



CIFORMAPER
Centro Italiano di
Formazione
Psicologia-Ecologia-Relazione
Gestalt Ecology®

ECO-CITAZIONI a cura di CIFORMAPER

“Io sono una parte di tutto ciò che ho incontrato.”

A.Tennyson

“Non vi è alcuna possibilità di un’esistenza autonoma e separata.”

A.N. Whitehead

“Le condizioni della vita non si trovano esclusivamente nell’organismo o nell’ambiente esterno, ma in entrambi, nello stesso tempo.”

C. Bernard

“Ogni pensiero degno di questo nome oggi deve essere ecologico.”

L. Mumford

“E l’armonia di un individuo con il proprio “sé profondo” non richiede soltanto un viaggio nell’interiorità, ma un’armonizzazione con il mondo ambientale.”

J. Hillman

“Si potrebbe rimproverare alla psicologia terapeutica che questo suo enfatizzare la sfera interiore personale, questo ingrandirne l’importanza, sia una sistematica negazione del mondo là fuori, una sorta di compensazione per la vera grandezza che la sua teoria ha rifiutato di includere e dalla quale si è difesa.”

J. Hillman

“Insomma, se la psicologia è lo studio del soggetto, e se i limiti di questo soggetto non possono essere definiti, allora, che lo si voglia oppure no, la psicologia si fonde con l’ecologia.”

J. Hillman

“Noi operatori non possiamo più accontentarci di “rispondere al meglio” alle nuove domande di aiuto. La psicanalisi è nata e si è sviluppata mantenendo un confronto costante e un autentico dialogo con la cultura e con la civiltà in cui è sorta: Freud interrogava gli ideali della sua società, commentava il “disagio della civiltà.”

Gli psicanalisti e le altre figure professionali non possono rinchiudersi nelle loro competenze specifiche. Devono piuttosto continuare a ispirarsi allo spirito dell’insegnamento di Freud, al

suo interesse per la cultura e per la civiltà. È importante che, invece di pensare che i problemi della società siano appannaggio della sociologia e dell'antropologia, i professionisti della clinica partecipino alle riflessioni delle altre scienze umane e condividano con esse una visione multidisciplinare dei problemi.”

M. Benasayag e G. Schmit

“Hybris è oggi tutta la nostra posizione rispetto alla natura, la nostra violentazione della natura con l'aiuto delle macchine e della tanto spensierata inventiva dei tecnici e degli ingegneri.”

F. Nietzsche

“L'esperienza della non-onnipotenza costituisce per ciascuno di noi (e in particolare per i bambini e gli adolescenti) un'esperienza di limitazione *positiva* e fondamentale: lo sviluppo dell'essere umano non deve essere pensato come un'abolizione dei limiti naturali o culturali, ma, al contrario, come una lunga e profonda ricerca di ciò che tali limiti rendono possibile” .

M. Benasayag e G. Schmit

“Semina un pensiero e raccogli un'azione, semina un'azione e raccogli un'abitudine, semina un'abitudine e raccogli un carattere, semina un carattere e raccogli un destino.”

Tradizione buddista

“Un uomo non dovrebbe mai camminare con tanto impeto da lasciare tracce così profonde che il vento non le possa cancellare.”

R. Kaiser

“Nulla è più oscuro delle cose che abbiamo continuamente sulle labbra.”

H. Von Hofmannsthal

“Chi sa, sa che chi più sa, men sa.”

L. da Vinci

“Nessuna cosa in sé è cattiva, nessuna è buona; dipende dal gesto che imprime una direzione, che forse a volte penetra fin nell'oscurità, in quanto di simulato e di incerto sta nei luoghi più riposti.”

E. Bloch

“Più vicini siamo alla natura, più vicini siamo a Dio.”

J. W. Goethe

“La tendenza a vivere d'illusioni e a credere a una finzione di sé stessi – in senso buono o in senso cattivo – è grande, quasi insuperabile.”

C.G. Jung

“Mi vergogno di fronte alla terra;
mi vergogno di fronte ai cieli;
mi vergogno di fronte all'alba;
mi vergogno di fronte al crepuscolo;
mi vergogno di fronte al cielo azzurro;
mi vergogno di fronte alle tenebre;
mi vergogno di fronte al sole.
Una di queste cose mi sta sempre guardando.
Non sono mai al di fuori del loro sguardo”

Canto Navaho

“Un vero viaggio di scoperta non è cercare nuove terre ma avere nuovi occhi.”

M. Proust citato da A. Pazienza

“Il mondo è la totalità dei fatti non delle cose.”

L. Wittgstein

“Convergono nel mozzo trenta raggi,
eppur è quel nulla(dove cosa non v'è) che rende il carro utilizzabile.
Argilla si cuoce per farne vasi,
eppur è quel nulla che rende il vaso utilizzabile.
Porte e finestre s'aprono,
eppur è quel nulla che rende la stanza utilizzabile.
Pertanto è ciò che le cose sono o hanno a renderle utili,
e ciò che non sono e non hanno a renderle utilizzabili”

Laozi

“Preoccupati del significato, e i suoni si accorderanno da soli.”

L. Carrol

“La Natura è un tempio dove incerte parole
mormorano pilastri che son vivi,
una foresta di simboli che l'uomo
attraversa nel raggio dei loro sguardi familiari.”

C. Baudelaire

“Quando la persona giusta usa mezzi sbagliati, questi mezzi sbagliati agiscono in modo giusto. Quando la persona sbagliata usa mezzi giusti, questi mezzi giusti agiscono in un modo sbagliato.”

Proverbio cinese

“E' nei margini che si trova la poesia.”

O. Mandal'Stam

“La maggior parte delle persone stanno sopra al mondo e non nel mondo, non hanno nessuna simpatia conscia o relazione con nulla che li riguarda, indiffusi, separati, e rigidamente soli come marmi di pietra tagliata, che si toccano ma che stanno ben separati.”
“Perché l'uomo dovrebbe considerare sé stesso come qualcosa di più che una piccola parte di una grande unità di creazione ? E di quale creatura tra tutte il Signore ha preso i dolori per farne qualcosa di non essenziale alla completezza di quell'unità – I cosmo? L'universo sarebbe incompleto senza l'uomo; ma sarebbe incompleto anche senza la più piccola particella microscopica che si nasconde al nostro occhio concettuale e alla nostra conoscenza.” “Questa grande rappresentazione è eterna. È sempre l'alba da qualche parte, la rugiada non è mai completamente assorbita nello stesso tempo, una cascata dura per sempre, e il vapore si alzerà sempre , albe eterne, tramonti eterni, sui mari e sui continenti sulle isole, ognuno a sua volta mentre la terra rotonda gira. “ “In ogni passeggiata nella natura l'uomo riceve sempre molto di più di ciò che cerca. “ “Quando proviamo a tirare via qualcosa per se stessa ci rendiamo conto che era attaccata a qualcos'altro nell'universo.”

J. Muir

PRIMA DI TUTTO L'UOMO

Non vivere su questa terra
come un estraneo
o come un sognatore vagabondo.

Vivi in questo mondo
come nella casa di tuo padre
credi al grano, alla terra, al mare,
ma prima di tutto credi all'uomo.

Ama le nuvole, le macchine, i libri,
ma prima di tutto ama l'uomo.
Senti la tristezza del ramo che secca,
dell'astro che si spegne,
dell'animale ferito che rantola,
ma prima di tutto senti la tristezza
e il dolore dell'uomo.

Ti diano gioia tutti i beni della terra;
l'ombra e la luce ti diano gioia,
ma soprattutto, a piene mani,
ti dia gioia l'uomo!

N. Hikmet

La terra è un solo paese
Siamo onde dello stesso mare
Foglie dello stesso albero
Fiori dello stesso giardino

Seneca

Chi è bello è bello da vedere, e basta
Ma chi è buono sarà subito bello

Saffo

LA SPERANZA

Non posso perdere l'unica cosa
che mi mantiene in vita: la speranza,
una parola che spesso,
si trova con noi al mattino,
viene ferita nel corso della giornata
e muore all'imbrunire,
ma risuscita con l'aurora

P. Coelho

“Chi educa non agisce mai in modo astratto e generico ma porta con sé testimonianza del suo modo di agire, del suo modo di essere.”

S. Vegetti Finzi

“L'esistenza, per sua stessa natura, non è mai isolata; esiste solo nella comunicazione e nella consapevolezza dell'esistenza degli altri.”

H. Arendt

“Il sale della terra è la diversità: è il conflitto che dalla diversità deriva a dare senso e vita.”

F. Ongaro Basaglia

“Lascia che la pace della natura entri in te come i raggi del sole penetrano le fronde degli alberi.”

Lascia che i venti ti soffino dentro la loro freschezza e che i temporali ti carichino della loro energia.

Allora le tue preoccupazioni cadranno come foglie in autunno.”

J. Muir

“Un problema non può essere risolto con lo stesso tipo di pensiero che lo ha generato.”

A. Einstein

“Io credo che il compito dell’uomo non sia quello di dominare la natura, ma precisamente quello di coltivare: coltivare se stesso così come coltivare la natura, proprio perché non sono separabili.”

R. Panikkar

“Senza radici... non si vola.”

B. Hellinger

“Si tratta dunque di un capovolgimento totale dell'ottica cui siamo abituati: l'ottica della delega ad altri dei nostri problemi.”

Franca Ongaro Basaglia

“Non è il teatro che è necessario, ma assolutamente qualcos'altro: superare le frontiere fra me e te per arrivare ad incontrarci, per non perderci fra la folla, né fra le parole, né fra le dichiarazioni, né fra idee graziosamente precisate.”

Jerzi Grotowski

“Un minimo di pratica vale più di tante prediche”.

Mahatma Gandhi

“Se uno non spera,
non potrà raggiungere l’insperabile
perché è introvabile e irraggiungibile.”

Eraclito

“L'utopia è come l'orizzonte: cammino due passi e si allontana di due passi. Cammino dieci passi e si allontana di dieci passi. E allora a cosa serve l'utopia? A questo: serve per continuare a camminare.”

E. Galeano

“Abbiamo conquistato
il cielo
come gli uccelli
e il mare come i pesci
ma dobbiamo
imparare di nuovo
il semplice gesto
di camminare
sulla terra come fratelli”

Martin Luther King

“Considero valore ogni forma di vita, la neve, la fragola, la mosca.
Considero valore il regno minerale, l'assemblea delle stelle.
Considero valore il vino finché dura il pasto, un sorriso involontario,
la stanchezza di chi non si è risparmiato, due vecchi che si amano.
Considero valore quello che domani non varrà più niente e quello

che oggi vale ancora poco.
Considero valore tutte le ferite.
Considero valore risparmiare acqua, riparare un paio di scarpe,
tacere in tempo, accorrere a un grido, chiedere permesso prima di sedersi,
provare gratitudine senza ricordare di che.
Considero valore sapere in una stanza dov'è il nord,
qual è il nome del vento che sta asciugando il bucato.
Considero valore il viaggio del vagabondo, la clausura della monaca,
la pazienza del condannato, qualunque colpa sia.
Considero valore l'uso del verbo amare e l'ipotesi che esista un creatore.
Molti di questi valori non ho conosciuto.”

Erri De Luca

“Amare. Essere amati.
Non dimenticare mai la propria insignificanza.
Non assuefarsi mai all'indicibile violenza e alla grossolana disuguaglianza della vita intorno a te.
Cercare la gioia nei posti più tristi.
Inseguire la bellezza fin dentro la sua tana.
Non semplificare mai le cose complicate e non complicare quelle semplici.
Rispettare la forza, mai il potere.
E soprattutto, guardare.
Cercare di capire.
Non distogliere mai lo sguardo.
E mai, mai dimenticare”.

A. Roy

“Io sono lo spazio dove io sono”

A. Arnaud

“L'esatta fantasia di chi dissente, può vedere più di mille occhi.”

T. Adorno

“L'intero è un quieto equilibrio di tutte le parti.”

G.W.F. Hegel

“Gli uomini divengono socievoli vivendo insieme in società.”

A. Mandeville

Ogni essere umano
che viene al mondo
del mondo è cittadino.
Vi è un solo mondo,
vi è una sola umanità.
Chi perseguita un essere umano,
perseguita suo fratello, sua sorella,
se stesso.
Chi devasta un luogo del mondo,
devasta la casa comune di tutti.
Vi è una sola umanità,
vi e' un solo mondo

Beppe Sini
(Centro di Ricerca per la Pace)

“Noi = IO alla N”

A. Bergonzoni

“Le cose più importanti della nostra vita non sono né straordinarie né grandiose. Sono i momenti in cui ci sentiamo toccati gli uni dagli altri.”

Saggezza dei maestri del Tibet

“L’immaginazione è più importante della conoscenza. La conoscenza è limitata, l’immaginazione abbraccia il mondo.”

Albert Einstein

“Nulla al mondo è più pericoloso che un’ignoranza sincera ed una stupidità coscienziosa.”

M.L. King

“Tutte le specie, tutti gli esseri umani e tutte le culture possiedono un valore intrinseco. Tutti gli esseri viventi sono soggetti dotati di intelligenza, integrità e di un’identità individuale. Non possono essere ridotti al ruolo di proprietà privata, di oggetti manipolabili, di materie prime da sfruttare o di rifiuti eliminabili. Nessun essere umano ha il diritto di possedere altre specie, altri individui, o di impadronirsi dei saperi di altre culture attraverso brevetti o altri diritti sulla proprietà intellettuale.”

Vandana Shiva

“La comunità terrena promuove la convivenza democratica di tutte le forme di vita. Siamo membri di un’unica famiglia terrena, uniti gli uni agli altri dalla fragile ragnatela della vita del pianeta. Pertanto è nostro dovere assumere dei comportamenti che non compromettano l’equilibrio ecologico della Terra, nonché i diritti fondamentali e la sopravvivenza delle altre specie e di tutta l’umanità. Nessun essere umano ha il diritto di invadere lo spazio ecologico di altre specie o di altri individui, né di trattarli con crudeltà e violenza.”

Vandana Shiva

“Le diversità biologiche e culturali devono essere difese.

Le diversità biologiche e culturali hanno un valore intrinseco che deve essere riconosciuto. Le diversità biologiche sono fonti di ricchezza materiale e culturale che pongono le basi per la sostenibilità. Le differenze culturali sono portatrici di pace. Tutti gli esseri umani hanno il dovere di difendere tali diversità.”

Vandana Shiva

“Tutti gli esseri viventi hanno il diritto naturale di provvedere al loro sostentamento.

Tutti i membri della comunità terrena, inclusi gli esseri umani, hanno il diritto di provvedere al loro sostentamento: hanno diritto al cibo e all’acqua, a un ambiente sicuro e pulito, alla conservazione del loro spazio ecologico. Le risorse vitali necessarie per il sostentamento non possono essere privatizzate. Il diritto al sostentamento è un diritto naturale perché equivale al diritto alla vita. È un diritto che non può essere accordato o negato da una nazione o da una multinazionale. Nessun paese e nessuna multinazionale ha il diritto di vanificare o compromettere questo genere di diritto, o di privatizzare le risorse comuni necessarie alla vita.”

Vandana Shiva

“La democrazia della comunità terrena si fonda su economie che apportano la vita e su modelli di sviluppo democratici.

La realizzazione di una democrazia della comunità terrena presuppone una gestione democratica dell’economia, dei piani di sviluppo che proteggano gli ecosistemi e la loro integrità, provvedano alle esigenze di base di tutti gli esseri umani e assicurino loro un

ambiente di vita sostenibile. Una concezione democratica dell'economia non prevede l'esistenza di individui, specie o culture eliminabili. L'economia della comunità terrena è un'economia che apporta nutrimento alla vita. I suoi modelli sono sempre sostenibili, differenziati, pluralistici, elaborati dai membri della comunità stessa al fine di proteggere la natura e gli esseri umani e operare per il bene comune.”

Vandana Shiva

“Le economie che apportano la vita si fondano sulle economie locali. Il miglior modo di provvedere con efficienza, attenzione e creatività alla conservazione delle risorse terrene e alla creazione di condizioni di vita soddisfacenti e sostenibili è quello di operare all'interno delle realtà locali. Localizzare l'economia deve diventare un imperativo ecologico e sociale. Si dovrebbero importare ed esportare soltanto i beni e i servizi che non possono essere prodotti localmente, adoperando le risorse e le conoscenze del luogo. Una democrazia della comunità terrena si fonda su delle economie locali estremamente vitali, che sostengono le economie nazionali e globali. Un'economia globale democratica non distrugge e non danneggia le economie locali, non trasforma le persone in rifiuti eliminabili. Le economie che sostengono la vita rispettano la creatività di tutti gli esseri umani e producono contesti in grado di valorizzare al massimo le diverse competenze e capacità. Le economie che apportano la vita sono differenziate e decentralizzate.”

Vandana Shiva

“La democrazia della comunità terrena è una democrazia che tutela la vita. Una democrazia che tutela la vita si fonda sul rispetto democratico di ogni forma vivente e su un comportamento democratico da adottare già a partire dalla quotidianità. Ogni soggetto coinvolto ha il diritto di partecipare alle decisioni da prendere in merito al cibo, all'acqua, alla sanità e all'istruzione. Una democrazia che tutela la vita cresce dal basso verso l'alto, al pari di un albero. La democrazia della comunità terrena si fonda sulle democrazie locali, lasciando che le singole comunità costituite nel rispetto delle differenze e delle responsabilità ecologiche e sociali abbiano pieni poteri decisionali riguardo all'ambiente, alle risorse naturali, al sostentamento e al benessere dei loro membri. Il potere viene delegato ai livelli esecutivi più alti applicando il principio della sussidiarietà. La democrazia della comunità terrena si fonda sull'autoregolamentazione e sull'autogoverno.”

Vandana Shiva

“La democrazia della comunità terrena si fonda su culture che valorizzano la vita. Le culture che valorizzano la vita promuovono la pace e creano degli spazi di libertà per consentire il culto di religioni diverse e l'espressione di diverse fedi e identità. Tali culture lasciano che le differenze culturali si sviluppino proprio a partire dalla nostra umanità e dai nostri comuni diritti in quanto membri della comunità terrena.”

Vandana Shiva

“Le culture che valorizzano la vita promuovono lo sviluppo della vita stessa. Le culture che valorizzano la vita si fondano sul riconoscimento della dignità e sul rispetto di ogni forma di vita, degli uomini e delle donne di ogni provenienza e cultura, delle generazioni presenti e di quelle future. Sono culture ecologiche che non producono stili di vita distruttivi o improntati al consumismo, basati sulla sovrapproduzione, sullo spreco o sullo sfruttamento eccessivo delle risorse naturali. Le culture che valorizzano la vita sono molteplici, ma ispirate da un comune rispetto per il vivente. Riconoscono la compresenza di identità diverse che condividono lo spazio comune della comunità locale e danno voce a un sentimento di appartenenza che correla i singoli individui alla terra e a tutte le forme di vita.”

Vandana Shiva

“La democrazia della comunità terrena promuove un sentimento di pace e solidarietà universale.

La democrazia della comunità terrena unisce tutti i popoli e i singoli individui sostenendo valori quali la cooperazione e l'impegno disinteressato, anziché separarli attraverso la competizione, il conflitto, l'odio e il terrore. In alternativa a un mondo fondato sull'avidità, sulla disegualianza e sul consumismo sfrenato, questa democrazia si propone di globalizzare la solidarietà, la giustizia e la sostenibilità.”

Vandana Shiva

“UN DANNO

Comportandosi da padrone nei confronti della natura che lo circonda, l'uomo si è appropriato ciò che poteva servire da luogo di incontro fra tutti gli esseri viventi, fra tutto ciò che esiste. Il dominio esercitato dall'uomo sul mondo circostante è diventato un danno alla vita stessa, anche la propria e quella altrui. In effetti, la natura come luogo di vita deve servire al divenire di ciascuno e alla coesistenza nella differenza. La natura rappresenta un universale condivisibile da tutti e tutte, e che può dunque fare da mediazione fra tutti e tutte.”

Luce Irigaray

“Là dove si lascia che il colloquio si spenga, ivi la cultura stessa ha cessato di esistere.”

Norberto Bobbio

“La pace è il respiro dei sassi, delle stelle e degli uomini saggi.”

Paramahansa Yogananda

“La pace è l'arte di non eliminare l'altro.”

Ramon Pannikar

“Non l'uomo, ma uomini abitano questo pianeta. La pluralità è la legge della terra.”

Hannah Arendt

“La diversità è il carattere distintivo della natura e il fondamento della stabilità ecologica.”

Vandana Shiva

“Il senso del mondo risiede in altri termini non solo nella co-esistenza, ma nella pluralità della co-esistenza.”

Elena Pulcini

“Nel processo in cui aiutiamo la Terra a guarire, aiutiamo noi stessi.”

Wangari Maathai

“Si fallisce ovunque nel mondo cercando di tenere sempre insieme persone diverse, ma si deve perseverare. Questo è il modo per continuare a credere che la vita valga la pena di essere vissuta.”

Nadine Gordimer

“Chi non vede un altro mondo, è cieco.”

Ethicando

“Il concetto di dominio dell'uomo sulla natura deriva dal concetto di dominio dell'uomo sull'uomo.”

Murray Bookchin

“Da soli non si cambia il mondo ma ogni gesto conta. E’ meglio essere parte di un problema collettivo o di una soluzione corale?”

Julia Butterfly Hill

“L’uomo, appena dice, dice l’altro”

Martin Buber

“Il futuro dipende da quello che facciamo nel presente”

Mahatma Gandhi

“Non pretendiamo che le cose cambino, se continuiamo a fare le stesse cose. La crisi può essere un grande bene per le persone e le nazioni, perché la crisi porta progressi. La creatività nasce dall’angoscia come il giorno nasce dalla notte oscura. E’ nella crisi che sorge l’invenzione, le grandi strategie. Chi supera la crisi supera se stesso senza essere superato. Chi attribuisce alla crisi i suoi fallimenti inibisce il proprio talento e dà più valore ai problemi che alle soluzioni. La vera crisi è l’incompetenza, e l’inconveniente delle persone e delle nazioni è la pigrizia nel cercare soluzioni e vie di uscita ai propri problemi. Senza crisi non ci sono sfide, senza sfide la vita è una routine, una lenta agonia. Senza crisi non c’è merito. E’ nella crisi che emerge il meglio di ognuno, perché senza crisi tutti i venti sono solo bonaccia. Parlare di crisi significa incrementarla, e tacere nella crisi è esaltare il conformismo. Invece, lavoriamo duro. Finiamola una volta per tutte con l’unica crisi pericolosa, che è la tragedia di non voler lottare per superarla.”

Albert Einstein, 1935

“Chi teme l’utopia, sinonimo di speranza, cioè di respiro, affonda nel micro-realismo, sinonimo di asfissia.”

Enrico Peyretti

“Orientato è chi guarda a oriente, alla nuova luce che nasce. Ogni giorno rinasce.”

Enrico Peyretti

“Ascolta in modo elastico. Non inchiodare una persona ad una sua frase, né un pensiero ad una parola. La parola che ti arriva è viva, continua a muoversi in te. Non è un fotogramma, un’immagine chiusa, una forma fissa. Ascoltala ancora, senza esaurirla in ciò che ora ti dice. Per questo i rabbini dicono che ogni parola della Bibbia ha settanta significati, e con ciò non è ambigua.”

Enrico Peyretti

“Bisogna dire le cose premature. Essere realisti è essere creativi.”

Johan Galtung

“L’intelligenza attiva deve essere desiderante, immaginativa, non solo descrivere, ma anticipare con la vista, e operare orientata a fini validi.”

Enrico Peyretti