

CAMMINANDO INSIEME



giugno 2018

CAMMINI INSIEME

AICAT

Davanti alla tomba di San Francesco Padre Danilo e Pope Baburin

sommario

- 3 Editoriale
F. Conforto
- 4 Il Direttore
D. Salezze
- 6 Atti del 26° Congresso di Assisi
"Verso un'Ecologia Integrata"
- 6 Flaviana Conforto
- 9 Michele Sforzina/ Augusta Bianchi
- 12 Paolo Guberti
- 13 Franco Marcomini
- 18 Tiziana Fanucchi
- 22 Valeria Matteucci
- 25 Aniello Baselice
- 28 P. Alexjei Baburin
- 33 Claudio Zorzi
- 35 Pier Maria Pili
- 40 Michele Parisi
- 42 Antonella Tosi
- 43 Contributi
- 48 Lucidi dei gruppi
- 51 Conclusioni del Congresso
- 53 Forum nazionale E.E.C.
- 54 Coordinamento Nazionale
Direttori/Codirettori
- 56 Sperimentazione a Grosseto
Beppe Corlito
- 60 Corsi e settimane
- 69 il Club
- 73 Notizie
- 80 Corsi e convegni
- 82 Libri e riviste
- 83 Vladimir Hudolin
- 84 I Club nel mondo

La farfalla di copertina
è disegnata da Ivan Bidoli

Foto: A. Tobin, Corrispondenti locali

AICAT

Sede operativa:
Via Cave178
35136 Padova
Tel. 366 3625248
e-mail: info@aicat.net
www.aicat.net



Giornale fondato nel 1984
a San Daniele del Friuli

Questo periodico è associato alla
Unione Stampa Periodica Italiana

CAMMINANDO INSIEME

Patrocinato dall'AICAT
Associazione Italiana dei Club
Alcologici Territoriali
N. 2, giugno 2018

Editrice

Camminando Insieme
Associazione per la promozione
dell'Approccio Ecologico Sociale
del Prof. Vladimir Hudolin
Associazione culturale
sede legale: Via Candie 7, 35043 Monselice
sede oper.: Via Libertà 49a, 37038 Soave

Redazione

Via Libertà 49a, 37038 Soave, Vr
Tel. 340 3462619
e-mail: camins@tiscali.it
flaviana.conforto@alice.it

Direttore Responsabile Danilo Salezze
Direttore Onorario Francesco Piani
Direttore Redattore Flaviana Conforto
Responsabile dei rapporti con la redazione territoriale Nicoletta Regonati
Tel: 340 3846581
e-mail: enrico.moreschi@email.it

Segreteria

Maria Tebaldi
Tel. 328 6599354
e-mail: mariteb2010@libero.it

Impaginazione

Flaviana Conforto

Stampa

Mediagraf spa, Noventa Padovana

Quota associativa annua 20 euro da versare su

c/c postale: 1033816487 intestato a
Camminando Insieme. Associazione per
la promozione dell'Approccio Ecologico
Sociale del Prof. Vladimir Hudolin

IBAN: IT69E076011700001033816487

I dati raccolti con l'adesione all'Associazione verranno trattati nel rispetto della Legge, non saranno ceduti a terzi, come da D. L. n. 196/2003 sulla privacy. Autorizzazione trib. Ud. n. 1/90 del 4-1-90

Redazione territoriale con referenti regionali:

Valle d'Aosta Fulvio Jeantet
cell. 335. 5921624
e-mail: arcat.valledaosta@libero.it

Piemonte Pierluigi Bruno
tel. 011 6810567 cell. 347 1612725
e-mail: brunopierluigi@fastwebnet.it

Liguria Annabella Muckermann
tel. 010 382252
e-mail: a. muckermann@libero.it

Lombardia Giorgio Reali
tel. 0372 710955 cell. 335 367552
e-mail: khreal@tin.it

Trentino Remo Mengon
tel. ab. 0461 655927 uff. 0461 883110
e-mail: mengon.remo@cheapnet.it

Alto Adige Johannes Hofmann
tel. 0471 847200
e-mail: alcohol@rainunsozial.org

Veneto Loris Allegro
e-mail: lorisallegro@libero.it

Friuli Venezia Giulia Michele Sforzina
tel. e fax 0432 949222
e-mail: michisfo@gmail.it

Emilia Romagna Roberto Simoni
tel. 338 8529179
e-mail: bob58@hotmail.it

Toscana Giuseppe Interlandi
tel. e fax 057 7959387 cell. 3334646334
e-mail: giuseppeinterlandi@valdelsa.net

Umbria Paolo Pucci
tel. 335 1264455
e-mail: paolo160568@excite.it

Marche Maria Marconi
tel. 338 4745445
e-mail: maria_marconi@libero.it

Molise Angelica Romanelli
tel. 333 8604885
e-mail: arcatmolise@libero.it

Abruzzo Valeria Di Nicola
tel. 338 1290287
e-mail: dnv24inwind.it

Lazio Mirna Zavalloni
tel. 06 9636490 cell. 333 6044667
e-mail: mirnalogo@tiscali.it

Campania Stefania Pirazzo
tel. 348 5709631
e-mail: stefania.pirazzo@gmail.com

Puglia Maria Antonia Papapietro
tel. 347 1354576
e-mail: mapapapietro@unifg.it

Basilicata Michela Iacovino
tel. 328 0065482
e-mail: michelaiacovino@virgilio.it

Calabria Simone Parisod
tel. 0984 936027 cell. 333 4486081
e-mail: siparisio@tin.it

Sicilia Giuseppe La Rocca
tel. 333 4721328
e-mail: gius5653@gmail.com

Sardegna Giuseppe Piseddu
tel. 070 9808536 070 9806247
e-mail: teoremauno@tiscali.it

editoriale

Il Congresso di Assisi è sempre bello, ma a volte lo è di più, come quest'anno in cui abbiamo intrapreso questo viaggio intorno a concetti abbastanza nuovi.

Non terreni sconosciuti, la nostra anima ecologica interessata alla qualità delle relazioni con l'ambiente e con noi stessi, è sempre stata sollecitata ad interrogarsi fin dall'inizio.

Molta parte dei pensieri e delle riflessioni restavano in una condizione di "implicito", nello stesso pensiero del Professore molti concetti non sono stati sviluppati a fondo. Meno male, mi vien da dire, così abbiamo del lavoro da fare.

Per quando riguarda l'anima ecologica, o il cuore ecologico, come ha scritto un gruppo di lavoro al Congresso, con una felice intuizione, stiamo rendendo espliciti pensieri e, di conseguenza, progetti di lavoro nel Club, nella comunità, nella nostra vita.

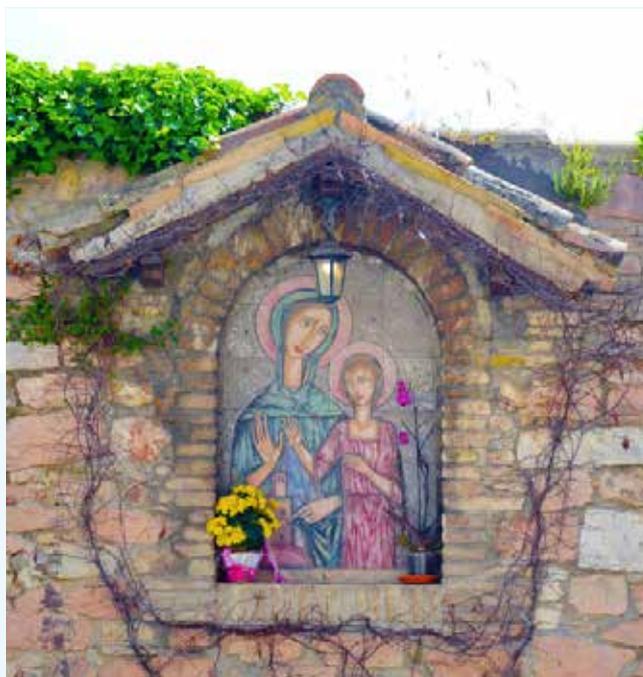
Questo lavoro è iniziato lo scorso anno con i concetti di trascendenza e meditazione, ora continua e si inoltra nell'ecologia integrale che ci porta a familiarizzare anche con gli sviluppi della scienza.

Non sono proprio novità in assoluto, per noi dei Club si tratta di guardare alle conquiste della scienza dall'ottica che ci è propria, ed il fatto sorprendente è che la quotidianità del Club, i suoi riti, le sue abitudini, che per noi potevano sembrare solo regole, (ricordate quante discussioni sulle regole?) rappresentano in realtà il modo del cambiamento del nostro cervello.

Il nostro cervello, che non è solo nella scatola cranica, cambia, sviluppa connessioni nuove e lo fa per tutta la vita, anche se lo abbiamo danneggiato, poco o tanto, sta a noi organizzare un ambiente in cui il cambiamento sia possibile e stare in quell'ambiente con perseveranza.

Tutto questo troverete nelle pagine di questo numero, raccontato dagli amici che hanno portato le loro riflessioni al Congresso.

Ma non solo pensieri e riflessioni, il Congresso ha avuto come sempre i momenti di festa, così importanti per stare bene. A proposito



sembra proprio chiaro ormai che per avere una mente sana sono necessari tanti tipi di tempo (pag.10), ognuno dei quali nutre la nostra mente, tra questi appunto il tempo del gioco.

Il venerdì ed il sabato sera sono tradizionalmente dedicati a questo e ogni anno sono sempre più frequentati, magari al pomeriggio molti, forse un po' troppi, se ne vanno a conoscere Assisi e dintorni, ma alla sera rientrano e si ricostituisce la grande assemblea.

Ad Assisi avvengono cose magiche ed importanti, ad esempio è accaduto che un gruppo ha cambiato il tema di lavoro criticandolo e proponendo una visione alternativa, il tutto in pace, nello spirito di accoglienza ed ascolto.

È accaduto che qualcuno ha rubato, questa è la parola, dei soldi ad Antonella ed è stata avviata una colletta che ha ripristinato la somma mancante.

È accaduto che per la festa del venerdì è stato fatto notare che produciamo troppa plastica, così il prossimo anno utilizzeremo stoviglie biodegradabili, e che si deve organizzare meglio l'accesso alle squisitezze regionali.

È accaduto che signore anziane che camminavano con le stampelle si sono tanto coinvolte da ballare indiovolate senza stampelle.

Ecco, accadono tante cose, la più importante è che si sta bene, ci si impegna per tre giorni a vivere ciò che ci connette, a cercare di far emergere la struttura di fondo umana e culturale che, come caratterizza tutto l'umano, così caratterizza tutto il mondo dei Club.

Poi si torna a casa, qualche guaio relazionale lo troveremo, ma forse abbiamo una possibilità in più per comprendere.

Flaviana Conforto

il Direttore

Ecologia, cioè un cuore attento

Padre Danilo Salezze

Un grande grazie a Flaviana per aver anche quest'anno ordinato ed impaginato gli Atti relativi al nostro recentissimo 26mo Congresso di Assisi, peraltro arricchiti da uno splendido corredo fotografico assicurato dall'amico fedele Adelio. E, in riferimento al nostro "Camminando Insieme", un immenso riconoscente "in bocca al lupo" -nei più lusinghieri significati- a Maurizio Sansoni da sempre convinto ed assiduo promotore della rivista, alla prese in questi giorni con la cura della propria salute.

Doveva essere il Congresso che, dopo venticinque anni di storia, avrebbe segnato una raggiunta maturità, e così credo sia stato.

Ad Assisi si sono succedute in questi ventisei anni generazioni di famiglie e di servitori insegnanti che hanno contribuito, anno dopo anno, a dare forma e contenuto a questo nostro ritrovarci che sempre ci meraviglia per la facilità con cui ogni anno si riedita e si rinnova.

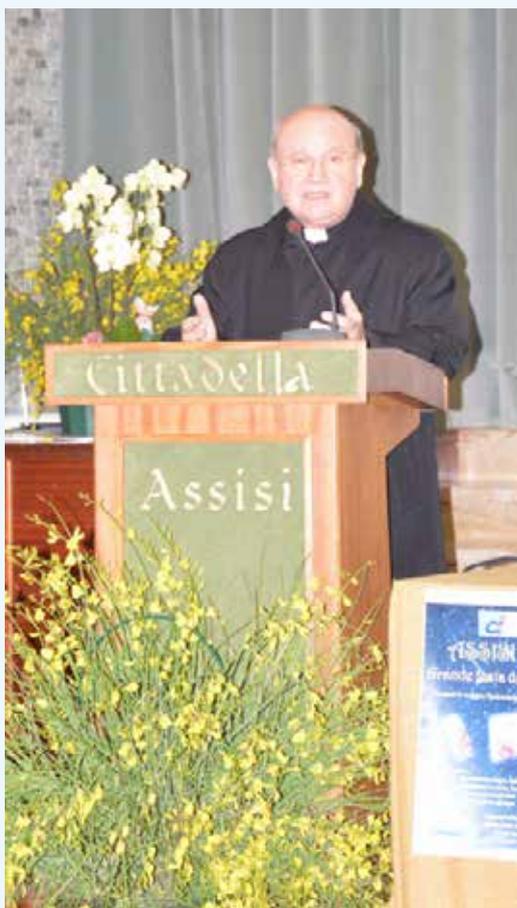
Profondamente radicato nella storia e nella vita del nostro sistema ecologico sociale che si esprime operativamente nei nostri Club (anche di varia denominazione), il momento annuale di Assisi tiene viva la memoria della dimensione spirituale

personale, nonché della spiritualità che diventa cultura umana "buona" nella comunità estesa; entrambe le dimensioni da riconoscere, da proteggere e da sviluppare per il benessere di tutti e di tutto.

Il tema della "Ecologia integrale" di quest'anno non è allora né una deriva semplicemente ecologista, né una disattenzione rispetto ai problemi alcol correlati e complessi che tanto ci stanno a cuore e ci impegnano, ma un colpo d'occhio intenzionalmente aperto ed attento su quanto -ed è veramente tanto!- può concorrere coerentemente alla crescita del bene comune, della armonia tra tutte le componenti del reale quotidiano e, in fondo, della pace.

Di quest'anno vorrei sottolineare un nuovo e diverso protagonismo delle famiglie partecipanti, gli stimolanti interventi nei gruppi (ben partecipati), la novità di alcune parole come "gratuità", "attenzione", "silenzio", "cuore ecologico", ecc.

Vorrei in particolare sottolineare il contributo al tema offertoci da due ospiti, che ci hanno aiutato ad allargare ed approfondire la nostra visuale. Fra Enzo Fortunato, portavoce dei frati di Assisi, ci ha portato a riflettere come abbiamo bisogno di una "con-



versione" ecologica che parta una buona volta dal disinquinamento personale, dalla rinuncia consapevole di quanto ci sporca, ci abbrutisce e poi ci rende negativi ed aggressivi nelle relazioni prossime come in quelle con il resto che ci circonda.

La figura di San Francesco che fra Enzo ci propone è quella del vero "ecologo disarmato" che rilancia continuamente una "ecologia dell'abbraccio", a partire proprio dall'abbandono dell'idea del nemico, nonché della tendenza al libero e sfrenato sfruttamento e depauperamento dell'esistente.

San Francesco comunica anche oggi che per poter costruire un ordine armonico fuori di noi sia necessario abitare un "luogo pulito" che non può che trovare il suo primo spazio dentro noi stessi.

E' chiamata insomma in causa la responsabilità di ognuno, senza la quale possiamo avere al massimo una ecologia moralistica, cioè basata su quello che devono o non devono fare i cosiddetti "altri".

Secondo ospite il vescovo di Assisi Domenico Sorrentino: è la seconda volta che ci viene a trovare e ci sta conoscendo con un certo interesse. Prima di salire al microfono il vescovo si intrattiene con molti partecipanti al congresso, ha modo di "annusare" chi siamo, capire le differenze che ci sono tra il nostro ed altri approcci ai disagi correlati alla dipendenza da alcol.

Poi quando rivolge il suo saluto all'assemblea ci fa una confidenza: la sua diocesi di Assisi-Nocera-Gualdo Tadino, si sta riorganizzando da un punto di vista pastorale/religioso, non più partendo dalle parrocchie in quanto tali, ma dai piccoli gruppi famigliari che qua e là nel territorio si compongono,

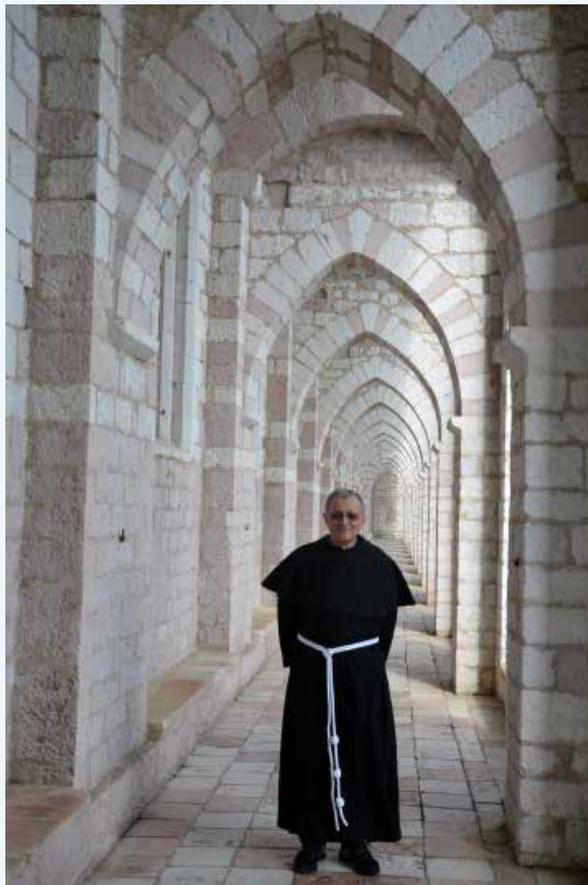
come realtà motrici di una nuova più autentica crescita umana e spirituale, nel sostegno reciproco.

Ed è contento di accostare i nostri rispettivi metodi organizzativi, naturalmente con le peculiarità e finalità rispettive. Contiamo sulla presenza tra noi del vescovo Sorrentino anche nei prossimi congressi, anche per aiutarlo in un'opera di prevenzione che - lo abbiamo avvertito nelle sue parole- sembra essere necessaria anche nella sua terra e tra il suo stesso clero.

Sempre a Sorrentino abbiamo chiesto (interlocutore giusto!) di farsi tramite per una tanto desiderata visita di papa Francesco ad un nostro Congresso: sogno realizzabile? Molti di noi lo sperano.

Per concludere: il 26.mo Congresso si è aperto e si è concluso all'insegna di un magnifico pianoforte posto stabilmente al centro del proscenio, per essere "toccato" con grande maestria dalla carissima

amica Frabrizia in determinati momenti di ascolto guidato, ma anche come simbolo di una nuova armonia che, con leggerezza e responsabilità, vogliamo continuamente costruire e ricostruire dentro e fuori di noi.



XXVI Congresso Nazionale di Spiritualità Antropologica e di Ecologia Sociale

Assisi
11 -13 maggio 2018

XXVI CONGRESSO NAZIONALE
DI SPIRITUALITÀ ANTROPOLOGICA
E DI ECOLOGIA SOCIALE



VERSO
UN'ECOLOGIA INTEGRALE

Assisi, 11 | 12 | 13 maggio 2018

Verso un'Ecologia Integrata

Flaviana Conforto

“Se darò la possibilità almeno a un alcolista di godere con occhi sobri la bellezza del mondo che lo circonda, credo che avrò assolto il mio compito”

Questa frase molto conosciuta del Prof. Hudolin, ci porta dentro il tema di questo Congresso.

La bellezza del mondo che ci circonda è la bellezza della natura, delle persone, del vivere insieme, delle nostre città. Non basta semplicemente guardarla, vederla, l'obiettivo che Hudolin prefigura è godere della bellezza del mondo, e per poterlo fare non si può guardare distrattamente, superficialmente al mondo in cui viviamo ed alla nostra stessa vita, è necessario essere consapevoli del mondo, prestarvi un'attenzione focalizzata, puntuale, imparare a comprenderne i legami, le interconnessioni, gli equilibri e rispettarli.

L'essere consapevoli è una capacità intrinsecamente umana ed emerge se prestiamo attenzione in modo intenzionale, nel momento presente, qui ed ora, e in modo non giudicante al dispiegarsi dell'esperienza momento per momento e ci soffermiamo con la riflessione e la meditazione.

La consapevolezza è anche la via per promuovere e rispettare la differenziazione tra le persone e poi coltivare i collegamenti tra di esse grazie ad una comunicazione basata sulla com-passione e sull'empatia, elementi che sono alla base di relazioni vitali.

Esiste anche una consapevolezza condivisa che potremmo chiamare coscienza collettiva, ed i mutamenti nella coscienza collettiva sono alla base dei cambiamenti nella cultura umana, o spiritualità antropologica.

I cambiamenti culturali si trasmettono attraverso la comunicazione interpersonale ed essa non cambia solo le relazioni ma ha effetto direttamente sul nostro sistema nervoso.

Gli sviluppi della scienza, delle neuroscienze in particolare, ci insegnano come i mutamenti spirituali o culturali che si possono indurre attraverso la consapevolezza, l'attenzione, il non giudizio, non restano “nell'aria” ma diventano nuovi collegamenti nel cervello, nuove strutture cerebrali.

Questo atteggiamento, questo modo di porsi,



mi sembra alla base di un percorso di ecologia integrale che ci porti a riconoscere ed ammirare l'unità strutturale in cui siamo immersi, noi parte integrante di un disegno, della Natura o di Dio, ben più grande di noi, in cui tutte le parti hanno senso ed, interagendo, danno origine ad una danza continua.

È vero però che attualmente molta della bellezza del mondo è a rischio a causa, lo sappiamo bene, dei nostri comportamenti, a causa da una parte della nostra superficialità, e dall'altra della nostra arroganza nello sfruttare gli esseri viventi e non viventi al fine di dominarli, sia in senso fisico che in senso economico.

Lo sfruttamento dissennato della natura è stato vertiginoso negli ultimi due secoli ed ora in molte parti del mondo il sistema della natura, il dio Eco, come lo chiama Bateson, presenta il conto.

Si alzano voci di saggi e di sapienti per dirci di fermarci, di fare attenzione, di cambiare il modo di vivere nel mondo, ma altrettante voci di potenti, e prepotenti, spingono a continuare per una strada devastante.

Questo avviene attraverso la diffusione pervasiva e massiccia di messaggi che costruiscono una cultura in cui tutto è facile, tutto è finalizzato ad una specie di "vita in vacanza" come dice la canzone tanto in voga.

Sembra che, attraverso la scienza, la tecnologia,

l'economia, si possa modellare il mondo, ed in questo modo "ci illudiamo di poter sostituire una bellezza irripetibile e non recuperabile con un'altra creata da noi" (Laudato si'. Pag 29)

Qualche giorno fa è morto Ermanno Olmi, ho visto un pezzetto di una sua vecchia intervista in cui affermava di soffermarsi ogni sera ad ammirare il tramonto del sole, questa esperienza di bellezza, affermava Olmi, ci può portare alla felicità o almeno alle soglie della felicità.

Forse non possiamo fare molto per i macrosistemi inquinati in senso fisico, culturale e spirituale, ma possiamo fare la differenza per i sistemi in cui viviamo e questo è nostro compito e dovere, perché ognuno di noi ha degli obblighi nei confronti della vita comunitaria, come ci ha ricordato Hudolin.

Nei Club abbiamo già fatto la differenza tra la cultura che, tra mille lustrini e blandizie, ci illude che nel bere sia il bello del vivere o che nell'azzardo sia la ricerca della felicità attraverso i soldi, ed abbiamo percorso una lunga strada nella costruzione di una spiritualità antropologica che rimetta al centro, per citare ancora il Professore, l'uomo.

Venticinque anni di lavoro intorno ai concetti di ecologia sociale e spiritualità antropologica sono il patrimonio di idee e comportamenti che ci consentono di intraprendere la maturazione di una vera coscienza ecologica ampia, integrale, "che com-



prenda chiaramente le dimensioni umane e sociali” (Laudato si’. Pag 107) poiché “l’analisi dei problemi ambientali è inseparabile dall’analisi dei contesti umani, famigliari, lavorativi, urbani e dalla relazione di ciascuna persona con sé stessa, che genera un modo di relazionarsi con gli altri e con l’ambiente” (Laudato si’. Pag 110)

La proposta di lavoro nei gruppi parte da qui, siamo invitati a riflettere a cominciare da noi stessi ed allora i gruppi hanno questi temi

Ecologia Integrale come attenzione

- ad ogni istanza di chi ci è più vicino
- al nostro personale equilibrio
- alla complessità delle relazioni comunitarie
- al mondo dello spirito e delle emozioni
- al diritto di tutti alla felicità
- ai bisogni dei soggetti più deboli

C’è bisogno di operare scelte buone, scelte di sosta, di riflessione e di meditazione, tutti coloro che sono qui, chi per la prima volta, chi come un appuntamento ormai ineludibile, e che per tre giorni sostano, hanno fatto una scelta buona per se stessi, per la loro famiglia, per la comunità intera perché hanno trovato il tempo, si sono regalati il tempo dell’interiorità, della consapevolezza, dell’attenzione ai pensieri ed ai legami nutrienti e questo è un tesoro che si potrà spendere e fare in modo che diventi progetto di vita quotidiana.

Come per il Club, che dura un’ora e mezza ma ci cambia per tutto il resto del tempo.

A proposito di coscienza ecologica ampia desidero proporre questo ragionamento di Arunhati Roy:

«Se siete religiosi, ricordate che la bomba nucleare è la sfida dell’uomo a Dio. La sfida è formulata in modo molto semplice: noi abbiamo il potere di distruggere tutto ciò che Tu hai creato.

Se non lo siete, considerate le cose in questo modo: il mondo è vecchio di 4.600 milioni di anni. E potrebbe finire nel giro di un pomeriggio»

Arunhati Roy, Guerra è pace, Ed. Guanda. In Nigrizia, maggio 2017

E, per chiudere, torniamo al Professore:

“Potrebbe sembrare un po’ utopistico che un paio di alcolisti che si trovano in una comunità e che hanno provocato tanti problemi a sé alla famiglia e alla comunità, ora, questa piccola comunità di alcolisti lavori per il salvataggio del pianeta. Io penso che ciò sia possibile, perché loro sono passati attraverso esperienze dolorose e se sono cresciuti e sono maturati (non tutti riescono a farlo), allora possono assumere il ruolo che gli spetta nella promozione e protezione della salute e anche nella prevenzione di una catastrofe di dimensioni più ampie”

Nella speranza che tutti noi riusciamo a crescere, auguro buon Congresso a tutti noi.





Il saluto di un amico

Cari Flavia e Danilo, vi ringrazio ancora per l'invito ad intervenire in occasione del ventiseiesimo Congresso di Assisi. Purtroppo quest'anno non sono in grado di esserci, ma desidero mandare un caloroso saluto a tutti e l'augurio di un incontro sempre all'insegna della pace e della consapevolezza della nostra dimensione spirituale individuale, familiare, comunitaria e universale.

Credo che una visione ed uno stile di vita ecologici, come sono stati concepiti nell'evolversi del nostro approccio, non possano che essere integrali,

sistemici, appartenenti ad ogni dimensione del nostro esistere umano. Nello stesso tempo ritengo si stia parlando di un obiettivo che forse non sarà mai raggiunto in maniera completa, tuttavia abbiamo imparato che ciò che conta è stare nel cammino e vivere un'intenzionalità che non si limiti ai propri bisogni personali o famigliari, ma che comprenda una profonda tensione verso il bene di tutti e del pianeta che ci ospita.

Un abbraccio a tutti e ancora grazie.

Michele Sforzina

Verso un'ecologia integrale Motivi per la meditazione

Augusta Bianchi



Inverno 2018, ore 18.30:
la luna piena dal portico dell'oratorio
di Torre d'Isola,
Club Pavia 2 - Melograno

**la parola meditazione, come la parola
medicina, deriva dal latino
"prendersi cura"**

"mederi" in latino significa infatti "curare,
prendersi cura", "meditari" ne è una forma
rafforzativa, significa "prendersi cura tanto" e poi
in senso più ampio "riflettere, considerare
attentamente qualcosa"

il termine "mindfulness",

(Mindfulness. Essere consapevoli. G. Amadei)

una forma di meditazione oggi proposta
con alcune indicazioni cliniche e di
promozione della salute,
è tradotto con
consapevolezza o presenza mentale

mindful in inglese significa **attento**,
tuttavia il termine di uso comune in
inglese per attento è
"careful": "pieno di cura"

**"L'attenzione è la forma più rara
e più pura della generosità.
A pochissimi spiriti è dato
scoprire che le cose e gli esseri
esistono"**

Simone Weil, 1942, lettera a Joe Bousquet

I "Nutrienti del Menu per una mente sana" secondo il neuroscienziato D. Siegel
(da Mappe per la mente - Guida alla neurobiologia interpersonale)



**l'utilità della meditazione secondo
Vladimir e Visnja Hudolin**

(Corlito, Congresso AICAT PISA, 2012)

"La possibilità di osservare se stessi, di iniziare una meditazione per superare il proprio comportamento"
Visnja Hudolin

"Il lavoro nel Club offre alle famiglie un'opportunità di crescita e maturazione, la possibilità di riguadagnare la gioia di vivere, la riappropriazione del proprio futuro perso nei problemi alcolcorrelati, la possibilità di tendere verso un livello superiore della propria esistenza: un superamento, una trascendenza da se stessi (anche attraverso la meditazione)"
"Una trascendenza da se stessi, che può - io penso - essere aiutata con una meditazione regolare"

Vladimir Hudolin, Grado 1996

**meditazione e respiro:
ricordati che stai respirando**

Nelle diverse forme di meditazione il primo oggetto cui volgere l'attenzione è spesso il respiro, come ancora per centrarsi e ritornare a se stessi:

"nel respiro l'io sono è un'esperienza immediatamente contattabile, vicina, inseparabile, che c'è se io ci sono". Non sono io che la dono, è un altro. Quindi io accolgo una vita ogni attimo donata, perché io da me non potrei essere. Perché vivo, ma non sono io a darmi la vita. Non sono in grado di farlo da solo:

Antonia Tronti - ...e rimanendo lasciati trasformare

**dal lucido del Gruppo I - Assisi 2017:
VALORE, VERITÀ E SEMPLICITÀ DI QUESTE TRE PAROLE**

- Nel momento del Club esprimiamo la nostra umanità:
SPIRITUALITÀ
- La settimana ci serve per sedimentare:
MEDITAZIONE
- Nel corso del tempo possiamo cogliere i piccoli o grandi cambiamenti del comportamento:
TRASCENDENZA

**entrare in una modalità dell'essere piuttosto
che del fare, avere il coraggio di fermarsi**

"Davanti ai tuoi giudizi, spesso drastici e affrettati, chiediti: sei sicuro?" Thich Nhat Han

C'è un piccolo spazio tra sé e sé: i pensieri non sono fatti, io non sono la mia mente, io posso vedere che cosa succede nella mia mente. Posso fare un passo indietro e, se sono arrabbiato o triste, rendermi conto che in questo momento sto sperimentando la rabbia o la tristezza ma io non sono e non sarò mai soltanto questo.



**fermati, dedica un po' di tempo a te stesso, ascoltati :
la nostra consapevolezza è la chiave della nostra
autoprotezione** (Thich Nhat Han - Il dono del silenzio)

"Fai attenzione a quello che consumi, alle cose di cui ti nutri: che si tratti di cibo commestibile o di impressioni sensoriali (ciò che leggi, ciò che guardi, ciò che ascolti...), non lasciarti intossicare.

La tua prima priorità dovrebbe essere quella di trovare il tuo quieto spazio interiore così da poter apprendere più cose su te stesso. Ciò include l'arrivare a conoscere e a comprendere la tua sofferenza."

"Tra lo stimolo e la risposta c'è uno spazio. In quello spazio si trova il nostro potere di scegliere la nostra risposta. Nella nostra risposta risiedono la nostra crescita e la nostra libertà" V. E. Frankl

meditare aiuta a scegliere i comportamenti da prendere nella direzione dei propri valori, di ciò che riteniamo importante per noi:

è un allenamento per imparare a
RISPONDERE alle situazioni
piuttosto che a
REAGIRE in modo automatico

negli ultimi 30 anni sono state condotte numerose ricerche scientifiche che hanno evidenziato gli effetti positivi sulla salute fisica e psichica, a breve e a lungo termine, delle varie pratiche di meditazione, ricerche svolte anche in collaborazione con monaci buddisti e cristiani meditanti da lungo tempo che si sono offerti come soggetti per l'indagine (D. J. Siegel - Mindfulness e cervello)

QUALCHE ESEMPIO:

- Riduzione del dolore cronico
- Effetti favorevoli nei bambini con disturbo dell'attenzione/iperattività
- Prevenzione del decadimento cognitivo nell'anziano
- Effetti favorevoli a lungo termine sulla funzionalità del sistema cardiovascolare e respiratorio

Apprendere dalle avversità



**«Dove cresce il
pericolo cresce
anche ciò che salva»**

F. Holderlin

Da: L'Approccio Ecologico Sociale al Disagio Spirituale (Metodo Hudolin) :
I nuovi orizzonti del programma territoriale per la promozione e protezione della salute.
Cagliari 12 novembre 2016

da "Qualche parola sull'anima"

Wislawa Szymborska

L'anima la si ha ogni tanto.
Nessuno la ha di continuo
e per sempre.
Giorno dopo giorno,
anno dopo anno
possono passare senza di lei.
... Di rado ci da una mano
in occupazioni faticose,
come spostare mobili,
portare valige
o percorrere le strade con scarpe
strette.
Quando si compilano moduli
e si trita la carne
di regola ha il suo giorno libero.
Su mille nostre conversazioni
partecipa a una,
e anche questo non necessariamente,
poiché preferisce il silenzio.
Possiamo contare su di lei
quando non siamo sicuri di niente
e curiosi di tutto.
Non dice da dove viene
e quando sparirà di nuovo,
ma aspetta chiaramente simili do-
mande.
Si direbbe che
così come lei a noi,
anche noi
siamo necessari a lei per qualcosa.

Note bibliografiche

- G. Amadei. Mindfulness. Essere consapevoli. Il Mulino 2013.
N.F. Bernardi, M. Bordino, L. Bianchi, L. Bernardi. Acute fall and long-term rise in oxygen saturation in response to meditation. Psychophysiology. 2017; 1-16.
D. J. Siegel. Mappe per la mente. Guida alla neurobiologia interpersonale. Raffaello Cortina Editore 2014.
D. J. Siegel. Mindfulness e cervello. Raffaello Cortina Editore 2007
W. Szymborska. Opere. Adelphi 2008.
Thich Nhat Han. Il dono del silenzio. Garzanti 2015.
A. Tronti ...e rimanendo lasciati trasformare. Servitium 2014.

Tutto nel Creato ha lo scopo di “servire”

Paolo Guberti, Cub 67 - Collegno (To)

Nella città di S. Francesco non posso non fare mio il Canto delle Creature e come da questo arrivi il messaggio che il sole non brilla per se stesso, la pioggia non bagna se stessa tutto nel Creato ha lo scopo di “servire”. Come dice un vecchio proverbio “Quello che non vive per servire, non serve per vivere”, meglio detto con le parole del Professore a Grado “Siamo veramente tutti servitori di tutti”.

Per me questo, nel significato ecologico, vuol dire essere al servizio della vita in tutte le sue forme per difenderla, proteggerla, aiutarla, citando Madre Teresa di Calcutta: “la vita è vita, difendila”.

Vivere al servizio della vita significa assumersi delle responsabilità, fare a meno del superfluo e,



come abbiamo appreso nel Club, vivere l'interdipendenza in solidarietà, amicizia ed amore. Siamo tutti fratelli dal più piccolo e semplice degli esseri viventi al più grande e complesso, siamo tutti interdipendenti e la difesa dell'integrità e dignità di tutti gli esseri viventi passa attraverso la sobrietà, la pace, la giustizia.

La contraddizione che spesso sentiamo dentro, nasce dal fatto che invece di vivere al servizio della vita, viviamo al servizio di noi stessi e ciò aumenta il nostro disagio spirituale ed esistenziale in quanto ci rendiamo conto di “vivere una vita che non serve”.

Come vecchio Scout vorrei citare Baden-Powell

“il nostro compito è quello di lasciare il mondo un po' meglio di come l'abbiamo trovato”. E questo noi pian piano lo stiamo perdendo ed il mondo che stiamo lasciando ai nostri figli ed ai nostri nipoti, forse non sarà peggiore, ma senz'altro non sarà migliore di come l'abbiamo trovato.

Il mio cammino verso la sobrietà è ancora lungo perchè per me sobrietà vuol dire servire la vita partendo da quella che mi è stata donata cioè la mia promuovendo e proteggendo la mia salute nel suo senso più ampio, non solo fisico ma anche spirituale e sociale.

Il mio ben-essere mi porta naturalmente ad occuparmi e a contribuire al ben-essere della mia famiglia e della mia comunità. Sono conscio che questo cammino sarà, come lo è stato per il passato, fatto anche di errori e di inciampi ed è per questo che dopo 23 anni sono ancora qui, con la mia famiglia a frequentare il Club per farmi aiutare a diventare un po' migliore di quello che sono oggi.



Attenzione, coscienza, plasticità cerebrale

Il Club: consapevolezza, attenzione, assertività

Franco Marcomini

Prima di tutto esprimo la mia gratitudine a quanti hanno trovato il coraggio di rendere le tradizionali occasioni degli incontri nazionali dei Club, che si ispirano all'ecologia sociale antropospirituale, e dei loro programmi, momenti formativi che carat-



terizzano il progresso, la crescita e la maturazione di coloro che si fanno protagonisti della loro esistenza, condivisa in una dimensione comunitaria.

Il prof. Hudolin ci sollecitò a cambiare la cultura sociale, sanitaria e generale che caratterizza il nostro tempo facendoci attori del processo di autotutela ed autopromozione della salute, ci invitò a curare la sensibilizzazione, la formazione, la ricerca.

Ci ha lasciato in eredità il compito dello studio e della riflessione sull'esperienza, in modo metodico, continuativo ed evolutivo.

Questa metodica e persistente apertura al mistero della vita, accettando che mai nulla può essere definitivamente chiaro, la possiamo ritrovare nella dimensione della meditazione e della trascendenza che coincide, nel nostro caso, con la costante partecipazione settimanale all'incontro del Club.

A Sestola abbiamo incontrato la riflessione sui neuroni specchio, sulla scienza sociale che ricerca il senso delle dinamiche relazionali e dei legami che caratterizzano l'evoluzione delle modalità espressive delle società alle quali apparteniamo. Sono sembrati, in un primo momento, temi ostici, difficili, lontani dai bisogni concreti

delle persone, ma abbiamo saputo trovare una sintonia tra scienza ed esperienza.

Ad Assisi le persone si sono ritrovate per riflettere sull'ecologia integrale, non in modo generico e suggestivo, ma con una precisa articolazione concettuale che ha voluto focalizzare aspetti come la meditazione trascendentale, soprattutto nella versione della mindfulness, il significato di coscienza, attenzione, assertività, plasticità cerebrale e molti altri aspetti che caratterizzano la scienza del vivente e della vita, immersa nel mistero dell'universo.



Il movimento dei Club conosce una nuova stagione nella quale matura competenze che lo rendono capace di spirito critico e di autonomia di azione in un contesto culturale sempre più caratterizzato dalla semplificazione autoritaria e prescrittiva.

Cerco di spiegarmi meglio.

Il mondo professionale, anche quando è parte integrante della realtà dei Club, tende sempre più ad esprimersi con concetti chiari e semplici che annullano ogni possibilità di dialogo costruttivo, evolutivo e critico.

Il concetto di dipendenza, da sempre estraneo alla metodologia dei Club e dei loro programmi, rientra imperiosamente attraverso nuovi nomi (in inglese, secondo un'antica consuetudine del potere di esprimersi con linguaggi che siano scarsamente comprensibili, in modo da generare uno stupore che invita ad un atteggiamento obbediente.

Ma l'obbedienza da molto tempo non è più una virtù, può solo essere una scelta consapevole di regole costruite insieme e condivise).

Il craving e l'addiction diventano luoghi ed oggetti riscontrabili dentro il corpo, ed in particolare nel cervello, di persone fragili da proteggere o da sostenere con protesi chimiche che impediscano la ricaduta o con isolamenti residenziali.

Sempre più spesso si sente affermare che la persona "ha un craving alto e che è necessario abbassarlo con idoneo intervento farmacologico" o che "il craving è talmente alto che la persona deve essere allontanata dal suo ambiente per un tempo indefinito, dopo un periodo di disintossicazione in un ospedale o in una clinica".

Il craving e l'addiction sono diventate ordinaria amministrazione della multidimensionalità della sofferenza umana, ridotta a dinamiche neuro-recettoriali o a circuiti neuroormonali che si pretende di conoscere in modo esaustivo.

Queste parole rievocano, in modo subdolo il concetto di malattia della persona ed operano

una rottura rispetto ad una prospettiva ecologica che ha precise basi esperienziali, culturali, sociali e scientifiche.

Il craving è il forte e fisiologico desiderio di ripetere esperienze gratificanti che caratterizza gli esseri umani e che si consolida in abitudini alle quali si rimane legati, in qualche modo schiavizzati, addicted, per usare un termine che piace ai nuovi apostoli della scienza ridotta a spiegazioni assolute, a dogmi. Gli abiti che indossiamo esistenzialmente variano al mutare delle condizioni nelle quali viviamo e all'evolversi dei nostri sistemi relazionali.

Questi aspetti andrebbero approfonditi in occasioni congressuali future e soprattutto nella ricerca che operiamo nella vita del Club attraverso i programmi culturali e formativi.

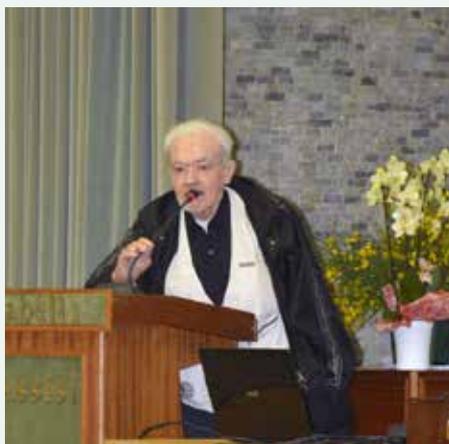
Nel piccolo mondo della mia esperienza ho condiviso un'avventura di riflessione con Claudio Zorzi e Vanna Cerrato, tradotta in brevi testi (raccolti in una collana che abbiamo definito

la cura dell'Anima, dove l'Anima non è l'oggetto della cura, ma il soggetto e non rappresenta una entità intrinseca alla persona, ma una condivisa dimensione collettiva che attraversa la vita ed i corpi di ciascuno) che prepariamo sul tema specifico di ogni congresso o, in futuro, su altre tematiche che sentiamo rilevanti nell'ecologia sociale.

È un'esperienza che ci piacerebbe estendere all'intero mondo dei Club, incontrando nuovi protagonisti, in una meditante ed itinerante riflessione che intende andare oltre, trascendere, aprendosi al mistero, ciò che già ci sembra conoscere. Con Vanna e Claudio ho trovato il piacere della condivisione fatta di viaggi per incontrarci, di testi scritti e modificati, ho assaporato la serenità

di sentirmi parte di un sistema più vasto, ho sperimentato la gioia dell'umile correzione fraterna. Possiamo farlo tutti nello spirito autentico del Club.

C'è chi ha avuto l'opportunità di studiare ed ha il tempo di leggere, ricercare ed approfondire





imparare perché tutto sa, gli altri non si abbandonino alla pigrizia dell'ignoranza che rinuncia alla responsabilità del protagonismo e si lascia guidare senza mai progredire, crescere, maturare.

Entrambi, dotti ed ignoranti, si pongano di fronte al mistero con un rispettoso spirito contemplativo che, nello svelare nuove conoscenze, coglie l'immensità dello sconosciuto, regalandoci la gioia di un cammino che non ha mai fine, il cammino della vita che vince la morte rigenerandosi, risorgendo ogni giorno.

Sestola ed Assisi hanno rappresentato una svolta più importante del cambiamento del nome che alla fine è risultato puramente formale e divisivo, come lo sarebbe stato il rimanere ancorati e fissati ad una vecchia terminologia che si impantanava nella stagnazione museale. Lo strappo può essere ritessuto se ciascuno saprà rinunciare alle proprie ragioni ed al rancore per presunti torti subiti. La strada non è quella di una riconciliazione al ribasso, ma di una ricerca condivisa che sappia guardare in avanti, riprendendo lo spirito innovativo dell'ecologia sociale che è armonia tra scienza ed esperienza, costruita in prima persona in un contesto di condivisione umile della conoscenza.

Mi sono inoltrato in una riflessione sui concetti di attenzione, di coscienza e di plasticità cerebrale, a partire da ciò che mi accade nella vita di tutti i giorni, riletto e rivissuto alla luce della visione ecologi-

e chi non ha potuto o voluto farlo e le circostanze della vita gli rendono difficile trovare il tempo per lo studio.

I primi, i colti e gli eruditi, non esercitano la pigrizia della saccenza di chi ritiene di non avere nulla da



co sociale antropospirituale, dell'ecologia integrale e profonda che non rappresentano una novità della contemporaneità, ma che attraversano le prospettive dei grandi sistemi religiosi che si pongono di fronte al sacro mistero della vita e che caratterizzano da sempre la storia del pensiero dell' homo sapiens sapiens che ha continuato a porsi domande nel suo infinito nomadismo esistenziale.

L'attenzione è una condizione che nella sua specificità umana deve riconoscere che le nostre decisioni avvengono attraverso meccanismi che, in gran parte, vanno oltre la nostra consapevolezza. Nel senso comune ed in alcune visioni scientifiche e culturali vengono definiti meccanismi inconsci, rievocando in qualche modo l'inconscio freudiano e le sue evoluzioni junghiane e lacaniane.

Spesso immaginiamo che l'inconscio sia una realtà nascosta che risiede in qualche luogo remoto e misterioso dentro il nostro corpo e che tormenta nei sogni o ci fa fare cose sbagliate, sgradevoli, senza volerlo o che comunque orienta le nostre scelte inconsapevolmente. Nell'inconscio collochia-



mo i traumi del passato che condizionerebbero la vita presente e speriamo che qualcuno ci liberi da questi fardelli collocati in questo luogo misterioso che chiamiamo inconscio.

Naturalmente oggi il mercato offre strumenti tecnici per accedere, esplorare l'inconscio, distrarlo dalle sue ferree chiusure che gelosamente conser-

vano i traumi del passato e liberare la persona dai pesi condizionanti all'insegna del "via il dente via il dolore".

Ma come possiamo leggere l'inconscio da una prospettiva ecologica sociale? Qual è il senso dell'esercizio dell'attenzio-



ne? Ogni volta che facciamo qualcosa, prendiamo una decisione, pensiamo di essere protagonisti assoluti delle nostre scelte. In realtà, nel nostro rapporto con l'ambiente, ci sono stimoli che si accendono prima che ne abbiamo consapevolezza e che condizionano il nostro modo di fare.

A quegli stimoli possiamo rispondere sia bloccandoli, se impariamo ad esercitare una lodevole e sobria lentezza nel decidere, sia, senza saperlo, lasciandoci andare, soprattutto quando abbiamo troppo confidenza con noi stessi e sottovalutiamo la nostra interdipendenza con l'ambiente che ci circonda.

La sostanziale inconsapevolezza del nostro agire ci spinge alla necessità di coltivare un'etica della ponderazione e dell'attenzione, ad una sobria prudenza che non è consigliabile alle sole persone ritenute fragili (il nuovo trucco per reintrodurre il concetto di malattia o di diversità patologica da contrapporre ad una presunta normalità), ma alla nostra umana fisiologica fragilità che consiste nell'essere liberi e allo stesso tempo soggetti ad un equilibrio cosmico, in una costante tentazione di dominio e di onnipotenza egocentrica.

L'io il Sé, dei quali tanto andiamo fieri, sono entità astratte che cercano di ingannarci e di non farci accettare che la nostra è un'identità mutevole nel tempo che trova un senso nella relazione nel qui ed ora. L'esercizio dell'attenzione è un costante invito a lasciarsi andare alla profondità dell'Essere, al Tutto, che non sono dentro di noi, ed ai quale apparteniamo nel "mistero della danza cosmica".

L'attenzione nella visione ecologica coincide con la ponderazione e con il rispetto dell'attesa, facendoci guidare dall'appartenenza piuttosto che dalla sola ragione, dalla forza di volontà o dall'istinto che nel regno animale è fisiologico perché appartiene alla legge di natura che tutto armonizza.

Attenzione significa perseverare nella regolare frequentazione di un Club una volta alla settimana, ciascuno per sé, ma insieme con tutti i membri della comunità sociale e familiare di appartenenza.

La non consapevolezza rappresenta la parte più consistente del processo decisionale e questo ci deve spingere a coltivare una prospettiva culturale orientata alla sobrietà efficace, evolutiva e costantemente autocorrettiva e non al decisionismo efficientista della cultura dominante.

Tra abitudini consolidate che sembrano fissare la vita in una ripetizione perpetua, fermi sempre sullo stesso punto, rendendola incapace di cammino evolutivo e necessità di trovare un'armonia con l'universo in uno stato di coscienza in gran parte avvolta nel mistero (le intossicazioni voluttuarie e gratificanti danno l'illusoria sensazione di svelare il mistero), si pone la domanda se il nostro cervello, anche nelle condizioni più compromesse e disperate, sia in grado di accompagnare ecologicamente un percorso trasformativo.

Il nostro sistema nervoso, che non è riducibile al solo organo contenuto nella scatola cranica, ma si estende a tutto il corpo, ha un'estrema capacità generativa nel corso di tutta la vita ed è in sintonia con

quanto accade intorno. Miliardi di connessioni e di neuroni fanno sì che ci sia una similitudine con l'infinito mistero dell'universo che nella scoperta di una parte svela la profondità del non conosciuto.

Le abitudini

consolidate cristallizzano la persona in uno schema ripetitivo che può usurare, anche biologicamente, la funzionalità del sistema nervoso. L'antidoto a questa fissità, segnata dal blocco della crescita e maturazione, non è in una protesi farmacologica o in un isolamento dalle variabili ambientali che sembrano consolidare quell'abitudine paralizzante ed ostativa alla vita.

L'unica via possibile e fisiologica è rappresentata dall'apprendimento di nuove abitudini nel contesto di appartenenza sistemica. Il carattere costantemente evolutivo, in sintonia con l'ambiente, del sistema nervoso, del quale la plasticità cerebrale è un aspetto fondamentale, rende possibile, anche nelle condizioni biologiche più degradate e documentate da sofisticati strumenti diagnostici, il miglioramento della qualità della vita, l'apprendimento di nuovi stili





di vita che riarmonizzano l'organismo nonostante la persistenza di alcuni punti bloccanti.

Concentrarsi su ciò che non funziona è uno spreco di energie che ci impedisce di cogliere l'infinita potenzialità che è in ciascuno di noi, il più delle volte inespressa. L'apprendimento di nuove abitudini richiede tempi lunghi ed una perseveranza fino alla fine del percorso su questa terra. Non ci può essere un tempo nel quale si può essere certi di avere raggiunto un equilibrio perfetto e persistente.

Il sistema nervoso è una formidabile orchestra jazz, senza un direttore che la guidi, in costante ricerca di armonie, auto-organizzata in un sistema di regole che rende possibile una variabilità strutturale. Il Club, a sua volta, è un contesto di apprendimento per tutta la vita, che stimola la piena espressione della plasticità cerebrale, facendo costantemente esperienza relazionale ed ambientale.

Anche il Club è auto-organizzato, è un sistema autonomo vivente che si muove in una precisa organizzazione fatta di regole semplici ed immutabili e di una flessibilità che permette un costante cambiamento della struttura. Anche i programmi dei Club hanno la stessa caratteristica di precisione organizzativa e di variabilità nella struttura.



Il Club non propone un processo riabilitativo per persone definite croniche, ma un percorso vitale per ogni essere umano che desideri rispettare il carattere ecologico ed evolutivo della vita. Non è riabilitazione, ma apprendimento che riguarda tutti. Nei momenti più bui del dolore esistenziale, quando la speranza sembra avere abbandonato la vita e la disperazione padroneggia e si manifesta nel blocco della crescita e maturazione, e le antiche e consolidate abitudini si ripetono con frequenza disarmante, il Club, se sa esprimere il coraggio della ricerca che è insita nella visione ecologico sociale antropospirituale, rappresenta una possibilità contemplativa che nei momenti più oscuri della vita riesce a fare emergere un lampo di luce che genera armonia e curiosità.

Il Club è un esempio significativo di esperienza e scienza in prima persona, di apertura alla dimensione contemplativa dell'esistenza.

Il Club non pretende di fotografare oggetti o di definire la realtà estraniandosi in una posizione in terza persona che si limita ad osservare, controllare e giudicare come fanno coloro che praticano scienza ed esperienza pensando di non farsi coinvolgere. In prima persona significa che di fronte al mistero della vita mi faccio coinvolgere dalle domande emergenti nella mia stessa esistenza, non per trovare risposte rassicuranti o buoni consigli, ma per condividerle e svilupparle insieme, costruendo nuove abitudini che, rispecchiate anche nella plasticità cerebrale, inizino a strutturare nuovi stili di vita in un mondo diverso e condiviso.

Recentemente le mie vicende esistenziali, fatte di dolorosi torti subiti attraverso una truffa generatasi nel mondo degli affetti familiari, ho accolto una domanda che mi invitava a rispondere sulla questione della pietà verso chi ti ha fatto del male,

della riconciliazione e del superamento del rancore.

Non ho risposte, neppure nella visione ecologico sociale, ma sento che sono domande presenti in ogni esperienza del Club, in ogni occasio-

ne di rimembranza di infanzie deprivate dalla violenza delle intossicazioni alcoliche.

Tuttavia ritengo che sviluppare queste domande con coraggio e fermezza, con umiltà e speranza nel lungo periodo, possa riattivare un percorso interrotto, cercare e trovare nuove vie. È in questo l'essenza della scienza e dell'esperienza del Club che è in sintonia con la scienza e la cultura della complessità.

Graie di cuore per i progressi che questo sistema ha reso possibili mantenendo la freschezza della vita e della ricerca quando il tramonto sembra portarci verso il buio della notte ed improvvisamente scopriamo nell'angoscia delle tenebre il preannuncio di un albeggiare radioso in un giorno di festa, sobria e ricca di Amore.

Tutto è in relazione, tutto è connesso

Il Club: consapevolezza, attenzione, assertività

Tiziana Fanucchi

“Verso un’ecologia integrale”: ricordo ancora l’anno scorso quando, qui ad Assisi, nel gruppo delle conclusioni, ci spingemmo ad azzardare questo titolo sulla scia delle riflessioni fatte in quei giorni sulla meditazione e la trascendenza e, soprattutto, stimolati dalle risonanze del nostro approccio con il contenuto dell’Enciclica “Laudato si” di Papa Francesco, sulla cura della casa comune.

Un’enciclica più scientifica che teologica, che, a partire dalla questione ambientale, ci esorta ad una conversione ecologica e comunitaria, andando a definire un possibile manifesto dell’ecologia integrale, posto sia come paradigma concettuale che come cammino spirituale.

Tutto è in relazione, tutto è collegato, tutto è connesso: questo è il ritornello che attraversa l’Enciclica, concetti che non ci sono nuovi, concetti ai quali Hudolin ci ha avviato nel definire, ispirato da altre fonti del tempo, il suo “Approccio Ecologico Sociale ai problemi alcolcorrelati” per aggiungere poi “e complessi” e per aggiungere successivamente anche la “spiritualità antropologica”.

Man mano che abbiamo approfondito i suoi testi, ci siamo resi conto che il suo pensiero non era tanto un metodo di trattamento dei problemi alcolcorrelati ma piuttosto una visione del mondo, un invito a cogliere e a muoversi nella complessità della vita smettendo di cercare il controllo su tutto, le soluzioni immediate, le risposte certe e giuste ma

guardando, piuttosto, alle reti inesauribili di relazioni e connessioni nelle quali ci muoviamo e di cui le nostre azioni sono espressione.

Penso che questo sia ciò che ci ha davvero “agganciati”, quello che ci ha fatto rimanere negli anni in questo movimento. Per me, almeno, è stato così.

Quando 13 anni fa, a 24 anni, ho frequentato il corso di sensibilizzazione, ignara di quello che avrei trovato e quando subito dopo ho deciso di attivarmi come servitore-insegnante, mica avevo capito di cosa veramente stavamo parlando, del significato dell’ecologia sociale antropospirituale.

Non l’avevo capito ma l’avevo sentito, l’avevo percepito nella potenza del Club, pieno di storie, di umanità, di vita e soprattutto di risonanze, pieno anche di pazienza, di coraggio e di possibilità di cambiare nello scambio, nella condivisione, nelle relazioni. Non era solo alcol il Club, era ed è altro.

“Parlare di alcol per parlare di altro”, diceva Hudolin. Penso che sia proprio questo altro che ci porta qui, che ci “aggancia” e ci tiene legati ma che, al tempo stesso, è difficile da decifrare perché ha a che fare col senso della vita e, quindi, va a confinare con la filosofia, la sociologia, la teologia.

È così difficile che può succedere di fermarsi all’alcol, all’astinenza e al suo mantenimento perdendo, tuttavia, quell’opportunità di crescita e maturazione profonda che l’ecologia sociale antropospirituale può offrirci.





Un percorso che necessita di tempo, ciascuno il suo, di cura, di riflessione e anche di studio ma soprattutto di quella consapevolezza, quell'attenzione e quell'assertività che sono il tema di questo laboratorio, concetti che rimandano alla meditazione e alla trascendenza, l'ultima eredità lasciataci da Hudolin.

Penso a questi anni e mi ritrovo in questo percorso che continua e ci riguarda tutti e che oggi ci porta a spingerci fino all'ecologia integrale, un passaggio che trovo interessantissimo e necessario.

Un'ecologia che non è solo familiare, non è solo sociale ma diventa integrale interiorizzando l'ottica sistemica e riconoscendoci nella complessità della vita, in connessione non solo con i nostri familiari o con la nostra comunità umana ma anche con la terra.

È paradossale che nell'epoca del "sempre connessi", faticiamo a capire come le nostre piccole azioni, da cosa mangio, a cosa bevo, a cosa uso, a come vivo, alla qualità delle mie relazioni ed emozioni, etc, ricadano non solo sugli altri ma anche sulla terra perché tutto è in relazione, tutto è connesso, tutto è collegato e allora non possiamo non

occuparci del mondo che ci circonda!

Papa Francesco nei due punti iniziali dell'Enciclica ci invita ad aprire gli occhi per vedere la bellezza della Terra, della nostra casa comune e ad aprire le orecchie per sentirne il grido di dolore.

Nel testo parla di inquinamento, di perdita della biodiversità sulla terra, del clima, della mancanza di acqua, della deforestazione ma anche dell'urbanistica, delle istituzioni, dell'economica.

Critica il dominio imperante della tecnica così come l'antropocentrismo che «continua a minare ogni riferimento a qualcosa di comune e ogni tentativo di rafforzare i legami sociali». In questo senso, penso che all'interno del nostro movimento dovremmo iniziare a riflettere se è arrivato il tempo di andare anche oltre alla spiritualità antropologica verso una spiritualità ecologica che non mette al centro l'uomo come unica specie con i suoi bisogni esclusivi, ma la terra e le varie specie che la vivono e che non stiamo salvaguardando.

Per arrivare a tutto questo, la consapevolezza, l'attenzione e l'assertività sono indispensabili.

Tre concetti che si legano, che si nutrono vicendevolmente, che si richiamano e che nel Club pos-



sono, devono essere coltivate.

Consapevolezza: una parola che denota qualcosa che va oltre il sapere, oltre l'essere informati.

La consapevolezza è un fenomeno estremamente intimo che permette di dare forma all'etica, al nostro comportamento. Sappiamo, tuttavia, e lo sperimentiamo spesso nel Club, che non basta la consapevolezza per cambiare perché c'è bisogno di un processo più complesso e mai comodo per nessuno.

La consapevolezza connette, ci mette in relazione con noi stessi e con gli altri, con la nostra storia, con la nostra famiglia, la nostra cultura, il nostro ambiente. Consapevolezze condivise rendono possibile un agire comune, quello che dovrebbe spingerci fuori dal Club.

Attenzione come capacità di fermarsi, so-stare su di me, su qualcosa, su qualcuno. Accorgersi di cosa c'è, di cosa accade in me, fuori di me, intorno a me. Riconoscere che non è tutto uguale e opporsi al fare finta di nulla in cui siamo tutti molto esperti, al rimandare, al delegare, allo scuotere le spalle.

L'attenzione è anche cortesia: quando si dice che una persona ha molte attenzioni, ci si riferisce al fatto che è una persona cortese, gentile e al Club la cortesia e la gentilezza si avvertono molto, ci si abbraccia con più facilità che fuori dal Club, ci si interessa di più agli altri e sappiamo quanto tutto questo sia positivamente contagioso e ci faccia bene.

Assertività come capacità di dire la propria, di farsi intendere nel rispetto dell'altro. Non è aggressività, non è passività, è determinazione, presenza, consapevole, attenta, intenzionale.

Penso che questa, soprattutto, dovrebbe essere una capacità propria del servitore-insegnante per stimolare il Club ad andare oltre l'alcol e a comprendere il senso e il significato dell'approccio



ecologico sociale antropospirituale anzi, oggi dico dell'approccio integrale eco-spirituale.

Quante volte al Club capita di sentir rimarcare, anche dopo anni di frequenza, la distinzione tra chi beve e chi accompagna e di soprassedere sulle assenze dei familiari vanificando in questo modo il senso dell'approccio sistemico e familiare.

Allo stesso modo capita anche di legittimare la distinzione tra chi beve bene e chi male "perché noi, non possiamo più bere" oppure di sentir dire che il servitore-insegnante che non viene da una famiglia con problemi di alcol, o meglio, che "non viene dal problema", non può capire perché solo chi ha bevuto è depositario del sapere.

Molto spesso si acconsente anche al fatto che il diario lo facciano solo quelli che sanno scrivere, così come i presidenti solo quelli che hanno un certo saper fare. Al tempo stesso si vedono mantenere negli anni tanti comportamenti, il fumo in particolare, che stridono con l'espressione "cambiare stile di vita" che spesso sembra uno slogan imparato a memoria ma che di fatto non si traduce in azioni concrete.

Non credo che soprassedere, lasciare andare per essere buoni e accoglienti sempre, sia utile alla crescita evolutiva dei singoli e del nostro movimento ma contribuisca, piuttosto, al perpetuarsi della cultura dominante che categorizza, giudica, cerca i colpevoli e le giustificazioni altrove. Penso che sia necessario cercare di aver chiaro cosa significa lavorare e leggere i fenomeni secondo il nostro approccio ma non perché questo sia la verità assoluta ma semplicemente perché è il nostro modello, quello in cui ci riconosciamo, che sentiamo affini, che ci ha agganciati, che pensiamo efficace e che ci

distingue da altri modelli.

Così da un po' di tempo, nel mio ruolo di servitore-insegnante (e forse non solo..) mi sto scoprendo sempre più assertiva e meno tollerante!

Ho iniziato a stimolare le famiglie del Club a



mettere in discussione altri comportamenti che ho provocatoriamente definito “tossici”. Non mi riferisco solo alle “altre droghe” e “nuove droghe” (droghe illegali, azzardo, shopping, etc.), situazioni alle quali ritengo che dobbiamo aprirci ancora di più senza temere di dover essere tuttologi perché ciò che funziona, alla fine, è la relazione, i legami umani che sono la “magia” del Club.

Mi riferisco piuttosto a quei comportamenti che ci piacciono ma che ci intossicano la vita e le giornate, magari in maniera meno dannosa dell’alcol ma altrettanto capace, alla lunga, di allontanarci da quello che per noi e anche per chi è accanto a noi, significa benessere.

So bene che il termine “tossico” è sgradevole e non ci piace, ma perché? Perché nel gergo comune, nella nostra cultura, non pensiamo al vero significato, ovvero qualcosa che è velenoso, ma alla persona drogata, infetta, da temere e da cui star lontano.

Ognuno di noi ha le sue abitudini, i suoi attaccamenti a cibi, oggetti, persone, situazioni, ruoli, etc. che sono rassicuranti, di cui magari ci lamentiamo ma che manteniamo perché ci siamo legati. Il concetto di “legame”, introdotto da Hudolin, spiega certamente meglio la nostra umana tendenza a ricercare le cose che ci piacciono e a stabilire con queste una relazione.

Meglio di cosa? Meglio della parola “dipendenza” tanto usata anche a livello scientifico ma per niente chiara e, anch’essa, come il tossico, connotata negativamente e non considerata una condizione umana.

Tutti noi dipendiamo, l’essere umano nasce dipendente e non esiste in natura un “cucciolo” così lungamente fragile e vulnerabile come quello umano da aver bisogno per lungo tempo delle cure parentali per soddisfare i bisogni primari e garantire la sopravvivenza.

Da un punto di vista evolucionistico la dipendenza ha a che fare con la ricerca del piacere che è alla base dell’apprendimento, ci spinge ad imparare, a ricordare quei comportamenti che hanno soddisfatto un piacere biologico (la fame, la sete,

l’amore e la sicurezza, etc.) e a ripeterli diventando abitudini adattative e funzionali.

Le droghe ed altri comportamenti “tossici” rispondono a questo bisogno umano, al piacere e alla sopravvivenza. Non è una colpa, è un bisogno umano che tuttavia, può diventare pericoloso per la nostra esistenza ma anche per quella degli altri e della terra.

Visto che a livello teorico, tutte le persone del Club dove sono servitore-insegnante hanno sempre condiviso queste riflessioni ma, di fatto, mai avevano cercato di mettere in discussione altri comportamenti, ho iniziato a riflettere sulle mie abitudini intossicanti (a partire dall’essere sempre di corsa e piena di cose lavorative da fare) e ad impegnarmi nella conta dei giorni di astinenza/sobrietà o meglio, di cambiamento.

Questo ha facilitato tutti a fare altrettanto, a sperimentare ed impegnarsi con maggiore determinazione in altri cambiamenti, a sentirci ancora più uniti e legati nella nostra umanità: stanno così succedendo delle cose belle e si stanno aprendo altre riflessioni sul senso dell’esistenza e sui valori alla base della vita.

Con questo non voglio dire che al Club dobbiamo fare la conta e l’elenco delle privazioni, né aspirare alla “santità” ma lavorare sulla consapevolezza di

quello che siamo, di come funzioniamo, dei nostri limiti umani e, soprattutto, delle nostre risorse ponendo attenzione non a ciò che ci manca ma a ciò che posso conquistare di positivo, pratico e anche piccolo nei cambiamenti che posso realizzare.

Solo facendo questo processo, penso che diventa possibile rendersi maggiormente conto del nostro ruolo, della potenza e degli effetti delle nostre scelte, non solo su di noi, sulla nostra famiglia, sulla nostra comunità ma anche sulla nostra casa comune, come la definisce Papa Francesco.

Uscire dall’antropocentrismo, mettere al centro l’eco e la salvaguardia della vita in generale: una rivoluzione culturale, sociale, etica, spirituale, sostenibile che si nutre di quella consapevolezza, attenzione, assertività che nel Club possiamo coltivare.



Il puzzle della mia vita

Il Club: consapevolezza, attenzione, assertività

Valeria Matteucci, Club Giada Perugia

Ho spesso ripetuto queste parole negli ultimi giorni per riuscire a trovare una chiave di lettura facile e immediata, ma soprattutto per dare concretezza a concetti che sembrano astratti.

Passando ogni giorno dal traffico della città, alla piccola ex scuola di campagna, al bosco di castagni, allo scampanello delle pecore del vicino fino ad arrivare al festoso e accogliente scodinzolare del nostro Red, un irruente setter irlandese, ho avuto modo di riflettere e sovrapporre queste tre parole agli anni della mia vita vissuta con il Club.

Circa trent'anni fa, era il 1989, le mie certezze di giovane donna medico in carriera sono state messe in discussione nell'incontro con il prof. Hudolin.

Il puzzle della mia vita: figlia, donna, mamma, sorella, compagna, amica e così via, questo puzzle meraviglioso ma fragile basta un niente e si scompone, come è normale che sia, ma il confronto continuo nel Club e i tanti saperi esperienziali mi hanno sempre rassicurato: allora ho imparato a fermarmi, riflettere, a coccolare i miei momenti no per poi acquisire una nuova consapevolezza che mi aiuta a ricomporlo, ma sempre rinnovato: è il cambiamento, è la crescita continua: è la vita

La consapevolezza poi del valore della mia dignità in quanto donna con tutte le mie fragilità e limiti, mi porta a rispettare la fragilità e i limiti degli altri (prima slide) ed e ad accogliere le diversità.

**Il rispetto nasce dalla
consapevolezza del fatto che
siamo diversi fuori, ma uguali
dentro.**

Paola Marcato

66 Frasi-Celebri

È un processo continuo, c'è ancora tanto da fare ma ogni settimana c'è il Club: un Club però che deve saper includere non escludere la complessità della vita; un Club che sappia affrontarla con leggerezza sì, ma non con superficialità.

“Se hai un problema con l'alcol puoi entrare, se no che vieni a fare?”

“Vengo al Club perché come persona voglio migliorare la qualità della mia vita, voglio esercitarmi a fare scelte positive, a cambiare le mie abitudini se non sono positive: insomma voglio imparare a pensare positivo”.

A Perugia negli ultimi due anni ai corsi di sensibilizzazione hanno partecipato molti ragazzi e insegnanti. Durante il corso, come sempre, gli incontri di Club sono stati i momenti più significativi e alcune persone hanno chiesto di entrare al Club per il piacere del confronto con gli altri, per star bene un'ora a settimana e non per un problema legato all'alcol.

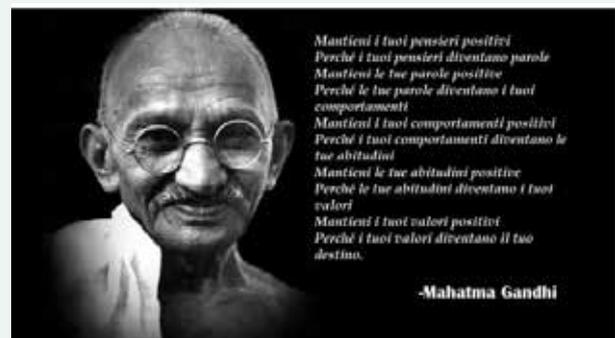
Dovevo forse dire di no a Giovanna, insegnante, che frequentando il Club ha portato nella scuola i nostri valori e la nostra metodologia?

A Maddalena, 18 anni, che viene da un anno al Club con la nonna, perché sente che il Club l'aiuta a crescere?

A Flavia, 17 anni che ha convinto il padre a partecipare ad un corso successivo sperando che poi frequentasse il Club, poiché affasciata dalle troppe attenzioni paterne? Oggi i genitori vengono al Club per confrontarsi e crescere nel loro ruolo di genitori.

E infine dovevo dire di no a Francesca che un anno fa ha perso suo marito? e così altri ancora.

Io credo che abbiamo un patrimonio culturale e di esperienza che può aiutare le nostre comunità, abbiamo la responsabilità di metterla a disposizione delle nostre comunità (slide 2)





Ognuno di noi è protagonista della propria vita e il Club sostiene questo percorso.

Quante volte diciamo nei nostri incontri: “ok sei in un momento difficile, ma questa settimana che ti è successo di bello? Pensaci, basta una piccola cosa: un fiore sul balcone, il sorriso di un vicino, una telefonata. Magicamente si trova sempre qualcosa che riesce ad illuminare degli occhi tristi.

Oppure è bellissimo quando si sollecita un piccolo progetto per la settimana e all’incontro successivo qualcuno racconta: “ragazzi, due giorni fa sono finalmente uscito e ho fatto una lunga passeggiata”.

Sono questi i piccoli grandi miracoli del Club.

E siamo all’attenzione: è di certo il più bel regalo del Club: ogni settimana ci si allena ad essere attenti non hai fatti che sono accaduti, ma alle emozioni che si vivono: “si abbiamo capito, ma tu come stai ora? Quali sono i tuoi pensieri?”

E allora più attenzione a se stessi: ho imparato che, se sono stanca, devo riposarmi, magari anche dicendo un no a qualcuno e senza sentirmi in colpa.

Oppure: “sono arrabbiata?” Mi fermo, ripercorro con il pensiero critico la giornata e parto da me: “potevo fare meglio? Quale aspettativa avevo: forse è questo che mi fa star male?”

Oppure: “c’è un comportamento di mio figlio che non mi è piaciuto?” non lo aggredisco, aspetto un giorno o due e poi gli racconto il mio disagio e lo ascolto.

Insomma, attenzione vuol dire: consapevolezza delle nostre emozioni e attenzione al nostro stile di comunicazione in famiglia e nella comunità poiché per noi (slide 3) “la Comunità locale non è la dimensione politico-amministrativa, ma piuttosto quel complesso intreccio di rapporti emozionali che si creano fra gente che in questa Comunità vive e lavora la promozione della qualità della vita

“La comunità locale non è la dimensione politico-amministrativa, ma piuttosto quel complesso intreccio di rapporti emozionali che si creano fra gente che in questa comunità vive e lavora... La promozione della qualità della vita in questa comunità è la migliore garanzia per la salute”.

(V. Hudolin, 1991)

(G. Aquilino, 1998)

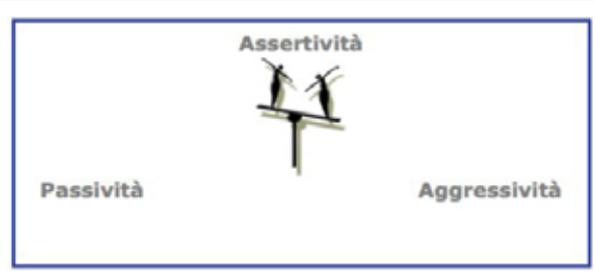


in questa Comunità è la migliore garanzia di salute (Hudolin 1991)

Quindi è importante chiedersi qual è il nostro stile di comunicazione: è assertivo?

Assertività vuol dire essere in equilibrio tra la passività e l’aggressività, una condizione dinamica, non statica, che va sempre riconquistata.(slide 4)

Vuol dire riuscire ad esprimere in modo chia-

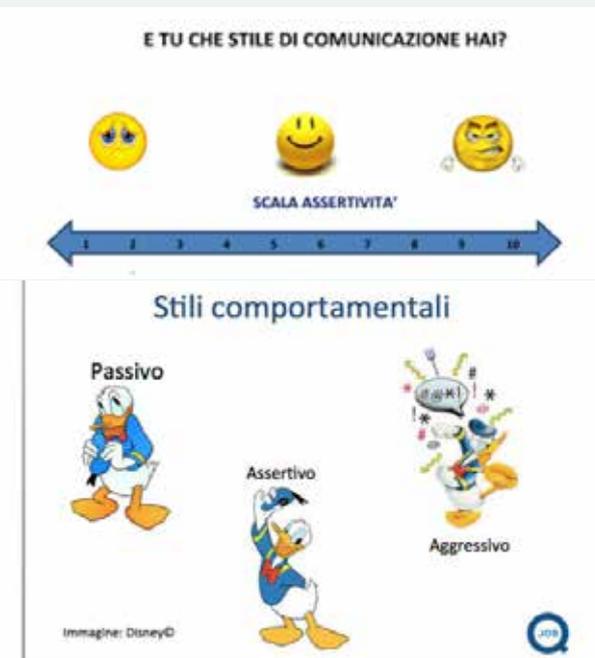


ro ed efficace le proprie emozioni e opinioni senza tuttavia offendere né aggredire l’altra persona.

Certo ci si può allenare all’assertività, ma dove meglio se non nel Club?

Io sono sempre stata più verso l’aggressività e allora a chi mi conosce da anni, spesso chiedo: “sono migliorata?“, “Sì sì sei più tollerante, mi rispondono, ma ogni tanto hai una ricaduta” E allora si che mi fa comodo rispondere: “Ognuno ha i suoi tempi, vedrai, Il prof. diceva che c’è tempo fino ai fiori”.

Ma ogni tanto chiediamoci a che punto siamo nella scala tra passività e aggressività e qual è il nostro stile di comportamento (slide 5, 6,7)





Perché è sempre una questione di rispetto di sé e degli altri

Infine il Club ogni settimana mi allena a stare un po' più in silenzio e mi ha insegnato che, più che con le parole, posso aiutare con un abbraccio. (slide 8)

Un momento di attenzione è il regalo più bello ed economico che possiamo donare a noi stessi e agli altri, quindi auguro a tutti tante carezze e di conseguenza tanti piccoli attimi di Felicità.



L' ATTENZIONE
È LA CAREZZA
PIÙ BELLA.





Se si insegnasse la bellezza

Il Club: consapevolezza, attenzione, assertività

Aniello Baselice

Premetto che il mio intervento sarà eccentrico rispetto al titolo della Tavola cui sono stato invitato ma per poter cercare di contestualizzare meglio il ragionamento sul nostro sforzo di procedere come persone, famiglie e Club verso una interpretazione del pensare e del vivere l'ecologia in una dimensione più ampia, coerente e quindi integrale.

In tale sforzo mi sembra assolutamente necessario provare a chiederci se nel percorso avviato dal sistema ecologico sociale dei Club grazie ad Assisi e all'elaborazione degli insegnamenti di Hudolin in tema di multidimensionalità e di ecologia antropospirituale dopo la sua scomparsa abbiamo maturato una coscienza ed una prassi di vita che si ispiri ad una ecologia sociale più compiuta, come preludio verso una prospettiva di ecologia integrale così come indicata da papa Francesco nella sua Enciclica "Laudato Si" che tratta compiutamente questo tema.

Dopo 26 anni di cammino si può affermare che, tra luci ed ombre, tra ricadute e progressi, tra resistenze e innovazioni, il tentativo di crescita e di maturazione è stato innescato se l'obiettivo di una promozione della qualità di vita delle famiglie dei Club, ma anche delle comunità di cui i Club sono parte viva ed attiva, parte oggi dal superamento dell'approccio ai sintomi di un disagio che, prima di essere sanitario e sociale, è essenzialmente spirituale, inteso come smarrimento o offuscamento

del senso della propria esistenza in un determinato contesto sociale e culturale.

L'approccio ecologico-sociale cui si rifanno i programmi territoriali dei Club si sta sempre più sforzando di connotarsi come approccio proteso ad una dimensione più ampia, più alta e quindi più integrale nel momento in cui pone la persona e non il problema per cui soffre (alcol, droghe, disagio psichico) al centro del loro lavoro in quanto la persona è sempre più considerata o vista dentro una rete di rapporti e ancor di più dentro un ecosistema che integra ambiente, società, economia, cultura e bene comune.

"L'ecologia studia le relazioni tra gli organismi viventi e l'ambiente in cui si sviluppano. Essa esige anche di fermarsi a pensare e a discutere sulle condizioni di vita e di sopravvivenza di una società, con l'onestà di mettere in dubbio modelli di sviluppo, produzione e consumo. Non è superfluo insistere ulteriormente sul fatto che tutto è connesso." (dall'Enciclica Laudato Si' - Paragrafo 138)

Secondo Papa Francesco "per poter parlare di autentico sviluppo, occorrerà verificare che si produca un miglioramento integrale nella qualità della vita umana, e questo implica analizzare lo spazio in cui si svolge l'esistenza delle persone. Gli ambienti in cui viviamo influiscono sul nostro modo di vedere la vita, di sentire e di agire. Al tempo stesso, nella nostra stanza, nella nostra casa, nel nostro luogo di





lavoro e nel nostro quartiere facciamo uso dell'ambiente per esprimere la nostra identità».

«...Questo ci impedisce di considerare la natura come qualcosa di separato da noi o come una mera cornice della nostra vita. Siamo parte di essa e ne siamo compenetrati. Le ragioni per le quali un luogo viene inquinato richiedono un'analisi del funzionamento della società, della sua economia, del suo comportamento, dei suoi modi di comprendere la realtà». (dall'Enciclica *Laudato Si'*)

L'ecologia integrale ha quindi al suo centro l'adozione del principio del bene comune che implica amministrazione dell'ambiente, bene collettivo a beneficio di tutti, pace sociale e giustizia distributiva, e solidarietà a favore dei più poveri e rispetto alle generazioni future. Inoltre essa richiede l'adozione di un atteggiamento del cuore per vivere in armonia con il creato. L'ecologia deve pertanto mirare alla tutela dell'ambiente nella sua interezza. Quando si parla di "ambiente" dobbiamo provare a comprendere che si fa riferimento anche alla relazione tra la natura e la società che la abita. Un ambiente che pone l'essere umano in relazione con la rete degli esseri viventi.

Per tale ragione non esistono due crisi separate, una ambientale e un'altra sociale, bensì una sola e complessa crisi socio-ambientale.

È fondamentale cercare soluzioni integrali che considerino le interazioni dei sistemi naturali tra loro e con i sistemi sociali.

Le direttrici per tali soluzioni richiedono un approccio integrale per combattere la povertà, per restituire la dignità a chi si taglia fuori dalla vita con pratiche autodistruttive (alcol, tabacco, droghe, azzardo, ecc.) e nello stesso tempo per prendersi cura della natura».

È scientificamente provato, inoltre, che «l'estre-

ma penuria che si vive in alcuni ambienti privi di armonia, ampiezza e possibilità d'integrazione, facilita il sorgere di comportamenti disumani e la manipolazione delle persone da parte di organizzazioni criminali». È questo accade soprattutto nei quartieri periferici delle grandi città «molto precari», dove si vive in un pericoloso «anonimato sociale» che favorisce «comportamenti antisociali e violenza».

Nelle nostre realtà pensiamo ad alcuni quartieri dei nostri centri urbani che a causa delle movide selvagge e dell'invasione di sale gioco presentano un grave deterioramento della qualità della vita sociale e relazionale.

L'ecologia umana come tensione alla realizzazione di uno stile di vita ecosostenibile è quindi «inseparabile» dalla nozione di bene comune.

Il bene comune va inteso come «un principio che svolge un ruolo centrale e unificante nell'etica sociale, l'insieme di quelle condizioni della vita sociale che permettono tanto ai gruppi quanto ai singoli membri di raggiungere la propria perfezione più pienamente e più speditamente».

Il bene comune presuppone il rispetto della persona umana in quanto tale, con diritti fondamentali e inalienabili ordinati al suo sviluppo integrale.

L'ecologia sociale è la sintesi armonica tra ecologia umana (rispetto e cura della propria salute fisica e psicologica) e promozione del bene comune.

Quale futuro per i programmi di ecologia sociale antropospirituale nelle nostre comunità?

«Che tipo di mondo desideriamo trasmettere a coloro che verranno dopo di noi, ai bambini che stanno crescendo?»

Se non pulsa in esse questa domanda di fondo, non credo che le nostre preoccupazioni ecologiche possano ottenere effetti importanti.

Il futuro dei programmi di ecologia sociale ci ri-



manda alla necessità di promuovere una pratica di partecipazione di ognuno di noi alla costruzione di una comunità fondata sul bene comune.

Sostenere per esempio un'amministrazione comunale nella tutela della salute dei cittadini contro le Movide alcoliche e l'invasione dell'azzardo nelle famiglie, con tutte le conseguenze drammatiche conseguenti, è una scelta di promozione dell'ecologia sociale. La nostra città, il nostro quartiere, il nostro paesino, il nostro condominio sono territori da vivere come bene comune, che si riconosca innanzitutto come habitat nel quale si svolgono le vite private e personali che vanno protette e tutelate.

Un habitat che favorisca la costruzione di relazioni empatiche e solidali; il diritto alla salute di ragazzi che rischiano la vita per lo sballo; il rispetto della legalità nell'applicazione dei divieti di vendere per esempio giochi di azzardo e alcolici ai minori; l'offerta di modelli di aggregazione alternativi al consumo tossico di tabacco, alcol e cibi "spazzatura", ecc.

"Non possiamo fare a meno di riconoscere che un vero approccio ecologico diventa sempre un approccio sociale, che deve integrare la giustizia nelle discussioni sull'ambiente, per ascoltare tanto il grido della terra quanto il grido dei poveri" (Laudato Si' – Paragrafo 49).

Non può esistere una scelta di promuovere l'Ecologia integrale non correlata ad una scelta di protezione della propria condizione bio-psico-sociale e spirituale.

Fumare, bere, mangiare troppo e male, essere sedentari, giocare d'azzardo, usare droghe o psicofarmaci come oggetti di consumo sono atteggiamenti di auto-intossicazione che possono giungere al sovvertimento del proprio equilibrio psico-fisico e alla devastazione dell'ecologia umana.

Tale squilibrio ecologico si riverbera negativamente sull'equilibrio dell'ecosistema di cui è parte l'individuo attraverso l'inquinamento sistematico del proprio habitat.

La lotta per la liberazione da ogni comportamento tossico si iscrive dunque dentro un più ampio progetto di promozione della salvaguardia globale dell'ecologia ambientale.

A partire da tale evidenza ne consegue il fatto che non è l'astinenza il fine ultimo di ogni approccio che miri a costruire un modello culturale e sociale dichiaratamente rispettoso dei principi ecologici.

Lo sviluppo sostenibile e integrale è l'orizzonte più ragionevole per la promozione di un benessere globale e non più strabico nella consapevolezza che occorre correggere profondamente i nostri stili di vita, le nostre priorità esistenziali, la nostra percezione dell'altro.

In cammino verso questa utopia che ci motiva a trasformarla in realtà possono accompagnarci le parole intrise di una formidabile forza rivoluzionaria pronunciate da Peppino Impastato, martire di mafia il 9 maggio 1978.

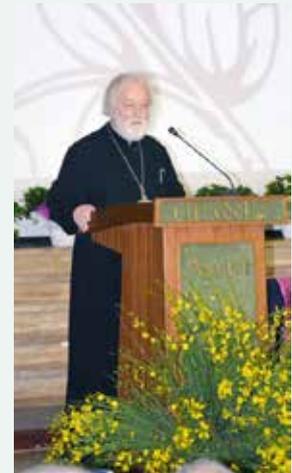
"Se si insegnasse la bellezza alla gente, la si fornirebbe di un'arma contro la rassegnazione, la paura e l'omertà. All'esistenza di orrendi palazzi sorti all'improvviso, con tutto il loro squallore, da operazioni speculative, ci si abitua con pronta facilità, si mettono le tendine alle finestre, le piante sul davanzale, e presto ci si dimentica di come erano quei luoghi prima, ed

ogni cosa, per il solo fatto che è così, pare dover essere così da sempre e per sempre. È per questo che bisognerebbe educare la gente alla bellezza: perché in uomini e donne non si insinui più l'abitudine e la rassegnazione ma rimangano sempre vivi la curiosità e lo stupore."



Terapia spirituale integrata come "spina dorsale" del trattamento delle persone con dipendenza da alcol

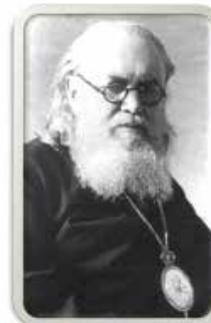
Alexjei Baburin



Terapia spirituale integrata come "spina dorsale" del trattamento delle persone con dipendenza da alcol.

Baburin A.N. 1,2,3,4

- [1] Chierico della Chiesa della Deposizione della Sacra Tunica in via Donskaya della città di Mosca. Russia. Arciprete.
- [2] Istituzione pubblica federale sovvenzionata "Centro scientifico della salute psichica" dell'Accademia delle scienze mediche della Russia, Mosca, Russia. Ricercatore Senior.
- [3] Movimento sociale regionale per la promozione dei club alcolologici famigliari, Mosca, Russia. Presidente del Consiglio direttivo.
- [4] Membro del Comitato esecutivo dell'Associazione panrusa dei medici ortodossi.



Nella Russia sovietica un esempio luminoso simile fu San Luca (Vojno – Yasenetsky) (1877 – 1961), professore di chirurgia nonché autore dei libri spesso citati "Spirito, anima e corpo" e "Saggi di chirurgia purulenta". "Il chirurgo non deve trattare con un "caso" ma solo con una persona viva e sofferente", – ribadiva sempre l'arcivescovo. Nella pratica medica dell'arcivescovo Luca ci sono chiari esempi di questo atteggiamento vero il paziente.

Dall'inizio dell'ottocento tra le opinioni sul problema dell'alcolismo prevaleva un atteggiamento grezzo, strettamente medico-biologico. Come sappiamo questo approccio ha portato pochi frutti: in centocinquanta anni l'efficacia del trattamento dell'alcolismo continuava a rimanere molto bassa.



Tale situazione era insopportabile per quei medici e quegli operatori che lavoravano non per il denaro e il profitto, come diceva il filosofo Ivan Iljin, "parificando" il paziente ai concetti astratti di "malattia" e "medicina", ma consideravano la loro professione come una specie di «sacerdozio dell'amore e della compassione».

Uno dei primi scienziati medici che cominciò a parlare chiaramente del fattore dimenticato della salute fisica e psichica fu il medico, epidemiologo e psichiatra, fondatore e direttore dell'Istituto di ricerca nazionale statunitense David B. Larson.



"Allora qual'è il fattore che così spesso rimane trascurato?" – si fa la domanda David Larson e poi risponde, – "È la forza spirituale propria della persona e la sua religiosità".

Nel 1998 presso il reparto gerontologico del Centro medico dell'Università Duke (Durham, North Carolina, USA) David B. Larson fondò il Centro della spiritualità, della teologia e della salute cui scopo era studiare l'influenza della fede religiosa sullo stato psico-fisico della persona. Sono state svolte numerose ricerche su ampia scala in questo campo, pubblicate nelle riviste scientifiche più importanti. Si svolgono i convegni intergazzionali, si pubblicano molte opere monografici.

Non c'è bisogno che vi parli del medico italiano e professore universitario canonizzato dalla Chiesa Cattolica, San Giuseppe Moscati che credo voi tutti conosciate bene. Padre Antonio Sicari, biografo del santo medico, scriveva: "Moscati non era preoccupato solo dell'unità somato-spirituale dell'uomo, e di una visione integralmente umana della malattia, ma ciò gli sembrava il minimo indispensabile per un ulteriore affondo sull'integrum dell'uomo. La cura dell'unità psico-fisica doveva spingersi fino alle ultime profondità spirituali, fino all'ultima sofferenza dell'anima, fino all'ultima esigenza di felicità, con un deciso orientamento ultraterreno».

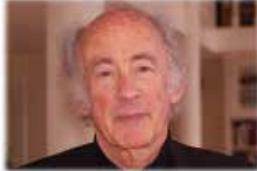


L'attuale direttore di questo centro il dott. Harold G. Koenig, psichiatra, autore di più di 280 pubblicazioni scientifiche e di 35 volumi su questo tema, in base alle conclusioni positive tratte dai lavori scientifici relativi all'impatto positivo del fattore religioso sulla salute umana dichiarato di recente nella rivista The New Republic, che "la mancanza di vita religiosa ha l'impatto altrettanto nocivo dal punto di vista della mortalità come quaranta anni di fumo se uno fuma un pacchetto di sigarette al giorno".





Sono sempre più presenti opere in cui si afferma espressamente che la religiosità della persona non deve essere trascurata. In particolare, uno dei medici olandesi più influenti degli ultimi cinquant'anni, il professore di psichiatria Herman Van Praag sostiene che la religiosità è inerente alla persona, è un attributo della mente umana, affonda le proprie radici nel nostro essere, è geneticamente predeterminata. Questo è comprovato, osserva l'autore, dall'attività registrabile dei neuroni del cervello che cambia a seconda dell'intensità e della profondità del senso religioso. Ed è anche testimoniato dal fatto che i pensieri religiosi nei non credenti possono essere prodotti sollecitando particolari zone di cervello con bio-correnti. Quindi, spiega lo scienziato, il cervello è intermediario tra i bisogni religiosi e la loro soddisfazione.



L'adepto di Eugene G. d'Aquili, medico neurologo, direttore del Centro di medicina integrativa Jefferson - Mirna Brind in Pennsylvania, Andrew B. Newberg con i co-autori dell'opera "Mistero di Dio e la scienza del cervello. Neurobiologia della fede e dell'esperienza religiosa", constatano: "Un certo numero di opere scientifiche ha mostrato che le persone che praticano le religioni tradizionali vivono più a lungo della media, soffrono più raramente di ictus cerebrale e di malattie cardiache, il loro sistema immunitario funziona meglio e la pressione arteriosa è più bassa"

"che il tasso di tossicodipendenza, di alcolismo, di divorzi e di suicidi tra le persone religiose è notevolmente più bassa rispetto a tutta la popolazione in generale", e "che generalmente la presenza di esperienze spirituali e mistiche anche di intensità moderata è associata ad una salute psichica più alta della media, che si manifesta in una migliore qualità dei rapporti interpersonali, in un livello di ansia più basso, in un'identità più definita, nell'attenzione più forte nei confronti degli altri e nell'approccio più positivo alla vita in generale".



Negli anni 90 del secolo scorso è iniziato lo sviluppo dello strutturalismo biogenetico e la neuroteologia - campi di studio all'incrocio dell'antropologia, neurofisiologia e neuropsicologia. Agli origini di questa tendenza c'erano l'antropologo Charles D. Laughlin, lo psicologo sociale John McManus e lo psichiatra, Eugene G. d'Aquili, medico statunitense di origine italiana.

Gli autori concludono: "Probabilmente, la cosa più importante qui è che la religione aiuta a lenire lo stress esistenziale, perché ci dà una certa sensazione di controllo nel mondo sconosciuto e pericoloso. La capacità di lenire i tormenti esistenziali e di darci l'accesso alle forze spirituali di grande potenza - questo è un enorme dono terrestre della religione all'uomo".



"Lo strutturalismo biogenetico dice che le persone sono geneticamente predisposti al comportamento religioso. Questo spiega la comunanza del comportamento religioso nonostante la grande varietà di religioni e le differenze sostanziali tra di loro. Nonostante l'alternanza delle molecole di DNA la religiosità resta la caratteristica fissa dell'uomo" - attesta il professore di scienze religiose e canonico emerito della Cattedrale di Canterbury di Londra John Westerdale Bowker.



Qui è importante ricordare le dichiarazioni di Gordon Willard Allport, un eminente psicologo americano, "architetto della psicologia della personalità", relative alla domanda: chi è che realmente cura la sensazione del vuoto interiore familiare a molti pazienti?

"Quando si tratta del vuoto esistenziale, di impostazione generale o di mancanza di motivazione e di valori, lo specialista è il prete, mentre lo scienziato è ancora soltanto un dilettante. Probabilmente, l'uomo che è venuto dal sacerdote ha già le sue idee religiose iniziali. In questo caso il compito è quello di aiutare l'uomo di approfondire e di allargarle per estenderle in modo più adeguato all'ambito dei suoi problemi e delle sue ricerche personali. In altre parole, la sfida è nell'aiutarlo a passare dal un orientamento religioso esterno ad una religiosità interna matura e universale. In questo, a mio avviso, consiste il compito prioritario di ogni consulente religioso".





L'accademico dell'Accademia Russa delle scienze Pavel Ivanovich Sidorov nella sua opera "Risorsa religiosa della medicina mentale" scrive: "Secondo valutazioni generali, dal 50 al 90% dei pazienti che si rivolgevano alla religione, riferivano l'alleviamento della gravità dei sintomi: riduzione del dolore, alleviamento dell'ansia e della tensione, riduzione di anosognosia e di richieste di assistenza medica, l'aumento di efficacia delle strategie di coping e della compliance, di autoregolazione e di adattamento sociale, il ritrovare il senso della vita e il conforto spirituale, l'autostima e la fiducia in se stessi, l'approvazione e la compassione, la speranza e l'amore. Si può tranquillamente affermare che la religione è la più antica e la più universale risorsa di compensazione difensiva della civiltà, che consente di soddisfare i più diversi bisogni umani strutturandone la mentalità e l'identità. L'efficacia della terapia spirituale integrata fu dimostrata in modi convincenti in vari gruppi di pazienti con disturbi d'ansia e depressione, schizofrenia, disturbi alimentari, ansia subclinica e angoscia, disturbi di dipendenza, disturbo post-traumatico da stress nei combattenti e donne che hanno subito abusi sessuali ecc.".



In esse i migliori operatori che combattevano il problema dell'alcolismo non solo erano personalmente attivi nei programmi di cura, ma anche inserivano nell'associazione altri parrochiani tra lavoratori e contadini, insegnanti di scuole parrocchiali, medici, rappresentanti degli intellettuali (la intelligenza russa) e della nobiltà. La stretta collaborazione dei membri delle associazioni alcoliche ha contribuito a raccogliere le esperienze pratiche e allo sviluppo di idee e proposte nuove per far fronte all'alcolismo tra la popolazione. La strategia proposta nel IV secolo da San Giovanni Crisostomo che invitava a creare associazioni "per sterminare la passione per bere", era richiesta come non mai prima.



Negli anni 90 del secolo scorso è iniziato lo sviluppo del **strutturalismo biogenetico** e la **neuroteologia** - campi di studio all'incrocio dell'**antropologia**, **neurofisiologia** e **neuropsicologia**. Agli origini di questa tendenza c'erano l'**antropologo Charles D. Laughlin**, lo **psicologo sociale John McManus** e lo **psichiatra, Eugene G. d'Aquili**, medico statunitense di origine italiana.

È significativo notare che grazie all'attività e alle iniziative promosse dalle associazioni alcolologiche parrocchiali, degli organismi di vigilanza per la "sobrietà popolare" e alle misure legislative, il consumo di alcol pro capite in Russia nel periodo dal 1885 al 1905 fu più basso rispetto agli USA e ai paesi Europei.

Paesi	Quantità totale di alcol consumata (in litri di alcool puro)	La quantità di alcool (assorbito) consumata nella terra	La quantità di alcool (assorbito) consumata nel vino	La quantità di alcool (assorbito) consumata nella vodka
Francia	19,04	1,05	13,95	4,04
Germania	12,58	7,80	0,48	4,90
Italia	12,31	0,03	11,83	0,65
Svezia	11,73	2,16	6,77	2,80
Danimarca	10,92	3,67	-	7,25
Gran Bretagna	10,63	8,11	0,25	2,27
Germania	9,13	4,26	0,61	4,26
Austria	8,59	1,57	2,02	5,00
Ungheria	-	-	-	-
Svezia	5,28	1,58	-	3,70
USA	5,61	2,88	0,25	2,48
Russia	2,80	0,15	-	2,65

Vorrei farvi notare, che questo risultato fu ottenuto senza interventi di politica sanitaria.

Tabella № 1. Il consumo di bevande alcoliche nei principali paesi culturali: rappresentazione statistica comparativa per il periodo dal 1885 al 1905. E.Serve. Der Verbrauch alkoholischer Getränke in den Haupt-Kulturländern: vergleichende statistische Darstellung für die Zeit ab 1885. Berlin, 1907.

"Lo strutturalismo biogenetico dice che le persone sono geneticamente predisposti al comportamento religioso. Questo spiega la comunanza del comportamento religioso nonostante la grande varietà di religioni e le differenze sostanziali tra di loro. Nonostante l'alternanza delle molecole di DNA la religiosità resta la caratteristica fissa dell'uomo" - attesta il professore di scienze religiose e canonico emerito della Cattedrale di Canterbury di Londra John Westerdale Bowker.



La partecipazione del clero alla lotta contro i problemi alcol correlati era e rimane uno dei requisiti della deontologia pastorale, che incarica i sacerdoti non solo di predicare, ma anche di farsi carico di "qualunque malattia e qualunque infermità" [Matteo 10, 1].

I Clubs degli Alcolisti in Trattamento che utilizzano il metodo di Vladimir Hudolin nella Federazione Russa hanno messo radici in chiesa: sono sorti e si sviluppano nelle parrocchie della Chiesa ortodossa russa. Tutti i membri del nostro movimento sono pieni della più sincera gratitudine nei confronti del fondatore di questo metodo.



Prof. Renzo De Stefani



Sergij, il metropolita della Chiesa Ortodossa Russa



Don Silvio Franch (Cluz 1932 - Trento 2001)



L'adepto di Eugene G. d'Aquili, medico neurologo, direttore del Centro di medicina integrativa Jefferson - Mirna Brind in Pennsylvania, Andrew B. Newberg con i co-autori dell'opera "Mistero di Dio e la scienza del cervello. Neurobiologia della fede e dell'esperienza religiosa", constatano: "Un certo numero di opere scientifiche ha mostrato che le persone che praticano le religioni tradizionali vivono più a lungo della media, soffrono più raramente di ictus cerebrale e di malattie cardiache, il loro sistema immunitario funziona meglio e la pressione arteriosa è più bassa"

"che il tasso di tossicodipendenza, di alcolismo, di divorzi e di suicidi tra le persone religiose è notevolmente più bassa rispetto a tutta la popolazione in generale", e "che generalmente la presenza di esperienze spirituali e mistiche anche di intensità moderata è associata ad una salute psichica più alta della media, che si manifesta in una migliore qualità dei rapporti interpersonali, in un livello di ansia più basso, in un'identità più definita, nell'attenzione più forte nei confronti degli altri e nell'approccio più positivo alla vita in generale".

Sentiamo una particolare gratitudine nei confronti di Don Silvio Franch, l'indimenticabile prete della chiesa trentina, che ha iniziato lo sviluppo dei rapporti tra la chiesa cattolica trentina e la chiesa ortodossa russa. Lui è stato l'ispiratore ideologico ed anche lo sponsor del programma della creazione dei club delle famiglie con problemi alcol correlati in Russia.





Il primo club è stato aperto il 5 dicembre dell'anno 1992 presso la chiesa dedicata a San Nicola Taumaturgo nel paese di Romashkovo vicino a Mosca.



Ed è proprio verso la perfezione del nostro modo di vivere e verso la "deificazione" (theosis), che aspira la spiritualità ortodossa. Anche quando parliamo solo di spiritualità antropologica, pensiamo a una persona ("anthropos") che guarda su (an), cioè nel mondo celeste, ideale, divino.



Che cosa ha contribuito a questo? Penso che non mi sbaglia se dico: l'opportunità aperta nel rinnovato Paese per riempire il mondo spirituale di persone con contenuti religiosi tradizionali. Il nostro concetto di spiritualità può essere espresso dal famoso detto evangelico: "Non di pane soltanto vivrà l'uomo" (Luca 4, 4). Il pane nonostante sia "vitale" non è sufficiente per una vita piena della persona e della società. Il significato della vita e dell'attività spirituale consiste nell'aspirazione alla Verità assoluta, Saggezza, Bontà, Bellezza e Amore.

PANE di VITA



Il ricorso dell'uomo all'infinito, il desiderio di andare oltre se stesso, di essere coinvolto nella sfera divina, di affermarsi nel trascendente, di trovare il senso della vita e di realizzarlo è il bisogno principale della natura umana che determina tutte le direzioni della sua vita spirituale. La comprensione e la realizzazione di veri valori spirituali testimoniano la salute spirituale e la maturità delle persone.

Qual è la caratteristica della spiritualità ortodossa e di come queste caratteristiche siano prese in considerazione nel lavoro con i membri delle associazioni dei club?

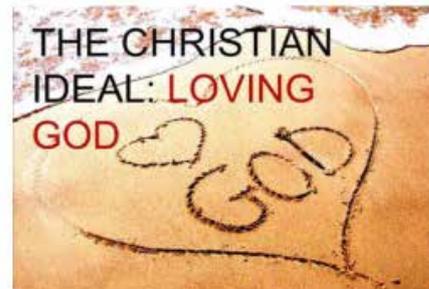


Considerando le peculiarità della mentalità russa, noi, prima di tutto, dobbiamo considerare il fatto che queste caratteristiche della spiritualità sono fondate sullo stile di vita e sulla visione del mondo slavi, come risultato dell'assimilazione attiva e dello sviluppo creativo delle tradizioni confessionali e culturali bizantine.

L'approccio di Vladimir Hudolin alla soluzione dei problemi legati al consumo di alcolici era consono con i punti di vista, le tradizioni e le aspirazioni del popolo russo.



"L'alcolismo non è una malattia come classicamente la si intende, ma piuttosto uno stile di vita, complesso e protraitto nel tempo", - Insegnava il professor Hudolin .



Era la visione cristiana del mondo che formava l'ideale dell'amore onnicomprensivo come base dell'esistenza umana e, di conseguenza, il corrispondente stile di comportamento individuale e sociale.





Gli Slavi che scoprirono Gesù Cristo sperimentarono la gioia spirituale, l'estasi e la tenerezza dalla conoscenza della saggezza della parola, delle conversazioni con i devoti della fede, della frequenza in chiesa, della partecipazione alla Divina Liturgia e alle feste religiose.



ai pellegrinaggi e al pronunciamento dei voti di sobrietà



dell'immersione nelle fonti sacre,



per avvicinarsi alla gioia genuina, insieme alla partecipazione alle serate di musica, canzoni, folclore, serate letterarie, spettacoli amatoriali,



della venerazione delle reliquie cristiane e delle visite ai luoghi della fede.



gare sportive, scampagnate, visite ai teatri, mostre, proiezioni dei film, in realtà eventi puramente laici.



Per questo anche adesso i membri delle associazioni alcolcorrelati e con altre dipendenze. La spiritualità, infatti, è un modo originale dell'essere persona e la sua principale caratteristica distintiva come "essere", e influenza direttamente anche i processi biologici nel corpo umano.



Si può senza dubbio affermare che la terapia spirituale integrata costituisce la "spina dorsale" del trattamento delle persone con problemi alcolcorrelati e con altre dipendenze. La spiritualità, infatti, è un modo originale dell'essere persona e la sua principale caratteristica distintiva come "essere", e influenza direttamente anche i processi biologici nel corpo umano.





Inno al Club

Il Club e la felicità nella comunità

Claudio Zorzi

Riprendo l'incipit della mia riflessione in *La Magica Alchimia del Club*, la terza pubblicazione della serie *La Cura dell'Anima* che ho condiviso con *Vanna Cerrato* e *Franco Marcomini* che ringrazio con affetto.

È stata una nuova esperienza per me, nata proprio qui ad Assisi lo scorso anno, dopo aver letto il loro *"Sulla Meditazione e Trascendenza. Riflessioni"*.

L'incipit era: "C'è una domanda da cui parto ed è una domanda su cui ci si sofferma poco" scrivevo. La domanda è questa: "Che cosa permette alle famiglie di cambiare, quando iniziano a frequentare il Club?"

Ricordo lo stupore ed il piacere che mi ha preso durante una Scuola di *Ecologia Familiare* quando il lucido di un gruppo autogestito riportava che noi cambiamo, cresciamo e maturiamo perché/ quando ci lasciamo coinvolgere e diventiamo parte proprio della misteriosa alchimia del Club.

Era l'espressione sintetica e fortemente espressiva di *Vittoria* rispetto al come lei si sente quando è al Club. Non so se la potete condividere e se questa espressione a voi dice qualcosa.

A me parla, parla di quel clima che probabilmente percepiamo in tutti i Club, a qualsiasi latitudine del pianeta si ritrovi ed indipendentemente dalla lingua in cui si esprimano le famiglie.

Potremmo dunque definirla una caratteristica transculturale del Club, come se *Hudolin*, consegnandoci il Club nel lontano/vicino 1979, ci avesse semplicemente detto: "Voi intanto andateci e poi capirete/sentirete/intuirete e magari potrete anche crearci sopra delle teorie" come sto facendo

in parte io in questo momento, "ma non saranno certo le teorie che vi salveranno e salveranno il pianeta".

Lui infatti ha scritto poco, ma in compenso ci ha lasciato il Club appunto e le Scuole ed i Congressi, permettendoci di ereditare la sua fiducia che le cose non potranno andare male: Vi prego di continuare.

Continuare dunque, che significa semplicemente continuare ad andare al Club, perché il Club è meditazione, è crescita e maturazione fino ai fiori e, con questo, anche cambiamento della cultura esistente o antropo-spiritualità.

Quando ci penso a me non sembra molto come testamento, ma contemporaneamente questo ha significato per me andare al Club per trentadue anni e e sta significando continuare a credere che faccio bene, trentadue anni dopo!

Secondo me è in gioco proprio la misteriosa alchimia del Club; è proprio la sua magia a continuare a tenermi lì, è proprio il constatarne settimanalmente gli effetti negli occhi e nelle parole degli altri che mi affascina e mi fa sentire bene.

Ma come?

Se non ricordo male *Hudolin* non ha mai spiegato perché il Club funziona, ma, durante le Settimane di Sensibilizzazione all'Approccio Ecologico Sociale, nei gruppi con conduttore del lunedì e del martedì ce lo ha fatto descrivere e poi ci ha fatto andare a due Club; poi ci ha permesso di dire cosa avevamo visto e sentito e quindi ci ha detto: "adesso fate anche voi così". Punto!

Così come, però?



Il Club è prima di tutto un luogo fisico, dico nella Magica Alchimia, con caratteristiche proprie e ben descrivibili, che però sembrano così apparentemente scontate da far perdere il loro significato di insieme.

Sono anche queste caratteristiche che rendono possibile il miracolo e la misteriosa alchimia? Si potrebbe sostenere che sono anche le sedie, la luce e l'arredo a rendere un luogo confortevole ed in grado di facilitare l'obiettivo e che dunque anche sedie, luci ed arredo sono mezzo, oltre che parte, del risultato stesso?

Avevamo convenuto che l'idea di una servitrice-insegnante, di mettere cioè in scena in maniera essenziale il funzionamento del Club, ci avrebbe aiutato a mettere in luce e ridare il giusto rilievo proprio a questi aspetti di design, apparentemente secondari per il risultato, di cui si è appena detto.

Ritenevamo che anche essi rappresentassero una parte della Metodologia, cioè del modo che Hudolin ci ha consegnato per raggiungere quel risultato di crescita e matu-

razione fino ai fiori e che il Club si porta dietro, attraverso le famiglie, come sapere esperienziale.

Dunque il design del Club, ricavato dal sapere esperienziale/tradizione delle famiglie, sul modo di fare Club!

Lo abbiamo ricostruito nelle modalità che seguono: una volta alla settimana, puntuali insieme alla famiglia, ci si siede in cerchio senza oggetti in mezzo (tavoli), si spengono i cellulari (questo però ce lo siamo detti successivamente allora eravamo ancora nell'era dei telefoni fissi), si fa l'appello, si contano i giorni di astinenza da alcol e da altre sostanze o comportamenti (tutti quanti i partecipanti al Club) e si decide chi si prende cura delle famiglie assenti; si legge il diario e chi legge il diario conduce; uno dei presenti registra quanto viene detto per il diario dell'incontro successivo; il Club dura un'ora e mezza, non si fuma; si moltiplica all'ingresso della

tredicesima famiglia o comunque una volta all'anno; le cariche vengono ruotate una volta all'anno.

Qualcuno ha anche chiamato tutto questo la routine del Club, sottolineando con questo le caratteristiche di staticità/immodificabilità/continuità di un design che, osservato in superficie, potrebbero sembrare noioso e necessariamente da cambiare.

Ma è proprio questo design ed anche queste considerazioni che ci permettono di entrare in una traccia finora poco percorsa e che potremmo sintetizzare in: anche il Club, come altre esperienze che fanno riferimento alla dimensione spirituale, ha una sua ritualità.

Tutto questo, mi rendo conto ora, mentre parlo con voi, mi sta spostando verso un livello di consa-

pevolezza inso-

spettata di cosa sia il Club e che riassumerei così, citando Fritjof Capra:
"Per riconquistare la nostra piena natura umana dobbiamo riconquistare l'esperienza della connessione con l'intera trama della vita. Questo riconnettersi, re-ligo

in latino, è la vera essenza del fondamento spirituale dell'ecologia profonda. Quando questa percezione diventa parte della nostra consapevolezza di ogni giorno emerge un modo di essere completamente nuovo".

Questo è il livello per il quale il Club è stato pensato e verso cui ci spinge!

La sua prospettiva è quella dell'Ecologia integrale, vissuta attraverso la visione ecologico sociale antropospirituale ed agita attraverso la solidarietà, l'amicizia e l'amore, come diceva il Professore.

In questo momento aggiungerei anche con tutto il mio cuore, con tutta la mia anima, con tutta la mia forza e con tutta la mia mente ed agendo serenamente impotenti, perchè in questa prospettiva si disvela la sua Misteriosa Alchimia!

(Cerrato V e Marcomini F, Meditazione e Transcendenza pag. 23. La cura dell'anima. 2017)





Il Club e la Ricerca della felicità con la comunità

Il Club e la felicità nella comunità

Pier Maria Pili



1



2

1) Ho scelto questa immagine un po' intima per rappresentare le Ricerche della Felicità (RdF) di ciascuno. Al centro in rosso, il desiderio di felicità che ci accomuna e ci dà l'energia per andare avanti.

Il tema della RdF è stato approfondito da molte ACAT, soprattutto dopo il congresso di Jesolo. Proverò a descrivere qualche "effetto collaterale" di questo lavoro.

2) Un primo effetto sono questi occhiali speciali: ci danno la consapevolezza che la RdF non è solo un bisogno naturale, ma anche un "registro" per vedere il mondo. Proviamo a metterli su.

Beh intanto vedo che essere qui ad Assisi fa parte della RdF di ciascuno.

3) Penso che a volte la condivisione di RdF può assumere le forme della poesia "sociale".

Allora le persone sembrano più "colorate" e più "luminose". Forse "Assisi" ci piace anche per questo.

4) Se guardiamo la cultura prevalente? Con gli occhiali vediamo doppio:

Con una lente: Vite in vacanza, come a Sanremo?
- Ricerche continue di evasione.



3



4



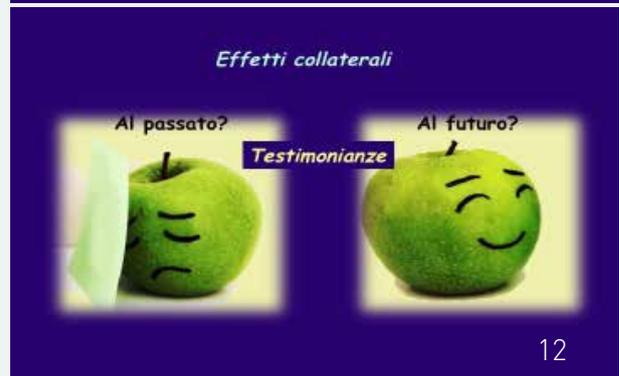
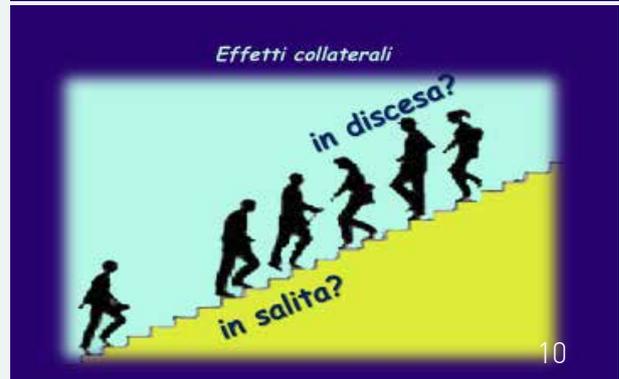
5

Con l'altra lente: gli agguati un po' inquietanti della noia - e il bisogno di relazioni "vere".

5) Se guardiamo La cultura eco-sociale?: Una RdF controcorrente - Persone che cercano di sintonizzare i propri occhiali con quelli dei compagni di viaggio - In modo solidale - Cercando una vita ricca di senso

6) Il professore? Forse usando questi occhiali raccogliamo anche l'indicazione del prof. Hudolin di scrollarci i rami secchi del passato e di produrre più riflessioni e testimonianze di gioia di vivere.

7) E la vita del Club?



Vediamo come la semplice presenza del Club facilita la RdF della Comunità, perché genera speranza che i problemi ACC trovino una soluzione.

Gli occhiali possono anche farci produrre buone domande. Del tipo: “Quale RdF stanno facendo le persone che abbiamo di fronte?”. O anche “Quale immagine del lavoro del Club proponiamo nella comunità”? Il Club è una “Palestra di RdF”? - di “Trattamento”? di “Cittadinanza attiva”?

8) Possiamo anche vedere dei flash del nostro percorso di RdF col Club: i sogni e gli incoraggiamenti di chi ci pensa, e poi come ci leghiamo agli altri, ci confrontiamo, esercitiamo la solidarietà, studiamo, criticiamo la cultura tradizionale, proponiamo una cultura alternativa (Eco Sociale).

9) Poi dopo un percorso di sobrietà magari scopriamo la leggerezza e il sorriso, e diventiamo più saggi. E forse è questa la promessa dell’AES: la Felicità dei saggi.

cità dei saggi.

10) Gli occhiali possono anche generare dubbi: è proprio vero che il percorso di maturazione col Club è una strada faticosa in salita?

11) E il diario del Club? Descriviamo macigni di sofferenze? Oppure ci mettiamo gli occhiali per vedere anche le finestre aperte oltre i macigni?



Forse le finestre di trascendenza “dovrebbero” essere sempre descritte.

12) E le testimonianze? Come sono le testimonianze dopo 20 anni di sobrietà e frequenza del Club? Al passato o al futuro? Forse la meditazione sulle RdF orienta la narrazione verso il futuro.

E il passato? Magari lo vediamo anche con tenerezza: coi nostri tentativi più o meno goffi di RdF. Anche con l'alcol.

13) Non so se è solo una mia impressione, che negli ultimi interclub le testimonianze descrivevano di più la voglia di protagonismo e la costruzione del futuro.

14) Forse è ora che anche il nostro legame col Club venga riformulato anche con l'ottica della RdF: è una forma di impegno sociale che fa parte della nostra personale RdF.

15) Domanda, come condividiamo le RdF con la

Comunità? E' una sfida perché bisogna fare i conti con la cultura prevalente. Con l'infelicità generata dalla perdita di senso e dalla liquefazione dei valori per cui valga la pena di lottare – lavorare – studiare.

E quella finestra in alto? Forse siamo noi che ci ostiniamo a vedere un “oltre”: i Club, i movimenti culturali un po' visionari, il volontariato, e il 75% dei giovani che crede nell'impegno sociale per rendere più giusta e bella la convivenza. (Eurispes)

16) In quest'ottica il nostro lavoro con la comunità assomiglia al lavoro di questo pianista: cerca i luoghi di squallore e sofferenza, ma non si lascia sopraffare, ed esprime la bellezza della sua arte. Una forma di poesia sociale.

17) La RdF del Club allora non è estraniarci dal dolore del mondo, e nemmeno vivere contemplando arcobaleni, ma andare controcorrente rispetto al degrado. Generare speranza.



Scenario - visibilità

19



I Club alleati delle associazioni

22



Protagonisti

20



Protagonisti

foto

23



Protagonisti

21



Protagonisti

Scuola

24

Un pittore – figlio di una nostra SI anche lei pittrice – dipinge finestre esistenziali. Ha scelto questa finestra per rappresentare il lavoro delle persone del Club. Forse un po' di RdF e di Trascendenza?

18) Con l'ottica della RdF, la Promozione della Salute può sembrare una specie di laboratorio comunitario, che permette il confronto tra le "finestre esistenziali" dei cittadini.

Chi sono i nostri partner? La Scuola? la Comunità? il Servizio pubblico? chi altro?

Forse questa attività può anche contribuire per raggiungere l'1% dei cittadini.

19) In pratica gli attori: – Producono e condividono le riflessioni sulla RdF, Cercano esempi di impegno sociale dei cittadini, e lavorano per creare uno scenario per rendere visibile tutta questa attività. Qualche flash locale, mi piacerebbe conoscere altre esperienze.

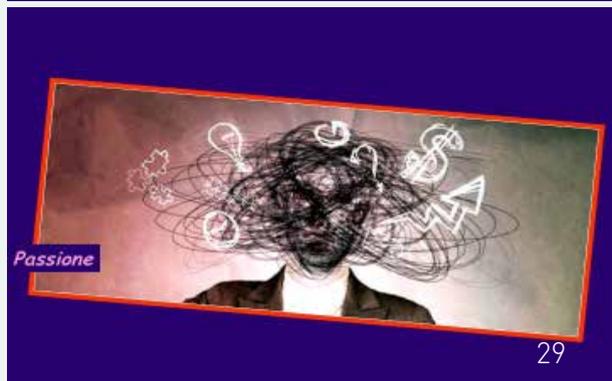
20) Questo è un esempio di scenario nella nostra zona: il teatro comunale. Ogni anno il lavoro di Promozione della Salute con l'ottica della RdF, (Felicità oltre l'alcol), viene reso visibile con un evento aperto alla comunità. Sul palcoscenico: le performance di tutti i protagonisti.

21) Esempi di impegno sociale di "normali cittadini". Qui la testimonianza della proprietaria di un bar-ristorante che ha chiuso la sala dell'azzardo.

Dietro c'è il lavoro dell'associazione di ricercare questi esempi nella comunità.

22) Qui un'associazione di 20 gruppi musicali porta l'esperienza di come alcol e droghe intralciano la "buona musica". - Il loro statuto prevede che le prove e le esibizioni musicali siano alcol-free.

Ancora: quest'anno l'ACAT ha contribuito alla visibilità del lavoro dell'associazione "Libera". Così i Club dimostrano di essere alleati delle associazioni



che lottano per la giustizia sociale.

23) Esempio del lavoro delle famiglie dei Club sulla RdF. Vengono prodotte riflessioni scritte, pubblicate o recitate da attori, testimonianze di RdF, proiezioni di foto di momenti gioiosi del Club, il tutto immerso in particolari ambientazioni musicali

24) Questo flash per rappresentare l'attività con le scuole superiori con l'ottica della RdF: docenti e studenti, con l'ACAT, approfondiscono e condividono riflessioni sulle RdF e sui comportamenti e idee che la intralciano.

25) I lavori di condivisione delle classi sono rappresentati con performance artistiche, nell'evento finale.

26) Per concludere: il lavoro sulla RdF può arricchire tutti. Pone domande che coinvolgono tutti i cittadini di ogni età - come questa: "Come posso esprimere la mia unicità?"

27) O questa: "Nel futuro vedo buio e precarietà, perché studiare o darmi da fare?"

28) Anche il tema della creatività e dello sbalzo collegato alla RdF è un classico.

29) Insomma devo dire che si apre il cuore nel vedere i Club, la scuola, i servizi e i cittadini lavorare insieme.

30) Si percepisce la passione che accompagna la ricerca esistenziale.



È certo che meno alcol significa più felicità

Il Club e la felicità nella comunità

Michele Parisi

Il Club è un laboratorio dove, settimana dopo settimana, si costruisce felicità.

Il percorso che le famiglie costruiscono, passo dopo passo, conduce ad un continuo avvicinarsi alla felicità, che rimane un traguardo a cui tendere, ma che non si completerà mai.

Nel Club, comunque, questo percorso si compie con rapidi evidenti miglioramenti e questo a noi membri di Club è ben evidente, ma la felicità vissu-

È necessario comunicare alle comunità la felicità che si vive nei Club, dobbiamo essere testimoni, sempre con molta tranquillità, serenità, con sobrietà, ma con continuità, non possiamo essere soddisfatti, perché molta strada abbiamo ancora da percorrere.

Non bisogna mai stancarsi, mai arrendersi.

È inaccettabile che i teorici responsabili della salute e del bene comune delle nostre comunità, i sindaci, continuino a finanziare e/o patrocinare eventi, quali le feste della birra, che sarebbe più appropriato definire catastrofi e non feste, e/o calici sotto le stelle o simili esaltazioni dei vini, che purtroppo le stelle le fanno vedere anche quando non ci sono.

È scandaloso, a mio modesto avviso, che ancora tutto ciò avvenga e per questo la nostra opera di testimonianza ed impegno all'esterno del Club non deve mai cessare, perché è certo che meno alcol nelle nostre comunità, significa più felicità.



ta nel Club deve essere esportata, deve uscire fuori.

Nel Club il percorso non riguarda solo l'alcol, ma il cambiamento abbraccia sempre più comportamenti; si va sempre più verso una stile di vita che la definizione di ecologia integrale rende abbastanza fedelmente.

Già, comunque, riuscire a modificare lo stile di vita delle nostre comunità relativamente all'alcol, determinerebbe un incremento rilevante della felicità. In particolare nella mia Sicilia ancora tantissime famiglie vivono il dramma dei problemi alcol-correlati all'interno della propria casa, senza che le difficoltà sfocino in una richiesta d'aiuto al Club e comunque ad altri che potrebbero provare a dare una risposta al problema.

I Club in Sicilia sono pochi e sono ancora meno rispetto ad alcuni anni fa.



A questo proposito devo anche citare l'opera non certo meritoria che in questo campo esercita Libera, nonostante l'impegno molto importante in altri ambiti della vita delle nostre comunità.

In Sicilia tantissimi terreni, confiscati alla mafia, sono stati acquisiti da Libera e sono stati destinati alla coltivazione di vigneti per la produzione di vino.

Sono rimasto basito quando, in una delle più importanti piazze di Palermo, ho visto l'ampia vetrina di un negozio di Libera quasi totalmente occupata



da bottiglie di vino, con un minimo spazio destinato agli altri prodotti.

Abbiamo ancora tanto da fare anche con associazioni che affermano di lavorare per il bene comune.

Ma voglio tornare al Club ed in particolare alla disposizione che assumiamo durante i nostri incontri settimanali e cioè il cerchio che a me piace associare ad un abbraccio, un abbraccio da estendere a tutta la comunità.

È fondamentale coinvolgere sempre più famiglie, perché l'alcol è praticamente sempre presente, anche le famiglie che non lo consumano, molto spesso lo guardano con un occhio benevolo, non consapevoli di quanto riduca la felicità delle nostre comunità.

L'abbraccio deve partire dall'alcol, almeno in Sicilia, estendersi coinvolgendo sempre più nuove famiglie e così iniziare quel percorso di cambiamento verso una ecologia integrale e verso il bene comune e solo così la felicità delle nostre comunità potrà raggiungere livelli mai conosciuti prima.

Parlare di bene comune non può prescindere dai nostri comportamenti che dovrebbero essere orientati alla giustizia sociale, all'equità.

visita di altre persone alle quali, in conseguenza del mio comportamento, potrà essere diagnosticato con ritardo un tumore”.

Penso anche a tanti comportamenti omissivi: vedo un mio collega di lavoro che commette irregolarità (per esempio nel timbrare il cartellino orario o in altro); non segnalare a chi di competenza, non solo gli evita eventuali problemi giudiziari, ma non permette che attraverso la testimonianza si possa favorire un comportamento di giustizia, volto al bene comune, invece di quello che ha l'effetto di ridurre la felicità delle nostre comunità, poiché la mia omissione determinerà svantaggi per molti cittadini della mia comunità.



Penso a quanta strada abbiamo ancora da fare, ho ancora da fare. La presenza attiva nelle nostre comunità è ormai imprescindibile, solo attraverso una continua opera di testimonianza si potranno coinvolgere sempre più famiglie e solo

Adesso parlo di me che vivo nella mia amata Sicilia, che ho la sensazione che sta riuscendo ad esportare, oltre i confini non solo regionali, ma anche nazionali e continentali, tutta una serie di comportamenti legati all'usufruire di piccoli privilegi, all'utilizzo della "raccomandazione", oggi evoluta in "segnalazione", ma la sostanza non cambia.

Mi faceva riflettere ciò che un membro di Club affermava: "se io chiedo, attraverso una conoscenza, di anticipare una visita medica, questo ritarderà la

così potremo lavorare per influenzare verso il bene comune le decisioni di chi ha maggiore potere in tal senso, per esempio i sindaci e gli amministratori delle nostre comunità.

È importante unirsi, condividere, essere solidali, far sentire la propria voce come un coro unanime.

Solo così la felicità potrà abitare le nostre comunità, potrà essere percepita e respirata da tutti, pur nel rispetto delle diverse e infinite felicità, espressioni di ogni libertà individuale.

**Il tempo delle opportunità
e la scala della felicità**

Antonella Tosi



Ringraziamento

Carissimi Amici in occasione del mio 25° anniversario di partecipazione al Convegno di Assisi, il teatro della Cittadella l' 11 Maggio, primo Giorno di Congresso, mi ha regalato una grossa disavventura, mentre ho abbandonato per tre minuti la mia borsa, per entrare in sala a partecipare al gruppo di lavoro pomeridiano, qualcuno senza cuore ha infilato le mani nella mia borsa e in mezzo a tanti altri oggetti importanti e preziosi da portare via, ha scelto di rubare una piccola scatola nella quale in quel momento erano contenuti tutti i miei risparmi che avrebbero dovuto sostenere la mia presenza ed il mio viaggio ad Assisi. All' improvviso mi sono trovata ad essere poverissima senza neanche più un centesimo in tasca!

Il mio grazie va alla grande squadra di amici che alla scoperta del misfatto si è adoperata per non abbandonarmi, lasciarmi sola ed in particolare consolare la mia disperazione!

Non trovo ancora adesso parole per descrivere la meraviglia che mi ha colto, quando mi è stata consegnata, il sabato pomeriggio, da Padre Danilo una busta che magicamente conteneva tutto il denaro sottrattomi, raccolto con una colletta operata in mia assenza in teatro.

Grazie ad ogni singolo partecipante al congresso, alla segreteria, a ogni singolo organizzatore; ho visto materializzarsi il vero e sincero "amore per l' altro" e ho potuto vivere materialmente la partecipazione profonda ad una disavventura.

Il mio 25° di partecipazione al congresso non poteva ricevere dono migliore per rimanere per sempre impresso nel profondo del mio cuore.

Affettuosamente

Antonella Tosi





Contributi

Pensieri per Assisi

Da quando a quattordici anni, durante un congresso che sviluppava il tema “l’Ambiente e le Missioni”, ho sentito dire dal relatore che il 20 % della popolazione mondiale usufruiva dell’ 80% delle risorse del mondo e che al rimanente della popolazione restava solo il 20%, ho capito che qualche cosa non andava.

Se in una famiglia Europea composta da tre persone si contano tre macchine, una moto e tre biciclette mentre in alcuni paesi del mondo per andare a prendere l’acqua si devono fare chilometri a piedi, qualche cosa non va.

Se per irrigare ettari ed ettari di vigneti, si devono studiare complicati metodi per poter rifornirsi d’acqua che sempre più scarseggia nel nostro pianeta, c’è qualche cosa che non va.

Ancora oggi, a cinquant’anni, sento rompersi qualche cosa dentro quando vedo un albero tagliato antropizzando l’orizzonte, a scapito dell’equilibrio ecologico.

Equilibrio base per ogni equilibrio umano. Perché possiamo studiare ed approfondire le relazioni, i disagi, gli stili di vita ma se non abbiamo una terra su cui camminare, a cosa può servire?

“Ciò che accade alla terra, accade ai figli della terra.

Se l’uomo sputa sul suolo, sputa su se stesso.

Tutte le cose sono unite tra loro come il sangue che lega una famiglia.” (estratto dal discorso pronunciato nel 1852 da Capo Seattle)

E se tutte le cose sono unite tra loro, in una terra storpiata, il nostro spirito la nostra vera essenza come può trascendere?

Clara, Club 177 Soave

L’Ecologia Sociale, se non ho capito male la spiegazione, è un lavoro interiore che tutti e non soltanto chi ha avuto dipendenze, deve fare all’interno di se

stesso.

Serve ad acquisire coscienza di sé, fiducia e ci aiuta a dare alla nostra esistenza un senso interiore ed una spiritualità che non ci fanno sentire mai soli, come spesso capita, ma facenti parte del nostro universo principalmente domestico ma anche di relazione con quanti ci stanno vicini.

Ciò serve a migliorare noi stessi ma anche gli altri.

Personalmente penso che questo lavoro è molto faticoso, l’ho intrapreso qualche volta anch’io, ma molto spesso l’ho lasciato perchè mi sono fatta riprendere dall’inerzia della vita quotidiana.

Ora devo riprenderlo di slancio, anche se mi costa, perchè capisco che è un valore in più ed è molto importante nell’esistenza degli uomini e nell’insieme dell’Universo.

Sonia, Club 177 Soave

Contributi di GAV, Giovani Arcat Veneto

Ecologia integrale come attenzione

- **ad ogni istanza di chi ci è più vicino**

Mi chiamo Francesca, ho compiuto 25 anni da qualche mese (un quarto di secolo ormai) e frequento da 6 anni il Club insieme alla mia famiglia di origine. Qui ho avuto l’opportunità di conoscere tante persone, famiglie, composte in maniere diverse, nelle loro complessità. Ultimamente, oltre alle storie delle famiglie del Club, nella mia quotidianità ho aperto gli occhi sulla reale situazione familiare ed affettiva di chi mi sta vicino e di conoscenti nel mondo del lavoro. Ascoltando le loro vite ho capito di aver acquisito la capacità di avvicinarmi a queste con la comprensione delle loro posizioni, dei ruoli, delle difficoltà, dei ca-



ratteri, delle storie e delle personalità di ognuno.

Non ho ascoltato tutto ciò come un semplice gossip, con la voglia di spettegolare, giudicare, farsi meraviglia delle realtà altrui, le più disparate (comportamenti che in passato ferivano e non erano di aiuto a me né alla mia famiglia), ma con il desiderio di comprendere, per poi in futuro e ora scegliere per me; evitando scelte di comodo in funzione di un quieto vivere, mascherato dietro la volontà di perseguire o portare avanti il valore di una famiglia unita, di mostrare qualcosa che non è ma che va bene così, compromessi accettati a volte solo per la paura di rimanere soli, castelli di carta che prima o poi cadono, se non per volontà nostra ma per il seguito degli eventi.

Ringrazio il Club per questa maturità acquisita. Mi rendo conto che molto spesso manca la capacità, il coraggio di prendere in mano le situazioni con pazienza, calma, lucidità e determinazione, qualsiasi esse siano, di prenderle in pugno prima che siano loro a prendere in pugno noi.

Mi auguro in futuro di avere la capacità di riuscire a farlo nella mia vita. Essere consapevoli delle nostre scelte, del momento di vita che stiamo vivendo, del nostro carattere imparando a gestirlo, del nostro essere, delle nostre aspettative (sogni, realizzazioni, priorità, valori, ecc...) e comportarsi e relazionarsi in base a ciò non è semplice.

Implica una conoscenza di noi stessi ed una consapevolezza nel decidere difficile da avere e da portare avanti. Porta a relazionarci con chi ci sta vicino non in maniera superficiale, porta ad una conoscenza vera con la voglia di venirsi incontro nella quotidianità, di affrontare le difficoltà che solo così possono essere superate, dalle più piccole alle più importanti, agli

imprevisti della vita. È impegnativo fare ciò ad ogni età, imparare a farlo, e ancora di più portarlo avanti con convinzione e forza e dare costantemente priorità a ciò che è importante per noi (non solo famiglia e sistema di relazioni, rapporti di amicizia, ma anche progetti e realizzazione personale), trovando compromessi equi che ci permettano di fare ciò a lungo termine e di essere protagonisti della nostra vita nel vero senso della parola, capaci di decidere e scegliere consapevolmente.

Per questo dico grazie al Club e mi auguro di essere all'altezza nella mia vita del ruolo di adulto, e magari anche di adulto di riferimento, ma soprattutto di giovane donna.

PS: ho scritto questo mentre prestavo servizio allo sportello ospedaliero della mia acat.

Francesca, Acat Bassopiave



• **al nostro personale equilibrio**

Il nostro equilibrio è spesso compromesso in una società frenetica e piena di impegni, nella quale le nostre energie vengono spesso disperse in un sacco di piccoli e grandi impegni.

La nostra vita non deve essere una lista di cose da fare a tutti i costi, è necessario rallentare questo ritmo assurdo, di riposare per recuperare le energie necessarie ad affrontare le cose e le persone con una maggiore serenità.

Invece di provare a fare 10 cose, spesso fatte in qualche modo, è preferibile dedicarsi a farne di meno, ma con un maggiore interesse e cura.

Carlo, Acat Villafranca - Castello Scaligero

• **alla complessità delle relazioni**





comunitarie

Penso che comunemente quando si usi la parola “ecologia” si arrivi al suo utilizzo in contesti ambientali, alla stregua del termine “inquinamento”. Come ben sappiamo anche l’inquinamento può essere anche acustico, visivo ma può essere utilizzato come parametro integrante in cui interpretiamo il mondo esterno, specchio della nostra mente.

L’inquinamento nell’accezione sociale è il maggior disturbo dell’ecologia integrale.

La comunità in cui viviamo al giorno d’oggi è di una complessità enorme, pregna di modi di pensare diversi, arricchita dalla grande ragnatela telematica chiamata internet, che da un lato ci mantiene tutti connessi tra noi e dall’altro ci apre all’informazione libera. È bizzarro pensare che l’informazione tradizionale divulgata dai vecchi media fosse già “ecolocizzata” a piacimento, mentre nell’informazione libera dobbiamo imparare ad attingervi critici e selettivi.



Imparando ad essere critici, a riconoscere ciò che ci interessa realmente nella società, arriviamo a definire con chiarezza la comunità che prenderà forma dalla società complessa da cui attingiamo.

La comunità intesa come un ristretto gruppo in cui viviamo e ci riconosciamo è diventata una situazione rara e forse in estinzione vista la complessità dei rapporti che tessiamo tra mondo reale, mondo virtuale, facilitati inoltre dalla crescente facilità nel raggiungimento di distanze geografiche sempre più facili da realizzare.

Maggiori sono le informazioni di nostra conoscenza in questo sistema, maggiore diventa la nostra capacità di trarne ecologia.

Nella nostra vita quotidiana possiamo scegliere con crescente selettività ciò che crediamo giusto o sbagliato, ciò che sentiamo appartenerci o meno! Tutto ciò ha un’importanza fondamentale per evitare la depersonalizzazione, per evitare di perderci, di perdere energie e tempo a vuoto. Impareremo ad usare i social network solo per agevolare gli incontri reali solo con persone reali, ad utilizzarli come complemento della comunicazione aziendale e sociale solo se lo riterremo

importante.

Impareremo, nella visione di un’ecologia mirata ad uno stile di vita sano a stringere relazioni amicali e sentimentali con persone che vogliono vivere nella medesima condizione. Apprenderemo che ciò che ci attrae maggiormente dalle persone è la sensibilità, la personalità, non lo status sociale o la ricchezza economica.

L’ecologia sociale è questo e sicuramente molto altro.

Fabio, Acat Verona Sud

• al mondo dello spirito e delle emozioni

Sono Silene e ho 24 anni.

Frequento il Club da parecchi anni come familiare, per me stessa da 3 anni.

Riflettendo sul tema spirito ed emozioni riguardo all’ecologia e ai un per Club si apre un mondo.

Io nel Club ho provato emozioni belle ma anche spiacevoli. Il Club è come una famiglia, ci si aiuta, ci si consiglia e talvolta si critica per aiutare qualcuno a vedere diversamente certe cose. All’interno di esso si aiuta ad allenare anche lo spirito, in modo positivo ovviamente, ad alleviare certe ferite, colpe ansie e timori, a tirar fuori il meglio di noi e perchè no scoprire anche cose nuove che pensavamo di non saper fare o provare o cose lasciate in disparte per molti anni.

Come diceva Hudolin: bisogna cambiare stile di vita; credo che in questo ci sia mescolato anche spirito ed emozioni, è come un puzzle da ricostruire piano piano, con persone, cose, emozioni ed uno spirito rinnovato, che faccia stare meglio in primis noi stessi.

Ecco che noi testimoni e promotori di tutto questo possiamo usare il Club come luogo di allenamento, come fosse una palestra...buon allenamento a tutti!!

Silene, Acat Padova

• al diritto di tutti alla felicità

La felicità non è un diritto, qualcosa che ci spetta, ma piuttosto la definirei una condizione a cui l’uomo tende per tutta la vita. Si cerca per tutta la nostra esi-

stenza di essere felici: noi rincorriamo la felicità!!!

Quando si è adolescenti e giovani, e si comincia ad essere indipendenti, ci si interroga sul dove stia questa felicità, si inizia a provare consapevolmente il desiderio di essere felici.

E dove si trova questa felicità?

Molti giovani forse la cercano nello sbalzo, dentro qualche cocktail, nella disperata omologazione al gruppo di pari. Non voglio restare intrappolata nella visione che ci danno spesso i mass media di noi giovani.

Quello che mi piace pensare del nostro sistema ecologico è che andiamo dritti oltre quel bicchiere o quella relazione distorta, noi arriviamo alla persona!

L'ecologia ha il suo fondamento sulla ricerca di relazioni belle, positive, sull'importanza di ogni essere umano. Hudolin stesso diceva che prima dell'alcol c'è l'uomo.

È così forse che riusciremo ad arrivare ai giovani. Dobbiamo far capire loro la bellezza di essere persone che hanno riscoperto la felicità nella relazione con l'altro.

È la bellezza che c'è dentro ciascuno di noi che il nostro sistema ecologico sociale riesce a rimettere in luce ed è questa la cosa fondamentale che va poi condivisa nei nostri Club e fuori, nella comunità!

Allora vi chiedo...dove possiamo trovare tanta bellezza se non nei giovani ricchi di sogni, aspettative nei nostri confronti, di gioia di vivere e di forza di volontà? A noi il compito di fargli scoprire quanta felicità e quanta bellezza ciascuno di noi ha dentro!!!

Giorgia, Acat Padova

- **ai bisogni dei soggetti più deboli**

Sono Martina e ho 33 anni e vengo da Verona. Conosco il Club da fine gennaio del 2002, e da allora ho cambiato molte volte idea di cosa fosse e di cosa o

chi fossi io.

Questo tema mi permette una riflessione molto personale in una cornice tra l'altro molto adatta.

Sono ritornata con la mente ad un ricordo dei primi anni di asilo e poi subito ad altri delle elementari quando, anche a detta della mamma, mi ritrovavo a

perdere molti pomeriggi di sole nell'eguire numerosi "pensi" come castighi perchè mi prodigavo troppo spesso a contestare la maestra quando reputavo che le sue misure di richiamo fossero errate o ricadessero sul bambino che in realtà non era l'effettivo colpevole della rissa o del disturbo durante la scuola.

Questa caratteristica la riconosco come innata, tanto da espormi e pagarne le conseguenze con la travolgente innocenza prima e con tenace caparbie-

tà dopo.

Resto convinta, come allora che ne valga la pena... valga la pena non tacere davanti ad una decisione che non si capisce, davanti ad un atto che si reputa non corretto e dannoso nei confronti di qualcun'altro. Il silenzio assertivo di fronte agli eventi di tutti i giorni porta ad un silenzioso abituarsi ed abituare al non avanzare domande, sollevare dubbi o interrogarsi eticamente su una questione che magari per alcuni è banale, certa e trascurabile.

La mia esperienza nei Club mi ha formato una sensibilità sociale attenta ai bisogni dei deboli non tanto come fragili o ultimi o poveri, ma come ascolto e accoglienza delle diversità dell'animo umano in ogni sua sfumatura, perdonando anche le mie resistenze nello scontrarsi contro stereotipi che allontanano dal riconoscere uniformemente tutti come uguali e ugualmente bisognosi, ognuno per suo canto, di attenzione, ascolto e perchè no di un sincero abbraccio.

Così ho scoperto come meravigliosamente coesistono profumi di speranza in scapigliati saluti, timide





lascime in omoni imperturbabili o cuori pulsanti nascosti dietro sguardi di paura. Il fascino infinito di un mix di profonde insicurezze e delicate sensibilità che si incontrano nei Club grazie ai cuori di coloro che si mettono ogni giorno al timone della propria vita con continue correzioni di rotta frutto della ricchezza che gli altri ci donano dal contagio vicendevole, siano essi figli, madri, nonni o zii, giovani o anziani, donne o uomini, di ogni stato sociale o etichetta etnica.

Tutti insieme che tendono al costante miglioramento personale e della propria comunità, a piccoli passi o gesti quotidiani, ognuno dal suo sguardo e il suo punto di vista ma contagiandoci vicendevolmente.

Martina, Acat Verona

Importante è non rimanere caduti

Cari amici anche quest'anno è arrivato il giorno per riunirci con le nostre famiglie, per condividere scambi di pensieri ed opinioni.

Mi sento di portare un saluto di una famiglia del mio Club che per tanti anni ha partecipato a questi Congressi, ma purtroppo non possono essere presenti perchè in questi giorni stano vivendo momenti di angoscia e di grande dolore: un abbraccio a voi da tutti noi.

Non sempre le persone vivono una vita semplice. Alcune hanno avuto la fortuna di avere un'infanzia ed una adolescenza felici e tranquille, nel proseguire un matrimonio lungo per finire con una vecchiaia serena accompagnata da nipoti che li amano.

Altri invece hanno incontrato molti ostacoli, difficoltà, abbandoni e molti problemi.

All'improvviso ci troviamo dentro una stanza buia

e soli, ma con un rimedio: l'alcol, nel quale troviamo il sostegno che ci manca dalle persone, dalla società e dalle istituzioni e così buttiamo via i migliori anni della nostra vita, l'ascolto dei nostri figli, un abbraccio dalle persone che ci amano e da quelle più anziane.

Ci siamo dimenticati di tutto questo perchè l'alcol ci stava coprendo, non eravamo in grado di dare senso alla vita. Non eravamo forti, anzi, eravamo deboli e con molte paure. L'alcol invece di renderci felici ci faceva sentire nulli, non ci portava ad una soluzione, avevamo perso l'amore per il prossimo, per la famiglia, per noi stessi e se si perde tutto ciò come si può essere fieri di noi?

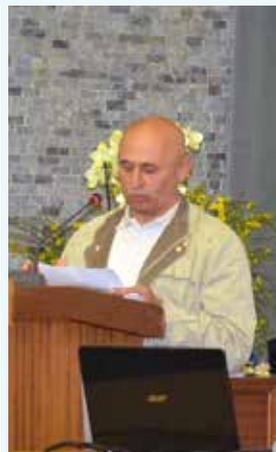
Perdiamo la fiducia di chi credeva in noi, una volta persa è difficile riacquistarla, se ne siamo capaci, è come un vaso rotto, si aggiusta ma i segni si vedranno sempre, i nostri cari vedranno sempre quei segni, simbolo delle nostre debolezze, sofferenze e testardaggini.

Quante volte siamo rimasti in quella stanza buia, e per troppo tempo, ma arriva quel momento in cui ti accorgi che in angolo c'è un piccolo spiraglio di luce.

Cerchiamo di rafforzare quel po' di fiducia che non è fuggita ed il tempo ci darà una mano per uscire dal

buio. Ma non cancellare nessun giorno della tua vita, i giorni belli ti hanno regalato la felicità, quelli brutti ti hanno dato l'esperienza, i peggiori ti hanno insegnato a vivere. L'importante non è cadere ma non rimanere caduti, avere il coraggio di rialzarsi e camminare, con uno spirito più forte di prima, e con la benedizione di San Francesco.

Laura, Club 438, S. Giacomo di Veglia, TV



Lucidi dei Gruppi

GRUPPO 1

L'ECOLOGIA INTEGRALE COME
ATTENZIONE AD OGNI ISTANZA DI CHI
CI È PIÙ VICINO.

- 1- INIZIARE DA NOI STESSI ANZI
RIPARTIRE DA NOI STESSI
- 2- L'IMPORTANZA DELLA MEDITAZIONE
COME STRUMENTO PER CAPIRE NOI
STESSI
- 3- L'IMPORTANZA DELL'ASCOLTO ATTIVO
- 4- L'IMPORTANZA DEL MODO DI RELAZIONAR
SI CON L'ALTRO
- 5- L'IMPORTANZA DI INCONTRARE
L'ALTRO DOVE LUI SI TROVA
- 6- È PIÙ FACILE ESSERE DISPONIBILI
ALL'ESTERNO CHE NELLA NS. FAMIGLIA
- 7- IMPARARE A RICEVERE SENZA
SENTIRCI OBBLIGATI A
CONTRACCAMBIARE.

Grazie Assisi

L'ATTENZIONE AL NOSTRO PERSONALE
EQUILIBRIO È RICERCA...

- ... NEL VIVERE QUI E ORA
- ... NEL RICONOSCERE I PROPRI PUNTI
DI FORZA E DEBOLEZZA
- ... NELL'ESSERE DISARMATI SENZA
CORAZZE
- ... NELL'ASCOLTARE E ACCETTARE IL
PROPRIO SILENZIO
- ... NELL'ACCETTARE E ONORARE LE SCELTE
DIVERSE DALLE NOSTRE.
- ... NELL'ESSERE IRRIVERENTI E
RIVOLUZIONARI
- ... NEL PORRE ATTENZIONE VERSO DI NOI
E VERSO GLI ALTRI
- ... NEL ROMPERE LA SUPERFICIALITÀ
PER ENTRARE IN PROFONDITÀ
'DIVENTARE PIÙ CONSAPEVOLI.'

NELL'OBIETTIVO DI UN'ECOLOGIA
INTEGRALE, VOGLIAMO ESSERE
TESTIMONI CHE MIGLIORARE SE
STESSI È POSSIBILE.

Un abbraccio a tutti, GRUPPO 20

L'ECOLOGIA INTEGRALE COME
ATTENZIONE ALLA COMPLESSITÀ
DELLE RELAZIONI COMUNITARIE

① LA COMPLESSITÀ NON COME
DIFFICOLTÀ MA COME UN
INTRECCIO DI POTENZIALITÀ

② ECOLOGIA INTEGRALE :
COSTRUIRE PONTI TRA LE
NOSTRE DIVERSITÀ E TRA
I DIVERSI TIPI DI COMUNITÀ

③ NON ESPORTARE PROBLEMI
MA RISORSE E POSITIVITÀ

④ LA SPERANZA COME
MOTORE DEL CAMBIAMENTO
SOSTENIBILE E VISIONE
POSITIVA DEL FUTURO





GRUPPO 4

- L'INCONTRO SI È SVOLTO IN UN CLIMA ATTENTO, PARTECIPATO E RESPIRANDO LA BELLEZZA DEL SILENZIO
- È EMERSA LA COSCIENZA CHE X UN'ECOLOGIA INTEGRALE È NECESSARIO LAVORARE SULLA COMPRENSIONE DELLE NOSTRE EMOZIONI: RICONOSCERLE, NOMINARLE, ACCETTARLE ED ELABORARLE.
- OGNUNO TROVA NELL'AMBITO DEL PROPRIO STILE LA MODALITÀ DI MEDITARE, QUINDI COMUNICARE CON SE STESSO ED INCONTRARE LA PROPRIA SPIRITUALITÀ
- LA SPIRITUALITÀ È PARTE INTEGRANTE DELL'ESSERE NELLA SUA COMPLESSITÀ E NEL SUO SO-STARE EMOZIONALE.

CUORE - ECOLOGICO

GRUPPO V 1

- LA FELICITÀ È UN'EMOZIONE INDIVIDUALE E NON È UNA CONDIZIONE STATICA.

- SI PUÒ SENTIRSI FELICI ANCHE IN UNA SITUAZIONE DI GRANDE SOFFERENZA SE SI CONVIDE UN CAMMINO.

- BISOGNA PREVENIRE LE CAUSE CHE PORTANO ALL'INFELICITÀ ED IN QUESTO SONO IMPORTANTI I CLUB CHE ATTUANO UNA CORRETTA INFORMAZIONE.

- FACENDO DEWE SCELTE ECOLOGICHE E RESPONSABILI SI CONTRIBUISCE AL MIGLIORAMENTO DELLA COMUNITÀ.

SENDO DI APPARTENENZA.

- ALLA FINE DI TUTTO L'UNICA COSA CHE IO POSSO FARE È "CURARE LA MIA FELICITÀ" (NON EGOISMO) E TRASMETTERLA AGLI ALTRI:

CONDIVISIONE



GRUPPO N°6

L'ECOLOGIA INTEGRALE CO' ATTENZIONE AI BISOGNI DEI SOGGETTI PIU' DEBOLI.

1. NON CI SONO SOGGETTI PIU' DEBOLI, MA SOLO PERSONE FRAGILI E CON DIFFICOLTA' ALL'INTERNO DELLA COMPLESSITA' SOCIALE E AMBIENTALE.

2. LA SOFFERENZA E' IL COMUNE DENOMINATORE DAL QUALE DOBBIAMO PARTIRE PER INIZIARE IL CAMBIAMENTO.

3. NEL MONDO DEI CLUB OGNUNO METTE A DISPOSIZIONE LE PROPRIE RISORSE, IN UN INTERSCAMBIO CONTINUO TRA LE PERSONE.

4. L'ATTENZIONE PER CHI E' IN DIFFICOLTA' PASSA ATTRAVERSO L'ACCOGLIENZA, LA FIDUCIA, L'ASCOLTO E IL FARE INSIEME. METTERE A DISPOSIZIONE QUELLO CHE UNO HA.

5. NEL CLUB IL BISOGNO FONDAMENTALE E' USCIRE DALLA SOLITUDINE. DALL'IO E IL TU AL NOI.

6. L'ECOLOGIA INTEGRALE E' IL MIGLIORAMENTO DELLA VITA UMANA ALL'INTERNO DELLO SPAZIO ESISTENZIALE.

7. IL RISPETTO DELLA PERSONA UMANA IN QUANTO TALE CON I DIRITTI FONDAMENTALI E IRRENUNCIABILI INDIRIZZATI AL SUO SVILUPPO INTEGRALE SIA NEL CLUB CHE NELLA COMUNITA'.

8. L'ECOLOGIA SOCIALE E' AFFRONTARE LA POVERTA' CULTURALE, ECONOMICA, AMBIENTALE, MORALE E SPIRITUALE PER RESTITUIRE DIGNITA' ALL'UOMO E NELLO STESSO TEMPO PRENDERSI CURA DELLA NOSTRA TERRA (AMBIENTE).

W NOI
W I CLUB

ALCUNE RIFLESSIONI FINIRI

- NEL CLUB SI ENTRA FRAGILI E SI ESCE RAFFORZATI
- TU SEI OK? IO SONO OK. STIAMO BENE
- CONSAPEVOLEZZA E CONOSCENZA DEI NOSTRI LIMITI
- IO CITTADINO DEL MONDO E RESPONSABILE IN QUESTO CREATO
- IL CAMBIAMENTO PER UN NUOVO PERCORSO DI VITA
- NON ESISTONO SOGGETTI DEBOLI MA PERSONE E FAMIGLIE IN DIFFICOLTA'
- IL MONDO CAMBIEREBBE METTENDO AL PRIMO POSTO IL BENE COMUNE, IL COSTRUIRE INSIEME
- LA FORZA CHE NON CREDEMO DI AVERE
- METTERSI IN GIOCO. CREDERCI E NON MARRARE MAI
- LA FELICITA' COME STILE DI VITA
- IL CLUB E' UN RIFERIMENTO PER SE STESSO E PER GLI ALTRI
- AMA TE STESSO ED RINSCIARAI AD AMARE GLI ALTRI





Conclusioni del XXVI Congresso di Assisi

Nei giorni 11-13 maggio 2018 si è svolto ad Assisi il XXVI Congresso Nazionale di Spiritualità Antropologica e di Ecologia Sociale dal titolo “Verso un’Ecologia Integrale”

È stato un incontro partecipato, ricco di contenuti e spunti nuovi ed originali, un autentico contributo di crescita per il sistema dei Club, di tutti i Club, confermando e rafforzando rapporti di amicizia.

Anche la presenza del referente dei Club croati il dott. Zoran Zoricic e del pope Alexjei Baburin dei programmi alcolologici promossi da decenni dal Patriarcato di Mosca, ha allargato orizzonti di amichevole cooperazione e di scambio.

In particolare, la relazione di Alexjei ha offerto un interessante approfondimento circa il virtuoso rapporto tra pratica religiosa e protezione della salute.

Il Congresso è stato aperto da una riflessione di Padre Enzo Fortunato, francescano, direttore della sala stampa del Sacro Convento di Assisi, che ci ha presentato Francesco d’Assisi come vero e proprio “ribelle” rispetto al modo di concepire le relazioni e i rapporti umani del suo tempo, segnati da disparità ed esclusioni.

Francesco d’Assisi propone anche oggi una affascinante ed impegnativa cultura ecologica integrale, che comprende cioè una attenzione a tutto l’esistente senza nulla trascurare, inizia dal disinquinamento personale da ciò che sporca ed imbruttisce, passa attraverso l’abbandono di ogni mezzo violento e la rinuncia alla gerarchizzazione dei rapporti, ed ha cara l’umanità dell’altro e di tutti.

Francesco ci invita ancora a togliersi ogni arma-

tura e a far propria la cultura “dell’abbraccio” invece che quella della contrapposizione, estesa a tutte le relazioni vitali.

Francesco con il proprio “abitare pulito”, disinquinato e fraterno, ci sprona a lavorare nella direzione etica, sociale e politica di una nuova ecologia di cui abbiamo oggi particolarmente bisogno.

Hudolin ci ha detto: “Se darò la possibilità almeno a un alcolista di godere con occhi sobri la bellezza del mondo che lo circonda, credo che avrò assolto il mio compito”.

La bellezza del mondo che ci circonda è la bellezza della natura, delle persone, del vivere insieme, delle nostre città. L’obiettivo che Hudolin prefigura è godere della bellezza del mondo, e per poterlo fare è necessario essere consapevoli, prestarvi un’attenzione puntuale, imparare a comprenderne i legami, le interconnessioni, gli equilibri e rispettarli ricordandoci che “l’attenzione è la forma più rara e più pura della generosità” (Simone Weil).

L’essere consapevoli è una capacità intrinsecamente umana ed emerge se prestiamo attenzione, qui ed ora, al dispiegarsi dell’esperienza e ci soffermiamo con la riflessione e la meditazione.

Esiste una consapevolezza condivisa che potremmo chiamare coscienza collettiva ed i mutamenti nella coscienza collettiva sono alla base dei cambiamenti della cultura umana o spiritualità antropologica.

I cambiamenti culturali si trasmettono attraverso la comunicazione interpersonale ed essa non cambia solo le relazioni ma ha effetto direttamente sul nostro sistema nervoso.

Gli sviluppi della scienza, delle neuroscienze in



particolare, ci insegnano come i mutamenti spirituali o culturali non restano “nell’aria” ma diventano nuovi collegamenti nel cervello, nuove strutture cerebrali e questo processo continua per tutta la vita.

I temi della bellezza, dell’attenzione, della consapevolezza, della ricerca della felicità, della condivisione, della complessità, delle interconnessioni hanno attraversato tutti i lavori del congresso.

L’Ecologia Integrale implica costruire ponti tra le nostre diversità e tra diversi tipi di comunità ed il miglioramento della vita umana all’interno dello spazio esistenziale.

In questa prospettiva non ci sono “soggetti deboli” ma persone con difficoltà all’interno dei contesti di vita e della complessità sociale e ambientale.

La complessità non è una difficoltà, ma l’espressione del mistero della vita ed un intreccio di potenzialità che stimola i Club a non esportare problemi ma risorse, positività, saggezza e sapienza.

L’Ecologia Integrale è affrontare la povertà culturale, economica, ambientale, spirituale derivanti dall’ingiustizia sociale, per restituire dignità all’uomo e, nello stesso tempo, prendersi cura della nostra terra.

Un Approccio Ecologico Integrale ci porta a:

- imparare a incontrare l’altro “dove lui si trova”
- ricevere nella gratuità
- mantenere attenzione, cura e disponibilità alle relazioni familiari. A volte è più facile essere disponibili verso l’esterno.
- porre attenzione al nostro equilibrio inteso come continuo movimento e ricerca
- ascoltare e accettare il proprio silenzio
- accettare e onorare le scelte diverse dalle nostre
- essere irriverenti e rivoluzionari
- riconoscere le nostre emozioni, nominarle,

accettarle ed elaborarle

- considerare che la spiritualità è parte integrante dell’essere nella sua complessità e nel suo so-stare emozionale
- avere un “cuore ecologico”

L’Approccio Ecologico Sociale permette di costruire un percorso di ricerca della felicità e di confrontarci con la comunità sulle scelte e i comportamenti che la facilitano o la ostacolano. Nel Club si manifesta una “magica alchimia” legata alla sua natura, ritualità e struttura che favorisce un percorso verso una felicità profonda al punto che ci si può sentire felici anche in una situazione di grande sofferenza se si condivide un cammino.

Dall’esperienza del Club, nell’obiettivo di un’Ecologia Integrale, vogliamo essere testimoni che a migliorare sé stessi è possibile e così contribuire al “salvataggio del pianeta” (Hudolin).

Ringraziamo l’AICAT, tutti i Club e tutti coloro che, con la loro presenza attiva e cooperante ci hanno donato tre giorni intensi, produttivi e sereni.

Ci diamo appunto al XXVII Congresso di Spiritualità Antropologica ed Ecologia Sociale che si svolgerà ad Assisi nei giorni 10-11-12 maggio 2019 e per il quale si propone il tema

Il Club e il bene comune



Forum Nazionale E.E.C.



Le associazioni dei Club nel cammino verso l'ecologia sociale.

Firenze, 17-18 Marzo 2018, Villa Aurora - Viuzzo del Pergolino, 8

Nei giorni 17-18 marzo 2018 si è svolto a Firenze il Forum Nazionale di Educazione Ecologica Continua alla cittadinanza solidale a cui hanno partecipato 40 persone provenienti da Veneto, Trentino, Lombardia, Toscana, Emilia-Romagna, Lazio, Campania, Sicilia, Piemonte, Sardegna, Umbria.

Il Forum si è svolto in un clima disteso, partecipativo e sincero. In apertura Nello Baselice ha comunicato l'intenzione di lasciare il suo ruolo di coordinatore per dedicarsi maggiormente al lavoro nel suo territorio e per realizzare anche nelle scelte personali i principi ecologico sociali.

A partire dalla proposta di convocazione che si allega a questo documento conclusivo, i lavori del Forum si sono svolti per gruppi aventi come tema:

- Noi e le reti comunitarie del "Ben essere" e del "Buon vivere"
- Quali strumenti e proposte per essere promotori di "Ben essere" nelle reti comunitarie

Dal lavoro dei gruppi sono emerse le seguenti riflessioni e proposte:

è necessario aprire una riflessione su cosa intendiamo per "Ecologia Sociale": tutti i membri di Club sono chiamati a prepararsi sul tema del Congresso e sono invitati a portare il proprio contributo. Il Direttivo AICAT troverà la modalità più adeguata per raccogliere e sintetizzare il lavoro fatto.

Rispetto alle reti territoriali si è visto che di fatto esistono moltissime esperienze di parternariato e di collaborazione con le più varie associazioni e realtà che si occupano di aspetti sociali, enti ed istituzioni su progetti temporanei; tuttavia non sono adeguatamente sviluppate delle vere e proprie reti stabili e durature salvo alcune realtà territoriali.

Per costruire reti durature è necessario che i membri di Club siano fortemente formati, aggiornati e motivati a proporsi sul territorio come portatori di una visione culturale precisa, ecologico sociale. Per questo

va valorizzata la SAT di 2° modulo rivolta ai membri di Club proponendola con maggiore frequenza e continuità, studiando un'organizzazione tale che sia fruibile a tutti. Si stimola il gruppo di lavoro sulle SAT in tal senso.

È necessario superare definitivamente la contrapposizione Club/Associazione che frena la crescita del sistema sul piano sociale e culturale ed il lavoro per il cambiamento della cultura sociale e sanitaria. Club e Associazione sono interconnessi.

Si ritiene di dover ripensare ad alcuni termini utilizzati negli ultimi tempi quali "Ben essere", "benessere", "Buon Vivere", "Stili di vita sani": sono confusivi essendo espressione della cultura dominante.

Rispetto al Congresso si è proposto che ognuno intervenga senza occupare un tempo lungo per permettere una maggiore circolazione delle idee e per evitare che gli interventi si trasformino in lezioni.

È stata messa in discussione la modalità di organizzazione del Congresso di Assisi: si propone che l'AICAT sia coinvolta in un momento di laboratorio aperto e allargato anche ad altri contributi.

Circa la partecipazione al Forum si è ancora una volta ribadito che per molti è faticoso e troppo costoso partecipare, questo non significa che chi è assente non lo ritenga utile. L'AICAT sta valutando varie altre possibilità rispetto alla sede di Firenze tenendo conto della logistica e degli aspetti economici. Sicuramente è necessario pensare ad una sede e ad una modalità che lo renda più accessibile a tutti.

A conclusione del Forum ringraziamo Nello per la dedizione e la passione con cui ha coordinato i lavori del Forum in tutti questi dieci anni con l'auspicio che questo patrimonio venga raccolto e permetta di continuare a portare i suoi frutti.

Il Presidente AICAT si prende l'impegno di portare le proposte di questi giorni all'interno del Direttivo AICAT.

Coordinamento nazionale dei direttori/codirettori AICAT

Sintesi conclusiva della riunione del 16 marzo 2018, Firenze

Il giorno 16 marzo 2018 si è tenuto a Firenze l'incontro del Coordinamento dei Direttori/Coordinatori a cui hanno partecipato 21 persone provenienti da Veneto, Trentino, Lombardia, Toscana, Emilia-Romagna, Lazio, Campania, Sicilia, Piemonte.

I temi posti in discussione sono quelli emersi nell'incontro di novembre scorso:

- Aggiornamento del Corso di Sensibilizzazione (CdS) in direzione dell'ecologia sociale antropo-spirituale
- Il futuro delle Scuole Alcologiche Territoriali (SAT)

I lavori sono stati aperti dal Presidente nazionale Marco Orsega che ha sottolineato l'importanza del ruolo dei Coordinatori e Co-Coordinatori che sono al servizio del nostro sistema, dei Club e delle Associazioni che lo rappresentano.

L'AICAT, prendendo spunto dalle proposte di novembre scorso, ha proposto due gruppi di lavoro sui temi in oggetto, uno coordinato da Tiziana Fanucchi (CdS) e l'altro da Manfredi Bianchi e Nello Baselice (SAT).

Il Presidente ha anche aggiornato i presenti sul titolo proposto per il prossimo Congresso Nazionale di Matera: "La cultura dell'ecologia sociale e la responsabilità di crescere insieme" e chiesto di portare delle proposte, anche rispetto ai titoli e ai temi delle sessioni. I presenti hanno proposto come titolo "La cultura dell'ecologia sociale. Responsabilità nel crescere e costruire insieme".

Il Presidente ha inoltre sottolineato che il Coordinamento dovrebbe essere un laboratorio di idee per rispondere alla necessità di avvicinare più persone possibili della comunità per cui, oltre al CdS sarebbe opportuno trovare altri format per la sensibilizzazione

(es. 1-2 giornate intensive soprattutto rivolte al personale dei servizi).

Il Presidente ha infine proposto di creare nel sito AICAT uno spazio dedicato al materiale formativo e di divulgazione elaborato nelle varie realtà in modo che diventi patrimonio comune.

Pino Nicolucci ha coordinato la giornata ricordando i punti espressi nel precedente Coordinamento ed ha aperto la discussione. Si è proseguito con la presentazione di alcune esperienze di settimane svolte di recente in Puglia, Trentino, Toscana, Lombardia, Umbria che hanno evidenziato come sia in atto un processo di naturale evoluzione dei contenuti del CdS in direzione dell'ecologia sociale antropospirituale.

In Puglia è stato svolto un corso sperimentale con lezioni sul benessere e lezioni classiche sull'alcol. Parlare di benessere generale, alcol e altre fragilità riesce a convogliare l'attenzione e l'interesse di tutti. Quasi tutti hanno dato l'adesione per impegnarsi dopo il corso.

Si è messo in discussione il format della settimana sul benessere che non offre spazio sufficiente per una conoscenza specifica del Club.

Beppe Corlito ha espresso il suo vissuto personale e associativo nei 32 anni di servizio. A suo parere

non è stata raccolta l'eredità di Hudolin e questo ha portato alla frammentazione del sistema e alla sua involuzione per una carenza di democrazia.

Ha fatto riferimento alla relazione del Presidente al Congresso Nazionale di Sestola nella quale ha visto conferma di tale frammentazione.

Nel suo territorio stanno sperimentando un nuovo formato di CdS rivolto alle scuole superiori (due esperienze a Grosseto con 50 persone, metà studenti e



metà della Comunità). Rispetto alla struttura classica del CdS ritiene che si possano introdurre tematiche riguardanti il benessere/stili di vita mantenendo la specificità del nostro approccio ecologico sociale.

Ha sottolineato che i Club sono in decrescita e che la banca dati nazionale sopravvaluta la stima dei Club nel territorio nazionale, per lui i Club sono 1.800.

Ha proposto che la SAT di 3° Modulo sia chiamata "serate di sensibilizzazione" da svolgersi in una o due occasioni con possibile valutazione dell'efficacia tramite questionario.

È stato ribadito quanto sia necessario avvicinare i ragazzi e le loro famiglie al nostro sistema, anche per permettere un cambio generazionale all'interno del nostro movimento. Per arrivare a questo è importante rivolgersi alle scuole e proporre il CdS all'interno del percorso "alternanza scuola-lavoro" che si rivolge ai ragazzi delle scuole superiori.

Si è lungamente riflettuto sulla multidimensionalità del Club che è capace di accogliere la persona umana, guardando con attenzione a tutte le età della vita. Il Club non va pensato il luogo delle promesse di facili soluzioni ma luogo della complessità.

Il consumo di alcol che è trasversale e pervasivo in tutta la comunità, permette di mettere in discussione ogni altro tipo di comportamento pertanto diventa necessario pensare ad una formazione che espliciti le interconnessioni tra i vari tipi di comportamento all'origine della sofferenza umana e sensibilizzi sulla centralità di multidimensionalità, spiritualità antropologica, meditazione e trascendenza e sull'impossibilità del controllo focalizzandosi sulle risorse presenti in ogni persona.

È stato proposto che l'AICAT si impegni affinché le 50 ore del CdS o la partecipazione ad altre iniziative formative del nostro sistema siano riconosciute come valide a livello nazionale per i lavori socialmente utili ovvero come alternative alle pene pecuniarie a seguito del ritiro della patente.

Durante la giornata sono state fatte alcune proposte formative da rivolgere soprattutto agli operatori sanitari, spesso impossibilitati a partecipare alla settimana di sensibilizzazione:

Corsi su Identificazione Precoce e Intervento Breve di un giorno

Formare Referenti Alcolologici di Reparto e prevedere aggiornamenti obbligatori

Il Presidente suggerisce che le Associazioni inizino a lavorare su un approccio unitario di programmi ed anche su un eventuale nuovo nome da dare al Club.

In vista del Congresso di Matera ci si propone come obiettivo di chiedere a tutti i membri dei Club e cosa vuol dire per loro essere responsabili nel crescere e costruire insieme che è un aspetto della cul-

tura ecologica sociale.

Coordinatori/Co-coordinatori: Silvia Berard, Giulia Roselli, Luigi Vinante, Roberto Pancheri, Augusta Bianchi, Peppino Nicolucci, Manfredo Bianchi, Maria Cercignani, Giuseppe Corlito, Flaviana Conforto, Ivana Stimmaglio, Piero Pili, Mario Pellicciari, Nadia Ceschi, Franco Marcomini, Vanna Cerrato, Valentino Patussi, Stefano Alberini, Michele Parisi, Stefania Pirazzo, Tina Lettieri e Nello Baselice.

Conduttori/Co-conduttori: Roberto Endrizzi
Coordinamento di Presidenza: Marco Orsega, Pierfranco Severi



Una modesta sperimentazione di lavoro nella comunità a Grosseto

Beppe Corlito¹

Ritengo utile portare a conoscenza di tutti gli altri Club, che tentano di lavorare nella comunità in questo difficile momento del nostro movimento, questa nostra esperienza.

Quest'anno il Gruppo di lavoro per l'Educazione Ecologica Continua e il Centro Alcolologico Territoriale di Grosseto hanno condotto una riflessione su quello che consideriamo uno degli strumenti principali di comunicazione tra Club e comunità²: la Scuola Alcolologica Territoriale di terzo modulo, insieme al concetto di multidimensionalità della vita e della sofferenza, che risulta essere dominante nell'attuale cultura sociale (o se volete "spiritualità antropologica") e anche dentro i Club.

Abbiamo valutato che lo strumento della SAT è superato e abbiamo programmato nel 2018 una modesta sperimentazione: terremo sette "serate di sensibilizzazione sugli stili di vita sani", in tutti e quattro i quartieri della città e nei comuni vicini dove i Club sono presenti, secondo un "modello" rivolto alla multidimensionalità, approntando alcuni questionari di valutazione anche per capire se si ottengono migliori risultati su due serate (garantendo un tempo per la riflessione sul cambiamento) o in una sola serata (evitando il rischio di perdere qualcuno dei partecipanti).

Inoltre abbiamo programmato per il prossimo ottobre un corso di sensibilizzazione ai problemi alcol correlati e complessi con un approfondimento specifico sulla multidimensionalità.

Infine è stato programmato per il 2019 un corso monotematico per servitori insegnanti e famiglie dei Club sulla comunicazione efficace, sulla capacità di risolvere i problemi e sul miglioramento del clima interno ai Club allo scopo di mantenere in programma le famiglie con problemi complessi.

Nelle serate del 20 e 27 marzo scorsi sono state organizzate le prime due serate dai quattro Club presenti nel Quartiere Pace, approntando il materiale necessario (n.d.r. *trovate alla prossima pagina le domande stimolo che sono state proposte attraverso più diapositive monoconcettuali*) e i questionari per la valutazione.

Hanno collaborato l'ACAT Nord, la Parrocchia della Santa Famiglia (dove si riuniscono settimanalmente due dei quattro Club) e il servizio alcolologico

del SerD. Alla prima serata hanno partecipato 39 persone, di cui 14 "esterne" ai Club, che abbiamo considerato "ospiti" e 25 membri dei Club del quartiere.

La seconda serata i presenti erano sempre 39, ma 10 erano gli ospiti presenti alla prima serata, 11 erano ospiti "nuovi" e 18 erano dei Club.

Le due serate sono durate due ore ciascuno. La prima serata ha riguardato le "domande", poste dal servitore-insegnante ai presenti su tutti gli stili di vita (alcol, tabacco, moto, alimentazione, azzardo, tecnologie elettroniche), con una specifica presentazione atta a stimolare la riflessione dei presenti con l'accorgimento che i membri dei Club partecipassero in modo discreto.

Poi si sono tenuti due gruppi autogestiti, dividendo "ospiti" e "membri di Club", anche per verificare le conoscenze che questi ultimi hanno sugli stili di vita oltre quello legato al consumo di alcol.

Nella seconda serata siamo partiti dalla discussione plenaria delle conclusioni dei gruppi, che abbiamo poi confrontato con le "risposte", cioè una presentazione sugli stili di vita sani e i problemi alcol correlati a cura del servitore-insegnante.

Il buon risultato della partecipazione è stato ottenuto dalla mobilitazione delle famiglie dei Club (ognuna ha invitato un'altra famiglia conoscente) e anche degli operatori del SerD. In tutte le occasioni la discussione è stata vivace.

Lo stile è stato quello "maieutico", cioè quello del corso di sensibilizzazione o – come diceva Hudolin – di "mettere la pulce sotto la camicia", mai l'indottrinamento, che è noioso e spinge le persone a fare il contrario di quello che dice l'insegnante.

Infine è stato il momento delle testimonianze delle famiglie dei Club, che come al solito hanno provocato grande interesse. C'è stata anche una testimonianza specifica dalla comunità: il segretario generale della Camera del Lavoro CGIL di Grosseto, che ha sede nel quartiere Pace, ha riportato il proprio cambiamento di stile di vita (cambiamento del regime alimentare, eliminazione delle bevande alcoliche e attività fisica), che ha deciso per proprio conto insieme al proprio medico di famiglia.

Ciò testimonia che oggi la scelta di uno stile di vita

più sano è matura nella parte più consapevole della comunità e quindi – a differenza del recente passato – il nostro discorso sugli stili di vita sani ha una maggiore udienza. Questo dovrebbe spingerci ad una maggior intraprendenza nel lavoro di rete nella comunità, invece di accontentarsi sul solito tran tran del Club.

Intanto sono partite anche altre esperienze in altri quartieri cittadini e presto contiamo di dare conto dei risultati ottenuti attraverso l'elaborazione dei questionari somministrati in entrata e in uscita.

¹*Servitore-insegnante del Club Alcologico Territoriale "Carrari-Pace" dell'ACAT Nord di Grosseto*

²*Cfr. S. Alberini, N. Baselice, G. Carcangiu, B. Corlito, Manuale per la crescita dei Club, 2^a ed., Effigi Edi-*

Club Alcologici Territoriali Quartiere Pace
ACAT GROSSETO NORD
PARROCCHIA SANTA FAMIGLIA
ALCOLOGIA ASL TOSCANA SUD EST

**DUE SERATE DI
SENSIBILIZZAZIONE SUGLI
STILI DI VITA SANI**

Grosseto, 20 marzo 2018

IL PROGRAMMA IN 2 SERATE

- prima serata (20.3.2018): LE DOMANDE
(Discussione in comunità e lavoro in gruppi autogestiti)
- seconda serata (27.3.2018):
Discussione sulle conclusioni dei lavori di gruppo
Gli stili di vita e i problemi alcolcorrelati
(app. ecologico-sociale)
I Club Alcologici Territoriali (testimonianze)
Conclusione conviviale

Grosseto, prima serata, 20 marzo 2018 2

Che vuol dire sensibilizzare ?

Che cosa è uno stile di vita ?

Quali sono gli stili di vita sani ?

Che cosa è una cattiva alimentazione ?

Cos'è l'alcol ?

Che cosa vuol dire sedentarietà?

Vi ricordate quando avete iniziato a bere o a fumare ?

Quando avete usato il cellulare la prima volta?

Quando avete comprato il primo gratta e vinci ?

Quanto si può bere ?

Quanto si può fumare ?

Quanto si può usare una slot machine ?

Se e quando abbiamo scelto di bere o di fumare ?

Quanto si può usare il cellulare ?

Quanto si può stare al computer ?

Quanto è bene tenere i bambini al computer o alla play station ?

Quante porzioni di frutta e verdura è bene consumare in un giorno?

Quanto è utile fare un po' di moto?

Lavori dei gruppi

Gruppo degli "ospiti": 14 persone; Verbale Cristiana Carlucci

L'alcol in poche quantità e di qualità risulta accettabile, senza però l'uso di farmaci, mentre il gioco d'azzardo invece non lo è.

-Il tabagismo è una droga.

-E' questione di informazione e di cultura.

-Tutto è dovuto a una scelta, una consapevolezza dello stile di vita e quindi poi si hanno delle conseguenze.

-L'alimentazione che noi italiani abbiamo è dovuta anche alla nostra cultura

-Ci sono abitudini condizionate da "orari di lavoro, stress..." è la società che in un certo senso ci impone gli stili di vita.

-Questi incontri sono utili per migliorare la conoscenza, l'informazione e quindi sono interessanti.

-Perché sensibilizzare è mettere una pulce nell'orecchio

-L'argomento centrale comunque è l'alcol.

Gruppo dei Club: 25 persone; Verbale Donatella Lecca

-Sarebbe opportuno migliorare lo stile di vita: tutti si starebbe meglio

-Dalla discussione emerge la necessità da parte degli ospiti di definire "l'eccesso": quale è la quantità/tempo che si possono considerare giusti

-E' necessario riflettere se uno stile di vita sano possa aiutarci a non cadere nella trappola di uso/pratiche che sono dannose per la nostra salute.

-L'esperienza dei Club aiuta in questo percorso di mantenimento di uno stile di vita sano

-I media sono un continuo tam tam, un incitamento a far uso di alcol, cibo in eccesso, gioco d'azzardo, uso di telefonini, computer....

-La famiglia è la componente che sicuramente aiuta o non, in questo percorso di vita sano.

- Non è fattibile pensare di diventare bevitori moderati per coloro che hanno un cattivo rapporto con l'alcol..

-Il bere è un fattore culturale; bisogna pensare di cambiare.... "cambiare lentamente le proprie abitudini e con l'esempio sicuramente si potrà migliorare gli stili di vita di tutta la Comunità".

GLI STILI DI VITA SANI E I PROBLEMI ALCOLCORRELATI

Grosseto, 27 marzo 2018

La salute è l'equilibrio tra se stessi e l'ambiente sociale e naturale, che ognuno costruisce quotidianamente

Approccio non ecologico sociale

Riduzione % della mortalità		Costi in percentuale	
27	Fattori biologici	7,1%	
19	Ambiente	1,5%	
43	Stile di vita	1,4%	
11			90%

Sistema sanitario

TUTTE NELLA STESSA PIRAMIDE E TUTTI CORRESPONSABILI!

Intensità di uno stile di vita

Problemi personali, familiari, costi sociali diretti/indiretti, impatto ambientale sul pianeta

Gli stili di vita si APPRENDONO e allo stesso modo si possono CAMBIARE

Il mito della "dipendenza"

- Il concetto di "dipendenza" è sempre stato ambiguo (13 diverse definizioni)
- La recente classificazione dell'APA ha deciso di non usare più tale concetto perché "non è fondato scientificamente ed è offensivo"
- Lo sviluppo delle neuroscienze ha messo in crisi la teoria "forte" della dipendenza come "fame recettoriale".

Il circuito della ricompensa

- La spiegazione dei comportamenti additivi sembra più fondarsi sui fenomeni di neuro-adattamento, legati al circuito della ricompensa.
- I comportamenti, che danno piacere, tendono essere ripetuti; più si ripetono più diventano abitudine, nonostante il danno

I problemi da fumo di tabacco

- Il fumo di tabacco è la più importante causa di morte in Italia (80.000 morti/aa)

Global youth tobacco survey

ITALIA FUMA il 23,4% degli adolescenti 13-15 aa
In Toscana fuma il 22,2% (21,1% M / 23,5% F)

Come si procurano le sigarette i minorenni

dal tabaccaio	53,8%
da altre persone	34,4%
dal distributore automatico	6,5%

2015	22,2%
2011	24,1%

Grosseto, seconda serata, 27.03.2018

I PROBLEMI ALCOLCORRELATI

- In Italia muoiono 20.000 persone all'anno per problemi alcolcorrelati
- **PROBLEMI FISICI:** tutti gli organi del corpo umano sono danneggiati da alcol
- **PROBLEMI PSICHICI:** non vi sono disturbi psichici che non siano combinati con l'alcol
- **PROBLEMI SOCIALI:** vanno dagli incidenti stradali (25%), incidenti sul lavoro (25%) suicidi/omicidi (50%), violenza intrafamiliare (50%) ecc.

Le sostanze più pericolose

La classifica di L'ancet in base alla durezza (scala da 1 a 100)



L'ancet è la più prestigiosa rivista medica internazionale

"Io e l'alcol" La nostra posizione verso l'alcol

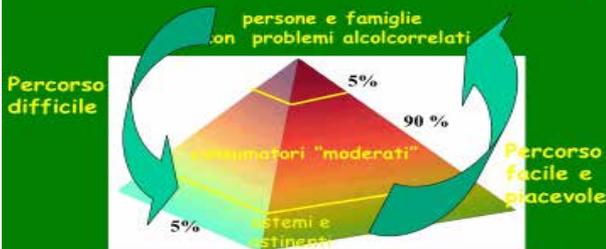
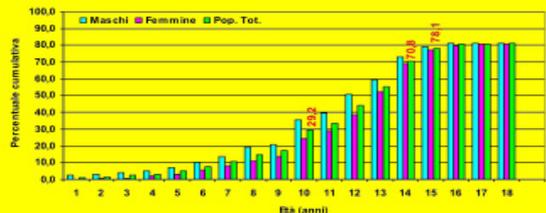


Fig. 10 - Distribuzione cumulativa percentuale, specifica per sesso, dell'età (anni) in cui gli studenti delle Scuole Medie di 2° grado coinvolti nel Progetto "Happy Hours" (A.S. 2004/2005) affermano di aver fatto la loro prima esperienza con le bevande alcoliche.

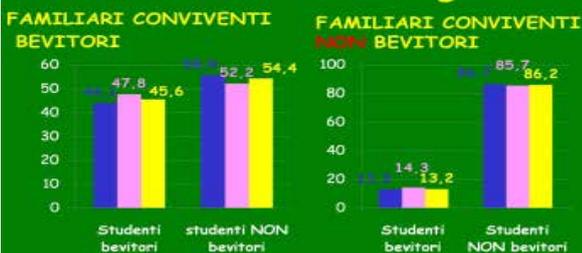


Luoghi e occasioni di consumo dei diversi tipi di alcolici. Tutti i consumatori di 13 anni ed oltre (in 3 mesi)

	Birra	Vino	Aper. Digest.	Superalc. Liquori	Altre Bev. alc.
• In casa propria	61,9	89,1	25,9	42,3	24,7
• Bar	34,3	7,3	61,9	34,8	42,0
• Ristorante/pizzeria	63,1	39,6	24,2	24,5	18,0
• Discoteca/night	5,1	1,4	6,5	17,4	24,7
• In casa di amici, feste	30,8	36,6	41,3	54,3	43,2
• Occasioni speciali	4,8	10,9	12,3	15,1	12,2
• Altri luoghi e occasioni	11,4	6,7	4,3	4,6	10,2

Doxa 2006

Il ruolo delle famiglie



Formula di Lederman (1964)

I problemi dell'alimentazione



I problemi azzardo-correlati



Bambini e videogiochi



Club Alcolologico Territoriale

UN CLUB DI FAMIGLIE NEL TERRITORIO

Formula OMS

0 0 30 5

Corsi e Settimane



Ubuntu

Un giorno un antropologo ha proposto di fare un gioco ad un gruppo di bambini di una tribù Africana.

Lo scienziato ha messo un cesto ricco di frutta vicino ad un albero e ha lanciato una sfida; chi arriverà per primo vincerà la frutta. Appena dato il via alla gara i bambini si sono presi per mano hanno corso insieme e all'arrivo si sono seduti e hanno goduto insieme della frutta.

Lo scienziato ha chiesto loro spiegazione della scelta fatta, solo uno di loro avrebbe avuto il cesto con la frutta tutto per sé.

I bambini prontamente hanno risposto, com'è possibile che uno sia felice se tutti gli altri sono tristi?

Ubuntu, nel linguaggio africano significa "Io sono perché noi siamo"

Ebbene volevo condividere questo racconto significativo,

partendo proprio dal nostro primo gruppo da quelle mani che si stringono, per testimoniare la grande forza e il grande coraggio che questo corso mi ha dato, partendo dall'Ubuntu.

Quello che oggi mi porto a casa, e porto con me, rappresenta un ritrovare, e un ritrovarmi, partendo da una situazione di blocco iniziale (groviglio di emozioni e vissuti), attraverso la meditazione, la spiritualità e la trascendenza il mio posto nel mondo, attraverso quella chiave di lettura che permette di cogliere gli innumerevoli colori che l'altro ci propone.

È difficile a volte abbattere il muro, uscire dai preconcetti della propria identità professionale, ma il gruppo ha stimolato la mia capacità di mettermi in gioco di condivisione e cambiamento.

Ho appreso con entusiasmo



l'approccio ecologico ai problemi alcol correlati complessi di Hudolin e soprattutto lo stile di vita che propone, stile di vita che sento oggi, a distanza di una settimana, vicino al mio essere.

Essere di figlia, madre, donna e moglie, e professionista.

Parlare di se stessi è sempre un arduo compito, ma il corso mi ha consentito di lasciarmi andare ad una profonda introspezione e a riflettere sulla mia spiritualità. Parlare con me stessa, lasciare la mente libera, libera di sentire le risonanze interne.

Quando si medita non si conoscono i confini di spazio e si può essere trasportati in una ricca e straordinaria avventura con se stessi, donandoci un equilibrio emotivo.

In questi giorni ho sentito proprio di percorrere la strada del sentire, del condividere del donarsi e della trascendenza. Quest'ultimo concetto molto forte e veritiero, andare oltre.

Annalisa

Corso di Rionero in Vulture



Corsi di sensibilizzazione all'Approccio Ecologico Sociale ai problemi alcolcorrelati e complessi (metodo Hudolin)

Salerno

26 febbraio - 3 marzo 2018

Estratto dalle conclusioni

Corso di Sensibilizzazione all'Approccio Ecologico Sociale ai problemi alcolcorrelati e complessi e ad altri comportamenti a rischio (Metodo Hudolin)

Hanno partecipato 21 corsisti provenienti dalle province di Salerno, Avellino, Potenza, Catania, Civitavecchia e Torino.

Coordinatore: G. Carcangiu

Co-coordinatore: S. Pirazzo

Insegnanti e Conduttori dei gruppi: A. Coppola, F. Triolo, T. Lettieri

Co-conduttori dei gruppi: V. A. D'Anzi, R. Panizzolo.

Relatore: A. Baselice

Segreteria: C. Stanzione, F. Russo, G. Fortunato

Partecipanti alla tavola rotonda: A. Baselice, A. De Luna Direttore del Dipartimento Dipendenze ASL Salerno, T. Lettieri Referente ACAT Salerno, G. Lamberti Presidente Famiglie in gioco.

Partendo dalla rilevazione che l'alcol, il fumo, la scorretta alimentazione e la sedentarietà sono i quattro fattori di rischio responsabili da soli del 60 % della perdita di anni di vita in buona salute, l'ARCAT Campania, in collaborazione con il Gruppo Logos Onlus, Famiglie in Gioco, l'ACAT Salerno, Campania per

l'Ecologia Sociale e con il patrocinio dell'ACAT, ha organizzato questo Corso nell'ambito del progetto "Sobrietà insieme nelle reti della salute", con il sostegno di Fondazione con il Sud, Bando Sostegno a programmi e reti di volontariato 2015, che promuove azioni finalizzate a facilitare comportamenti salutari nella popolazione attraverso la promozione di stili di vita sani, con un'azione integrata e coordinata sui quattro fattori di rischio modificabili succitati unitamente alle problematiche correlate al consumo dei prodotti dell'azzardo.



l'Approccio Ecologico Sociale pone al centro la Famiglia, il Club (comunità multifamiliare aperta e autonoma composta da 2 a 12 Famiglie ed un Servitore Insegnante) e la Comunità locale, ovvero la rete sociale per la promozione e la protezione della salute di cui lo stesso Club è un nodo fondamentale.

2 L'Approccio Ecologico So-

ciale rivolge particolare attenzione al cambiamento della cultura generale e sanitaria esistente (valori culturali, sociali, etici, di equità e giustizia sociale), intesa come parte determinante della vita della persona, della famiglia e della comunità.

3 L'Approccio Ecologico Sociale promuove la comunità e la rete sociale come un supporto, nella quotidianità dei luoghi e delle relazioni che "abitiamo". Promuove la consapevolezza dei bisogni e delle aspirazioni delle persone e la loro traducibilità in una comunicazione ecologica, che crea relazioni che rafforzano, attraverso l'incontro, l'empatia e la solidarietà. Questo contribuisce in modo significativo al miglioramento della qualità della vita.

In seguito a quanto citato, si è giunti alle seguenti Conclusioni:

1 Il Club, un tempo aperto a tutte le famiglie della comunità con problemi alcolcorrelati e

complessi, ha superato questa limitazione ed accoglie tutte le famiglie della comunità che vivono una sofferenza esistenziale caratterizzata da problemi complessi senza alcuna discriminazione etnica, di genere, religiosa o sociale. A partire da questa riflessione nasce l'impegno dei Corsisti all'apertura di nuovi Club multidimensionali nel proprio territorio

di appartenenza.

2 Si evidenzia la necessità di potenziare il lavoro collaborativo di rete fra le diverse agenzie del territorio;

3 Ogni corsista si impegna, secondo la sua disponibilità e motivazione, a sensibilizzare attraverso le conoscenze acquisite durante il corso, la propria famiglia e la propria rete relazionale d'appartenenza;

4 Nell'ambito delle iniziative di sensibilizzazione si propone la realizzazione di un corso di sensibilizzazione da tenersi nel 2018 nel Cilento e di un corso monotematico di aggiornamento.

5 Si propone inoltre di organizzare a cadenza bimestrale, al di là degli incontri stabiliti per la Scuola di Ecologia Sociale di I modulo, incontri di promozione della salute rivolti alle famiglie dei Club, secondo le necessità individuate.

6 Si sottolinea l'importanza della riunione mensile dei servitori-insegnanti e si invitano i corsisti a partecipare a quelle del proprio territorio

Il Gruppo delle Conclusioni

A. Coluccia, M. Izzo, R. Savoca, M. Mayer, G. Lamberti, A. Coppola, T. Lettieri, S. Pirazzo, F. Triolo, V.A. D'Anzi

Cremona 9 - 13 aprile 2018

Estratto dalle conclusioni

Corso di sensibilizzazione all'Approccio Ecologico Sociale ai problemi alcolcorrelati (metodo Hudolin) e al ben-essere nella comunità.

Hanno partecipato 41 corsisti.

Coordinatore: Enrica Trovati

Conduttori di gruppo: Giacomo Lorenzetti, Roberto Endrizzi, Lina Fenocchio.

La ricchezza è stata costituita dalla grande diversità dei partecipanti: studenti della classe 4° superiore dell'Istituto Einaudi di Cremona, educatori con ospiti delle comunità terapeutiche sia femminili che maschili del territorio cremonese, membri di Club del nostro territorio e quello Bresciano e operatori socio-sanitari.

Il clima che si è subito costituito era denso di empatia, rispettoso ma anche festoso accompagnato da una sana curiosità e attenzione.

I contenuti che sono stati esposti dai diversi relatori sono stati presentati tramite lezioni frontali, catturando l'attenzione



e la curiosità per la metodologia Hudoliniana in merito: all' Ecologia Sociale, all'Approccio sistemico familiare, alla Spiritualità Antropologica, all'Etica e la Multidimensionalità della sofferenza.

La grande comunità, momento nuovo per tutti, definita dai corsisti Grande Famiglia, ha accolto fin da subito riflessioni,

pensieri, suggestioni, criticità e testimonianze con la messa in gioco di tutti.

Si è percepita la corresponsabilità umana di tutti presenti che, avendo colto il significativo valore del cambiamento degli stili di vita, lo hanno espresso attraverso i lucidi, con concetti ricchi di suggestione, emozioni personali, scaldando e arricchendo anche i cuori dei conduttori.

Nei piccoli gruppi di lavoro con conduttore e in quelli autogestiti, tutti hanno avuto modo di esprimersi e di partecipare creando momenti di condivisione intensi.

I corsisti hanno riferito di essersi sentiti rigenerati da un forte entusiasmo ed empatia che si è venuta a creare tra tutti loro.

Il momento delle visite nei Club è stato vissuto con forte interesse accompagnato da entusiasmo, corrisposto anche dalle famiglie e dai servitori di Club.

Significativa e stimolante, da tenere in considerazione come opportunità nei corsi di sensibilizzazione, è stata la simulazione del Club

tra corsisti e membri di Club. Inizialmente sembrava essere solo un gioco per ridere e divertirsi, in seguito, quando i ruoli si sono meglio definiti e i protagonisti si sono calati nelle rispettive parti da "recitare", si è creato un clima di intensa partecipazione e commozione, arrivando fino alle

lacrime.

In conclusione i corsisti riconoscono la propria connessione tra il benessere personale e la sostenibilità del pianeta. Buon numero di corsisti ha dato la propria disponibilità ad attivarsi nei programmi Club.

Il corso è stato particolarmente importante anche per i componenti dello staff, grazie a loro le risorse si sono ampliate portando, sia cambiamenti colmi di entusiasmo ed empatia, ma anche di impegno per lo sviluppo dei programmi territoriali.

In fine la proposta divertente, irrealista e sollecitata da tutti i corsisti è stata: stiamo insieme ancora!

Rionero in Vulture, PZ 16 – 21 aprile 2018

Estratto dalle Conclusioni

Corso di Sensibilizzazione all'Approccio Ecologico Sociale ai Problemi Alcolcorrelati e Complessi (Metodo Hudolin).

Hanno partecipato 12 corsisti provenienti da Potenza, Melfi, Picerno, Avigliano, Venosa e Rionero.

Direttore: F. Conforto

Codirettore: M. A. Papapietro

Conduttori: E. Cavalieri, V. Melchionda

Co-conduttori: M. Tortorelli, Suor Giovanna Vetro

Relatore: P. Fundone

Segreteria: V.A. D'Anzi

partecipanti alla tavola rotonda: Alberto Dattola, responsabile del C.R.A. di Chiaromonte, Canio Verrastro, vice Presidente

A.R.C.A.T. Michele Cusato, responsabile Associazione Famiglie Fuori gioco, Antonio Fasano, Ordine degli Assistenti sociali

I Corsisti ritengono che nel futuro immediato si debba operare per il consolidamento del sistema, pertanto propongono:

- che l'APCAT in quanto strumento al servizio dei Club, garantisca la continuità dei programmi e la loro adeguatezza in base ai bisogni di crescita del sistema.

- Si conferma che la formazione e l'aggiornamento delle famiglie e dei servitori insegnanti sono l'elemento vitale del sistema ecologico sociale.

- l'urgente necessità di organizzare le scuole di 1° modulo per le famiglie che entrano nel Club e di 2° modulo per l'aggiornamento delle famiglie che sono già nel Club.



- Per la continuità dei programmi alcolici territoriali i corsisti auspicano che l'ACAT organizzi un Corso di Sensibilizzazione fra un anno in uno dei territori limitrofi dove ancora non vi sono Club (Lavello, Palazzo San Gervasio).

- un forte impegno per sviluppare una cooperazione

paritetica fra Club e comunità, per la costituzione di un Centro Alcolologico Funzionale Territoriale che avrà come obiettivo di organizzare i programmi alcolici tenendo in conto la sempre maggiore partecipazione di istituzioni pubbliche e private al fine di creare una rete di promozione del benessere.

- la necessità urgente di far conoscere i Club attraverso le Scuole Alcolologiche Territoriali di terzo modulo, rivolto alle famiglie della comunità. Le SAT di terzo modulo devono essere tenute da un servitore insegnante formato ed aggiornato che abbia almeno fatto una co-conduzione in un Corso di Sensibilizzazione.

- È emersa la necessità di creare le condizioni per l'apertura di nuovi Club (Quattro).

- Si considera importante l'organizzazione di sabati di ag-

giornamento sia per servitori insegnanti che per le famiglie.

- Si definisce Aprile come mese di prevenzione alcolico. Durante questo mese saranno organizzate manifestazioni di prevenzione da parte dell'ACAT in collaborazione con la rete territoriale.

- La maggior parte dei corsisti si dichiara disponibile

ad attivarsi nei programmi Alcolologici territoriali e si impegna a partecipare alla riunione programmatica

- I corsisti inoltre si impegnano a far conoscere nella propria comunità la bellezza dell'esperienza condivisa durante il corso

La comunicazione ecologica

Corso monotematico

Perugia, Liceo Pieralli 21/23 febbraio 2018

Staff del corso: Valeria Matteucci, Stefano Alberini, Diletta Arcangeli, Marta Fogliani, Mirena Angeli, Rossella Tomassetti, Giovanna Scorantino, Antonella Stocchi.

Il corso è stato richiesto dalla Dirigente Scolastica a seguito della partecipazione di alcuni studenti ed insegnanti ad un precedente corso di sensibilizzazione all'Approccio Ecologico Sociale al Ben Essere nella Comunità; in quell'occasione ha molto apprezzato il clima comunicativo proprio del mondo ecologico-sociale e per questo ha chiesto di fare qualcosa per altri insegnanti ed alunni dentro l'edificio scolastico ed dando la disponibilità di tre pomeriggi.

Al corso hanno partecipato anche alcuni genitori oltre ad insegnanti, studenti e cittadini, compresi alcuni membri di Club (comprensivamente 65 partecipanti).

I lavori si sono svolti in un clima positivo e di grande partecipazione e questo ha favorito le seguenti riflessioni:

1. La comunicazione ecologica è strumento fondamentale per un percorso di crescita e maturazione nel Club e nella comunità.

2. L'importanza di comunicare con parole semplici e con l'aiuto anche del linguaggio non verbale ci permette di individuare con efficacia l'essenza delle nostre emozioni e di capire ciò che nella comunicazione si cerca di esprimere. Questo può favorire l'in-

gresso di nuove famiglie nei Club e farle partecipare attivamente ai programmi del Club.

3. L'esperienza del corso ha fornito abilità e opportunità utili per il miglioramento della comunicazione nella vita relazionale dei Club, nelle nostre famiglie, nell'intera comunità e nella scuola. Inoltre ci permette di poter accogliere e comprendere meglio le famiglie con problemi multipli e complessi.



4. È importante parlare in prima persona come assunzione di responsabilità per evitare di esprimere giudizi e mettendosi al pari degli altri senza prevaricazione.

5. Si riconosce nelle simulate (role-play) uno strumento efficace per la formazione. Queste

abilità ci permettono di essere più efficaci e di riflettere concretamente, di ascoltare in maniera partecipata e di mettersi in relazione con l'altro passando dalla teoria alla pratica. Le simulate hanno permesso di confrontarci sui comportamenti nella quotidianità e di evidenziarne le difficoltà, che spesso non permettono una comunicazione ecologica.

6. L'insegnamento esperienziale delle abilità di comunicazione risponde all'esigenza delle famiglie e dei servitori-insegnanti di leggere le relazioni, crea quella motivazione che può migliorare il livello qualitativo dei Club attraverso il valore delle emozioni e la creazione di un clima empatico, determinando così un cambiamento dello stile di vita all'interno del Sistema Ecologico Sociale e coinvolgendo un numero sempre maggiore di Club.

7. La formazione, così come le associazioni, sono al servizio dei programmi territoriali, quindi necessita di essere concepita come una EEC (Educazione Ecologica Continua), facilmente accessibile e il più possibile territorializzata ed aperta a tutti i cittadini.

8. I corsi auspicano che il percorso di cambiamento delle famiglie verso la sobrietà e uno stile di vita sano trovi verifica non solo nel benessere del Club, ma anche e soprattutto nel benessere della comunità.

9. È auspicabile pertanto che si possa continuare e ad impegnarsi in questo modo ponendo l'at-

tenzione verso lo sviluppo e le abilità per una comunicazione il più possibile ecologica, ma anche efficace, intesa come strumento essenziale per favorire la crescita sia numerica che qualitativa dei Club ma anche dare inizio ad un cambiamento verso la sobrietà delle nostre comunità: anche dopo questo corso alcuni partecipanti sono entrati nei Club Famiglia.

Nell'inviare il contributo di un padre che ha partecipato con la figlia al corso, il nostro pensiero va sempre alla famiglia Hudolin perché senza il loro insegnamento non sarebbe stata possibile la realizzazione di questo corso.

Contributo di un padre

Nel consultare la bacheca nella App della scuola, sono stato attratto dall'iniziativa:

“La Comunicazione Ecologica” Per coltivare le risorse di ogni individuo, rispettare la diversità e accrescere la coesione globale in modo che possiamo agire insieme per un obiettivo comune

Nella presentazione ho letto parole e frasi come, riflettere, affinare, ambiente quotidiano di vita, capacità di dialogo con sé stessi e con gli altri, potenziamento di alcune capacità di vita, agire insieme per un obiettivo comune.

Tutto questo mi ha sollecitato e immediatamente convinto a partecipare insieme a mia figlia.

Al corso hanno partecipato studenti, insegnanti, genitori e in soli tre pomeriggi, ho notato

un progressivo coinvolgimento e una grande voglia positiva di mettersi in relazione con l'altro.

I gruppi di lavoro erano for-



mati da persone di diversa età e ruolo. Ma questo non è sta-



to vissuto come ostacolo, bensì come una occasione per parlare e condividere i propri vissuti ed emozioni, Mi sono trovato a mio agio con persone splendide che

si sono messe in gioco senza risparmiarsi.

Ho incontrato studenti speciali che vivono la loro età con grande intelligenza emotiva e laddove emerge una sofferenza, una difficoltà, si interrogano su quale sia la giusta soluzione per ritrovare il loro benessere.

Ho visto quanto la sofferenza sia bloccante e venga vissuta all'oscuro delle persone più vicine, senza che esse ne abbiamo la percezione.

Ho visto quanto sia difficile comunicare e condividere i propri sentimenti e disagi, e quanto rappresenti un serio limite per una vita serena e una crescita equilibrata.

Ho avuto la conferma di quanto sia necessario cambiare, uscire dalla propria zona di comfort, e di quanto il cambiamento possa rappresentare una occasione per migliorare il proprio benessere e la relazione con gli altri.

Ho riflettuto sul ruolo genitoriale, sulla responsabilità che abbiamo verso i nostri figli e verso le nuove generazioni, il frequentare questo corso, che vivamente consiglio a tutti, mi ha offerto la possibilità di entrare in contatto in modo nuovo, efficace, come se mi fosse stato fornito uno strumento che potremmo chiamare “traduttore emotivo” utile a comprendere

noi stessi e a correggere le nostre relazioni.

Un pensiero positivo ed un ringraziamento agli organizzatori, facilitatori edisturbatori.

Per una comunicazione democratica nel sistema ecologico sociale (Metodo Hudolin)

Corso monotematico per servitori insegnanti e famiglie dei Club
Guastalla, 28 - 29 Aprile 2018

Coordinatore: G. Corlito

Staff: S. Alberini, M. Bianchi, S. Costanzi, D. Quaranta, L. Carpi, F. Francalacci

Segreteria: C. Scaravelli, R. Varini, G. Gozzi, S. Quaranta.

Hanno partecipato 32 corsisti provenienti dall'Emilia Romagna, Veneto, Toscana, Piemonte e Trentino.

1. La comunicazione democratica è uno strumento fondamentale per un percorso di crescita e maturazione nel Club e nella comunità.

2. Ampio spazio ha trovato il dibattito del concetto di democrazia dentro al sistema dei Club. Hudolin nei suoi scritti cita una volta soltanto il termine democrazia, mentre nei suoi interventi orali viene citata più volte.

3. La democrazia è una ricchezza che oltre che ai consensi ha bisogno di diversità e di minoranze, perché la democrazia nutre le diversità degli interessi, così come le diversità delle idee. "Così come si difende la biosfera proteggendo le diversità delle specie, allo stesso modo si deve proteggere la diversità delle idee e delle opinioni." (E.Morin)

4. Un sistema democratico

vivo e partecipato prevede l'inevitabilità del conflitto e la sua gestione attraverso la mediazione e l'abilità di risoluzione dei problemi (problem solving). A tutti i livelli, una modalità di gestione condivisa del conflitto è rappresentata dall'auto-mutua-supervisione.

5. Una gestione democratica delle reti associative implica una riduzione delle lotte per il potere e la rinuncia sobria ad ogni pretesa di governo e di controllo. "Quanto meno denaro e

7. Si propone una formazione comune, circolare e condivisa per tutti i formatori, come strumento di collaborazione collettiva, impiegando tutti i mezzi attualmente disponibili (forum, coordinamento dei direttori etc.), affinché gli stessi formatori agiscano in maniera non autoreferenziale riguardo i programmi di EEC.

8. Come all'interno dei Club i membri cercano di attraversare i conflitti applicando il metodo, allo stesso modo si tratta

di utilizzare il metodo anche nelle dinamiche del potere, attraverso una consapevolezza critica.

9. L'importanza di comunicare con parole semplici e con l'aiuto anche del linguaggio non verbale ci permette di

individuare con efficacia l'essenza delle nostre emozioni e di capire ciò che nella comunicazione si cerca di esprimere.

10. Si riconosce nelle simulate (role-play) uno strumento efficace per la formazione. Le abilità messe a fuoco ci permettono di essere più efficaci e di riflettere concretamente, di ascoltare in maniera partecipata e di mettersi in relazione con l'altro passando dalla teoria alla pratica.



potere hanno i Club e le Associazioni, tanto meglio lavorano." (V.Hudolin, Grado, 1996)

6. Lo staff e i corsisti si impegnano a formulare una proposta di carta dei valori dei Club per cambiare rotta, guardare avanti e lasciare alle spalle l'attuale fase degli "orticelli", aprendo così spazi per una rinnovata prospettiva nazionale e planetaria. Tale lavoro è aperto a tutti coloro che vogliono partecipare.

11. Le simulate hanno permesso di confrontarci sui comportamenti nella quotidianità e di evidenziarne le difficoltà, che spesso non permettono una comunicazione ecologica efficace.

12. Diventa fondamentale lavorare per un obiettivo comune per il benessere sociale e familiare; estendere alle famiglie e ai S/I attraverso SAT di Il modulo ciò che il corso monotematico di Guastalla ha trasmesso: questo è l'impegno per tutto l'anno 2018.

13. L'ACAT di Guastalla continuerà pertanto ad impegnarsi nel progetto iniziato quindici anni fa sul significato e l'attenzione verso lo sviluppo e la pratica di una comunicazione e riportarla il più possibile nella quotidianità ma anche all'interno dei Club intesa come strumento essenziale per favorire la crescita sia numerica che qualitativa dei Club.

14. Il prossimo corso monotematico organizzato in collaborazione con l'AICAT e l'AR-CAT Emilia Romagna e L'ACAT di Grosseto si terrà a Guastalla nei giorni 13-14 aprile 2019 e si propone abbia questo titolo: "Etica e democrazia nella pratica comunicativa dei Club nel sistema ecologico sociale"

15. L'edizione del 2019 inizierà con la verifica degli impegni assunti dai corsisti.

Considerazioni sul corso e proposta

Sono stati 32 i corsisti che hanno frequentato il corso di Guastalla e abbiamo lavorato sulla definizione di democrazia secondo Morin, che la descrive anche come rispetto e valorizzazione di opinioni e idee diverse.

Abbiamo fatto un esercizio di speranza passando due giornate

intense e condivise. Si è discusso cercando di mettere insieme valori e comportamenti etici che possono funzionare ad ogni livello dentro e fuori la nostra associazione, nei Club, nelle famiglie e nella comunità, con la proposta finale di redigere una Carta dei Valori da proporre a tutti i membri di Club.

Insomma si è cercato di trovare quei punti in comune che ci permettano di uscire dai personalismi e dagli "orticelli" che ognuno vorrebbe coltivare a propria immagine. Si auspica che attraverso la Carta dei Valori si possa arrivare ad un obiettivo valido per tutti, inteso come collante per riuscire a discutere una programmazione nazionale.

Il fine è anche quello di riuscire ad avere una comunicazione ecologica che consenta di andare verso una democrazia effettiva, sapendo di non avere delle risposte ma percorsi da fare insieme e che questo ridia nuova motivazione e entusiasmo a tutti coloro che in questa metodologia hanno riposto i propri obiettivi, ideali e desideri.

Andiamo quindi, e insieme a chiunque voglia mettersi di nuo-

vo in gioco verso tali obiettivi, nella direzione di una democrazia ecologica sociale.

È su queste riflessioni che si possono ipotizzare alcuni punti significativi:

- avere ben chiaro l'approccio ecologico-sociale antropospirituale come cornice di riferimento;
- comprendere nella definizione "alcol-correlati e complessi" tutta la complessità della persona, che va ben oltre l'alcol;
- accompagnare il sistema verso un cammino di cambiamento attraverso le SAT e i corsi monotematici;
- porre sempre un'attenzione particolare alla terminologia.

Se si continua sulla via della difficoltà invece di trovare una solidarietà più coesa, anche la democrazia nel nostro sistema diventa semplicemente una parola svuotata di significato; questo perché sia la solidarietà che la democrazia si coniugano bene solo con una cultura che include e diventa paritaria, permettendo così legami sociali nella dimensione propria dell'universalità.

Stefano Alberini



Imparare a condurre le Scuole Alcolologiche Territoriali Corso monotematico Provinciale Castelcerino - Soave, 10 e 11 marzo 2018

Erano presenti 29 corsisti provenienti dalle province di Verona e Mantova

Tutti i corsisti, hanno sottolineato il piacere di essere stati bene tra di loro, di aver imparato e condiviso molte cose e di avere respirato un clima di calore, di serenità e di tranquillità, grazie all'ambiente, semplice ma accogliente, ed alla cucina dei nostri Presidenti Acat cuochi ed amici Aldo Galvani e Giuliano Stoppele, ragazzo di cucina è stato Paolo Castellani.

La giornata è stata aperta dalla referente del Coordinamento Provinciale, Flaviana Conforto che ha sottolineato il senso e l'importanza della Formazione e dell'Aggiornamento alle famiglie e alla Comunità Locale svolto dai Servitori-Insegnanti, ai quali si è proposto il modello ideato dal Prof. Vladimir Hudolin, per il quale ognuno di noi viene stimolato a fare ed a sperimentarsi.

Ivana Stimamiglio, Coordinatrice del Corso, ha introdotto il tema ed ha focalizzato gli aspetti essenziali della formazione - aggiornamento continuo delle famiglie dei Club e della Comunità Locale, sottolineando che "la Scuola Alcolologica Territoriale è il momento formativo che accompagna il percorso delle famiglie nei Club e la maturazione culturale della società a proposito dei problemi legati al bere"

Ha inoltre sottolineato che la maturazione, la crescita ed il cambiamento delle famiglie, si sviluppa concretamente nella realiz-

zazione delle SAT, definendone gli scopi, gli obiettivi, l'organizzazione e le tematiche per ognuno dei tre moduli della Scuola Alcolologica Territoriale.

I corsisti poi si sono divisi in 3 gruppi, i cui conduttori sono stati Cristina Gioco, Annalia Mazzasette e Fiorenzo Minelli, e sono stati invitati a sperimentarsi a condurre la SAT, alternandosi nel ruolo di Servitore-Insegnante, di familiare e di osservatore.

Si conferma l'importanza di fare le SAT, innanzitutto per qualificare il nostro Servizio, per implementare le nostre conoscenze, per valorizzare l'Approccio Ecologico Sociale e per aumentare il senso di appartenenza alla Comunità

Si sottolinea l'importanza di formare un gruppo di lavoro con altri S.I. della propria Acat/zona per visionare, preparare ed integrare il materiale esistente.

È importante che ogni S.I. che si propone per fare la SAT, abbia un tempo per osservare, studiare, prepararsi e fare.

Si ribadisce l'importanza dell'incontro mensile di auto supervisione dei S.I. per confrontarsi ma anche per poter condividere fatiche, difficoltà e criticità "nessuno deve sentirsi solo"

Ogni S.I. va sostenuto, incoraggiato perché "il fare assieme" aiuta ad essere motivati, formati, preparati, interessati, ed anche curiosi ed appassionati. In questo impegno, tutti riconoscono l'etica e la responsabilità personale di ognuno.

Se non c'è motivazione ed interesse nel fare, se non ci si aggiorna, viene meno il principio della nostra scelta di offrire un servizio alla Comunità e di impegnarsi come Cittadinanza Attiva.

Durante l'esposizione dei lucidi e l'insegnamento delle SAT, è bene chiedere ai partecipanti la loro opinione sulle varie tematiche, questo ci aiuta a superare qualche momento critico e di riprendere il filo del nostro discorso.

Si ribadisce l'importanza che il linguaggio sia sempre aggiornato, aderente all'Approccio Ecologico Sociale e finalizzato a creare un clima empatico ed accogliente.

Durante la formazione, sperimentarsi in situazioni difficili, ad es. solo con immagini, senza conoscere prima l'argomento, senza sapere prima il compito che ci verrà assegnato, ecc.. si impara a far fronte alle difficoltà e questo è funzionale al Corso per mettere in movimento quello che c'è dentro di noi, provando a raccontare agli altri quello in cui si crede e si è imparato.

Proposte

- o Avere sempre materiale aggiornato
- o Lavorare soltanto con tre gruppi
- o Avere più tempo a disposizione
- o Rifare il corso ogni anno
- o Proporre all'Arcat Veneto di rendere questo primo corso sperimentale, un Corso Monotematico da proporre a tutti i S - I dell'Arcat Veneto.

il Club



spronava a tirare fuori il coraggio per rimettere sulla dritta via la nostra vita.

Diceva: “Vedete? Io ce l’ho fatta e quindi tutti possono farcela se ci credono”.

Ciao Rino e alla nostra cara Maria va tutta la nostra gratitudine e vicinanza.

Club 401 Prova di San Bonifacio (VR)

Il nostro ricordo di Rino Capitanio

Noi del Club di Prova siamo qui riuniti al completo a ricordare un amico, Rino Capitanio, che ci ha lasciato, dopo aver trascorso assieme con noi tante serate per riflettere, per aiutarci a comprendere che dalla dipendenza dell’alcol si può uscire e rinascere a vita nuova.

Anche Rino, col problema dell’alcol del fine settimana, stava distruggendo di dolore la moglie ed i figli.

Col tempo aveva capito che era giunto il momento di smettere, che quello era un modo sbagliato di vivere. Il percorso è stato duro, faticoso, senza sconti, ma Rino ha dimostrato la forza e la costanza di un leone.

Una volta deciso: mai nessuna ricaduta, sempre avanti a testa alta.

Accanto a lui la moglie Maria, una donna eccezionale che l’ha sempre appoggiato, aiutato, spronato, incoraggiato, che gli è sempre stata accanto e che con lui si è fatta promotrice per aiutare altri con lo stesso problema.

Rino e Maria ai gruppi sono sempre stati presenti ed attivi per ben 31 anni. Oggi sono un esempio positivo e illuminante per tutti e, soprattutto, rappresentano un simbolo che dalle tenebre dell’alcol si può uscire e si può diventare uomini e donne nuove.

Ricorderemo Rino per quel suo modo di fare sempre disponibile.

Non dimenticheremo il suo sorriso “amico” che ci



Ciao Silvio

Tu avevi una predisposizione: quella di far sognare le persone che a te chiedevano di uscire dalle sofferenze.

La nostra vera conoscenza reciproca è iniziata proprio così.

Le lacrime mi rigano le guance perché penso a questi anni passati che mi hanno visto insieme a te. Il tuo contributo è sempre stato seguito, anche se a volte controverso, ma la tua semplicità nell’arrivare al cuore alla gente era unica.

Te ne sei andato, senza fare rumore, ma fino all’ultimo determinato a far sì che il sistema dei Club fosse sempre di più al servizio delle famiglie, che sono state tante e che ho qui l’onore di rappresentare una per una.

Molti ti hanno conosciuto, ma noi famiglie dei Club che abbiamo avuto la fortuna d’incontrarti attraverso i problemi legati al bere, ti conosciamo per

quella forza e quella speranza che trasmettevi positivamente e spontaneamente, perché erano parte di te, di un uomo buono dentro e trasparente.

Adesso che non ci sei più con il tuo corpo, rimane in noi la tua storia e i tuoi pensieri, che gusteremo giorno dopo giorno riempiendo di significati ciò che il nostro agire quotidiano ci mette di fronte.

A noi tutti mancherai, ma un pensiero per te e la tua famiglia ci sarà sempre.

Grazie Silvio per farci sognare ancora.

*Le famiglie del Club S.Maria
Acat "Giancarlo Lezzi" di Guastalla (RE)*

La memoria come ancora di salvezza

Noi siamo la nostra memoria, o per meglio dire, grazie a questa percepiamo, pensiamo, pianifichiamo e progettiamo; la memoria determina le nostre decisioni.

Che cos'è il Club? Il Club è lo spazio delle nostre memorie, e qui lo intendo come luogo dove le nostre memorie di etilisti inattivi trovano il modo di essere d'aiuto a noi stessi e agli altri; a gli altri componenti del Club e in particolare per i nuovi entrati; memorie di esperienze accumulate negli anni di dipendenza da alcol, e memorie accumulate negli anni di astinenza e sobrietà dalla sostanza; un grande contenitore di vita vissuta.

La memoria ci obbliga a pensare e riflettere prima di agire, ed agire con razionalità. Succede che a volte prendiamo decisioni influenzate dalle nostre emozioni o stati d'animo, intendo emozioni negative, ma non ci sono emozioni negative o positive, ognuna di esse ha un suo ruolo preciso, intendo dire ora emozioni negative che ci possono sviare dalla scelta di non bere più, ad esempio: rabbia, timidezza, rancore, vergogna, tristezza, amareggiamento e depressione, ecc.

A cosa servono le serate di Club? Le serate di Club ci aiutano a crescere, a tenere sotto controllo le reazioni delle nostre emozioni; questi incontri ci permettono di riflettere, ad imparare dai problemi, difficoltà e dubbi nostri ed altrui a non fare scelte sbagliate, irrazionali per il nostro obiettivo di mantenersi astinenti.

Il Club è anche una memoria scritta, storica, perché basta rileggere i verbali codificati di ogni serata passata per attingere e imparare ad affrontare le vicissitudini che possiamo incontrare nella nostra vita quotidiana, e la vita è costellata di avversità, e tranelli per ricadere nel bere.

L'alcol per noi è un tarlo, e come un tarlo non si può mai sapere dove farà il suo foro d'uscita.

Lentamente lui ci ha e ci corrode dentro se non

impariamo a tenerlo a freno, anche se non beviamo più, lui è sempre lì in agguato essendo una sostanza psicotropa.

Quindi chi ha intrapreso il cammino di sobrietà con il metodo Hudolin, sa perfettamente che è importante frequentare le serate di Club con costanza e serietà per non perdersi nuovamente al richiamo delle sirene, al richiamo dell'alcol con la convinzione di essere lui il più forte perché astinente oramai da tanto tempo; mai errore è stato più grave.

Perché l'alcol per noi "Friends Abstinent" non è solamente un rischio come per tutta la comunità, ma un pericolo che si è incarnato nel nostro corpo.

Quindi se siamo assennati lo evitiamo, e frequentiamo la memoria del Club.

Ne è l'esempio classico il tabagista astinente da diversi mesi anni, che se si accende una sigaretta, in poco tempo ritorna a comprarsi un pacchetto di sigarette al giorno.

Roberto Rostin, Club 163 San Giorgio delle Pertiche

Diario di un servitore insegnante Club-Cef Cremona

Un foglio bianco mi crea emozione chissà perché, ma allo stesso tempo mi incuriosisce si può trasformare e generare mille pensieri.

La mia settimana è stata apparentemente tranquilla fuori da me, cioè ho fatto come sempre tante cose sbrigato mille impegni tra corse lavoro e famiglia ma poi arriva la sera momento per quanto mi riguarda il più difficile perché devo fare i conti con me stessa con quello che sono io dentro un vulcano di pensieri che mi assalgono all'improvviso ricordi che ritornano e non sempre portano sorrisi per carità tutto sotto controllo ho una discreta consapevolezza ma quando arrivano le paure, sono guai.

La paura mi ha sempre destabilizzata ci ho lavorato tanto ma purtroppo quando arriva vado nel panico.

Ultimamente ho paura di ammalarmi di non essere capace di sopportare ed accettarne le conseguenze, mi prende il panico e le lacrime prendono il sopravvento il Fabiolo che mi conosce bene mi tende la mano non parla ma il suo abbraccio mi rincuora e si limita a dire io ci sarò sempre.

Mi chiedo cosa sia la normalità mi alzo e mi consolo, con un bel cioccolato la notte pare meno buia.

Il mattino è la parte più bella della giornata mi piace svegliarmi con tranquillità ho imparato a rallentare e godermi con un buon caffè la casa.

Poi esco e tutto mi pare irrealmente distratto e comples-

so comincia la giornata il lavoro i rapporti il telefono le relazioni il mondo fuori da me.

Le mie esperienze mi hanno costretto a guardarmi dentro e devo dire che il cambiamento mi ha fatto fare scelte che non avrei pensato di essere in grado di portare avanti cioè egoisticamente ho scelto me, di stare bene di ascoltarmi non sono più disposta a fare tanto per fare, vado avanti con le mie fatiche nel confronto con chi crede ancora nella possibilità di combattere per la vita

Buona vita a tutti.

Lina

Interclub Regionale Arcat Veneto Noi protagonisti del nostro cambiamento Mogliano Veneto 8 aprile 2018

La prima cosa che ha attratto la mia attenzione è stata l'immagine che campeggiava sullo schermo all'inizio della giornata e che rappresentava delle margherite.

Un fiore semplice, la margherita, che, a dispetto delle erbacce, fa capolino ogni primavera sui nostri prati, nei giardini, negli angoli di verde delle nostre città, simbolo di vita che rinasce.

E come ci ha fatto osservare la Presidente Annarosa Pettenò, il Club potrebbe proprio essere paragonato a questo fiore, i cui petali siamo tutte noi famiglie che partecipiamo e che siamo unite col medesimo scopo di formare qualcosa di bello per noi e per gli altri.

Spesso nella giornata si è fatto ricorso alle metafore

per rappresentarci.

Mi è piaciuta l'immagine stampata sul volantino, che ci mostra un imbianchino che, con il suo pennello, disegna uno squarcio di azzurro su un cielo grigio e nuvoloso.

Ma anche il paragone del Club come "motorino di avviamento" è stato molto esplicativo. Qualsiasi auto, grande o piccola, nuova o vecchia, ha bisogno di un avviamento, e chi meglio del Club può "accendere" la speranza e "avviare" un nuovo cammino?

Quello che però è importante è che di questo nuovo cammino, di questo cambiamento, siamo noi i protagonisti, che diventiamo attori e non spettatori.

Molto spesso è difficile mettersi in cammino quando ci si sente osservati e giudicati, ma sappiamo che questo nel Club non avviene, anzi troviamo conforto, aiuto, sostegno da chi ha già iniziato il nostro stesso percorso e conosce la nostra stessa fatica.

A volte viene da chiedersi: cambiare perchè? cambiare per chi? A parte per i problemi di salute, che tutti conosciamo, il cambiamento va fatto per amor proprio, per riacquistare la vita dignitosa che avevamo, per vivere ed agire in modo nuovo, migliore, e questo si ripercuoterà anche sugli altri.

E' come un gioco di specchi: più emettiamo luce e più ne riceveremo, tutti. Se spegniamo la luce resteremo al buio, tutti.

Il cambiamento avviene attraverso la consapevolezza, non solo del problema che ci ha portato al Club, ma soprattutto delle risorse che abbiamo dentro di noi, che non sappiamo riconoscere e che grazie all'aiuto del Club possiamo far affiorare.

E dobbiamo far tesoro anche delle diverse e variegate ricchezze che ci sono nel Club e che spesso sono



contagiose.

Il cambiamento non è solo smettere di bere, ma uno studio su se stessi e sulla cause che lo hanno indotto: uscire dalla dipendenza non come rinuncia ma come nuova opportunità.

Il cambiamento sarà avvenuto quando avremo fatto pace con la nostra storia e la archiveremo, quando ci saremo perdonati, quando parleremo più di felicità, di presente e futuro e meno del passato.

Cambiamento è una scelta di libertà per sé e una rinascita interiore, è riappropriarsi del diritto di scrivere storie nuove di vita e di futuro.

Mi piace terminare con una frase che è stata scritta sulla porta di un nostro Club:

Riprendetevi la speranza voi che entrate

Donatella, Acat Mestre

Noi protagonisti del nostro cambiamento

Evidente! Però con significati diversi. A volte anche opposti.

La frase proposta può privilegiare l'io che fa, decide, aggiusta, impone; o il gruppo che cerca assieme la via del miglior bene eco – sociale.

La prima scrittura del documento che avevo pensato di condividere, o piuttosto di presentare qui, insisteva proprio su modi diversi e opposti di vivere il cambiamento e, in modo generico, su cosa potessero comportare.

Ma più leggero e rileggevo il tema proposto, più sentivo la necessità di una analisi profonda e personale. Perché, volenti o nolenti, il cambiamento è dentro ognuno di noi. Fa parte del nostro pensare e vivere quotidiano. E' riferimento, parametro con cui ci misuriamo, aspettativa e progetto di un domani diverso, o al limite prospettiva da rifiutare.

Allora il discorso teorico già pronto, l'insieme delle valutazioni scritte con l'intento inconscio di creare buoni e cattivi, chiaramente mettendomi nella sezione 'buoni', il ribadire teorie che ciascuno di noi conosce bene, e usarle per puntare il dito od'insegnare' il percorso, si è trasformato in un augurio.

Un augurio rivolto soprattutto a me stesso:

Che quel noi divenga un noi assieme e non signifi-

fichi più io + voi.

Mi auguro di accettare finalmente di non essere io il centro del mondo rinunciando all'egocentrismo che mi contraddistingue. In psicologia si chiamerebbe maturazione. Passaggio da comportamento adolescenziale ad adulto.

Mi auguro che protagonisti non si riduca a progettare, fare, impegnarmi, usare attenzione, ma mi ricordi anche l'essere'.

Mi solleciti a guardarmi nel profondo. Senza mentire, senza nascondermi dietro a paraventi, con la coscienza delle mie scelte, della mia storia, dei miei valori, delle mie pulsioni.

Per usare una metafora, prima di cominciare a camminare bisogna che guardi bene e mi imprima nella mente il luogo che sto abbandonando; nella convinzione che il fare si costruisce meglio su verità e su realtà le quali implicano obbligatoriamente il sapere, senza remore e senza vergogne.

Ancora mi auguro che nostro sia un per, impegno

ad indirizzare i miei sforzi e le mie obbligazioni di protagonista/attore verso un servizio migliore per la famiglia, la comunità, il gruppo.

Infine l'augurio più grande ed impegnativo.

Ma anche il migliore e con il maggior grado di soddisfazione. Che cambiamento non abbia fine. Che io non mi fermi mai, accontentandomi semplicemente di consolidare i risultati che otterrò. Che cerchi sempre un bene maggiore da acquisire e condividere. Che abbia costantemente voglia di vita nuova.

E che rinunci ad entrare e nascondermi in qualcosa o qualcuno che sicuramente appaga gli sforzi fatti, evita situazioni impreviste, protegge da pericoli, ma è l'anticamera della sclerosi e della morte.

Questo augurio è anche un impegno di verifica perché, come ha suggerito uno dei membri del nostro Club, è auspicabile smettere di agire sempre ed unicamente da spettatore, aspettando che altri facciano il lavoro per noi.

Meglio partecipare alla lotta.

Chi sente la necessità imperativa di cambiare, non rimanga in panchina, entri in campo e giochi la miglior partita della sua vita.



Notizie



VII Forum Regionale Arcat Veneto sull'Educazione Ecologica Sociale Continua

Trascendenza, programmi e vita del Club

24 febbraio 2018, Selvazzano, Padova

Estratto dalle conclusioni

Sono state presenti 100 persone provenienti dalle province di Padova, Rovigo, Treviso, Venezia, Verona, Vicenza

La giornata è stata aperta dalla Presidentessa Arcat Veneto, Annarosa Pettenò che ha riassunto il senso e l'importanza dei nostri Forum annuali, ha inoltre portato i saluti di Marco Orsega e Nicoletta Regonati impegnati in una riunione Wacat a Zagabria, e di Padre Danilo Salezze. Hanno portato i loro saluti Giovanna Rossi, Assessore alle politiche sociali del Comune di Selvazzano e Germano Bettin, giornalista e formatore.

Il Forum si è aperto con un tempo di meditazione individuale su parole relative ad idee ed azioni di trascendenza seguito dalla condivisione assembleare, questo tempo è stato coordinato da Flaviana Conforto.

Piero Pili, a nome del gruppo regionale di lavoro, ha focalizzato quali aspetti comportamentali della vita quotidiana si possono riguardare dal punto di vista della trascendenza.

I temi emersi durante la giornata sono stati:

- il momento della meditazione ha portato ad una grande ricchezza di concetti e di azioni (che alleghiamo alle conclusioni). Scrivere le proprie riflessioni ha permesso ad ognuno di passare dal pensiero implicito al pensiero esplicito cioè alla consapevolezza.

- la condivisione ha messo in evidenza che in realtà spesso è stato difficile distinguere le idee dalle azioni, è apparso dunque chiaro che se ci si pone in un momento meditativo e di riflessione profonda, ogni idea stimola una azione coerente ad essa.

- Questo tipo di lavoro ha contribuito ad un aumento della coscienza collettiva sul tema proposto ed ha inoltre fatto comprendere che il concetto di trascendenza è più comprensibile ed accessibile di

quanto possa sembrare.

Le riflessioni sulle trascendenze quotidiane di Piero Pili, hanno proposto le seguenti riflessioni:

Trascendere può significare inventare qualcosa di nuovo da elementi differenti.

Il gioco è la prima forma di Trascendenza che abbiamo imparato. E' un'attività vitale, indispensabile perché ci permette di percepire la realtà come modificabile ... Se un bambino non può giocare ... impara che la realtà si deve accettare così come appare. (Passività - Conformismo)

Le neuroscienze ci dicono che i giochi e le Trascendenze sono attività vitali e perciò sono accompagnate dalla produzione nel cervello di sostanze che generano piacere. ...

“Trascendenza significa per il concetto ecologico-sociale la possibilità di trascendere sé stesso ed il proprio comportamento e scegliere una vita migliore, una spiritualità antropologica migliore”

Con questa frase Hudolin esprime vari ambiti di Trascendenza:

1) Trascendenza da se stesso

“Gli esseri umani, possono superarsi... autotranscendersi al di là di qualsiasi condizionamento psicologico e sociale che venga loro imposto” (Laudato Si' di Papa Francesco)

Anche tenere aperta la porta del Club è una forma di Trascendenza da se stessi. E' una forma di impegno sociale che genera nella comunità la speranza che i problemi alcolcorrelati e complessi, si possono affrontare positivamente.

Trascendere significa anche sognare “andare oltre” la difficoltà attuale, “vedere la persona” e starle accanto con fiducia.

2) Trascendere il comportamento

Per Hudolin il primo passo per trascendere il proprio comportamento è la scelta della sobrietà:

Il passaggio da “Non bevo perché non posso” a

“Non bevo perché non voglio” a “non è utile per la mia vita”.

Hudolin afferma che se il “tempo libero” non sarà dedicato alla maturazione, alle relazioni, alla cultura (quindi a Trascendenza e piaceri più sofisticati), l’alcol farà da padrone e ci sarà un aumento dei PAC.

Possiamo vedere l’uso di bevande alcoliche, e altri comportamenti analoghi, come un modo (un po’ grossolano) promosso dalla cultura prevalente per soddisfare il bisogno di Trascendenza in modo automatico, veloce, senza fatica relazionale - culturale, grazie all’azione psicotropa dell’alcol.

3) Scegliere una vita migliore: significa revisionare criticamente quella “peggiore”

Il passato con tutte le suggestioni e trascendenze promosse dall’industria della “evasione”: le suggestioni di facile “successo” “popolarità” “potere”, con messaggi del tipo “La felicità è a portata di mano - basta un click, cosa aspetti?”

Oggi più che nel passato è facile perdere il filo della propria vita. La cultura prevalente infatti non propone scopi e ideali per cui vale la pena di impegnarsi

Non ci sono punti di riferimento. Il valore fondante è vivere “al presente” con la massima intensità. (nichilismo).

4) Scegliere una cultura migliore, cioè una migliore spiritualità antropologica

Hudolin ci dice anche come trascendere con il Club: discutendo del futuro e confrontando le nostre ricerche della felicità.

L’attività più nobile e difficile che possiamo imparare con l’AES è costruire ponti tra persone che non si conoscono o non si stimano o sono in conflitto.

Conosciamo incomprendimenti nella nostra associazione?

Ci è mai capitato di “costruire ponti”? In quali situazioni - conflitti?

L’AES condivide con altri movimenti culturali la cooperazione per la giustizia sociale.

L’AES trascende anche i PAC – verso le sofferenze prodotte dalle ingiustizie della cultura prevalente.

L’AES ci fa scegliere di non voltare la testa, ma stare accanto alle speranze e al dolore del mondo.

I 4 gruppi di lavoro poi sono stati invitati a discutere su:

- 1) Pratiche di trascendenza nella vita del CAT
- 2) Pratiche di trascendenza nei programmi dell’associazione

Dalle discussioni dei lucidi è emerso che:

- Trascendenza individuale: superare la paura dei cambiamenti, credere in ciò che si fa, contagiarsi a vicenda, trasmettere speranza e anche raccontarsi positivamente (non sedersi sulle spine).

Trascendenza collettiva: contagiare gli altri con entusiasmo: da io a noi; trascendere dagli obiettivi immediati nel rispetto dei tempi di ognuno; condivisione della vita e della sua bellezza creando un clima positivo (entusiasmo, empatia, gioia, amicizia); prendere consapevolezza che si può creare nel Club una trascendenza collettiva. Dal Forum possiamo portare a casa questa consapevolezza.

- E’ trascendere: riuscire ad esprimere quello che si ha dentro, emozioni e stati d’animo; attuare consapevolmente la metodologia pratica del Club: appello, conta dei giorni, diario (da pensiero a scrittura, da implicito ad esplicito), compiti, incarichi, racconto della settimana; diventare responsabili di sé e degli altri; andare oltre l’apparenza ed i pregiudizi; scegliere la strada della speranza.

- La cultura può essere vista come strumento di trascendenza: fare rete con le Istituzioni, mettersi al servizio dell’Associazione per promuovere una nuova cultura dello stare bene, saper intercettare i bisogni della comunità.

- A partire dalle esperienze personali: andare oltre all’io, riappropriarsi della nostra spiritualità e bellezza per trasmetterla agli altri.

Avere “le braccia calde” con noi stessi e con gli altri per accogliere e condividere. Imparare a mettersi in gioco e non delegare, mettere entusiasmo e passione per superare lo scoraggiamento della staticità. Sognare gli altri ed accettare di essere sognati.

Si propone che il prossimo Forum Regionale sia organizzato sempre a Padova, il 23 febbraio 2019.

I temi proposti alla discussione saranno “Accoglienze - Il Tempo - Creatività - Complessità della sincerità - Sofferenza esistenziale”



Forum Interregionale della Formazione Ecologica Continua L'entusiasmo del Club: Un progetto di formazione interregionale

24 marzo 2018, Centrale di Zugliano, Vicenza

Estratto dalle conclusioni

Ringraziamenti: CAdES, Coordinamento Associazioni di Ecologia Sociale, Club Alcologici Territoriali del CAV, Coordinamento delle Acat Vicentine, Acat Villafranca Castel Scaligero e il Club La Scelta di Padova.

Organizzazione: Marchioro Francesco, Paolo Cortese e Romano Noro

Hanno partecipato 29 persone provenienti da: CAV Vicenza, Acat Villafranca Castel Scaligero e Acat Carnica.

Parlando di formazione, partecipazione dell'esserci nell'osare nell'ambito della cultura dell'Ecologia Sociale, sono emersi i seguenti aspetti:

Il principio ecologico nella comunicazione porta a rispettare l'individuo, ossia la diversità.

Nel rispetto della sua diversità, ogni individuo deve sentire la possibilità e necessità di crescere all'interno del Club. La necessità non corrisponde al bisogno: quest'ultimo è coercitivo e quindi negativo, mentre la necessità positiva.

L'entusiasmo del Club è l'entusiasmo di ognuno di noi, che si esplica in una maggiore fiducia e condivisione delle emozioni.

Le emozioni positive e negative intrigano la nostra vita.

La conoscenza e la condivisione sono il motore dell'entusiasmo.

Lavoriamo per una cultura del fare insieme, trasformando un'attività che coinvolga pochi in un'opportunità per tutti: il mondo dei Club.

L'importanza e il valore di arrivare ad una ecologia delle idee, della mente, facendola nostra.

Il Cades fa proprio il concetto di Centro Alcologico Territoriale Funzionale, attraverso il lavoro di Acat, Club e Associazioni, che fanno rete secondo il principio di ecologia sociale

Con tutti i partecipanti si condividono gli Impegni del Cades con il Cav per l'anno 2018:

- da lunedì 27 agosto a sabato 1 settembre 2018: CdS, a Zugliano

- sabato 15 e domenica 16 settembre: Monotematico sul Conflitto, a Zugliano

- sabato 20 ottobre: 2° Forum Interregionale della Formazione Ecologica Continua a Zugliano;

- Il 24 e il 25 novembre: Monotematico sulla Comunicazione Ecologica.

A Verona tre serate di documentari sul cambiamento Il Gruppo GAV di Verona ha organizzato un ciclo di tre incontri, a cavallo tra febbraio e marzo, sul tema del cambiamento a 360°

La rassegna, chiamata "Internal Rotation" (rotazioni interiori) ha debuttato a febbraio presso la parrocchia di Maria Maddalena (quartiere Saval) con l'intento di offrire un momento aggregativo comunitario alternativo avvalendosi della formula del Cineforum; soluzione che si è rivelata vincente avendo favorito la relazione tra i partecipanti e la creazione di coinvolgenti confronti a conclusione della proiezione. Gli iniziali dubbi, dovuti alla scelta audace di proiettare dei documentari in lingua inglese sottotitolati in italiano, ha ripagato grazie alla qualità dei contenuti proposti.

La prima serata sviscerava l'annoso tema raz-

ziale da un punto di vista inedito: quello di Daryl Davis. Famoso musicista con una lunga carriera (ha suonato al fianco di musicisti come Chuck Berry e Jerry Lee Lewis) ha trascorso gli ultimi tre decenni viaggiando negli Stati Uniti per incontrare i suprematisti bianchi. Daryl è nero ed ha convinto 200 membri del KKK ad abbandonare l'estremismo razziale. Come? Con il dialogo e la gentilezza.

L'intenzione degli incontri non era convertirli, ma per confrontarsi. Questo sembra già spiegare da solo il perchè della scelta del documentario, ma non basta. Questo strepitoso esempio di apertura ci ha regalato diversi spunti e similitudini con le difficoltà

che spesso incontriamo nei Club che cercano di riproporsi al di fuori della serata settimanale, ossia quando troppo facilmente (e senza frutto alcuno) ci scontriamo con la cultura del bere attualmente predominante.

Daryl essendo un bersaglio per il Ku Klux Klan, decide di espandere la sua coscienza e aprire le orecchie per ascoltare ciò che i suoi “avversari” hanno da dire riuscendo a smantellare, gradualmente, l’organizzazione di estrema destra negli Stati Uniti.

Una frase del protagonista su cui ci siamo soffermati è stata: “Se non vuoi aprire la tua mente e aprire il tuo cuore, questa è stupidità. Andiamo insieme e parliamo. Quando due nemici stanno parlando, non stanno combattendo.

Possono urlare e urlare a vicenda. Va bene, ma stanno ancora parlando. È quando il parlare cessa che il terreno diventa fertile per la violenza.

Ho intenzione di incoraggiare quante più persone possibile a vedere questo film e iniziare la conversazione.

Questa è solo la punta dell’iceberg. Il film offre una piattaforma per iniziare la conversazione. A meno che non impariamo ad andare d’accordo, non dovremo preoccuparci di ISIS, Al Qaeda o di chiunque altro.

Il modo migliore per sconfiggere un nemico è dividere e conquistare. In questo momento, siamo un paese diviso”. Il principio basilare ci risuona noto: “Edificare ponti” e “Volontà di trattare gli altri come vorrei essere trattato”, questo stesso rispetto che viene aspramente difeso come base di un dialogo: “Non rispetto quello che dici, ma rispetto il tuo diritto di dirlo”.

Dopo un’apertura dove abbiamo “abbattuto il muro”, il secondo documentario puntava a fare pulizia interiore ma non solo! Riconosciuto come miglior documentario nel 2016 negli USA, Minimalism parla delle “cose” importanti nella vita e di come troppo spesso gli oggetti abbiano preso un posto

privilegiato nei nostri legami/affetti, sostituendosi a quello che di veramente importante c’è: i rapporti umani e le relazioni.

I vantaggi di questo necessario riordino sono molteplici: guadagnare tempo, energie, soldi e risorse per arrivare prima e meglio al succo dell’esistenza. Liberarci dal superfluo come rito di passaggio per arrivare all’essenziale significato di noi, avvicinarci alla vera natura della vita stessa, libera da conformità e imposizioni esterne d’etichetta.

Leggerezza è ricchezza per godere appieno della vita senza distrazioni inutili. Partiamo dal decluttering, letteralmente fare spazio per non restare nel passato e diminuire gli stati d’anisia.

Questo quindi la provocazione, togliere per trovare, alleggerire per approfondire, viaggiare leggeri per viaggiare pienamente.

Due vissuti toccanti dei protagonisti che dalla scintillante manhattan fino ai più modici quartieri periferici americani vengono accumulati da difficili vite famigliari trascurate e inascoltate poi degenerate in vuoti facilmente ricomabili di oggetti fini a se stessi e senza valore una volta adulti.

Un movimento in risposta all’interrogativo sul dove stiamo andando e cosa vogliamo, un percorso che ci riporta

con i piedi nelle scarpe facendo i conti con noi stessi “nudi” di ogni superfluo avere.

Con il terzo e ultimo documentario Innsæi chiude il cerchio: una perfetta rappresentazione dell’essenza del percorso svolto fin qui.

Famosi pensatori ed esperti di spiritualità discutono questo concetto islandese che permette agli esseri umani di connettersi tra loro usando empatia e intuito.

Riconoscendo che il mondo gira veloce e ci sono troppe distrazioni ci si interroga sulla posizione umana in questo contesto sovrastimolato e in piena accelerazione. In tutta risposta, ampliando l’io interiore, chiunque può ottenere l’illuminazione.

Scenari nuovi, fuori dalla vista, scenari confermati dalle neuroscienze che studiano l’esistenza di

una mente inconscia, fuori di scena ma altrettanto potenti come la logica del pensiero scientifico. Qui torna la nostra avanguardia che con il prof. Hudolin già era in seno: la visione dove se la logica ti porta da A a B, l'intuito e l'empatia ti porteranno dappertutto.

Superato qualche intoppo tecnico, la partecipazione è stata costante nell'arco degli incontri che si sono sempre conclusi con interessanti e vivaci confronti ricchi di contributi personali. Un nuovo format che ha permesso, oltre che far conoscere l'ACAT e le proprie finalità, anche creare nuovi rapporti con le realtà del territorio (parrocchia, società sportiva, famiglie).

Non da ultimo questi incontri hanno consolidato il gruppo GAV di Verona mettendo le basi per future iniziative.

Significati di INNSAEI

Il mare dentro. L'interiorità senza confini, in eterna evoluzione. Sentimenti e immaginazione oltre le parole. Tralasciare la percezione e cambiare prospettiva.

Vedere dentro. Conoscere noi stessi e gli altri a sufficienza da metterci nei loro panni. Allenare l'empatia, conoscere tramite la relazione e il suo superamento inconscio.

Vedere dall'interno verso l'esterno. Navigare efficacemente nel mondo usando una bussola consapevole del nostro essere più profondo.

14° Congresso Meridionale dei Club sull'Ecologia Familiare e Sociale L'Ecologia Sociale via maestra verso un'Ecologia Integrale: riflessioni ed esperienze a sud di Assisi per una cultura della convivenza tra le differenze 8 Aprile 2018 Pietrelcina

Estratto dalle conclusioni

Hanno partecipato circa 250 persone, provenienti dai Club della Campania, del Molise, della Puglia della Basilicata e per la prima volta dalla Sicilia (Club di Catania, Palermo e Caltanissetta)

Il congresso si caratterizza ogni anno di più come laboratorio di riflessione e confronto sullo sviluppo dei nuovi programmi dei Club di Ecologia Sociale (in Campania Club Hudolin) in un Meridione che, accanto a storiche e inveterate criticità, presenta interessanti segnali di cambiamento.

Sono emerse alcune significative peculiarità:

- La rappresentatività effettiva del Sud tramite la crescita di legami umani e associativi tra i Club di varie regioni.

- La crescita della multidimensionalità nei Club. In Campania il Club Hudolin è di fatto la casa comune che accoglie famiglie con disagio antropospirituale, senza etichette o aggettivazioni diagnostiche di stampo medico, e capaci di confrontarsi e condividere bisogni speranze e progetti di cambiamento oltre alcol, tabacco, stupefacenti, azzardo o altre forme di perdita di libertà e di scelta. Un Club che si riscopre di nuovo vivo ed attraente per tante famiglie giovani.

Dopo i saluti dei referenti delle ARCAT presenti, il Presidente dell'ARCAT Campania Anna Coppola ha introdotto il tema della giornata.

I Club proseguono il loro cammino di riflessione e di consapevolezza sulla strada della promozione della qualità della vita delle persone, della famiglia e della comunità.

Una promozione che parte dal superamento dell'approccio ai sintomi di un disagio che, prima di essere sanitario e sociale, è essenzialmente spirituale, inteso come smarrimento o offuscamento del senso della propria esistenza in un determinato contesto sociale e culturale.

L'approccio Ecologico-Sociale cui si rifanno i programmi territoriali dei Club ha da sempre posto la persona e non il problema per cui soffre (alcol, droghe, disagio psichico) al centro del suo interesse; la persona considerata o vista dentro una rete di rapporti e ancor di più dentro un ecosistema che integra ambiente, società, economia, cultura e bene comune.

Questa è la prospettiva ecologico-sociale che si iscrive nell'orizzonte di una Ecologia integrale così come proposta da papa Francesco nell'Enciclica "Laudato Sii". L'ecologia integrale ha quindi al suo

centro l'adozione del principio del bene comune che implica amministrazione dell'ambiente, bene collettivo a beneficio di tutti, pace sociale e giustizia distributiva, e solidarietà a favore dei più poveri e rispetto alle generazioni future.

Inoltre essa richiede l'adozione di un atteggiamento del cuore per vivere in armonia con il creato. L'ecologia deve mirare alla tutela dell'ambiente nella sua interezza. Un ambiente che pone l'essere umano in relazione con la rete degli esseri viventi. Come i diversi componenti del pianeta – fisici, chimici e biologici – sono relazionati tra loro, spiega Papa Francesco, “anche le specie viventi formano una rete che non finiamo mai di riconoscere e comprendere”. “Per tale ragione, le conoscenze frammentarie e isolate possono diventare una forma d'ignoranza se fanno resistenza ad integrarsi in una visione più ampia della realtà”.

Quando si parla di “ambiente” dobbiamo provare a comprendere che si fa riferimento anche alla relazione tra la natura e la società che la abita. «Questo ci impedisce di considerare la natura come qualcosa di separato da noi o come una mera cornice della nostra vita. Siamo parte di essa e ne siamo compenetrati. Le ragioni per le quali un luogo viene inquinato richiedono un'analisi del funzionamento della società, della sua economia, del suo comportamento, dei suoi modi di comprendere la realtà». (dall'Enciclica “Laudato Sii”).

È fondamentale cercare soluzioni integrali che considerino le interazioni dei sistemi naturali tra loro e con i sistemi sociali. Non ci sono due crisi separate, una ambientale e un'altra sociale, bensì una sola e complessa crisi socio-ambientale. Le direttrici per la soluzione richiedono un approccio integrale per combattere la povertà, per restituire la dignità a chi si taglia fuori dalla vita con pratiche autodistruttive (alcol, tabacco, droghe, azzardo, ecc.) e nello stesso tempo per prendersi cura della natura.

Secondo Papa Francesco “per poter parlare di autentico sviluppo, occorrerà verificare che si produca un miglioramento integrale nella qualità della vita umana, e questo implica analizzare lo spazio in

cui si svolge l'esistenza delle persone. Gli ambienti in cui viviamo influiscono sul nostro modo di vedere la vita, di sentire e di agire. Al tempo stesso, nella nostra stanza, nella nostra casa, nel nostro luogo di lavoro e nel nostro quartiere facciamo uso dell'ambiente per esprimere la nostra identità».

È scientificamente provato, inoltre, che «l'estrema penuria che si vive in alcuni ambienti privi di armonia, ampiezza e possibilità d'integrazione, facilita il sorgere di comportamenti disumani e la manipolazione delle persone da parte di organizzazioni criminali». E questo accade soprattutto nei quartieri periferici delle grandi città «molto precari», dove si vive in un pericoloso «anonimato sociale» che favorisce «comportamenti antisociali e violenza».

Nelle nostre realtà pensiamo ad alcuni quartieri dei nostri centri urbani che a causa delle movide selvagge e dell'invasione di sale gioco presentano un grave deterioramento della qualità della vita sociale e relazionale.

L'ecologia umana è poi «inseparabile» dalla nozione di bene comune, «un principio che svolge un ruolo centrale e unificante nell'etica sociale, l'insieme di quelle condizioni della vita sociale che permettono tanto ai gruppi quanto ai singoli membri di raggiungere la propria perfezione più pienamente e più speditamente». Il bene comune presuppone il rispetto della persona umana in quanto tale, con diritti fondamentali e inalienabili ordinati al suo sviluppo integrale.

L'ecologia sociale è la sintesi armonica tra ecologia umana (rispetto e cura della propria salute fisica e psicologica) e promozione del bene comune.

Ci siamo interrogati sul futuro per i programmi di Ecologia Sociale Antropospirituale nelle nostre Comunità del Sud e tale interrogativo ci rimanda alla necessità di promuovere una pratica di partecipazione di ognuno di noi alla costruzione di una comunità fondata sul bene comune.

Sostenere una amministrazione comunale nella tutela della salute dei cittadini contro le Movide alcoliche e l'invasione dell'azzardo nelle famiglie, con tutte le conseguenze drammatiche conseguenti, è una scelta di promozione dell'ecologia sociale. Con



lo stesso valore della messa in discussione del nostro rapporto con altri comportamenti dannosi per la nostra salute quotidiana: fumare, mangiar male, non fare movimento, smanettare sin da piccoli per ore su internet e sullo smartphone, ecc.

Lo sviluppo sostenibile e integrale è l'orizzonte più ragionevole per la promozione di un benessere globale e non più strabico nella consapevolezza che occorre correggere profondamente i nostri stili di vita, le nostre priorità esistenziali, la nostra percezione dell'altro. "Non possiamo fare a meno di riconoscere che un vero approccio ecologico diventa sempre un approccio sociale, che deve integrare la giustizia nelle discussioni sull'ambiente, per ascoltare tanto il grido della terra quanto il grido dei poveri" (Laudato Si – Paragrafo 49).

Al termine dell'intervento di Anna Coppola le famiglie hanno lavorato in tre piccoli gruppi.

Il gruppo n. 1, condotto da Anna Coppola e Franca Penta ha discusso sul concetto di Multidimensionalità e sull'apertura del Club alla Sofefrenza. Sono tutti d'accordo che la promozione della salute e di stili di vita salutarì compete alle nostre associazioni come parte attiva nella vita sociale in tutte le sue componenti. Inoltre tutti i membri di Club devono essere aggiunti "Appassionati" all'approccio per accogliere e moltiplicare la ricchezza della diversità nel Club e per trasmetterla alla comunità.

Il gruppo n. 2 condotto da Tina Lettieri e Nunzio Lanza ha discusso su alcune parole chiave quali Sofefrenza, Famiglia, Sostegno, Mettersi in gioco, Cambiamento, Esempio, Cultura.

Il gruppo n. 3 condotto da Filippo Triolo e Vincenza Marino ha riflettuto sul fatto che i Club sono considerati come delle "cose strane" un po' come i fiori colorati su di un muro grigio, le famiglie insieme vogliono colorare questo muro.

Al termine dei lavori si è condiviso il pranzo comunitario che rappresenta un bellissimo momento di condivisione delle tipicità culinarie delle Regioni intervenute.

La giornata si è conclusa con la consegna degli attestati di sobrietà alle famiglie presenti, nella gioia

e nella soddisfazione dei traguardi raggiunti.

Ci siamo dati appuntamento al prossimo anno.

Prima esperienza a Pietrelcina delle famiglie siciliane

Partiti dalla Sicilia, pieni di entusiasmo per questa prima esperienza con le famiglie del sud Italia, dopo un travagliato viaggio (treno soppresso, tratti a piedi, in autobus e infine aliscafo) che ha rafforzato in noi la consapevolezza che per raggiungere qualunque obiettivo, ci vuole volontà e sacrificio.

Da Salerno a Pietrelcina in autobus, il primo contatto con le famiglie di altre regioni meridionali che ci hanno accolto con calore e spirito familiare.

Al convegno ascoltando la relatrice, ci siamo resi conto dell'attualità della metodologia del Professor Hudolin, che già percepiva la multidimensionalità della sofferenza umana.

Per questo i Club devono aprirsi a tutte le problematiche che portano sofferenza alla persona, alla famiglia e alla comunità.

Nei lavori di gruppo ci hanno colpito diverse testimonianze, come ad esempio quella della famiglia che ha trasformato la sua azienda agricola da vigneto ad uliveto così come le difficoltà espresse da alcune famiglie e servitori insegnanti sull'accoglienza di nuove famiglie con dipendenze diverse dall'alcol.

Ci siamo sentiti arricchiti dal confronto con altre realtà e vissuti diversi e al contempo rafforzati e rincuorati dal fatto che l'apertura dei Club siciliani ai consumatori di sostanze o prodotti d'azzardo o a persone con disturbi dell'alimentazione, porta l'ACAT Caltanissetta e i Club siciliani, nella giusta direzione.

I Club devono evolversi con l'evolversi delle dipendenze quindi aprirsi ancora di più alla comunità e alla società.

Se tutti siamo responsabili di tutti e di tutto, e accettiamo di esserlo e di viverlo, ne va che le diversità arricchiscono e ciò porta inevitabilmente il progresso da un ecologia sociale ad un ecologia integrale.

Aurelio, Antonella, Claudio, Concetta, Ester, Santina e Vincenzo.





Arcat Basilicata



Arcat
Basilicata
Ortus



AICAT Bari Murgia Basilica



AICAT MATERA

XXVII° Congresso Nazionale Aicat Matera 5-6-7 Ottobre 2018

Istituto Sant' Anna
Via Lanera, 14
Matera



La Cultura dell' Ecologia Sociale Responsabilità nel crescere e costruire insieme

Segreteria organizzativa: Umberto Miriello 329 8859203, segreteria 329 2542318,
mail:segreteriaarcatbasilicata@gmail.com

Prenotazioni: Fabers Slow Sud T.O. Francesca Paiano 0835 262047, 347 9964464
mail: f.paiano@fabers.it

Proposta di soggiorno: 5/7Ottobre, (3 giorni, 2 notti) mezza pensione
quote individuali: camera doppia 153 euro
camera tripla 134 euro
camera singola 209 euro

A.R.C.A.T. Lombardia
(Ass.ne Regionale dei Club Alcolologici Territoriali)

Forum dell'E.E.C. della Lombardia

Organizzano

CORSO SPERIMENTALE DI AGGIORNAMENTO DEI SERVITORI-INSEGNANTI

Sul tema:

**"IL SERVITORE-INSEGNANTE
E L'APPROCCIO
ECOLOGICO-SOCIALE"**
(un percorso di crescita personale al servizio della crescita delle famiglie e della comunità locale)

Approccio ecologico-sociale, sistemico e multi-familiare
proposto dal
Professor **Vladimir HUDOLIN**

14 – 15 – 16 settembre 2018

"Centro di Spiritualità dei Padri Somaschi"
Somasca di Vercurago - Lecco

Pernottamento

Presso la sede del corso sono disponibili 43 camere singole e 4 doppie. Il trattamento di pensione completa dalla cena di venerdì, al pranzo di domenica è concordato in circa 100.00 €.

Nelle vicinanze sono disponibili per il pernottamento altre soluzioni a costi maggiori.

Quota di iscrizione

Viene fissata in € 10.00 e potrà essere versata direttamente all'atto dell'iscrizione alla segreteria del corso. L'iscrizione dovrà essere comunicata tassativamente **entro il 10 settembre 2018 a:**

Angelo Tedioli

- posta elettronica: angelotedioli@gmail.com
- cell. 339.4593870



In collaborazione con:
A.I.C.A.T. e A.R.C.A.T. VENETO

Organizza il
3° CORSO MONOTEMATICO DI SEZANO



delle Famiglie e dei Servitori Insegnanti di Club

Sul tema:

"HO BISOGNO DI TE"

Approccio sistemico e multifamiliare
- secondo l'approccio-ecologico sociale -
proposto dal Professor **Vladimir HUDOLIN**

Data 10 – 11 – 12 agosto 2018

c/o "Comunità STIMMATINI"
Via Mezzomonte, 28 - Sezano (VR)

Pernottamento:

Presso la sede del corso sono disponibili n° 24 camere fra singole e doppie. Il trattamento di pensione completa, dalla cena di venerdì, al pranzo di domenica, è concordato in circa € 90.00 + IVA. Pranzi e cene € 13.00 cadauno.

Quota di iscrizione:

Viene fissata in € 10.00 e potrà essere versata direttamente alla segreteria del corso.

L'iscrizione dovrà essere comunicata

entro il 31 luglio 2018 a:

A.C.A.T. VERONA Est
Piazza Frugose, 7/b - 37132 VERONA
Tel. e Fax 045973322
e-mail: info@acatveronaest.it

Presidente: Grazia Nicosia cell. 3478844271
e-mail: nicogra1959@gmail.com

Libri e riviste



Claudio Zorzi Vanna Cerrato
Franco Marcomini

SULLA
ECOLOGIA INTEGRALE
RIFLESSIONI

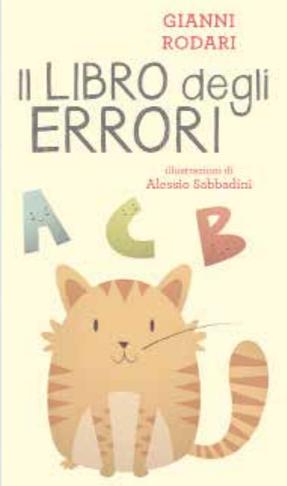


La cura dell'anima

2

Scrivono gli autori:
"Questo testo è una riflessione sull'ecologia integrale a partire dalla nostra esperienza nella visione sistemica, ecologico sociale ed antropospirituale. Essa ha orientato il nostro agire personale e professionale, senza alcuna separazione tra le due dimensioni, di fronte alla multidimensionalità della sofferenza umana e al disagio spirituale, che caratterizzano le nostre vite nel tempo corrente e nella cultura nella quale siamo immersi. Non è impresa facile, vista la complessità della traccia, ma lo faremo considerando queste riflessioni come il primo passo di un percorso trasformativo, come ci ha insegnato l'esperienza dei Club, preoccupati soltanto di essere in armonia con la visione ecologico sociale antropospirituale indicataci dal Prof. Hudolin"
Si può richiere a:
Claudio Zorzi czorz@livecom.it
Vanna Cerrato cerratovanna@gmail.com
Franco Marcomini marcomini@dada.it

GIANNI RODARI
IL LIBRO degli ERRORI
Illustrazioni di Alessio Sabbadini



Storie & Time

Vi chiederete cosa ha a che fare con noi un libro di raccontini per bambini, cosa a che fare con i temi importanti che affrontiamo, cosa ha a che fare con le difficoltà della vite e con la vita del Club. Ha molto a che fare!

Gianni Rodari guarda alla realtà con uno sguardo assolutamente benevolo, colmo di magia, ma non fa sconti verso le storture del mondo e della comunità, le individua le mette alla berlina e propone fantastiche soluzioni. Filastrocche e raccontini all'insegna dell'errore, alunni distratti, professori noiosi, sportivi poco in regola con l'ortografia, ma, diceva Gianni Rodari: "gli errori spesso non stanno nelle parole, bisogna correggere i dettati (a scuola). Ma bisogna soprattutto correggere il mondo" Questo libro ci aiuta a sorridere, a vedere il lato bello e misterioso degli errori, con una parola più "seria" a trascendere dalla realtà attraverso la fantasia ed il gioco, a tornare ad avere uno sguardo puro, comprensivo e ci ricorda che invece di cercare il paese senza errori, se li vediamo, potremmo correggerne un po'.

Gianni Rodari
IL LIBRO DEGLI ERRORI
disegni di Bruno Munari



Due edizioni, con disegnatori diversi, reperibile anche in e-book.

“Nei programmi ecologico sociali territoriali del futuro sarà necessario rivolgere sempre più attenzione all’etica del lavoro e alla spiritualità antropologica.

Solo tale prassi garantirà la possibilità di cambiare la cultura sanitaria esistente e garantire una migliore qualità della vita.

Non serve abbandonare l’alcol se contemporaneamente non inizia un cambiamento del comportamento della persona, della famiglia e della comunità.

Questo cambiamento richiede l’arricchimento della solidarietà, dell’amicizia, dell’amore la ricerca della possibilità di una convivenza; la lotta per i diritti umani fondamentali e per una giustizia sociale, e infine, per la cosa più importante: la pace

I programmi territoriali per i problemi alcolcorrelati e multidimensionali dovranno prendersi cura nel futuro della comunità, della famiglia, della antropospiritualità e dei problemi esistenziali, come abbiamo discusso durante il primo Congresso di spiritualità antropologica ad Assisi.”

V.Hudolin in “Camminando Insieme...a Vladimir Hudolin” Associazione per lo studio e la prevenzione delle dipendenze, Udine, 2002, pag. 79

