

*Leggere è spalancare
finestre sul mondo.
Contemplare
mondi interiori ed
esplorare continenti
incontaminati.
Leggere è dipanare
quelle trame che chi
scrive ha intessuto.
Leggere è dialogare
con tutte le voci del
mondo.
Leggiamo insieme.*

Finestre sul mondo

Giuliana Pellizzoni

INCAMMINARSI...

Mariuccia Sofia, **Manuale di educazione della voce**
Hermes, 2000

La voce è energia, atto originario. Attraverso la voce noi permettiamo al nostro io di uscire da noi, di andare allo scoperto, di incontrare gli altri, di fare esperienze.

Nell'uso della propria voce si scoprono così limitazioni, paure, costrizioni, esagerazioni.

Intessuto con i principi della Psicosintesi questo prezioso libro ci conduce alla scoperta di noi attraverso la scoperta della nostra voce, del suo potenziale espressivo, di ciò che cela e di ciò che può rivelare.

Si tratta di un cammino insolito e gravido di scoperte che attraverso lo studio del suono, dell'uso della voce, delle tecniche di respirazione e dell'autoanalisi ci conduce ad una più profonda conoscenza di noi stessi, al di là delle maschere che quotidianamente esibiamo.



...CONOSCERE...

Mauro Scardovelli, **Subpersonalità e crescita dell'io**
Borla, 2000

L'incontro fecondo tra Psicosintesi e Programmazione Neurolinguistica ha dato luogo alla Programmazione neurolinguistica umanistica che, seguendo il dettato psicosintetico, approfondisce la conoscenza delle parti che albergano in ciascuno di noi, denominate subpersonalità secondo l'indicazione assagioliana, ed elabora tecniche per riconoscerle e trattarle.

Questo libro descrive le principali subpersonalità e a partire dal modello neurolinguista elabora linee guida di grande chiarezza ed efficacia ed indica strategie operative per confrontarsi con le nostre maschere e per ritornare al nostro nucleo originario, ovvero alla nostra identità più profonda, il nostro Io.

Sarà proprio a partire dall'Io, «centro di coscienza e di volontà» che potremo dirigere e guidare la nostra vita crescendo in modo armonico e consapevole.



...PARTIRE...

Bruno Caldironi, **L'uomo a tre dimensioni: colloqui con Roberto Assagioli** – Girasole, 2004

Roma 1967. In occasione della Settimana Psicosomatica Internazionale due psicoterapeuti si incontrano: Roberto Assagioli e Bruno Caldironi. Un incontro che sarà il primo di una frequentazione che si protrarrà fino al 1971. Questo libro è la testimonianza di quegli incontri, che si svolgevano il lunedì mattina, in cui gli insegnamenti psicosintetici si intrecciavano alla vastità di interessi dei dialoganti.

Ne emerge un ritratto vivo e vibrante di Assagioli; i suggerimenti terapeutici, profondi e pacati, si accompagnano a luminose intuizioni e a sottile umorismo. E in queste pagine la Psicosintesi si configura come collegamento tra aspetti individuali e sovraindividuali, così come Assagioli suggerisce all'autore durante un dialogo «La vera psicosintesi deve includere il supercosciente, cioè il contatto con la realtà superiore. Il punto centrale, infatti, è non accontentarsi dei risultati ottenuti, non adagiarsi su una psicosintesi personale, ma, ottenuta una certa armonia ed eliminati alcuni problemi, andare oltre, puntare ad un vero cambiamento di vita, cioè alla psicosintesi spirituale.»

