome scelto apposta perché in inglese è sia maschile che femminile e quindi non suscita un giudizio diverso da parte dei partecipanti a seconda del loro sesso) e rappresenta lo stereotipo del depresso, sempre invischiato in situazioni senza via d'uscita che lo portano a vivere i vari aspetti della depressione, dall'isolamento, alla perdita di speranza per il futuro fino al tentato suicidio, che, non riuscendogli mai, lo fa piombare ancora più a fondo nella sua infelicità. E' noto come spesso i depressi non si rendano conto di essere malati, soprattutto se sono giovani: pochi comprendendo la differenza fra la malinconia che tutti possono provare ogni tanto nella vita e l'entità clinica chiamata depressione maggiore. Secondo uno studio australiano del 2008, a negare la malattia sono soprattutto i maschi, mentre le donne la riconoscono più facilmente, anche se poi ciò non si traduce necessariamente in una visita medica. «Riuscire a prendere coscienza del fatto che questa è una malattia come le altre è il primo passo per accettare di farsi aiutare — sottolinea Claudio Mencacci, direttore del dipartimento psichiatrico del Fatebenefratelli di Milano —. Proprio perché i depressi tendono a non cercare aiuto, è importante affinare le nostre capacità di riconoscere questa malattia nel prossimo, così da spingerlo ad andare dal medico: potrebbe succedere alla fidanzata, a un amico, o a un compagno di lavoro... ».



IL TEST - Nel test inglese, i partecipanti messi davanti alle vicissitudini di Alex, dovevano rispondere a tre domande: se fossi Alex penseresti che in te c'è qualcosa che non va? (per indagare la capacità diagnostica); pensi che Alex dovrebbe fare qualcosa? (per indagare la capacità di vedere anche una depressione lieve); pensi che Alex farà davvero qualcosa? (per valutare la propensione ad aiutare il prossimo). Quando i sintomi che Alex mostrava erano gravi, la sua depressione era riconosciuta da poco più della metà (61,4%) dei partecipanti; le più attente erano sempre le donne, più propense anche a suggerire di rivolgersi a un medico. I maschi distinguevano meno facilmente le forme gravi da quelle lievi, facendo di tutte le erbe un fascio. Quando Alex mostrava sintomi di depressione lieve, più maschi (17,1%) che donne (14,4%) davano la colpa a eventi esterni, mentre nelle situazioni di depressione grave sia i maschi che le donne capivano che Alex doveva preoccuparsi di qualcosa che non andava dentro di lui. Infine, nelle risposte libere, formulate oltre i test, i maschi usavano molto più spesso delle donne giudizi stigmatizzanti, del tipo "Alex sta uscendo di testa". Ma se oltre tre quinti dei partecipanti hanno pensato che Alex avrebbe dovuto chiedere aiuto a un medico, solo il 16,4 per cento riteneva che lo avrebbe fatto davvero. «Il gap fra percepire il bisogno d'aiuto di un depresso e sapergli offrire proposte concrete su che cosa fare è clinicamente rilevante — commenta Mencacci — ed è il principale risultato di questo studio, che spiega come anche qualcuno che ci vive accanto possa arrivare ad atti estremi senza che siamo stati capaci di indicargli come evitarlo». È interessante come lo stato socio-economico influenzi il giudizio, soprattutto nei maschi: quelli di estrazione più umile si accorgevano meno di una depressione grave e quando la depressione appariva ancora di grado lieve consigliavano meno spesso di rivolgersi al medico. «Sarebbero i giovani, soprattutto quelli meno abbienti, la popolazione ideale su cui focalizzare gli interventi volti a migliorare la capacità di comprendere la salute mentale, - dice Emily Klineberg — aumentando in loro la consapevolezza sia del proprio benessere psichico sia di quello degli altri componenti del proprio gruppo sociale: il disagio giovanile in ambito scolastico è un esempio di questo campo di applicazione, da sviluppare parallelamente a un'adeguata presa di coscienza degli aiuti disponibili sul territorio che, soprattutto i depressi di questa fascia d'età, sembrano purtroppo ignorare».

LA STRATEGIA DEL SUPER-CONSUMO: CIBI «ARRICCHITI» PER CREARE DIPENDENZA

di Eva Perasso

Da Il Corriere della Sera del 14 giugno 2010

Perché mangiamo troppo? È colpa dell'iperpalatabilità, una nuova e amplificata sensibilità ai gusti arricchiti con sali, zuccheri e grassi da parte dei produttori di cibo

Ingrassiamo anche perché mangiamo troppo, ma la colpa potrebbe non essere tutta e solo nostra. Anzi, probabilmente ingurgitiamo cibi che creano dipendenza perché sono stati manipolati dai produttori e arricchiti con sali, grassi e zuccheri per non farci smettere di volerne. È questa la teoria del professore

di Harvard David Kessler, ex commissario della Food and drug administration statunitense, che a questo argomento ha dedicato un libro («The End of Overeating», non esiste ancora traduzione italiana ma si può acquistare su Amazon).

COME PER LE SIGARETTE – La palatabilità è uno dei fattori che più interessano le società produttrici di alimenti: che si tratti di un formaggio dal gusto strutturato e deciso, o del ripieno delicato della pasta fresca, è l'incontro con il palato del consumatore a decretare il successo o il fallimento di un cibo in fase di vendita. Per questo chimici e ricercatori lavorano per migliorare – e potenziare – l'esperienza di gusto dei propri prodotti. Ma questa tendenza è stata portata all'eccesso, sostiene il professor Kessler, proprio come avvenne con le sigarette «potenziate» con ammoniaca e altri additivi, per aumentare la voglia di fumarne ancora, denuncia che non abbandona i produttori di sigarette dal 2005 in poi. E l'eccesso guida i produttori a ricercare non solo la gioia del gusto, ma quella di un'esperienza innaturale, chiamata da Kessler della «iper-palatabilità».

CIBI ARRICCHITI – Per raggiungere lo scopo vengono utilizzate tecniche diverse. La prima e più comune è quella di «aumentare» gli ingredienti delle pietanze con sali, zuccheri e grassi per renderli più appetibili al palato. La seconda è quella di creare una nuova esperienza di masticazione: se i cibi sono facili da masticare e deglutire, grazie a morbidezza all'incontro con lingua e denti, si avrà voglia di buttar giù velocemente un secondo boccone. Questi accorgimenti stimolerebbero i nostri recettori nervosi esattamente come avviene con l'assunzione degli oppioidi (come la morfina), causando la dipendenza da cibo e a ruota, divenendo possibile causa di sovrappeso. Proprio per combattere questa malattia, l'università di Yale ha creato la Yale Food Addiction Scale, utilizzata dai medici statunitensi soprattutto per il controllo dell'obesità infantile. La scala parte da un questionario e riconosce tra i consumatori quali sono a rischio sovrappeso a causa di una sensibilità maggiore a queste sostanze arricchite e quali no.



Crete senesi



IL BATTERIO DELLO SPORCO CHE FA DIVENTARE PIÙ INTELLIGENTI

di Adriana Bazzi

Da Il Corriere della Sera del 24 maggio 2010

È il «Mycobacterium vaccae», e confermerebbe l'opinione corrente che vivere all'aria aperta fa bene non soltanto alla salute del corpo ma anche quella della mente

Già tre anni fa ci avevano detto che poteva funzionare come antidepressivo (e qualcuno l'ha subito ribattezzato «il Prozac dello sporco»), ma adesso siamo andati oltre: renderebbe una persona addirittura più intelligente. Non è un farmaco: è un batterio, anzi, un micobatterio il cui nome latino, *Mycobacterium vaccae*, fa già capire dove è stato identificato per la prima volta. Appunto negli escrementi delle mucche. Il germe, innocuo, anche se imparentato con i micobatteri che causano la tubercolosi, si trova dappertutto nel suolo e soprattutto nella sporcizia, può essere inalato o ingerito dalle persone soprattutto quando stanno l'aperto, e sta rivelando inaspettate proprietà di stimolo sul cervello.

TROPPI IGIENE - A conferma, forse, di alcune teorie secondo le quali troppa igiene fa male perché non stimola adeguatamente il sistema immunitario e, dal momento che quest'ultimo ha strette relazioni con il cervello, l'igienismo moderno può avere conseguenze negative anche sui neuroni (oltre che provocare un aumento, per esempio, di allergie). L'ultimo studio, presentato all'undicesimo meeting dell'American Society for Microbiology a San Diego, riguarda, per la verità, i topi, ma è stato condotto da un serio gruppo di ricercatori che lavorano al The Sage College di Troy, New York. L'idea di studiare l'effetto di questi batteri sull'apprendimento è nata proprio dalla precedente ricerca sulla depressione. Tre anni fa un gruppo di microbiologi inglesi della Bristol University e dell'University College of London avevano notato che l'esposizione al batterio di un gruppo di pazienti malati di tumore li aveva resi più ottimisti nei confronti della loro situazione.

LA SEROTONINA- A quell'epoca Chris Lowry della Bristol University aveva spiegato questo risultato con il fatto che il micobatterio stimola il sistema immunitario e attiva nel cervello un gruppo di neuroni capaci di produrre serotonina, un ormone che migliora l'umore e riduce l'ansia (certi antidepressivi agiscono proprio aumentando il livello di serotonina nel cervello). «Poiché la serotonina ha un ruolo positivo anche sui processi di apprendimento – ha spiegato Dorothy Matthews a San Diego – abbiamo voluto verificare questo effetto con un esperimento sugli animali». I risultati lo hanno confermato: i topi, cui erano stati somministrati con il cibo batteri vivi, erano più abili a orientarsi in un labirinto rispetto ai topi di controllo. Non solo, ma questa capacità durava nel tempo, anche dopo la sospensione della somministrazione del batterio. Soltanto a tre settimane di distanza l'effetto non era più evidente.

RIDURRE L'ANSIA - «Queste ricerche suggeriscono che il *Mycobacterium vaccae* – ha commentato Matthews – può avere un ruolo nel ridurre l'ansietà e nell'aumentare le capacità di apprendimento. Varrebbe la pena, a questo punto, valutare se inserire, nei

programmi scolastici, attività all'aria aperta, in ambienti dove questo microrganismo è presente, con l'obiettivo di ridurre l'ansia degli allievi e migliorare lo studio».



Varallo

Poesis

l'angolo della poesia e dell'arte

(a cura di Massimo Habib: maxhab@tiscali.it)

Devo liberarmi del tempo e vivere il presente giacché
non esiste altro tempo
che questo meraviglioso istante.

Alda merini

EMPITI DI ME

Empiti di me.
Desiderami, stremami, versami, sacrificami.
Chiedimi. Raccogliami, contienimi, nascondimi.
Voglio esser di qualcuno, voglio esser tuo, è la tua ora.
Sono colui che passò saltando sopra le cose,
il fuggitivo, il dolente.

Ma sento la tua ora,
l'ora in cui la mia vita gocciolerà sulla tua anima,
l'ora delle tenerezze che mai non versai,
l'ora dei silenzi che non hanno parole,
la tua ora, alba di sangue che mi nutri di angosce,
la tua ora, mezzanotte che mi fu solitaria.

Liberami di me. Voglio uscire dalla mia anima.
Io sono ciò che geme, che arde, che soffre.
Io sono ciò che attacca, che ulula, che canta.



No, non voglio esser questo.
Aiutami a rompere queste porte immense.
Con le tue spalle di seta dissepellisci queste àncore.
Così una sera crocifissero il mio dolore.
Liberami di me. Voglio uscire dalla mia anima.

Voglio non aver limiti ed elevarmi verso quell'astro.
Il mio cuore non deve tacere oggi o domani.
Deve partecipare di ciò che tocca,
dev'essere di metalli, di radici, d'ali.
Non posso esser la pietra che s'innalza e non torna,
non posso essere l'ombra che si disfa e passa.

No, non può essere, non può essere.
Allora griderei, piangerei, gemerei.
Non può essere, non può essere.
Chi avrebbe rotto questa vibrazione delle mie ali?
Chi m'avrebbe sterminato? Quale disegno, quale parola?
Non può essere, non può essere, non può essere.

Liberami di me. Voglio uscire dalla mia anima.
Perché tu sei la mia rotta. T'ho forgiata in lotta viva.
Dalla mia lotta oscura contro me stesso, fosti.
Hai da me quell'impronta di avidità non sazia.
Da quando io li guardo i tuoi occhi son più tristi.
Andiamo insieme. Spezziamo questa strada insieme.
Sarò la tua rotta. Passa. Lasciami andare.
Desiderami, stremami, versami, sacrificami.
Fai vacillare le cinte dei miei ultimi limiti.

E che io possa, infine, correre in fuga pazza,
inondando le terre come un fiume terribile,
sciogliendo questi nodi, ah Dio mio, questi nodi,
spezzando,
bruciando,
distruggendo
come una lava pazza ciò che esiste,
correre fuor di me stesso, perdutoamente,
libero di me, furiosamente libero.
Andarmene,
Dio mio,
andarmene!

Pablo Neruda

ATTRAVERSO

Attraverso
Esperienze
Di pura
Realtà
Ogni passo assume
Il sapore interno
Della vita.
Ora puoi parlarmi, pelle
Ora che il motore è acceso
E il suo minimo stabile
Mi porta verso.
Allora sì,
l'onda può sbattere
e il sale infuocare
e la spuma sparire
in altri mondi sconosciuti.
Allora sì,

i colori possono confondersi
e non dire il loro nome
e i cuori esplodere
in canali sotterranei,
fogne lavate
d'amore perduto,
Allora sì,
Tutto può cambiare
Perché in fondo,
dove il vento non è
mai
esistito,
Vicino alla sabbia sotto miliardi di litri
Di liquidi confusi e arresi
L'acqua è ferma
Da sempre
Per sempre.

Massimo Habib

Witz e Giochi per sorridere un po'



RIDERE KOSHER

di VITTORIO ZUCCONI
Repubblica — 16 maggio 2010

Di quante lacrime è inzuppato il sorriso del ghetto, di quante paure è lastricato il sentiero della risata che dall'Europa dei pogrom ha raggiunto e conquistato i palcoscenici di New York, gli studios di Hollywood. Eppure è in quella dolorosa speranza trascinata attraverso l'Atlantico nelle stive fetenti dei vapori, nei termitai umani della Lower East Side di Manhattan il segreto per capire che cosa abbia spinto tre generazioni di immigrati ebrei a diventare comici, a soffrire per far ridere e dunque farsi accettare e amare. Magari soltanto per cercare quella che Henry Bergson, nel proprio saggio sulla risata, chiamava «la passeggera anestesia del cuore». Oggi sembra normale che nell'America che ride, tanti uomini e donne che la intrattengono abbiano nomi ebrei o li nascondano dietro pseudonimi "anglo". Da Woody (Konigsberg) Allen ai fratelli Marx (il loro vero nome), dalla regina dell'umorismo femminile più feroce Joan Rivers (Rosenberg) all'immenso Mel Kaminski, in arte Mel Brooks, nei cento anni trascorsi fra lo sbarco nel 1899 a New York della famiglia di Benjamin Meyer, che divenne il patriarca della comicità kosher



facendosi chiamare Jack Benny, e il trionfo di Jerry Seinfeld, che orgogliosamente usò il proprio cognome come bandiera del suo show (scritto da Larry David, altro ebreo) nel 1998, c'è una storia di risate strazianti. Un viaggio di ansie e di dilemmi culturali e umani che finalmente un incantevole saggio, Riso kosher di Lawrence J. Epstein (titolo originale: *The Haunted Smile, il sorriso tormentato*), tradotto da Sagoma editore, racconta. Fu per primo il New York Times ad avvedersi in una inchiesta del 1979 di questo dato sbalorditivo. In una nazione dove erano appena il tre per cento, gli ebrei erano l'ottanta per cento dei comici in attività, dai clubbini di spogliarello a Chicago agli hotel casinò di Vegas, dal lungomare di Atlantic City agli studi della televisione. Passando per gli alberghi resort dei monti Catskills, quei mega hotel dove un cameriere chiamato Jerry Lewis, nato Levitch, scoprì la propria capacità di far ridere inciampando e rovesciando un vassoio di cibo kosher addosso al rabbino che recitava le preghiere del "Shabbes", del sabato. Rise anche il rabbino. Dipanare la matassa di questo sensazionale successo è impossibile e rischioso, perché tesse ragnatele di luoghi comuni, di generalizzazioni e sotto sotto di razzismo, che alla fine non spiegano come generazioni di uomini e di donne abbiano saputo solleticare il "funny bone", l'osso della risata. Se c'è un filo rosso che lega l'umorismo familiare e affettuoso di un Myron Cohen che sotteva la mamma oculata massaia («andava dal fruttivendolo e chiedeva: quanto vengono due cetrioli? Cinque cent. E uno solo? Tre cent. Bene, mi dia quello da due») alla ribellione autodistruttrice del tormentato Leonard Schneider, Lenny Bruce, primo e unico comico satirico a essere condannato al carcere per scurrilità, questo filo è nella spia di quei nomi d'arte sovrapposti al nome autentico. Il dramma universale dell'immigrato, che si contorce sempre fra i desideri opposti di integrarsi e di mantenere la propria identità, si tende fino a spezzarsi, come nel caso di Lenny Bruce Schneider, morto in rovina per overdose. Il percorso della comicità, la ricerca di quella risata che significa accettazione («semplicemente non si può odiare chi ti fa ridere e questo i comici lo capiscono subito», dice l'italoamericano Jay Leno) offre un surrogato di sicurezza e di calore a chi ben poco ne conobbe. Jackie Mason, nato Jakob Moshe Maza, portava questo calvario dell'identità anche dentro se stesso, in famose satire della psicoanalisi: «Il mio analista mi ha detto che mi farà trovare il vero me stesso. Bravo dottore, e se poi scopro che non mi piaccio lei mi restituisce i soldi?». Lui aveva imparato a calcare la mano sul proprio ebraismo, forzando l'accento yiddish, il tedesco reinventato dalle comunità ebrae nell'Europa Centrale e Orientale, fino a farli diventare parte dell'inglese americano d'ogni giorno. Parole come schlepp, faticare, meshugge, pazerello, schlock, patacca, schmuck, minchione, sono passate dai ghetti di Varsavia ai club di Manhattan. E lo schlemiel, l'inetto, l'eterno perdente, è il personaggio classico della cultura popolare ebraica che Woody Allen ha trasferito nei suoi monologhi e poi nei suoi film. Proprio in uno dei capolavori di Allen Konisberg, Zelig, l'angoscia dell'identità impossibile raggiunse la propria maturità, con l'uomo che è tutto per tutti e dunque nessuno. L'autoironia, l'autoanalisi,

l'autodeprecazione sono state l'arma che ha reso tanti di questi artisti amati e accettabili, come ora sta accadendo con una nuova generazione di comici afroamericani. Nella spietata autocommiserazione («chi non sa fare le cose le insegna, chi non sa insegnare insegna ginnastica, chi non sa fare né insegnare veniva scelto come professore nella mia scuola», recitava Woody) c'era la lama di una satira sociale accettabile e non offensiva soltanto perché a doppio taglio, che ferisce chi la impugna prima di chi la riceve. Ma sempre, anche nei più giovani come Jerry Seinfeld, con il sospetto che sotto la pelle si nasconda la carne viva. In un famoso episodio del dentista che si converte all'ebraismo soltanto per poter raccontare le barzellette sugli ebrei senza passare per antisemita, quando il medico chiede a Seinfeld se le sue battute lo offendessero come ebreo, Jerry risponde asciutto: «No, lei mi offende come comico». Nessuno dei suoi predecessori avrebbe azzardato una risposta che insieme sferza il dentista idiota e rifiuta la suscettibilità etnica e culturale che la barzelletta razzista dovrebbe far scattare. I suoi vecchi, quelli che battevano il circuito delle vacanze con blande prese in giro dei tice delle patologie familiari («il becchino chiama il genero della donna morta e chiede: dobbiamo imbalsamare, cremare o seppellire sua suocera? Faccia tutte e tre, per non correre rischi») o che ripetevano i classici sketch coniugali cercavano l'inoffensività come rifugio. Per le femmine, le regine della comicità kosher, matrioske che portavano e portano dentro di sé la doppia condizione alienante di ebrae e di donne, l'umorismo non poteva che essere ancora più graffiante e cattivo. Joan Rivers, nata Rosenberg, caricatura della vacua signora dello shopping e della vanità ingioiellata, recita con gusto la parte della sguaiata ricca e sfacciata: «In fatto di relazioni sessuali con gli uomini, sono molto selettiva: se non respirano, non li prendo». Mentre Roseanne Barr, rarissima ebrea cresciuta nello Utah dei mormoni, trovò un immenso successo nella parodia della "Jewish mother", della mamma e casalinga bruttina, sovrappeso, ansiosa ma insoddisfatta di fronte a un marito indifferente e assente. «Non ho ancora capito quale sia il mio lavoro - recitò in un episodio della sua serie Roseanne - ma se quando mio marito torna a casa trova tutti i bambini ancora vivi, credo di avere fatto il mio dovere». Non c'era bisogno di essere ebrea, di essersi addestrati alla polemica con il Signore nelle scuole talmudiche, di avere vissuto il cammino della lacrime da Leopoli o Bialystock perché le donne capissero lo humour acre della Barr. Il filo della comicità tessuto da questi artisti è divenuto parte dell'arazzo americano. Il Mel Brooks che si permette di schiaffeggiare la sussiegosa, incestuosa "intelligenza" artistica di Manhattan con il suo meraviglioso *The Producers*, nel quale un'orrenda apologia in forma musical di Hitler conquista il pubblico, si permise di interpretare in una parodia dei western un grande capo Sioux che parlava yiddish stretto e senza sottotitoli. Ma ormai, cento anni dopo la marea umana che si riversò sui pontili di Manhattan, prima che fosse costruita Ellis Island, quando in meno di trent'anni il numero dei residenti ebrei di New York passò da ottantamila nel 1885 a un milione e mezzo nel 1910, anche il riso amaro è divenuto



"mainstream", parte della corrente maestra. Seinfeld è, come già lo era Allen, più il classico nevrotico newyorchese egoista, il Peter Pan della generazione post baby boom, lontano davvero un secolo dai "tenements", dei falansteri dove future stelle come George Burns vivevano rubando la frutta dalle bancarelle e poi rivendendola sottocosto alle loro mamme. I loro padri, fonte di infinito materiale per i monologhi e i copioni, («ci sono tanti comici ebrei perché ci sono stati tanti padri ebrei», scherzava ma non troppo Carl Reiner, il regista) quasi sempre abietti fallimenti come il padre dei Marx, sarto soprannominato "Taglia Sbagliata" perché prendeva tutte le misure a occhio e le sbagliava, sono stati impiegati, funzionari, professionisti come i loro colleghi anglo, italiani, ispanici o irlandesi. Lo yiddish è un ricordo di famiglia, ormai diluito nello slang. Ci sarà certamente una quarta generazione di comici popolarissimi con cognomi ebraici non più mimetizzati, ma faranno ridere perché faranno ridere, perché ci sarà sempre qualcosa, qualcuno da sfottere, per l'orrore degli assolutisti e dei potenti. Ma la lezione di questo secolo di risate amare sarà entrata nel tessuto di una cultura libera e multi-etnica: imparare a ridere con gli altri, non degli altri.

