

OZI D'AUTORE – VII edizione

**Relazione dell'incontro del 4 dicembre 2014, condotto da Massimiliano Cappelletti, psicologo-
psicoterapeuta**

La bellezza dei momenti unici

L'incontro ha riguardato la bellezza, in particolar modo "la bellezza dei momenti unici". Sono dei momenti particolari e speciali che a volte riusciamo a cogliere mentre siamo immersi nella vita quotidiana ("*carpe diem*"), ma spesso ci sfuggono. Durante l'incontro ognuno è stato invitato a condividere un momento che è stato da lui vissuto come unico e bello; da ciò sono emersi diversi punti di vista: per alcuni è un momento irripetibile che provoca una profonda emozione anche per un semplice evento, per altri è qualcosa che sorprende di se stessi e del mondo, la capacità di stare a contatto con il proprio essere e le proprie emozioni, accendere i sensi.

Anche un'esperienza negativa può essere unica e bella in quanto, una volta superato il dolore, diviene un'occasione di crescita e di arricchimento personale.

Al termine dell'incontro ci si è soffermati sulla condivisibilità dei momenti unici, scoprendo che non è sempre possibile; anche quando ciò avviene, non è detto che l'altra persona riesca a comprendere e a percepire le stesse emozioni provate da chi ha vissuto quel particolare momento, dato che è un'esperienza soggettiva, personale e costituisce una risorsa importante per cogliere la bellezza presente nei momenti di ogni giorno.

Eleonora Carloni

Serena Carraro

Eleonora Cenci

Elena Passarelli

tirocinanti del Corso di Laurea in Scienze e Tecniche Psicologiche dei Processi Mentali dell'Università degli Studi di Perugia presso l'Ass.ne CIFORMAPER – Gestalt Ecology®