

Toscolano Viaggio nel «Bosco delle emozioni», dove imparare a conoscersi



Le radici dell'armonia

L'epoca ipertecnologica che viviamo e che tende ad oscurare il nostro mondo emozionale ha sempre più bisogno di oasi di senso e di quiete.

A Toscolano Maderno sul monte Pizzoccolo, a circa 650 metri, oltre 150.000 metri quadrati di bosco — con alberi secolari: lecci, carpini, castagni, faggi ... — sono stati acquistati da Giuliano Guerra, psicoterapeuta e psichiatra di Polpenazze del Garda: così è nato «Il bosco delle emozioni» con relativa associazione che porta lo stesso nome.

«Giorno dopo giorno — racconta — ha preso forma in me l'idea di adibirlo a luogo per l'evoluzione umana. Il dottor Giancarlo Odini e l'ingegnere Riccardo Campiani hanno condiviso il proposito e in qualità di soci fondatori hanno partecipato alla creazione dell'associazione. Il pensiero centrale è quello di studiare il ruolo delle emozioni nel favorire la propria dimensione spirituale, le risorse creative, i propri talenti, la ca-

pacità di amare. Al tempo stesso le emozioni negative possono rendere l'uomo prigioniero di reti neurali che spengono la vita e lo ammalano».

Può chiarire meglio questo concetto che mi ricorda la buddhità?

«Questo approccio di ricerca è seguito con attenzione dall'Istituto Superiore di Sanità, Dipartimento di Neuroscienze, nella figura della prima ricercatrice Anna Desanti che è venuta a conoscenza delle nostre attività, ha visionato il luogo e si è incuriosita delle potenzialità in esso racchiuse. Preciso meglio: nel caso di bambini e adolescenti cerchiamo di trasmettere loro delle emozioni positive attraverso le potenzialità della na-

L'area

Un terreno di oltre 150mila metri quadrati di lecci, carpini, castagni e faggi

tura, la presenza di figuranti che richiamano il mondo magico dell'infanzia, attraverso il gioco condiviso nell'amicizia; nel caso invece degli adulti li aiutiamo a riflettere sul proprio percorso esistenziale, diamo loro gli strumenti per riuscire a trasmutare le emozioni distruttive e i momenti di crisi possono diventare opportunità per l'evoluzione umana».

I prossimi progetti quali sono?

«A partire da questo mese diventano operativi tre progetti. Il primo «Armonizzare la personalità di bambini e preadolescenti» prevede una prima fase di formazione su tematiche attinenti la biologia e la psicologia delle emozioni rivolta alle insegnanti e svolta

nelle varie sedi scolastiche; in una seconda fase si prevede poi di condurre nel bosco i bambini che sono stati sensibilizzati sul tema delle emozioni dagli insegnanti. Dopo aver formato una ventina di insegnanti, 600 bambini verranno condotti nei sentieri del Bosco. Il secondo «Il cammino della vita» è rivolto agli adulti per aiutarli a entrare nella propria interiorità attraverso adeguati stimoli posizionati lungo le vie boschive e accompagnati da persone adeguatamente preparate. Il terzo «Il bosco come area salutistica» è legato alla natura stessa del luogo con i suoi odori e colori, con il profondo silenzio che disintossica e risana».

Sono previste altre iniziative?

«Sono in programmazione seminari, convegni, conversazioni, incontri presso varie sedi in base agli inviti che riceviamo per divulgare le nostre attività, ricerche e conoscenze che via via acquisiamo».

Carla Rosco

© RIPRODUZIONE RISERVATA