

TraTerra e Cielo

il giornale delle scelte consapevoli

periodico mensile sped. in
a.p. 45% art. 2 co. 20/b
legge 662/96 filiale di
Viareggio
ISSN 1724-2967
in caso di mancato recapito
restituire all'ufficio di
Viareggio per il ritorno al
mittente che si impegna al
pagamento della tassa dovuta

Marzo 2004

n.1 (180) anno XX

€ 2

Salta giù dalla giostra!

- 4 L'auto condivisa:**
i luoghi del car-sharing
- 7 Finanza etica:**
Investimenti e travestimenti
- 18 Circoli di studio:**
la formazione autogestita
- 26 Cinematerapia:**
i film che aiutano
- 28 Il digiuno per guarire**

Pellicole che aiutano

di Giampiero Ciappina*

Magari sarà un film a cambiarci la vita. La cinematerapia ci insegna una via alla trasformazione diversa, dove sono i film che ci aiutano a prendere coscienza del nostro profondo...

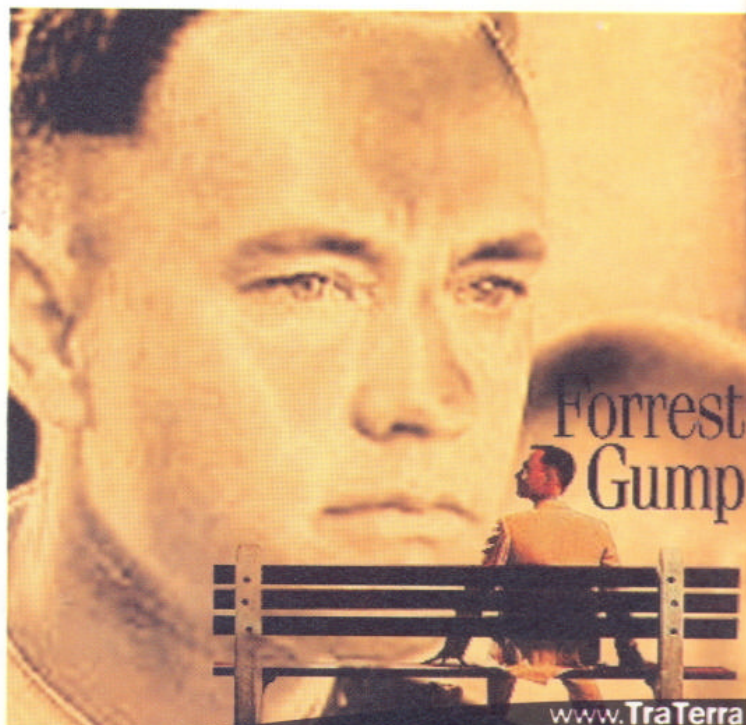
Sprofondare sulla poltrona con una scorta di pop-corn potrebbe non essere l'unico modo per assistere alla proiezione di un film. Da dieci anni a questa parte in Italia e recentemente anche negli Stati Uniti, sta emergendo un nuovo modo di osservare il film. Non più solo come puro "entertainment" ma anche come strumento di auto-conoscenza e di trasformazione esistenziale. Sono queste, molto brevemente, le principali caratteristiche della Cinematerapia®, la disciplina che promette di migliorare la qualità della vita delle persone attraverso un percorso guidato di film specificatamente selezionati.

Il film è un'opera tipica del nostro tempo, con un alto impatto nelle coscienze e di facile utilizzo e fruizione. Queste caratteristiche lo rendono particolarmente adatto a lavorare sulle emozioni e per mettere a nudo aspetti spesso totalmente inconsci della vita degli individui.

Piangere o ridere di fronte ad una pellicola non basta. Questa disciplina propone il film come strumento, come mezzo di trasporto per giungere nell'intimità delle persone e sciogliere nodi strutturali anche complessi. La Cinematerapia® tuttavia non è una forma di psicoterapia e non assomiglia neppure lontanamente alla psicoanalisi. Freud può dormire sonni tranquilli: lo scopo non è quello di curare patologie, ma semmai quello di agevolare processi trasformativi, migliorare la consapevolezza e di aiutare le persone a prendere decisioni importanti. Insomma un aiuto pratico e concreto per coloro che non

hanno tempo per lunghe terapie, ma che desiderano ricevere qualche piccolo sostegno e assistenza in un momento di bisogno.

Ma come può funzionare su di noi un film? La spiegazione è semplice. L'alto potere evocativo delle immagini e della trama, nelle mani di uno psicoterapeuta diventano un vero e proprio strumento di rinnovamento profondo, da affiancare ai processi decisionali che accompagnano qualsiasi processo esistenziale. Tutto sta nella cosiddetta 'Chiave di lettura' del film che gli Operatori consegnano prima della visione. La vicenda quindi viene riletta secondo un taglio particolare che spesso può abolire del tutto alcuni elementi del film, per concentrarsi su uno o più argomenti importanti. Il film viene quindi osservato eliminando gli aspetti più specifici della tecnica cinematografica, fotografica, della critica culturale o sociologica e si focalizza





esclusivamente sulle emozioni scaturite dalla storia. Non esistono emozioni giuste ed emozioni sbagliate: ognuno ha diritto ad avere le proprie. E proprio su questa base l'Operatore

lavora nel profondo del singolo individuo aiutandolo a sciogliere timori, antichi condizionamenti, pregiudizi che neppure lontanamente si immaginava di avere. Il tutto accade non attraverso un metodo induttivo dove l'Operatore 'suggestiona', ma semmai con un naturale processo di 'presa di coscienza'. Lentamente la sensazione è ... come se ci liberasse di un vecchio abito che si era cinto molti anni prima e che era rimasto addosso. Qualcosa di simile a quello che affermava Aristotele nel 300 a.c. quando definiva la Catarsi: la purificazione ed il sollievo dell'animo esercitati sugli spettatori dalla rappresentazione dell'animo stesso.

Ma la Cinematerapia® non si ferma qui. Affonda le sue radici metodologiche nell'Antropologia Personalistica Esistenziale del Prof. Antonio Mercurio e unifica anche la sapienza di tecniche di benessere olistico, lavorando per integrare la saggezza degli antichi rituali popolari e sciamanici. Il tutto ovviamente in un'atmosfera piacevole e rilassata, senza bisogno di pop corn. L'insieme integrato costituisce un originale approccio multidisciplinare rivolto a migliorare il benessere, la consapevolezza ma anche le strategie operative e quotidiane. I film vengono selezionati a seconda dell'argomento: alcuni esempi sono "Cambiare

La notizia: arriva lo spot occulto!

Qui la terapia non c'entra proprio, ma si parla di affari. Nel gennaio scorso è stato modificato il sistema di finanziamento pubblico delle pellicole. Tra le novità è stato dato il via libera agli spot e alla pubblicità nascosta, ovvero quella propinata all'interno della trama, una pratica finora vietata in Italia ma consentita negli Usa. Ricordate la mitica Aston Martin di James Bond alias 007, poi diventata con il passare dei tempi una brillante Bmw? E' un esempio di pubblicità cinematografica occulta. Saremo tutti più felici a vedere che caffè beve Raul Bova o che sigarette fuma Laura Morante?

Fonte: www.corriere.it

gli schemi mentali" attraverso il film "Qualcosa è cambiato" con Jack Nicholson, oppure "Affrontare le problematiche di coppia" con il film "Lezioni di Tango" di Sally Potter, o ancora "Come portare un pizzico di magia nella propria vita" con il film "Chocolat" con Juliette Binoche. Alcune di queste chiavi di lettura sono disponibili su Internet alla pagina www.solaris.it/seminari.asp e sono scaricabili gratuitamente. A Roma nel frattempo sono stati avviati dei seminari condotti da una equipe di Psicologi, Psicoterapeuti, Medici ed Operatori Olistici.

Riferimenti

Cinematerapia® è un Marchio depositato da Solaris presso il Ministero dell'Industria e delle Attività produttive
▶ www.solaris.it

* Presidente dell'Istituto Solaris, psicoterapeuta e docente presso lo I.A.P.E. (Istituto di Antropologia Personalistica Esistenziale) della Sophia University of Rome