



 **DELTA**
CONSULTORIO
DI COUNSELLING CRISTIANO

Gazette

aprile 2018 N. 32



Care lettrici, cari lettori,

È dal 2005 che come pastore collaboro con il Consultorio Delta e da quando nel 2009 sono entrato a far parte del comitato, sono sempre più convinto della sua necessità. Questo per diversi motivi. Il primo è che un pastore non può occuparsi da solo di tutti i casi. Seguire seriamente dei membri di chiesa è un compito molto impegnativo e a volte, per il bene della persona, è utile chiedere sostegno esterno. Il secondo motivo è che a volte le persone accolgono più apertamente consigli o indicazioni se non provengono dal proprio pastore. Un terzo motivo è che in certi casi è saggio far seguire una persona con una determinata problematica da un professionista con relativa formazione ed esperienza. Un quarto motivo è la chiara etica che il Consultorio Delta applica nella collaborazione con le chiese e i pastori.



*Daniele Scarabel,
Pastore MPE Locarno*

I counsellor collaborano nel limite del possibile con il pastore di provenienza del cliente, a sostegno del lavoro fatto finora dal pastore o dalla chiesa stessa. Ad approfittare di questa collaborazione sono il cliente, il pastore e la chiesa stessa. Non mi rimane che consigliare a ogni chiesa e pastore di collaborare strettamente con il Consultorio Delta, a cercare il contatto diretto con i counsellor che seguono i propri membri di chiesa e, perché no, a incoraggiare le persone a rivolgersi al Consultorio Delta offrendo di pagare come chiesa la prima seduta di counselling o parte della spesa di eventuali seguenti sedute. Con questo incoraggiamento pratico, non mi rimane altro che augurarvi una buona lettura dell'interessante articolo che ci spiega bene le basi per un radicale cambiamento nella vita di una persona.

Il punto focale

Dall'«IO» a Dio

La mente umana è uno strumento fantastico, ma anche rischioso.

Seguitemi.

Quante volte crediamo di utilizzare la nostra mente e ci accorgiamo in seguito di essere stati utilizzati dalla stessa?

Nel corso della vita l'essere umano si crea un'immagine mentale di sé basata su condizionamenti personali e culturali. L'«IO» è frutto dei suoi pensieri, del passato, della sua storia ed è molto impegnato a guardare al futuro per garantirsi la sopravvivenza e per cercare appagamento. Quando nel presente si rende conto di non riuscire a raggiungere gli obiettivi che si è posto, trovano spazio la sofferenza, il dolore, la paura. Ecco



*Fiorenza Toschini Segà,
Counsellor*

che allora cerca di difendersi per non sentire quanto gli sta accadendo e questo lo porta a distaccarsi dalla realtà e a rifugiarsi nella sua mente, alla ricerca di una condizione ottimale.

L'«IO» si costruisce la propria realtà virtuale, descrive ciò che gli accade attraverso il suo modo di vedere, vive nel suo mondo, un mondo interiore sconnesso dalle circostanze. Manovra la realtà fino a renderla una descrizione dei suoi pensieri, tanto da confondere le due cose. A quel punto, contrariamente al suo desiderio di aumentare il benessere e dischiudere i propri orizzonti, apre un baratro.

A livello inconscio l'individuo va a recuperare nella sua scatola della memoria quei ricordi che associa a quan-

to sta vivendo in quel momento. Un odore, un gesto, un'immagine, una parola o frase, una qualsiasi percezione della realtà risulterà determinante per lui nel definire il modo in cui affrontare e vivere quanto gli sta accadendo. E' in balia delle proprie sensazioni. Infatti, a seconda del tipo di pensiero emergente, dal tipo di lettura della realtà dipenderà la strategia che adotterà e di conseguenza le emozioni che affioreranno e la vita che vivrà.

Tale individuo si crea così il proprio film personale, vincolato da ciò in cui crede.

Il soggetto, applicando determinati comportamenti, che come abbiamo visto, sono frutto diretto dei suoi pensieri, mette in atto il proprio sistema di sopravvivenza auto-centrato e, credendo di proteggersi, va invece realizzando un film delirante.

A quel punto, preso dallo sconforto, dirà che il mondo è ingrato nei suoi confronti, affermerà di essere un poveretto, abbandonato, violato, tradito... Si convincerà e ripeterà che mai nulla cambierà nella sua triste vita, che la sfortuna è sempre alle calcagna e lo sarà fino alla fine dei suoi giorni. Cercherà quindi, con tutte le strategie (inganno, tradimento, menzogna, frode,

fuga...) e con ogni mezzo (alcol, stupefacenti, sedativi, denaro...), di evadere dall'abisso, ma così agendo non farà altro che confermare la situazione in cui si trova, cacciandosi in quel circolo vizioso, che lo porterà sempre più giù, in una realtà che lui stesso si è creato.

Ah, la mente umana! Quanti guai può procurare se lasciata allo sbando, se lasciata in balia di se stessa, delle sensazioni, dei pensieri che elabora e delle emozioni che ne scaturiscono, dei comportamenti, atteggiamenti che ne conseguono, delle condotte che si assumono! Non ci si può mettere in un angolo e aspettare, lamentarsi, piangere. Bisogna darsi una mossa, bussare, cercare.

La ricerca può avvenire in mille forme, in mille modi diversi e può essere effettuata da mille parti. C'è chi cavalca l'onda del New Age, chi approda al Reiki, allo yoga, al buddismo e alla meditazione, agli insegnamenti per l'addestramento della mente... Tecniche seducenti, che procurano piacere e alleviamento, ma in concreto di difficile e faticosa applicazione quotidiana alle nostre latitudini e, se trascurate, con benefici parziali, temporanei e provvisori.

Voi cari lettori, che avete trovato (o se avete trovato) la

Via della fede in Cristo, immagino che - come me - siate ben consci del valore di simile perla.

Convertirsi a Gesù non è uno stato religioso. Non significa far uso «dell'oppio dei poveri», evadere, sognare, fuggire dal mondo reale... Convertirsi a Gesù significa essere un altro, un'altra, significa essere una persona rinnovata: una nuova persona in Cristo. Significa spostare la propria posizione da egocentrica a Cristocentrica.

Abbiamo visto come affidandoci al nostro ego sia facile perdersi. Navigare nella propria esistenza abbandonandosi a onde e venti (sensazioni, emozioni), porta a perdere di vista obiettivi di vita importanti e ad oscillare da una cosa all'altra, da una situazione all'altra, sotto il dominio di eventi apparentemente accattivanti, accontentandosi di gioie che, alla resa dei conti, risulteranno effimere.

Avere una posizione Cristocentrica vuol dire affiancarsi al Padre, al creatore di ogni cosa. Far ciò equivale a navigare provvisti di bussola e di strumenti di precisione validi, che permettono di riconoscere condizioni climatiche e venti per raggiungere con sicurezza mete fondanti.

Uscire dalla fase negativa per ripristinare la rotta è possibile. Accettare Gesù nel cuore è il primo passo da compiere. Conoscerlo ed instaurare una relazione con Lui, è quello successivo. Le cose dello Spirito sono conquiste susseguenti.

Affidarsi a Dio migliora lo stato del cuore, il quale influenza il pensiero; offre punti fermi, evita condizionamenti dovuti a cose menzognere che, con l'inganno, vogliono prendere il sopravvento e strutturare l'essere umano.

Lo Spirito del Signore apre la mente, libera, dona pace, serenità, consolazione, rassicura e quando il nemico attacca «dentro», in spirito, consente di riconoscerlo, di prendere autorità e di rispostarsi nella posizione della Verità e della fermezza in Cristo.

Contatti

Il presidente



Claudio Agosta
Tel. 078 949 55 17

I counsellor



Jasmine Stauffer Barbera
Coordinatrice
Tel. 079 739 99 08



Angelo Restivo
Tel. 078 835 13 33



Fiorenza Toschini Segàt
Tel. 078 799 91 69



Claire-Lise Ollier
Tel. 079 286 21 11

Annunci

Seminario per coppie

diretto dalla coppia Röthlisberger
1-2 giugno 2018, in lingua italiana
Centro cristiano di Arbedo

Seminario per coppie LiSa «Diventare sale e luce»

diretto da Manfred Engeli (l'ultimo della sua carriera!)
24-30 novembre 2018, Erba (Como)

Informiamo inoltre con largo anticipo che chi ha seguito la formazione di una settimana, «Diventare sale e luce», avrà la possibilità di partecipare a un weekend di approfondimento previsto per marzo 2019.

Conferenza Ministries of Pastoral Care (MPC)

In ottobre, luogo e data sono ancora da stabilire.
«Ricevi ciò che Dio ha preparato per te». Una settimana di insegnamento e guarigione interiore. La conferenza si terrà in inglese con traduzione in italiano.
Per iscrizioni: ministriesofpastoralcare.com/schools

Per ulteriori informazioni, consultare il sito:
www.consultoriodelta.ch/seminari



■ Consultorio DELTA
Via Cattori 11
6600 Locarno

www.consultoriodelta.ch
info@consultoriodelta.ch
Tel. 091 751 07 17

PC 65-234345-1



P.P.
CH 6600 Locarno
Post CH SA