



ISTITUTO SALES

PROGETTO PILOTA

*Si mettono in cammino, e la speranza è più forte dell'evidenza.
Ma chi vuol stare con l'evidenza si rassegni ad essere solo il custode del passato.*

La Psicoterapia aiuta l'uomo ad uscire dal conflitto, per imparare a saper dire sì e no.
Con la Meditazione l'uomo comprende a cosa ha davvero bisogno di dire sì e no.

PSICOTERAPIA E MEDITAZIONE

Una comunità di Psicoterapeuti

ISTITUTO SALES *progetto pilota* E' IDEATO E CONDOTTO DAL DOTT. ENRICO LORIA
PER INFORMAZIONI E ADESIONI: 070.504604 – 327.2297626 - enricoloria@tiscali.it



L'associazione Centro Poiesis www.centropoiesis.it sostiene questa iniziativa.

In un giorno di lunga durata, la noia fu abbagliata da una luce che diede vita ad una nuova vita, ma con il passare del tempo si credette ad un inganno e la confusione vinse sulla convinzione. Ora è prova certa che anche un fiore o un filo d'erba possa vincere la forza dell'asfalto, ma bisogna stare molto attenti a non ricoprirsì di questo asfalto, prima liquido poi solido, che blocca pensieri e azioni.

E più si cerca di fare, sempre maggiore è l'insoddisfazione perché in realtà non si fa nulla che si vuole. Hai ascoltato il respiro, il sonno, la luce e il profumo, hai ascoltato Dio dentro di te, ora mettiti al centro del luogo che ti si adatta, spogliati di ogni tuo pensiero e non ascoltare consigli, ma mettiti nel profondo contatto con te stesso e ascolta. Un sì oppure un no, questa è la risposta alla tua domanda.

La realizzazione profonda di Sé

1 - Andare verso la luce

L'immagine indefinita di un cerchio di luce al di là del quale non è umanamente spiegabile cosa vi sia oltre, è una prima metafora che desidero condividere. Il cammino di crescita interiore è un cammino nel quale, pur non essendo in grado di dire con parole cosa incontrerò esattamente procedendo in quella direzione, sono convinto della mia scelta: ANDARE VERSO LA LUCE.



Ne sono convinto perché dentro di me il mio Vero Sé mi chiama ad una esperienza piena di senso. La luce è la metafora della pace e della gioia legati all'amore incondizionato, è la metafora della

realizzazione profonda del mio essere. Senza questa realizzazione totale, la mia vita è priva di un vero senso, ed si riduce ad un semplice sopravvivere. Mi mantengo in vita, ma non ho un senso preciso del perché sono in vita. Sembra che la vita stessa sia il senso: sono quindi in balia del mio Ego, che ha solo lo scopo di favorire la mia sopravvivenza materiale terrena.

Chi si sente profondamente insoddisfatto è perché avverte che questo non gli basta, perché avverte dentro di sé che esiste qualcosa di infinitamente più importante per lui, anche quando ancora non sa distinguere cosa questo sia.

Andare alla ricerca per la scoperta di quale sia la propria missione quindi diventa fondamentale per compiere il cammino di realizzazione personale. Bisogna però avere la grazia di trovare l'occasione giusta: rischio di vagare a lungo inutilmente.

2 - La psicoterapia

Si dice che presto la depressione sarà la malattia più diffusa nel mondo, ma se consideriamo la depressione non solo come manifestazione clinica conclamata, ma come una condizione di disagio esistenziale, la depressione è già la più grande sofferenza dell'uomo.

Fin dall'antichità i grandi mistici hanno scoperto la chiave che apre la porta alla spiegazione della sofferenza dell'uomo, ed il modo per gestire tale sofferenza. Ma i segreti della spiritualità sono mantenuti in vita da nuclei circoscritti di uomini che scegliendo di diventare dei veri tabernacoli viventi, attendono nei secoli che l'umanità diventi pronta alla scoperta più vera e profonda del suo senso. Tramandano nel tempo, con il loro stile di vita e con i loro scritti nel segreto dei monasteri e dei luoghi di preghiera e meditazione, il messaggio spirituale di Verità, in attesa che l'umanità scelga di utilizzare tutti i mezzi comunicativi ed esperienziali per mettere liberamente al servizio di ogni uomo il profondo valore spirituale della nostra origine.

L'umanità è impegnata in un cambiamento della prospettiva culturale dei nostri tempi, caratterizzata dalla illusione che una realizzazione profonda possa raggiungersi con la sicurezza data dai soldi e dal successo. Questa visione si sta lentamente ed inesorabilmente frantumando, in conseguenza della comparsa di sempre nuovi disagi psichici emergenti, come per esempio i dilaganti disturbi alimentari psicogeni, e l'accentuazione di disturbi dell'umore e disturbi d'ansia, compresi gli attacchi di panico. Inconsapevoli del fatto di avere preso una strada deviante, si analizzano principalmente gli aspetti biologici del problema, e si continua nella ricerca di nuove terapie farmacologiche curative di questi disagi, con la prospettiva di somministrarle a vita perché non c'è una alternativa.

Ma qualcosa si sta per fortuna muovendo, perché la verità che rimane eternamente disponibile per tutti nella nebbia della confusione esistenziale diffusa, si lascia intravedere da coloro che capaci di fermarsi intuiscono nel profondo di se stessi quale possa essere il cammino da compiere. Negli ultimi decenni con l'avvento del lavoro psicoterapico l'umanità ha iniziato un cammino che stimola l'uomo a rendersi protagonista di se stesso, in vista di una autonomia decisionale che lo porterebbe ad una piena realizzazione. Ma cosa sarà dell'uomo che cerca se stesso nel labirinto della psiche, senza uno sbocco possibile verso la porta del cuore?

3 - La meditazione

Il potere della parola si affianca alla meravigliosa efficacia del silenzio. Ma come per la parola sono necessarie competenze specifiche, anche il silenzio lo troviamo mediante le semplici strategie della meditazione. Il silenzio non è semplicemente l'assenza di rumore, ma è il luogo sacro dentro di me dove lontano da tutte le distrazioni posso finalmente ascoltare Dio.

La Psicoterapia aiuta l'uomo ad uscire dal conflitto, per imparare a saper dire sì e no. Con la Spiritualità l'uomo comprende a cosa ha davvero bisogno di dire sì e no. Senza una via con la quale io posso davvero comprendere i miei veri bisogni il rischio è di assecondare i bisogni vuoti, ovvero quelli che appaiono come esigenze, ma in realtà non hanno dentro nulla che mi possa veramente realizzare.

Con la meditazione non si intende semplicemente trovare un modo di rilassarsi e di trovare la calma e la pace interiori, non si intende semplicemente riconoscere il valore e la bellezza della natura e dei suoi meravigliosi paesaggi, non si intende semplicemente sentire l'energia positiva che vibra dentro di me, ma insieme a tutte queste cose si intende percepire il mio Vero Sé che è in contatto con lo Spirito Santo.

Sottolineo questo per superare subito tutti i pregiudizi sui diversi metodi meditativi, che possono illudere l'uomo sulla possibilità di trovare soddisfazione nel conforto dell'Ego, dato che essendo afflitto dalla sua dura lotta per la sopravvivenza, ha davvero bisogno di conforto. Ma non avendo l'Ego accesso al vero conforto, non avendo esso vita autonoma, il conforto lo può trovare solo nelle manifestazioni del divino. Essendo però l'Ego destinato a ben altre funzioni, nella cecità di comprendere davvero chi sia "il Signore della vera gioia", cerca di accaparrarsi le bellezze del mondo come se fossero davvero sue in un disperato tentativo di sfuggire alla realtà della sua stessa morte imminente. Ma siccome la morte stessa è al servizio della gioia e della pace, l'Ego non può sfuggire alla realtà della morte che continuamente incombe su di lui. Ne consegue che l'io per trovare la strada verso la luce deve abbandonare l'Ego per scoprire il proprio Vero Sé, unico luogo dove nel morire può sconfiggere la morte. Questo luogo interiore sempre a mia disposizione è la mia anima.

La meditazione quindi è al servizio della ricerca della Via, la strada che davvero mi conduce nel profondo di me stesso, l'unico luogo dove posso contemplare Dio al di là di qualsiasi definizione di Dio. E' la esperienza che mi porta a conoscere ciò che a parole può essere descritto senza alcuna possibilità di essere compreso. Perché la scoperta dentro me della sua presenza è una esperienza personale. La comunità umana che si crea dalla condivisione di questa scoperta personale è la comunità che Cristo stesso ci ha invitati a formare: è la Chiesa. Non solo la sua struttura, non solo il suo tempio, ma la realtà della comunità d'amore che Cristo ci ha proposto di vivere.

4 – Psicoterapia e meditazione

Psicoterapia e meditazione quindi si abbinano efficacemente nel cammino della scoperta di me stesso, e sono la via privilegiata per la vera guarigione interiore. E' con questa convinzione che sono arrivato negli anni a formulare la proposta del "Gruppo Sales" di psicoterapia e meditazione. E' con l'intento di coinvolgere altri terapeuti in questa fantastica esperienza di guarigione che sono arrivato all'idea di dare vita a "Istituto Sales progetto pilota".

5 – Percorrere il cammino verso la luce

Fermo nel silenzio interiore mentre sono immerso nel frastuono della vita, con sincero desiderio di capire chi io sia veramente e cosa mi possa davvero aiutare nel cammino terreno, incontro le manifestazioni della luce divina, senza necessariamente comprendere la natura di questa luce. Osservando oltre questa luce posso intravedere una sagoma con dei contorni più chiari di questa luce. Sembra colei che è capace di suggerire la via dell'umiltà, la via dell'abbandonarsi al Padre, la via del riconoscimento della propria debolezza. Sembra colei che è capace di suggerirmi la via che mi porta a trovare la mia forza al di là della mia debolezza.

L'ascolto di me stesso nel silenzio non è l'ascolto di me, ma del divino che parla dentro di me. Nella mia debolezza trovo con umiltà la mia grande forza: io stesso sono quella forza.



Senza voler dare significati diversi da quelli che un raggio di luce che passa attraverso ad una vetrata possono suggerire, la metafora è chiara. Nel cammino verso la luce prende forma una persona che mi guida in quel cammino stesso. La dolcezza ci aiuta, e quindi il Padre non poteva donarci occasione migliore se non quella di rendere sempre disponibile per ciascuno di noi la presenza di colei che incessantemente ci invita al conforto dell'anima.

Di molte cose abbiamo bisogno, ma l'esperienza di essere accuditi con dolcezza è l'esperienza che più da vicino ci riporta ai momenti vissuti con la mamma, quando il pensiero era così tenue da non poter rovinare la gioia dell'esistere. Ma è proprio con la veemenza del pensiero di adulto che ho bisogno di riconoscere la bellezza di quella dolcezza. Andare al di là di qualsiasi preoccupazione, perché l'unica cosa di cui ho veramente bisogno è affidarmi all'amore del Padre. E di viverlo nella concretezza di questa mia vita terrena, nell'attesa di una possibilità infinitamente più grande di vivere poi lo stesso amore, ma senza più il limite dell'essere immerso nel mondo della separazione da questo amore. Perché nel mondo della separazione l'amore non è mai totale, non è mai definitivo.

Lei sì, ci parla dell'amore di cui sento veramente il bisogno, ma per ascoltarla devo fermarmi in silenzio.

Sto parlando di Maria. Coi che in virtù della sua semplicità è stata invitata ad accogliere il figlio di Dio nel suo grembo, coei che in virtù della sua semplicità è stata in grado di dire si a questa proposta.

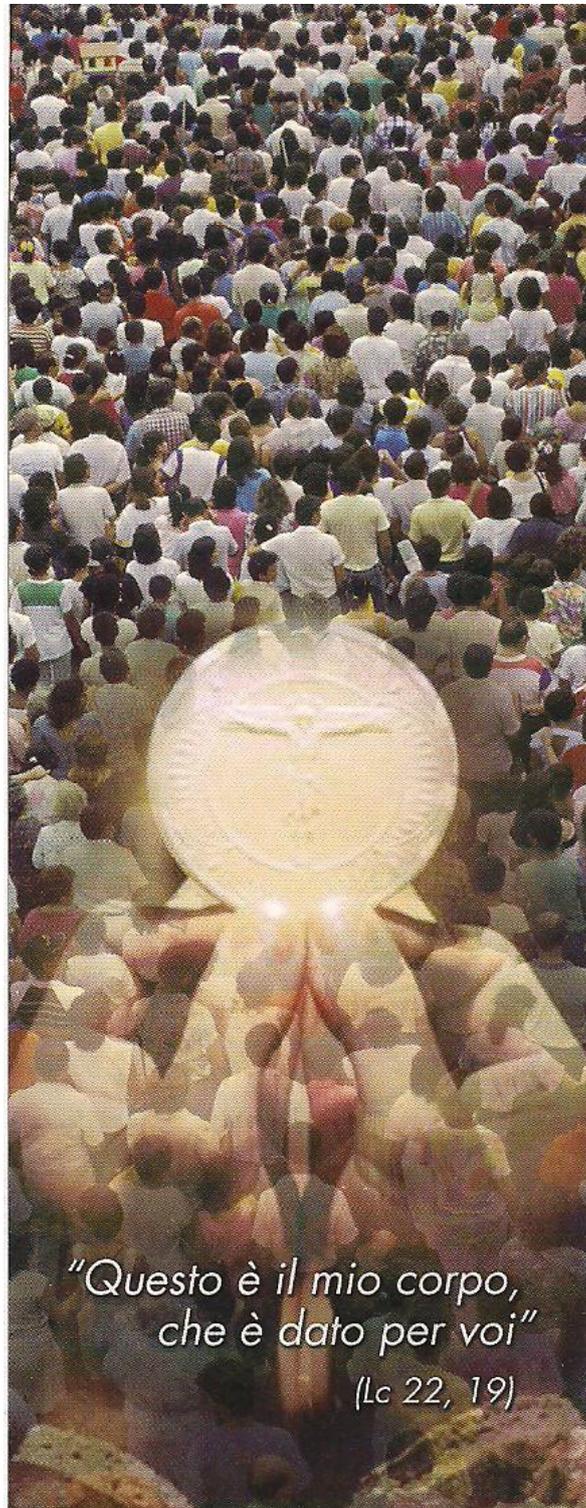
Nel silenzio trovo ciò che devo trovare, non posso decidere prima cosa cerco. E' un affidarsi al di là di qualsiasi convinzione mentale. Per Maria è stata la proposta di partorire nostro Signore, per me c'è qualcos'altro. Devo avere fede. Riconoscere l'immagine sbiadita che delinea il contorno di una delle manifestazioni di quella luce che ho avuto la grazia di percepire, per distinguere che la luce non è quel contorno, ma è qualcosa che le sta dietro. Io voglio arrivare all'origine di quella Luce.



Paziente proseguo quel cammino iniziato, nel ricordo di quella intuizione iniziale, di quella splendida verità che da dentro mi ha chiamato, e che ancora mi chiama, e che per me è così difficile da spiegare cosa sia esattamente.

Ma la rotondità di quella luce la riconosco nella forma e nel colore che la Chiesa ha poi deciso di dare al corpo di Cristo: la forma ed il colore della Eucarestia.

E' nella forma e nel suo colore, ma ancora di più nella gioia che mi procura dentro che riconosco che quel desiderio che mi anima al pensiero della sua luce è lo stesso desiderio che sento nell'avvicinarmi all'eucarestia. Umanamente non potrei trovare un gesto più semplice che possa condurmi così vicino alla possibilità di essere anche ascoltato. Perché in quel momento le mie parole ed i miei pensieri sono le Sue parole ed i Suoi pensieri. Sono realmente unito.



Unito a me stesso, unito all'altro, unito a Dio. Nel modo in cui questo è possibile nel mondo della separazione.

6 – Perché non ti riconosco?

Era la domenica mattina del 4 ottobre 1998 quando durante i momenti intensi della fase conclusiva di un ritiro di tre giorni con Fr. Laurence Freeman OSB, mi accorsi che dentro me stava esplodendo qualcosa. Nel silenzio della meditazione, dopo aver ascoltato l'intensità dei discorsi che descrivono gli ultimi momenti della vita di Cristo sulla terra dopo la sua resurrezione, ruotavano veloci e forti i pensieri dentro me, e le emozioni diventavano incontrollabili. Quelle parole: "I discepoli parlavano con lui, parlavano di lui, ma non lo riconoscevano" mi avevano lasciato stordito e inebriato, come se inaspettatamente dentro me si stesse finalmente aprendo un varco. "E' difficile da capire, è difficile da credere, ma è così" proseguiva padre Laurence. Ed io, che fino a quel momento non avevo ancora chiaro perché avessi scelto di partire in un luogo dove non conoscevo nessuno per fare una esperienza che non sapevo bene dove mi avrebbe condotto, all'improvviso capivo il senso di quella chiamata.

La ricerca dello straordinario è il limite più grande alla nostra crescita interiore. Perché la scoperta di me stesso, quella che conta, la faccio nella realtà semplice ed intima della mia vita quotidiana. Il Dalai Lama definisce questo concetto come la "straordinaria ordinarietà". Dentro me io ho tutto ciò che mi occorre, perché ho la Sua presenza: tutto il resto ha un senso intorno a Lui. La mia ricerca invece è un continuo cercare all'esterno il senso della mia vita. Inconsapevole del mio valore profondo, mi sento continuamente insoddisfatto ed inappagato.

E' arrivato il momento di capire. Devo assolutamente smettere di lamentarmi. Ciò che vedo sbagliato fuori di me è specchio della mia vita interiore. Quando capita qualcosa che non va, è una nuova occasione per me. Una occasione per cambiare: trovare me stesso.

Il cammino che mi fa scoprire chi sono mi rende diverso, ma è un cammino fatto a tappe, con molti passi indietro. Quando il cammino mi porta finalmente nel luogo e nella esperienza giusti, ecco l'esplosione dentro me. E' il frutto di quel pellegrinaggio, il dono per la ricerca voluta e percorsa. Ora inizia una nuova vita, con questa nuova visione tutto viene aggiornato alla luce della consapevolezza spirituale.

Ma è l'inizio di un nuovo lavoro con me stesso e con gli altri. Come una casa vecchia per la quale ho appena compiuto un bel progetto di ristrutturazione, ora devo fare i lavori. Dentro me c'è già l'uomo nuovo, ma le vecchie abitudini, le vecchie relazioni, la mia vecchia vita mi trattiene.

Ora ho bisogno di rinnovarmi, di rinnovare le mie abitudini, rinnovare le modalità delle mie relazioni, e se necessario ho bisogno di cambiarle, almeno quelle che posso.

L'amore che sgorga dentro me mi rende sensibile, mi rende entusiasta, ed ora non ho più voglia di sprecare la mia vita. Ora so che non è con te che devo lamentarmi, ma con me stesso, per quel che ancora non faccio, per quel che ancora non ho il coraggio di vivere.

7 - La Meditazione Sales

Sei invitato a fare una esperienza importante, l'esperienza della meditazione. Il metodo è molto semplice. Applicalo con seria intenzione di compiere un cammino di crescita personale. Se è possibile, per un periodo fai la meditazione anche in gruppo, per ricevere il sostegno necessario al cammino che stai compiendo.

Fermati in un luogo tranquillo, siediti in una posizione comoda, e chiudi delicatamente i tuoi occhi. Inizia a ripetere dentro di te una singola parola: Sales.

Mentre continui a ripetere questa singola parola, trova il ritmo a te più congeniale, eventualmente collegandolo al ritmo del tuo respiro o del tuo battito cardiaco. Per esempio, quando inspiri recita "sa", quando espiri recita "les".

Se qualche pensiero arriva osservalo, non scacciarlo, e non assecondarlo, ma semplicemente continua a ripetere dentro di te: Sales.

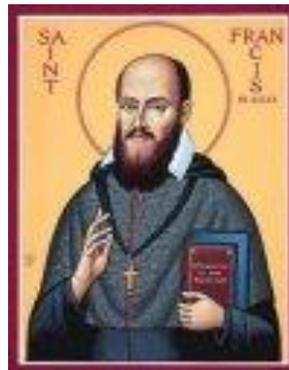
Se ti accorgi che non stai più ripetendo la parola, non preoccuparti, ma semplicemente, riprendi a ripetere dentro te Sales, per tutto il tempo.

All'inizio ti sembrerà strano o difficile, e ti accorgerai che continue distrazioni e pensieri possano farti credere che non sei adatto per meditare. Non assecondare questi vissuti, e semplicemente continua a meditare.

Prosegui in questo modo per dieci minuti.

Alla fine del tempo, fai un respiro profondo, e delicatamente riapri i tuoi occhi, per riprendere con un rinnovato stato d'animo le tue attività.

Fai questa meditazione per dieci minuti una volta al giorno tutti i giorni. Tu non sai bene come, ma la tua vita cambierà.



8 - SAN FRANCESCO DI SALES

San Francesco di Sales è il Santo della dolcezza. Considerato quale padre della spiritualità moderna, ha influenzato le maggiori figure di tutto il Seicento europeo, riuscendo a convertire al cattolicesimo addirittura alcuni esponenti del calvinismo. Francesco di Sales a ragione può essere considerato uno dei principali rappresentanti dell'umanesimo. Fu un vescovo santo, innamorato della bellezza e della bontà di Dio. È bello ricordare come al suo nome si siano ispirate parecchie congregazioni, tra le quali la più celebre è indubbiamente la Famiglia Salesiana fondata da San Giovanni Bosco, la cui attenzione si rivolge più che altro alla crescita ed all'educazione delle giovani generazioni, con un'attenzione tutta particolare alla cura dei figli delle classi meno abbienti.

Insieme a Santa Giovanna Francesca di Chantal ha dato vita all'Ordine della Visitazione, costituito da donne che hanno scelto di dedicare la loro vita alla clausura per sostenere nel silenzio e nell'umiltà con la loro preghiera la comunità umana della Chiesa di Dio nella vita santa di tutti gli uomini, così come le radici nel loro nascondimento sostengono l'albero.

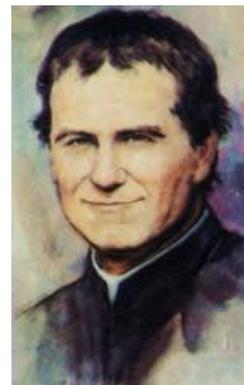
**E' PER QUESTO CHE IL CARISMA DEL GRUPPO SALES È LA SCOPERTA DEL PROPRIO VERO SÉ IN CRISTO.
E L'INTEGRAZIONE DELL'IO AL VERO SÉ, AL DI LÀ DELLE DISTRAZIONI DELL'EGO.**

Così come San Francesco di Sales, desideriamo vivere la dolcezza della vita interiore, quella che sola è capace di farci sentire l'altro ascoltandolo dalla nostra parte più profonda, per intercessione dello Spirito Santo.

Così come nell'episodio della visita di Maria ad Elisabetta lo Spirito Santo fa esultare di gioia Giovanni dentro il grembo di sua madre, all'udire la voce di Maria incinta di Gesù. La sensibilità profonda che è una sensibilità spirituale è l'obiettivo del nostro cammino di crescita.

La tecnica usata risponde ad un semplice concetto di esigenza di pura attenzione, ed è per questo che la parola Sales usata come un mantra risulta anche adatta da questo punto di vista.

Sales, come San Francesco di Sales, come Salesiani di Don Bosco. Sales è una parola che inizia e finisce con la stessa lettera "S" e consente quindi di ripeterla in modo circolare, iniziando, finendo, e iniziando nella recita continua nello stesso punto. Sales è composta di due sillabe "Sa" e "les" ed è quindi facilmente collegabile con i due momenti della respirazione, "inspirazione" ed "espirazione". Sales è collegata alla spiritualità concreta ed operativa di San Giovanni Bosco, per chi desidera sostenere i giovani nella loro crescita e formazione umana e spirituale. Sales è collegata a San Francesco di Sales, protettore dei giornalisti e di coloro che sono impegnati nella comunicazione, oggi quanto mai importante nelle dinamiche umane. Sales è una meditazione che dura dieci minuti, che sono il tempo sufficiente e necessario per cambiare il proprio stato dell'io verso il proprio vero Sè, portando la persona verso un positivo senso di attivazione e di lucidità mentale.



9 – Il Gruppo Sales

Il Gruppo Sales è un incontro settimanale della durata di due ore, in un gruppo aperto e gratuito. Il gruppo è condotto e mantenuto in vita da uno psicoterapeuta o da un gruppo di psicoterapeuti, che abbiano ricevuto dall'Istituto Sales indicazioni su quale sia la modalità adatta. La conduzione del gruppo viene svolta in modo volontario e gratuito. Durante l'incontro vengono dedicati dieci minuti alla meditazione Sales. Il resto del tempo è dedicato alla accoglienza dei vissuti personali dei partecipanti, in quel momento della loro vita. Si coglie l'occasione durante il dialogo coi partecipanti per sottolineare la visione di base dei problemi umani alla luce della spiritualità. Si invitano le persone a parlare di sé per prendersi la responsabilità del proprio personale cammino di crescita, piuttosto che descrivere il comportamento di altri per criticarlo, o per giustificare il proprio malessere. Le tecniche psicoterapiche secondo i diversi modelli sono considerate utili per il lavoro di cambiamento e di crescita. Più che un singolo intervento effettuato su di sé, ciò che contribuisce alla crescita personale ed al cambiamento di vita è il cammino che si sviluppa durante un periodo sufficientemente lungo di frequenza al gruppo Sales. Anche coloro che partecipano ascoltando il lavoro degli altri senza intervenire compiono un loro personale cammino di crescita. Volta per volta il conduttore, in base a ciò che sembra emergere nel gruppo ed in base al proprio personale modo di condurre, valuta quale impronta dare all'incontro: a volte più sistemica e coinvolgente numerosi membri, altre volte più focalizzata su un lavoro interiore individuale in gruppo. Dopo un lavoro di riflessione personale il conduttore stimola i partecipanti a fornire spontaneamente il loro eventuale feedback. Alla fine dell'incontro il conduttore psicoterapeuta fa alzare in piedi i partecipanti che si prendono per mano, ed esprime una breve riflessione spontanea sulla base di ciò che è emerso quel giorno, lasciandosi ispirare intuitivamente dallo Spirito piuttosto che imbastire complicati discorsi. Si conclude l'incontro con una Ave Maria recitata insieme.

I terapeuti che conducono il Gruppo Sales dovrebbero mantenersi in contatto con l'Istituto Sales per una supervisione anche occasionale fornita gratuitamente. Coloro che sostengono in modo diretto l'Istituto Sales, oltre che alla meditazione, si affidano alla preghiera e all'Eucarestia per donare la grazia ai partecipanti dei gruppi Sales, ed agli altri colleghi non praticanti.

L'Istituto Sales tiene conto quindi sia del valore delle conoscenze scientifiche disponibili, che del valore della spiritualità, realizzando l'idea che scienza e fede camminano insieme per lo stesso obiettivo: la piena realizzazione dell'uomo sulla terra, mediante la realizzazione del Piano di Dio.

10 – Il lavoro individuale, di coppia e di famiglia.

Il cammino nel gruppo Sales si abbina bene e si affianca ai percorsi psicoterapici eventualmente in atto, o che inizino successivamente come esigenza personale o familiare. Il terapeuta quindi si pone in un modo collaborativo verso questa dinamica complessa di intervento, pur mantenendosi nella sua autonomia professionale.

11 – La guida spirituale

Stesso discorso vale rispetto ai cammini di guida spirituale eventualmente in corso per un partecipante che frequenti il gruppo Sales. Si intende dire che è opportuno un atteggiamento molto rispettoso di ciò che porta il partecipante come frutto del proprio cammino, così come dovrebbe essere per qualsiasi contenuto condiviso dal singolo con gli altri membri del gruppo. Nel caso di diversità di punti di vista il conduttore tiene conto di ciò che ha imparato nel suo percorso formativo psicoterapico, che gli consente di avere le risorse per esplorare il vissuto del partecipante in modo equilibrato ed imparziale, oltre che empatico.

12 – La preghiera come base per questa iniziativa

Tutto il cammino impostato in questa iniziativa nasce e prosegue mediante il sostegno della preghiera e la richiesta continua di aiuto al Signore, così come un laico può essere in grado di fare. Altre persone oltre me pregano per lo stesso obiettivo. In particolare si invoca l'aiuto di San Francesco di Sales, di San Giovanni Bosco, di Maria Ausuliatrice.

Nonostante questo, sento che è arrivato il momento di affidare tutto questo lavoro nelle mani della Chiesa Cattolica, nelle mani di coloro che Cristo stesso ha incaricato di garantire per l'uomo la correttezza del cammino.

Pur essendo vero che molti uomini possono realizzare la santità senza appartenenza alla Chiesa, sarebbe davvero ingenuo per me rinunciare alla grande opportunità che Cristo ci ha dato di potersi affidare alla Chiesa che lui ha indicato per capire il senso della Buona Novella.

~~~

***Sei invitato a fare una esperienza di gruppo di psicoterapia e meditazione. Partecipa con seria intenzione di compiere un cammino di crescita personale. Il gruppo è aperto e gratuito.***

L'esperienza consiste nella esplorazione dei vissuti personali, guidati e sostenuti in questo lavoro interiore dal terapeuta. L'incontro, della durata di due ore, include un momento di 10 minuti dedicati alla meditazione.



## **Dott. Enrico Loria - PSICHIATRA E PSICOTERAPEUTA**

Nato a Cagliari il 22.06.1960

Laureato in Medicina e Chirurgia nel 1989 con 110/110, dopo aver frequentato per alcuni anni l'Istituto della Clinica Psichiatrica diretto dalla Prof.ssa Nereide Rudas, con una tesi sulla Schizofrenia.

Nello stesso anno si classificava 1° all'esame di selezione per l'ingresso nella Scuola di Specializzazione in Psichiatria.

Specializzato in Psichiatria nel 1993 con 50/50 e lode, con una tesi sui problemi alcol correlati. Durante la Specializzazione ha collaborato con l'istituto della Clinica Psichiatrica per la nascita insieme al Dott. Walter Orrù del Centro Alcolico, sotto la supervisione del Prof. Bernardo Carpiello. Il Centro, una volta avviato, è stato affidato alla Dott.ssa Graziella Boi, ed è a tutt'oggi ancora attivo come risorsa nel nostro territorio.

Ha frequentato dal 1991 al 1995 la Scuola Superiore di Specializzazione in Psicologia Clinica SSSPC, dell'Università Salesiana, Sezione IFREP, condotta dal Prof. Pio Scilligo. Dopo la formazione in Analisi Transazionale e Terapia della Gestalt, proseguiva nel suo bisogno di allargamento ed integrazione della sua formazione, dando vita nel tempo ad una esperienza di collaborazione alla pari con colleghi dei diversi orientamenti metodologici, per formare un gruppo di lavoro integrato.

Ha frequentato nel 1993 il corso di formazione sul modello bio-psico-sociale in campo alcolico con il Prof. VL. Houdolin, dando vita negli anni successivi ad alcuni gruppi di aiuto sulla problematica: Club Alcolisti in Trattamento (CAT)

Per molti anni allievo della scuola di Meditazione Trascendentale di Padre Francesco Piras s.j. , poi dal 1998 per circa 10 anni della Comunità Mondiale di Meditazione Cristiana condotta da Fr. Laurence Freeman OSB, ha acquisito essenziali elementi per la crescita interiore della persona, dando vita ad alcuni gruppi di meditazione per diffondere l'insegnamento della tecnica.

Ha lavorato con entusiasmo nei Centri di Salute Mentale di Sanluri, San Gavino, Isili e Quartu S.E. Dal 1999 lavora presso il Centro di Salute Mentale di Cagliari Ovest.

Nel 1996 insieme ad un gruppo di colleghi ha fondato il "Centro Poiesis" per lo sviluppo e l'autonomia della persona, che dal 2005 è diventato Associazione, nel quale accoglie persone interessate alla crescita personale mediante diversificati strumenti, tra i quali la psicoterapia, la meditazione. Particolare attenzione ed impegno sono stati messi nella nascita della esperienza di alcuni gruppi di Psicoterapia.

Ha ricevuto un incarico come Giudice Onorario presso il Tribunale dei Minori di Cagliari per un triennio agli inizi degli anni 2000.

Nel 2009 maturava la scelta di dare vita ad una esperienza di crescita e guarigione, il Gruppo Sales, che utilizza le diverse competenze maturate nelle diverse esperienze precedenti nei gruppi di Psicoterapia e di Meditazione.

Attualmente impegnato nel condurre il Centro Poiesis, e nel dare vita ad una esperienza al momento definita come "ISTITUTO SALES *progetto pilota*" per la nascita dei Gruppi Sales nel territorio e la formazione dei terapeuti interessati alla conduzione dei gruppi Sales.

---

**Dott. Enrico Loria**

360.914953 - [enricoloria@tiscali.it](mailto:enricoloria@tiscali.it)

**Associazione "Centro Poiesis"**

[www.centropoiesis.it](http://www.centropoiesis.it)

070.504.604- [centro.poiesis@tiscali.it](mailto:centro.poiesis@tiscali.it)

**ISTITUTO SALES**

<http://www.centropoiesis.it/ISTITUTO%20SALES.htm>