
Il senso degli incontri

Con le parole poetiche di Raimon Panikkar, possiamo definire il senso di questi tre incontri che mirano a recuperare lo spirito profondo delle parole che ci sono sfuggite di mano diventando degli utensili branditi spesso come armi per creare disarmonia, divisione, denigrazione, inimicizia:

“La parola non è parola / se non vi è chi la pronuncia; / la parola è parola solo quando c'è chi l'ascolta. / La parola è voce solo / quando rompe il mutismo cosmico / diffondendosi nel suo suono / Questo qualcuno però dice qualcosa / che nella musica si incarna. / Questo qualcosa è il grido / dell'Essere stesso, che è parola”.

La parola presuppone un parlante che incontra un altro parlante e si rivolge a lui con il linguaggio della vita, dei sentimenti, delle passioni e delle pulsioni che rendono viva la comunicazione. Perché la comunicazione, quando è vera, è lo spazio più profondo di una relazione fra umani che parlano con la voce, ma anche con gli occhi, con il volto, con il corpo ed è in questo spazio non artefatto e non schermato dai monitor della tecnologia asettica, che è possibile esprimere il linguaggio arrivando a sciogliere i nodi del rancore, della rabbia, della vendetta per riconnettersi - su un livello di rispetto e di dialogo - riconoscendo la differenza di vedute e cercando di muovere l'empatia, che è quel sentimento di rispecchiamento profondo fra due interlocutori.

A chi ci rivolgiamo?

Gli incontri sono aperti a tutti coloro che intendono lavorare per porre un argine al muro di odio che il linguaggio di oggi sta disseminando nella società e nei flussi virtuali delle chat e recuperare un senso profondo della comunicazione empatica e nonviolenta.

Partecipazione e iscrizione

Modalità

Gli incontri hanno come presupposto quello di creare uno spazio di riflessione, dialogo e partecipazione secondo una interazione attiva fra parole, ricerca di verità, bisogni e sentimenti.

Ogni incontro, della durata di tre ore, alternerà momenti di riflessione teorica a momenti in cui si faranno esperienze pratiche di dialogo e di armonizzazione profonda.

Numero di partecipanti: 20 persone

Sede, orari e costi

I corsi si terranno dalle ore 15 alle ore 18.

Iscrizione al singolo corso: 25 euro.

Al Monastero del bene comune è possibile anche mangiare (costo di ogni pasto: 10 euro. Ed eventualmente dormire: costo di una notte in camere singole: 20 euro)

La sede dei tre incontri è

Il Monastero del Bene comune di Sezano (VR)

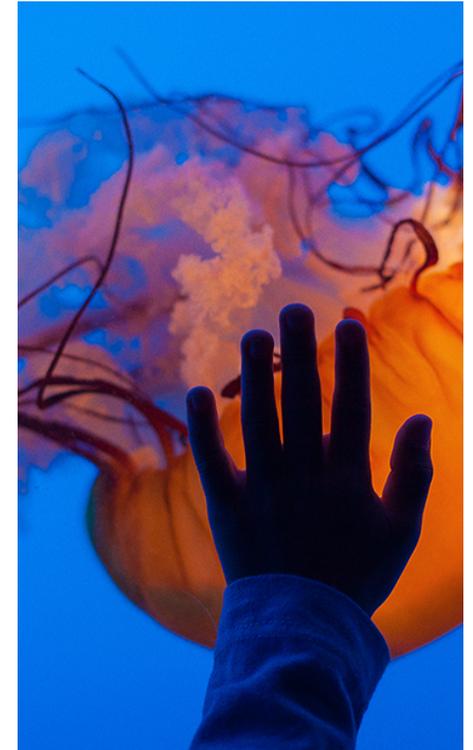
Da Verona: Uscire da Porta Vescovo e prendere la strada provinciale che conduce verso nord in Valpantena e alla Lessinia (Bosco Chiesanuova), attraversando i paesi di Quinto e Marzana; 50 metri oltre l'Ospedale di Marzana si svolta a destra e dopo 1 km si raggiunge il Monastero.

Dalle autostrade o dalla tangenziale sud: Uscire a Verona Est ed imboccare la tangenziale che conduce verso nord in Valpantena. Alla fine della tangenziale, prendere a destra immettendosi nella strada provinciale che attraversa i paesi di Quinto e Marzana; 50 metri oltre l'Ospedale di Marzana si svolta a destra e dopo 1 km si raggiunge il Monastero per il bene comune .

Disarmiamo le parole

Per recuperare lo spirito di umanità del linguaggio e liberare l'empatia

PARLARE L'UMANO / Tre incontri propedeutici ad un Laboratorio di comunicazione empatica, nonviolenta e di trasformazione dei conflitti



Laboratorio “Parlare l'umano” e Associazione Monastero per il bene comune.

Iscrizioni e contatti:

Genny Losurdo:

E-mail: genny.losurdo@gmail.com

Francesco Comina:

E-Mail: francesco.comina@gmail.com

Lo spirito della parola: l'arte del comunicare

11 gennaio 2020

Monastero per il bene comune
ore 15-18

Che cos'è la parola e da dove scaturisce? Quale rapporto c'è fra il termine che spesso usiamo per definire le cose e la parola che dà la vita a quel termine? E da dove vengono le parole che pronunciamo? Cos'è il linguaggio? E' solo un mezzo per dire le cose attraverso la voce o è un elemento vitale, che muove livelli profondi dell'esistenza di ciascuno di noi dando movimento ai sentimenti, ai bisogni, alle emozioni?

“Le parole sono finestre (oppure muri)” ci ricorda il fondatore della comunicazione nonviolenta Marshall Rosenberg. E dunque le parole possono dividere o unire, creare distanza, risentimento, odio e vendetta, oppure sciogliere i nodi del conflitto e trasformare la relazione in qualcosa di armonico. La parola è stata esiliata dalla terra, ha perso la radice, che è il suo “essere in relazione”. Si è inabissata nei meandri oscuri della perdita di coscienza e della dissonanza fra sentimenti, bisogni, emozioni e senso della realtà

Francesco Comina, giornalista e scrittore, autore di vari libri sui testimoni della pace e dei diritti umani, cercherà di risvegliare nei/nelle partecipanti al corso il senso profondo che le parole portano con sé, come simboli di una lingua che è molto più di un semplice codice comunicativo.

Genny Losurdo, Peace & Conflict Consultant, illustrerà al gruppo attraverso esempi ed esercitazioni pratiche come le parole abbiano il potere, nella vita quotidiana, di dividere o di unire.

La comunicazione empatica e nonviolenta

18 gennaio 2020

Monastero per il bene comune
ore 15-18

“È indispensabile porsi in atteggiamento di apertura al coglimento di ciò che l'altro può donarci sempre, ripudiando la tendenza ad assolutizzare il proprio punto di vista, riconoscendolo come concezione evidentemente relativa”. Così affermava Edith Stein sull'empatia, quella capacità umana di restare connessi a noi stessi e agli altri anche nelle circostanze più difficili.

Introduciamo qui i quattro passi della comunicazione nonviolenta (CNV) di Marshall Rosenberg, un tipo di linguaggio che parte dal cuore, che rafforza la nostra capacità di esprimerci in modo chiaro e cosciente, che aumenta le possibilità di soddisfare i bisogni nostri e altrui e quindi armonizzare le relazioni.

Luisita Fattori, esperta e praticante avanzata di CNV (Comunicazione nonviolenta) e **Agnese Gabrielli** insegnante,.

Presenteranno le basi del processo CNV e animeranno con alcuni esercizi: empatia e auto-empatia, osservare senza giudicare, esprimere i sentimenti e assumerne la responsabilità, conoscere e affermare i bisogni, formulare richieste che possano arricchire la vita. Si conoscerà e sperimenterà un nuovo approccio di comunicazione, al quale non siamo abituati, che rappresenta una scelta nell'ottica di creare un terreno di dialogo pacifico.

Riconoscere e trasformare la rabbia che esplode

25 gennaio 2020

Monastero per il bene comune
ore 15-18

La rabbia è un'emozione che esplode all'improvviso e crea una situazione perturbante. Ognuno di noi l'ha sperimentata, perché la rabbia rappresenta un'esperienza individuale che può verificarsi anche senza un conflitto, senza una dinamica relazionale. Ma la rabbia non solo può essere gestita da un individuo



capace di riconoscerla e di riconoscere se stesso, ma può essere incanalata in una forma superiore di amore e di creatività. Gandhi invitava chiunque fosse preso dalla rabbia a lavorare su di sé col respiro, il silenzio e la riflessione per fare in modo che dall'esperienza della

rabbia nasca una ricerca di amore di verità.

Ad aiutarci a entrare nella complessa sfera della rabbia abbiamo invitato **Rodrigo Andrés Rivas**, economista, giornalista, scrittore e parlamentare in Cile ai tempi di Salvador Allende. Rivas ha vissuto il dolore, la paura, l'umiliazione, la fuga, la rabbia e la tentazione alla vendetta quando la dittatura cilena si accanì nella persecuzione contro tutti quei giovani che avevano militato nel movimento di Allende (molti furono ammazzati, arrestati o sono *desaparecidos*). Rivas riuscì a scappare e dal '73 vive in Italia dove ha svolto vari lavori significativi nella cultura e nel sociale.