

# GEA RIDENS

NUOVA SERIE – anno 2

NUMERO 9

SPECIALE ESTATE 2015

## PROVE TECNICHE DI RESILIENZA

In questo numero:

☺ NOTIZIE DAL PROGETTO RI.DO  
☺ ANCORA sulla RESILIENZA, ovvero:  
come guardare il futuro senza farsi del male (con la Festa dell'Estate)

- ☺ Il potere dell'autoguarigione: il ritorno
- ☺ *Pan di gioia*: panificar ridendo
- ☺ Liberi da "matrix"
- ☺ *Corpo mondo*: la danza della libertà creativa
- ☺ Ridere! Ridere!! Ridere!!!
- ☺ La comicoterapia nella relazione d'aiuto
- ☺ In viaggio tra passato e futuro
- ☺ 1° Raduno di Homo Ridens

## PROGETTO RI.DO.

Ritorno al DOmani –  
Riabilitazione olistica per bambini post oncologici

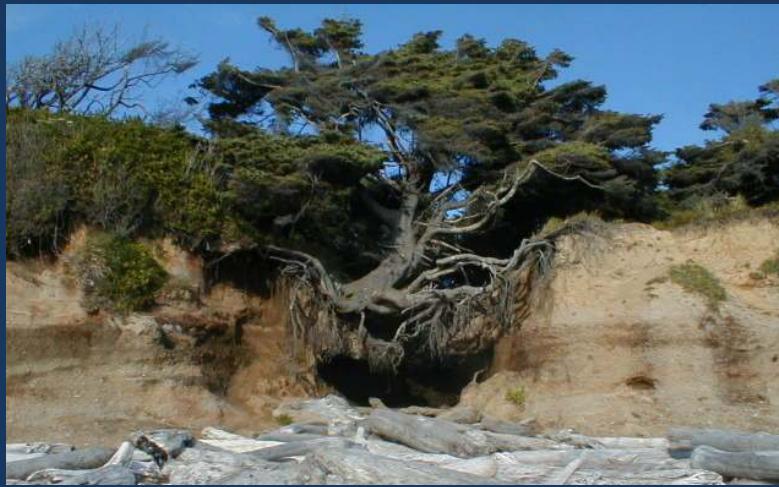
Succede sempre. Ce lo aspettavamo.....Fu così quando stavamo per partire per Kabul -Afghanistan- con 21 clown dottori dai 6 continenti per testimoniare la pace, proprio al centro della sofferenza del pianeta: Ci "consigliarono" di non partire..... Fu così quando arrivammo a L'Aquila terremotata (dove saremmo rimasti per 5 mesi ): il Potere ci voleva espellere dalle tendopoli... In entrambi i casi ci facemmo una risata sopra. Il nostro cuore era già oltre l'ostacolo e dovevamo per forza andare a recuperarlo....lo facemmo con gran soddisfazione di tutti. Così, è successo anche adesso che vogliamo sperimentare un nuovo tipo di riabilitazione e prevenzione, quello olistico, per i bambini usciti dalle oncologie: il "diavolo" ci mette la coda: arrivano le difficoltà, gli ostacoli, i problemi.

Noi sappiamo, però, che tutto questo serve a concentrarsi meglio sull'obiettivo e saper resistere a quelli che il buon Amleto chiamava *gli strali dell'avversa fortuna*. Così, eccoci qua, a ricordarvi che la riuscita di QUESTO PROGETTO DIPENDE DALLE VOSTRE DONAZIONI e della vostra



## LA RESILIENZA,

ovvero: come guardare al futuro senza farsi del male... Quando vedemmo questa foto dicemmo: "ecco, è tutto qui". La vita in questo millennio richiede proprio di imparare a stare in situazioni complesse, difficili, forse, ma alla lunga vincenti. Persino mettere radici nel vuoto e vivere di poco. Persino sviluppare talenti prima impensabili, giocare col fuoco, LIBERARSI dalla PAURA. Da soli non è possibile. Insieme possiamo. OCCORRE UN NUOVO PENSIERO. Discutiamone assieme nel SEMINARIO che si terrà il 20 GIUGNO, dalle 10 alle 19,30 sulla Terra del Sorriso conduce, Leonardo Spina, con annessa FESTA del SOLSTIZIO d'ESTATE: un momento di liberazione, meditazione, concentrazione di energia. Seminario, cena e festa €



### IL POTERE DELL'AUTOGUARIGIONE : IL RITORNO !

Quando sbadatamente vi procurate un taglietto, cosa fa il corpo ? Rimargina la ferita: voi, al massimo, gli date una disinfettata...per il resto..."lui" sa come fare... "lui" ha la verità...Voi non ci pensate proprio. Se uno scienziato dovesse descrivere il percorso di questo "rimarginarsi" occuperebbe molte pagine. Ma il corpo lo fa e basta. Perché quando ci prendiamo una malattia non dovrebbe funzionare allo stesso modo ? Abbiamo il sistema immunitario, no ? Si parla di "programmi innati di autoguarigione e di fotoriparazione. Quale è la componente mentale ed ambientale nelle malattie ? Quanto aggiungiamo o sottraiamo alla guarigione attraverso pensieri, emozioni, relazioni ? La verità è che malattia e guarigione sono cose complesse e semplici allo stesso tempo e che dovremmo saperne molto molto di più...meglio nella condizione di salute, perché se siamo ammalati entra in ballo la paura e le cose si complicano un po'. Ne parleremo (ed agiremo) al Laboratorio tenuto da Sonia Fioravanti e Leonardo Spina il 27-28 GIUGNO sulla Terra del Sorriso. Inizio ore 10. Laboratorio, tre pasti, una notte € 125.



### PAN DI GIOIA...panificar ridendo !

Abbiam pensato di accoppiare due arti molto antiche e molto vicine: l'arte di panificare e l'arte di ridere. Un modo materiale di modificare la realtà attraverso l'energia delle mani, applicata a semplici e familiari materie prime (acqua, farina, lievito) e un modo spirituale (spiritoso) di modificare la realtà attraverso la "semplice" risata e la materia prima delle emozioni. Per due giorni impasteremo pensieri e paste madri, emozioni e farine particolari, acqua di sorgente e genuinità di pancia, semplicità di relazione...Da questi impasti verrà fuori il buon pane di una volta e un buon livello di allegria (attivazione positiva) e pace interiore. 4-5 LUGLIO. Conducono Gherardo Pasero per la panificazione e Leonardo Spina per l'allegria. Laboratorio, tre pasti, una notte € 100.

**La TERRA DEL SORRISO, l'unico posto dove, ridendo e scherzando, puoi passare un fine settimana, pensare, rilassarti ed allo stesso tempo... far finta di niente ... Ti pare poco ?**

**Figlia della danza contemporanea e sorella della danza terapia, la danza creativa fonda la didattica attingendo da diverse tecniche, tra cui Alwin Nikolais e Moshé Feldenkrais. Il laboratorio è volto a chi vuole danzare in modo leggero e sperimentare la propria espressione corporea, fondendo il movimento creativo alle tecniche della danza contemporanea e del teatro, in modo dolce ed armonico, con l'ausilio di musiche e materiali, nel rispetto dei propri limiti e nell'obiettivo del loro superamento. Unito ad un lavoro di espressione corporea di estrazione prettamente teatrale, lo stage vuole dare un assaggio di come il movimento riesca a sbloccare quel mondo sommerso di emozioni e di disegni espressivi del proprio corpo, finalizzati ad un buon equilibrio di sé.**

**Il Laboratorio è condotto da Donatella Zapelloni, attrice, regista, maestra di danza. 11-12 LUGLIO. Labora-torio, tre pasti, una notte € 100. Info 3381091411**



## “CORPO MONDO”

### LIBERI DA MATRIX

Purtroppo non è un film; purtroppo non è nemmeno un complotto. E' una realtà sotto gli occhi di tutti noi, solo ad accorgersene, solo ad aver voglia di riconoscerla. Si chiama manipolazione ed agisce in tutti i campi della nostra vita: dall'alimentazione industriale sempre più tossica, alle cure spesso inutili e dannose. Dall'istruzione ai media, dalla storia alla scienza, dall'aria alla terra... Tutto subisce la pressione e le intenzioni di un piccolo gruppo di potere che non dobbiamo odiare ma solo *riconoscere* per esercitare il nostro libero arbitrio. Odio e contrapposizione verso di esso lo alimentano. Solo l'esercizio della libertà e l'amore verso noi stessi può aiutarci a ritrovare una possibilità di vita. Il seminario è condotto da Leonardo Spina e Sonia Fioravanti. 18-19 LUGLIO. Tre pasti, una notte € 100.



## L'uomo che sussurrava alle suore.... sempre con rispetto parlando....

### Ridere! Ridere !! Ridere!!!

Leonardo Spina festeggia i suoi (appena fatti) 60 anni con il più folle, il più divertente, il più esagerato laboratorio che abbia mai fatto !

Altro che comicoterapia, altro che clownterapia ! Siamo all'estasi mistica della risata, alla fantasmagoria dello sghignazzo, all'orgasmo cosmico ridanciano. Un'occasione unica perché il famoso Clown Scemanò difficilmente riuscirà a ripetersi: cinema, teatro, corpo, umorismo, comicità, demenzialità, scrittura creativa... miste ad un profondo amore per i partecipanti scolpiranno questo appuntamento nella memoria di quelli che vorranno esserci. Il cibo del buonumore contribuirà ad alzare ulteriormente il livello della vitalità. Se pensi di ricordare come si fa a ridere, ebbene ricredi... lo scompiscio è proprio qui. 8-9 AGOSTO Laboratorio, tre pasti, una notte € 100.



## COMICOTERAPIA NELLA RELAZIONE D'AIUTO

Gli operatori del settore sociosanitario ed oggi anche gli insegnanti sono categorie particolarmente esposte al rischio del burn out. Le condizioni di lavoro, lo "strano modo" in cui sanità e scuola vengono considerate, un po' solo come capitoli di spesa, rendono sempre più arduo lo sviluppo della professionalità, l'orgoglio di fare un buon lavoro, la possibilità di esprimere appieno le proprie risorse, che –in questi campi- sono, innanzitutto, umane. Leonardo Spina e Valter Barontini, ancora una volta assieme, propongono un lungo, ricco e divertente percorso di formazione residenziale, sotto l'egida della Scuola Europea di Alta Formazione *Norman Cousins*.

Dal 26 al 30 AGOSTO le vostre ferie diventano professionalizzanti attraverso elementi di gelotologia (comicoterapia), teatroterapia, improvvisazione teatrale e molto altro ancora. Formazione, 5 giorni, 4 notti € 280.

## Le ferie intelligenti

11-12-13 settembre Canton Ticino (Svizzera) - Arzo

# LA GIOIA IN MOVIMENTO

Laboratori, seminari, spettacoli per la RI-EVOLUZIONE  
PRIMO RADUNO INTERNAZIONALE  
dell'Istituto HOMO RIDENS

INFO e PRENOTAZ. : Ass. Ridere per Vivere-Ticino, Antonella 3473136828 - Vanna 0041774129059



### IN VIAGGIO TRA PASSATO E FUTURO – IPNOSI REGRESSIVA ALLE VITE PRECEDENTI

Torna – a grande richiesta- uno dei classici laboratori di Sonia Fioravanti, psicoterapeuta, specializzata in ipnosi clinica ericksoniana. Una forte esperienza personale, una traccia di vita precedente, la convinse a ricercare e a scoprire che la razionalità non c'entra nulla, che la nostra realtà è molto più complessa ed interessante di quanto non vogliano farci credere e che l'esperienza del rivisitare le vite precedenti può essere realmente terapeutica. Conduce dal 2000 gruppi ed effettua sedute individuali di ipnosi regressiva a vite precedenti. 26-27 SETTEMBRE. Laboratorio, tre pasti, una notte € 125.

Se ti piacciono i contenuti di GEA RIDENS e pensi di avere cose da esprimere, congrue al contesto, mandaci i tuoi contributi, saremo felici di pubblicarli:

[homoridens.newsletter@gmail.com](mailto:homoridens.newsletter@gmail.com)

Info 3479001526 Sonia

# CALENDARIO FORMATIVO DELL'AUTUNNO

## 1° step SEAF (Volontari del Sorriso)

### Orvieto (Umbria) – Melano (Canton Ticino)



MATERIA	LUOGO	DATA	FORMATORE	NOTE
<b>Consapevolezza</b>	Terra del Sorriso-Orvieto- Umbria	20 sett.2015	Leonardo Spina	8 ore
	Melano-Ticino	26 sett.2015	Ugo Sabbadin	8 ore
<b>Gelotologia 1</b>	Terra del Sorriso-Orvieto -Umbria	26-27 sett.	Leonardo Spina	16 ore
	Melano - Ticino	03-04 ott.	Leonardo Spina	16 ore
<b>Improvv. Teatrale</b>	Terra del Sorriso-Orvieto -Umbria	10-11 ott.	Chiara Zeccardo	16 ore
	Melano - Ticino	17-18 ott.	Formatore da designare	16 ore
<b>Arte del clown</b>	Terra del Sorriso-Orvieto-Umbria	24-25 ott.	Valter Baronitini	16 ore
	Melano-Ticino	07-08 nov.	Formatore da designare	16 ore
<b>Psicologia relazione d'aiuto</b>	Terra del Sorriso-Orvieto-Umbria	31 ott-1 nov.	Formatore da designare	16 ore
	Melano-Ticino	21-22 nov.	Sonia Fioravanti	16 ore
<b>Trucco e costume</b>	Terra del Sorriso-Orvieto - Umbria	14-15 nov.	Giuliano Napoli e Alessandra Romagnoli	
	Melano- Ticino	12-13 dic.	Giuliano Napoli e Alessandra Romagnoli	16 ore
<b>Arte del Volontario</b>	Terra del Sorriso-Orvieto - Umbria	28-29 nov.	Silvia Larghi	
	Melano - Ticino	19-20 dic.	Silvia Larghi	16 ore
<b>Sculture di pallonc.</b>	Terra del Sorriso-Orvieto-Umbria	2 nov.	Formatore da designare	8 ore
	Melano - Ticino	da definirsi	Formatore da designare	8 ore