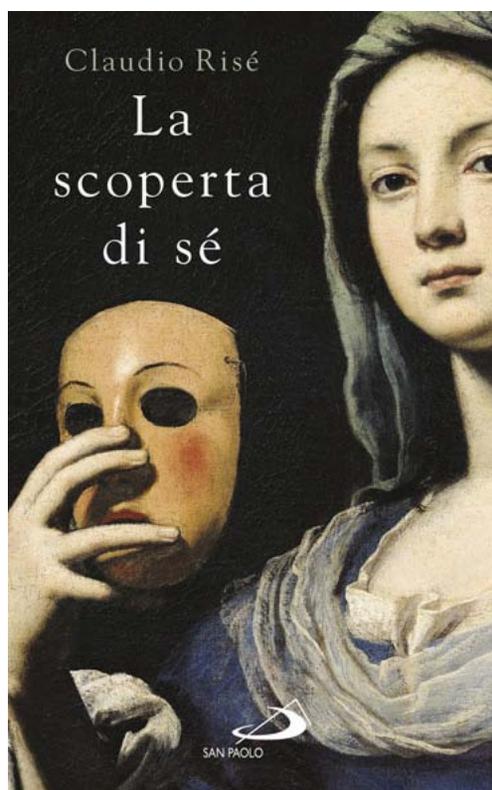


Claudio Risé



La scoperta di sé
I percorsi dell'individuazione
(San Paolo Ed., 2018)
www.claudio-rise.it

*A mia moglie Moidi Paregger
preziosa ispiratrice e compagna
in questo viaggio dell'anima
e della vita.*

Introduzione dell'autore

I protagonisti di questo libro non sono le malattie, i disagi psicologici, le loro possibili cause, o le proteste e richieste al "sistema" di cambiare la situazione. È infatti un libro di psicologia, ma diverso. Il lamento non abita in qui, e neppure la meticolosa descrizione dei guai.

La scena è un'altra. Questo è un libro non sulle debolezze ma sulle forze. Le energie che l'essere umano può trovare dentro di sé, da sempre, per uscire dalle difficoltà, crescere e affrontarle. E sui diversi modi che nel corso dei secoli sono stati riconosciuti e messi a punto per farlo, scoprendo le risorse della propria personalità e sviluppandole in un'esistenza il più possibile felice e realizzata. Un'impresa iniziata in Occidente più di 2500 anni fa, non da psicologi (che ancora non esistevano come tali), ma da filosofi, poeti matematici, scienziati. I quali videro tutti, fin dall'inizio, che il benessere e lo sviluppo fisico, psichico e spirituale dell'uomo, comincia dentro di sé, nel graduale riconoscimento delle proprie personali forze, energie e vocazioni. E' dal riconoscersi, trovarsi e diventare chi a livello profondo già siamo che nasce la realizzazione personale, nostra e di chi ci sta intorno.

In questo libro si parlerà di questo percorso, che dal secolo scorso, per iniziativa soprattutto dello psicologo analista Carl Gustav Jung, è stato chiamato "processo di individuazione". Ad animarlo, Figure e immagini che prima ancora della psicologia appartengono al teatro, ai riti religiosi, alle arti, alle narrazioni mitiche o romanzesche dell'Umanità. La maschera-Persona che mostriamo agli altri, l'Io che conduce l'intero processo, l'Ombra in cui ricacciamo gli aspetti più inquietanti, l'Anima che sostituisce il potere con la grazia, il Sé che ispira e conclude l'intero sviluppo.

Buona lettura