

sponsor

con il supporto di

in collaborazione con



Legatoria Artigiana - Napoli



l'arte della felicità

incontri e conversazioni

decima edizione

napoli

29 settembre - 5 ottobre 2014

 artedellafelicità.napoli@gmail.com
www.artedellafelicità.it
tel 081 5527106



associazione
culturale



shinè
associazione
culturale

presentano

l'arte della felicità
incontri e conversazioni
decima edizione

napoli
29 settembre -
5 ottobre 2014

**ideazione ed
organizzazione**
francesca mauro
luciano stella

**coordinamento
generale**
francesca mauro

**ufficio
organizzazione**
flavia borzacchiello
laura limoncelli
paola tortora

comunicazione
luciano stella

progetto grafico
marialuisa firpo

catalogo
marialuisa firpo
francesca mauro

ufficio stampa
francesca de lucia

pubbliche relazioni
donatella gabai

fotografia
maurizio di cesare

con il patrocinio di



Ministero
degli Affari esteri



COMUNE DI NAPOLI



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

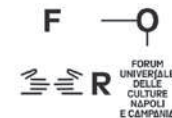


Consolato Onorario
della Repubblica Federale di Germania
Napoli



Tibet House Switzerland
Foundation

in coproduzione con



U M



main partner



L’Arte della Felicità è un dialogo tra scienza e religione, tra filosofia e spiritualità, tra gente comune e testimoni d’eccellenza. È un invito alla parola, al confronto non urlato, alla comprensione, all’apertura.

L’Arte della Felicità non è convegno o conferenza quanto piuttosto incontro diretto, occasione di ascolto e di confronto. Risponde al bisogno di interrogarsi, di affrontare “i grandi temi” dell’esistenza, di ascoltare senza necessariamente guardare, di accomodarsi in luoghi dove non ci siano consigli per gli acquisti, ma dialoghi sull’arte della vita.

Luoghi dove coniugare la riflessione laica per eccellenza, principalmente destinata a rinforzare l’intelletto e ad accumulare conoscenze, con il bisogno di consigli di saggezza pratica, orientamenti su come condurre la propria esistenza, stimoli che permettano di accedere all’arte di vivere, di sviluppare qualità che facciano di noi esseri umani migliori.

L’Arte della Felicità è un percorso, un’esperienza culturale sui temi forti del vivere quotidiano, per tentare di riavvicinarsi a quell’equilibrio da cui siamo sempre più drammaticamente lontani e che invece è sempre più urgente e pragmaticamente utile proprio oggi che molti riferimenti, etici, religiosi, filosofici, esistenziali, sono sostituiti da *reality show* e guerre sante.

Dieci anni di Arte della Felicità

Francesca Mauro Luciano Stella

In tutti questi anni abbiamo esplorato con voi argomenti e territori e teorie ed esperienze riguardanti l’Arte della Felicità.

Non siamo giunti ad una meta. Forse questa meta non è raggiungibile, non esiste in quanto tale. “Non c’è una strada per la felicità, la felicità è la strada” ha detto qualcuno. E noi siamo stati felici di provare a percorrere insieme a tutti voi questa strada.

È evidente che tutti abbiamo energie, capacità, potenzialità. Ed è evidente che tutti noi viviamo i nostri dolori, invidie, odi, rabbie, paure e tutta l’ampia gamma delle emozioni negative. Eppure tutti desideriamo star bene ed essere felici, sia a livello materiale che mentale.

Sperimentiamo spesso che il solo benessere materiale non è di per sé sufficiente ad eliminare la sofferenza e l’insoddisfazione mentale.

E, all’opposto, sperimentiamo a volte che una maggiore serenità mentale sembra dare un benessere più ampio e stabile al di là della situazione materiale, economica, fisica, sensoriale.

Dunque per noi l’Arte della Felicità non è un pensiero “corto” che ricerca un interesse egoistico immediato. È un pensiero (più) largo e lungimirante

che coniuga responsabilità individuale e sociale. Più egoismo porta più stress, più attitudine aperta e solidale sembra portare più tranquillità e soddisfazione.

È una cosa elementare ma molto utile, pratica, di reale e sperimentabile beneficio.

Forse L’Arte della Felicità è un’arte della liberazione, un’arte della libertà (dai condizionamenti, dai giudizi e dai pregiudizi). È un’arte dell’amore, dell’apertura della intelligenza e del cuore (verso se stessi, verso gli altri, verso la natura e la comunità in cui viviamo).

In molti paesi dell’Oriente i termini Mente e Cuore sono espressi da un’unica parola, un unico vocabolo. Intelligenza e Cuore. Saggezza e Compassione. Un’unica base, larga e solida, per una vita più felice.

L’Arte della Felicità allora si configura per noi come un’arte dell’impegno, del rispetto della vita propria e altrui, del benessere proprio e altrui. Ognuno secondo le proprie attitudini può contribuire a migliorare sé stesso, il mondo, le relazioni della e nella comunità.

Alcuni elementi ci paiono particolarmente preziosi per alimentare la nostra felicità. La consapevolezza è il primo. Consapevolezza di sé e delle proprie capacità e limiti, di sé nella relazione con gli altri. L’accettazione è un secondo elemento utile. La capacità di fare i conti con le situazioni, con i limiti, le debolezze, con gli inevitabili “cataclismi” della vita. Il desiderio, che è energia vitale, elemento di progettualità, di disegno, di visione, di creazione, di evoluzione, è anch’esso in una relazione feconda con la felicità. La gentilezza è un quarto elemento che può “nutrire” la felicità. La gentilezza che cura se stessi, che ha cura degli altri, che cura la natura, che cura le relazioni.

Non si tratta di sperimentare qualcosa di spirituale o religioso ma di agire il più possibile con una motivazione e un’attitudine che porti felicità a se stessi e agli altri con benefici a lungo termine. Forse si tratta di operare - come dice un grande saggio tibetano - con un “EGOISMO INTELLIGENTE”, implementare cioè azioni altruistiche per riceverne un proprio beneficio reale e diretto.

Perché l’altruismo non è assolutamente negare sé stessi quanto piuttosto curare sé stessi da rabbie, paure, conflitti, spirito di vendetta, invidie che ci divorano fisicamente e mentalmente, che ci minano nella mente e nel corpo. Non sappiamo se la nostra natura ultima sia - come dicono alcuni - chiara, luminosa, positiva. Ma certamente altruismo, consapevolezza, accettazione e gentilezza sono un buon viatico per vivere meglio e un po’ più felici.

L'Arte della Felicità *si* fa Centro

Tenendo fede al suo spirito di ricerca, l'Arte della Felicità dà vita ad una sede stabile e arricchisce la sua offerta con attività finalizzate a stimolare il benessere e la salute, a migliorare la qualità della vita e a sviluppare l'arte di affrontare i momenti cruciali dell'esistenza. L'Arte della Felicità apre il suo Centro nel cuore della Città, in via Portacarrese a Montecalvario, 69. In questo spazio coniughiamo la nostra esperienza ormai decennale, con quella clinica di psicologi, psicoterapeuti e terapisti del corpo. Proponiamo percorsi di prevenzione psicologica e promozione del benessere, inteso non semplicemente come assenza di malattia e sofferenza, ma come attiva conoscenza ed esperienza di sé nella relazione con l'altro nei differenti contesti.

Nel Centro *l'Arte della Felicità* si organizzano:

- **Seminari teorico-esperienziali**, volti ad approfondire la riflessione ed il lavoro su di sé relativamente alle tematiche universali che in questi anni sono stati i punti cardine del nostro percorso: Felicità, Dolore, Amore, Solitudine, Potere, Verità, Bene e Male, Desiderio, Paura.
- **Laboratori esperienziali di gruppo**, rivolti a coloro che vivono momenti di transizione del ciclo vitale particolarmente delicati e significativi per i successivi equilibri (quali il rapporto genitori figli nelle varie fasi della vita, la costruzione ed il consolidarsi di una relazione di coppia, l'adolescenza, la piena maturità, etc.).
- **Counseling psicologico individuale e di coppia**, volto ad offrire aiuto nell'esplorazione della natura di uno specifico problema o conflitto e nell'individuazione di strategie di risoluzione autonoma, sostenendo un cambiamento su obiettivi specifici.
- **Corsi di ginnastica consapevole**
- **Cosulenze individuali di posturologia, osteopatia e trattamenti relativi**
- **Sessioni di meditazione guidata**
- **Corsi di wushu kung fu per bambini ed adolescenti**
- **Il Teatro dell'Anima**, laboratorio di teatro e tecniche espressive

SOSTIENI l'arte della felicità

Per diventare Amici de l'Arte della Felicità è possibile versare la quota associativa (valore minimo € 10,00) e ritirare la tessera sociale:

dal lunedì al venerdì
ore 10.30 - 18.30
presso
Segreteria Organizzativa de l'Arte della Felicità
piazza del Gesù
Nuovo, 33

dal lunedì al sabato
(orario negozio)
presso
profumeria Andreano
via Carlo Poerio, 100
Idem
via Ferrigni, 32

tutti i giorni
ore 17.00 - 22.00
presso
Multicinema Modernissimo
via Cisterna dell'olio,
49/59

Cinema Ambasciatori
via Crispi, 31

oppure mediante
bonifico bancario
beneficiario:
Associazione
Culturale Shinè
iban IT09 N062 3003
5350 00063577447
causale: tessera socio
frequentatore anno
sociale 2014.

Coloro che versano
il contributo mediante
bonifico bancario,
possono ritirare la
tessera associativa
durante i giorni
della manifestazione
esibendo la relativa
ricevuta.

**Il tesseramento
continua nei giorni
e nelle sedi della
Manifestazione**

Per diventare
Imprese Amiche de
l'Arte della Felicità è
possibile versare il
contributo (minimo
€ 500,00) mediante
bonifico bancario
beneficiario:
Associazione
Culturale Shinè
iban IT09 N062 3003
5350 00063577447
causale: Azienda
Amica de l'Arte
della Felicità - anno
sociale 2014.

per info
081 5527106
artedellafelicità.
napoli@gmail.com
www.artedellafelicità.
it

ESPERIENZE A MONTECALVARIO *

L'ARTE DELLA FELICITÀ DEL CORPO

L'esperienza che proponiamo offre la possibilità di aprire una finestra di consapevolezza sulla nostra fisicità attraverso l'integrazione di antiche discipline di lavoro sul corpo, come lo yoga, l'aikitaiso o lo shatsu, con conoscenze più moderne come le ginnastiche posturali. Imparare a riconoscere una tensione muscolare, una posizione scorretta, una respirazione più sana e a cogliere quanto tutto ciò sia in relazione con i nostri organi interni attraverso il sistema neurovegetativo, può essere il primo passo per superare i nostri blocchi e "usare" il corpo nella maniera giusta a qualsiasi età e in qualsiasi condizione, migliorando così lo stato di salute e le proprie potenzialità complessive.

L'ARTE DELLA FELICITÀ DELLE RELAZIONI

Il workshop si propone come esperienza di riflessione e soprattutto di sperimentazione del proprio modo di rapportarsi e quindi di comunicare con se stessi e con gli altri, familiari ed estranei. Nel laboratorio del piccolo gruppo, attraverso simulate ed altre coinvolgenti e divertenti esercitazioni, si farà esperienza di attenzione a sé per divenire più consapevoli dei propri copioni relazionali ed eventualmente riscriverli e modificarli in direzione di una maggiore rispondenza a quello che siamo e che vogliamo essere.

MASSAGGIO SONORO CON LE CAMPANE TIBETANE

Un organismo sano vibra ad una giusta frequenza ed è ben accordato come uno strumento musicale. Con le campane tibetane, composte ognuna di uno dei metalli che in piccole parti compongono i nostri organi interni, si realizza il cosiddetto massaggio sonoro, effettuato con le tecniche della suoneria.

Queste campane producono una vasta gamma di suoni che interagiscono con il piano psicofisico ed il sistema bioenergetico dell'essere umano immerso nel bagno sonoro. Con il massaggio sonoro viene stimolata l'energia vitale, favorito un rilassamento profondo e totale dell'organismo con un effetto rigenerante per il corpo, le sue posture, le sue tensioni, le sue rigidità, e per la mente e gli stati di coscienza collegati.

DIALOGHI *

**martedì
30 settembre**

Centro l'Arte della Felicità

17.00 - 19.00

L'ARTE DELLA FELICITÀ
DEL CORPO

**LABORATORIO DI
MOVIMENTO E RESPIRO**
con

Andrea Punzo

fisioterapista

Aurelio D'Angelo

fisioterapista,

osteopata

17.00 - 20.00

L'ARTE DELLA FELICITÀ
DELLE RELAZIONI

WORKSHOP

con

Marialuisa

Campobasso

psicologa,

psicoterapeuta

19.00 - 20.30

MASSAGGIO SONORO CON
LE CAMPANE TIBETANE

con

Ciccio Merolla

musicista

I DIALOGHI

sono momenti di incontro e confronto che si svolgono in case private e luoghi di lavoro, con gruppi di circa quaranta persone. Vogliono essere uno spazio caldo ed accogliente, in cui la riflessione e il confronto diretto siano facilitati.

moderano
Alessandra Cataldi
Marialuisa Firpo
Luciano Stella

**lunedì
29 settembre**

21.00 - 23.00

DIALOGO IN MUSICA

Giovanni Block

cantautore

**mercoledì
1 ottobre**

21.00 - 23.00

LA GRANDE BELLEZZA.

EDUCARE: UN MESTIERE

IMPOSSIBILE?

Oscar Nicolaus

psicologo

psicoterapeuta

**venerdì
3 ottobre**

21.00 - 23.00

VIVERE CON TIZIANO

Angela Staude

Terzani

scrittrice

21.00 - 23.00

L'ARTE DELLA FELICITÀ,

IL PIACERE DI PENSARE

Diomira Petrelli

psicoanalista,

psicoterapeuta

infantile e

dell'adolescenza

*** MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE**
Per partecipare ai **Dialoghi** e alle **Esperienze a Montecalvario** è necessario prenotarsi inviando un fax al numero: **081 4203654** o una e-mail a **artedellafelicità.prenotazioni@gmail.com** con l'indicazione dell'evento scelto (data e relatore), nome, cognome, telefono, e-mail e copia leggibile di un documento di riconoscimento (cfr. informativa privacy d.lgs. 196/03).

Le iscrizioni sono aperte dal 5 settembre fino ad esaurimento posti.

La prenotazione risulterà valida solo se confermata dalla Segreteria Organizzativa de l'Arte della Felicità.

La partecipazione è gratuita fino ad esaurimento posti

L'ARTE DELLA FELICITÀ: 10 ANNI IN VIDEO

Multicinema Modernissimo Sala Video

17.00 - 20.00

**giovedì
2 ottobre**

**venerdì
3 ottobre**

**sabato
4 ottobre**

**domenica
5 ottobre**

**PROIEZIONE DEL
MATERIALE VIDEO
REALIZZATO DA L'ARTE
DELLA FELICITÀ
DAL 2005 AL 2013**

VIDEO INTERVISTE A
Zygmunt Bauman
sociologo - Leeds

Massimo Cacciari
filosofo

Marc Augé
antropologo - Parigi

Tenzin Palmo
*monaca buddhista -
Lahaul*

Gabriele Salvatores
regista

Fernando Savater
scrittore - Madrid

Palden Gyatso
*monaco tibetano -
Dharamsala*

François Jost
semiologo

Salvatore Natoli
filosofo

Adriano Sofri
*giornalista/scrittore/
opinionista*

Vincenzo Tallarico
*psicologo analista,
insegnante
di meditazione*

Robert Thurman
*professore di Studi
Buddhisti - New York*

Alan Wallace
*insegnante di filosofia
buddhista e di medita-
zione - USA*

a cura di
Gianfranco Di Vito

Raffaele Cantone
magistrato

Aldo Schiavone
giurista

Luca Sofri
giornalista

a cura di
Dario Calise

FOTO-INCHIESTA SU
LA PAURA
videomontaggio
a cura di
Gianfranco Di Vito

VIDEO-INCHIESTA SU
IL POTERE
a cura di
**Pigrecoemme
Scuola Di Cinema**

L'ARTE DELLA FELICITÀ
- SULL'AMORE
- SUL BENE E SUL MALE
- SULLA PAURA

videomontaggi
a cura di
Roberto Sommella

I LUOGHI

**Istituto Italiano
per gli Studi
Filosofici**
via Monte di Dio, 14

**Centro l'Arte
della Felicità**
via Portacarrese a
Montecalvario, 69

**Institut Français
de Naples**
via Crispi, 86

**Multicinema
Modernissimo**
via Cisterna dell'olio,
49/59

**Chiesa di Santa
Caterina da Siena
(Pietà de' Turchini)**
via Santa Caterina
da Siena, 38

**Basilica di
San Giovanni
Maggiore**
via S. Maria dell'Aiuto

South Italy Food
via Francesco
Giordani, 24/28

mercoledì
24 settembre

**Multicinema
Modernissimo***

21.00 - 22.30
**ANTEPRIMA NAZIONALE
PER GLI AMICI DE L'ARTE
DELLA FELICITÀ**
TAKE FIVE
Un film di
Guido Lombardi
100', Italia, 2014
con
Gaetano Di Vaio
Esther Elisha
Gianfranco Gallo
Peppe Lanzetta
Carmine
Paternoster
Antonio Pennarella
Salvatore Ruocco
Salvatore Striano

**INCONTRO IN SALA CON
IL REGISTA, I PRODUTTORI
ED IL CAST**

introduce
Conchita Sannino
giornalista

***L'ingresso è
riservato agli Amici de
l'Arte della Felicità in
possesto di tessera
sociale 2014**

lunedì
29 settembre

**Istituto Italiano
per gli Studi
Filosofici**

17.30 - 19.30
NAPOLI CITTÀ FELICE?
Luciano Brancaccio
sociologo

Manetti Bros.
registi

Antonio Polito
*direttore de Il Corriere
del Mezzogiorno*

modera
Luciano Stella

martedì
30 settembre

**Institut Français
de Naples**

18.30 - 20.30
RÉSISTER À LA CRISE.
LE COMBAT QUOTIDIEN EN
PÉRIODE DE RÉCESSION
RESISTERE ALLA CRISI.
*LA BATTAGLIA QUOTIDIANA
DEI POVERI IN PERIODO DI
RECESSIONE*
Serge Paugam
sociologo - Parigi

**Centro l'Arte
della Felicità**

17.00 - 20.30
ESPERIENZE A
MONTECALVARIO*

20.30 - 21.30
**PRESENTAZIONE ATTIVITÀ
DEL CENTRO**

a seguire
COCKTAIL INAUGURALE

***Eventi su
prenotazione**

mercoledì
1 ottobre

**Multicinema
Modernissimo
Sala 2**

LA DIGNITÀ DELLE DONNE

18.00 - 18.30
PROIEZIONE DI
OPEN THE DOOR -
PART II**
Documentario di
Shahram Karimi
*girato nel carcere
femminile di Rebibbia
con l'assistenza di*
Luca Lancise
21', Iran, Italia, 2013

18.30 - 20.00
CIÒ CHE NON SIAMO,
CIÒ CHE NON VOGLIAMO
Lucia Castellano
*consigliere regionale -
regione Lombardia,
ex direttrice del carcere
di Bollate*

20.30 - 21.00
PROIEZIONE DI
BURKA AVENGER**
cortometraggio in
animazione di
Haroon
20', Pakistan, 2012
v.o. sott. ita

21.00 - 22.30
PROIEZIONE DI
JERUSALEM BRIDE - LA
SPOSA DI GERUSALEMME
Docu-film di
Shera Dirbas
75', PALESTINA, 2010
v.o. sott. ita

****FILM SELEZIONATI
DAL FESTIVAL WITHOUT
BORDERS**

giovedì
2 ottobre

**Istituto Italiano
per gli Studi
Filosofici**

17.00 - 18.30
LA FELICITÀ E I LEGAMI
DI LIBERTÀ
Giuseppe Ferraro
filosofo

18.30 - 20.00
PER FARE UN MANAGER
CI VUOLE UN FIORE.
COME LA MEDITAZIONE HA
CAMBIATO ME E L'AZIENDA
Niccolò Branca
*presidente e amministra-
tore delegato Branca
International SpA*

intervistato da
Pietro Treccagnoli
giornalista, scrittore

**Chiesa di Santa
Caterina da Siena
(Pietà de' Turchini)***

21.00 - 22.30
FRAMMENTI DI DONNA
Cristina Donadio
attrice

musiche di
Pappi Corsicato
eseguite al piano da
Paolo Coletta

***Ingresso € 5**

**venerdì
3 ottobre**

**Istituto Italiano
per gli Studi
Filosofici**

17.00 - 19.30

**EVENTO PRODOTTO
DAL FORUM UNIVERSALE
DELLE CULTURE**

VIE PER LA FELICITÀ
**Dervish
Burhanuddin**
maestro sufi

**Ghesce Thubten
Dargye**
lama tibetano

Antonio Maione
sacerdote cattolico

modera
Ottavio Di Grazia
*docente di Culture
Identità e Religioni*

**sabato
4 ottobre**

**Basilica di
San Giovanni
Maggiore**

8.30 - 9.30

**EVENTO PRODOTTO
DAL FORUM UNIVERSALE
DELLE CULTURE**

L'ARTE DI COLTIVARE
FELICITÀ. RICONOSCERE,
ACCOGLIERE,
TRASFORMARE
I PROPRI DEMONI
MEDITAZIONE GUIDATA
con
Adriana Rocco
*maestra di
meditazione*

10.00 - 11.30
VERITÀ
Massimo Cacciari
filosofo

12.00 - 13.30
I CONFINI E L'ARTE
DI OLTREPASSARLI
Giovanni Floris
giornalista, scrittore

**Basilica di
San Giovanni
Maggiore***

21.00 - 22.30
LA STRADA DELLA FELICITÀ

CONCERTO
di
**Ilaria Graziano
&
Francesco Forni**

guest
**Dario Sansone
Gnut**

organizzazione tecnica
Sigfrido Caccese

*** MODALITÀ DI
PARTECIPAZIONE**

**Biglietti disponibili
dal 5 settembre
al costo di € 10**

presso:

**Segreteria
Organizzativa de l'Arte
della Felicità**

piazza del Gesù Nuovo,
33
dal lunedì al venerdì
10.30 - 13.30
15.30 - 18.30

**Prevendite abituali
circuito TicketOnLine**
Azzurro Service

Vendita online
www.azzurroservice.net

**domenica
5 ottobre**

**Basilica di
San Giovanni
Maggiore**

8.30 - 9.30

L'ARTE DI COLTIVARE
FELICITÀ. RICONOSCERE,
ACCOGLIERE,
TRASFORMARE
I PROPRI DEMONI

MEDITAZIONE GUIDATA
con

Adriana Rocco
maestra di meditazione

10.30 - 12.00

AMATI E AMANTI NELLA
RELAZIONE DI COPPIA

Luigi Baldascini
*psichiatra,
psicoterapeuta*

12.00 - 13.30

LA SAPIENZA DEL RELATIVO
Aldo Masullo
filosofo

South Italy Food*

19.30 - 21.30

HAPPY BIRTHDAY
ARTE DELLA FELICITÀ!

**CENA-BUFFET CON
SPETTACOLO**

de
il Teatro dell'Anima
regia
Dario Aquilina
Marialuisa Firpo

*** MODALITÀ DI
PARTECIPAZIONE**

Per partecipare alla
serata è necessario
versare un **contributo
di € 15 (per gli Amici
de L'Arte della Felicità
€ 10) dal 5 Settembre
fino ad esaurimento
posti**, presso:

**Segreteria
Organizzativa**
piazza del Gesù
Nuovo, 33
dal lunedì al venerdì
10.30 - 13.30
15.30 - 18.30
South Italy Food
via Francesco
Giordani, 24/28
dal lunedì al sabato
10.30 - 24.00