

Comunicato stampa – Milano, 11 aprile 2018

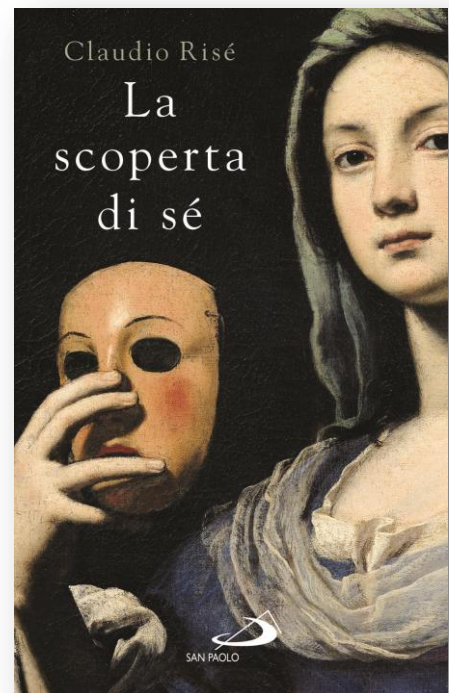
## “La scoperta di sé” di Claudio Risé

### Un viaggio alla scoperta di se stessi, tra mito, folklore e psicologia

In questo libro si parla delle energie che l'essere umano può trovare dentro di sé, da sempre, per uscire dalle difficoltà, crescere e affrontarle. E dei 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, 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. È 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 parla 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. Compiono così i temi della maschera-Persona che mostriamo agli altri, dell'Io che conduce l'intero processo, dell'Ombra in cui ricacciamo gli aspetti più inquietanti, dell'Anima che sostituisce il potere con la grazia, del Sé che ispira e conclude l'intero sviluppo.



**Claudio Risé, *La scoperta di sé*, Edizioni San Paolo 2018, pp. 304, euro 18,00.**

**CLAUDIO RISÉ** è psicoterapeuta, giornalista, già docente di Scienze sociali alle Università di Trieste/Gorizia, Insubria (Varese) e Bicocca (Milano), e cofondatore della Scuola di formazione junghiana LISTA, Milano. Al centro della sua ricerca sono la psicologia maschile, la figura paterna (*Il padre, l'assente inaccettabile*, San Paolo 2003, tradotto, come altri suoi libri, in molti paesi europei e in Brasile) e i disturbi della società industriale dei consumi (*Sazi da morire. Malattie dell'abbondanza e necessità della fatica*, San Paolo 2016). Con F. Borgonovo ha pubblicato *Vita Selvatica* (Lindau 2017). Nei suoi lavori sono determinanti la forza ispiratrice dell'archetipo del Mondo Selvatico. (*Il maschio selvatico/2* e, con M. Pargger, *Donne Selvatiche*, entrambi San Paolo 2015) e quella strutturante del dono (*Felicità è donarsi*, San Paolo 2014; *Il Padre. Libertà. Dono*, Ares 2013). Il suo sito è: [www.claudio-rise.it](http://www.claudio-rise.it). Conduce per “Io Donna” il blog: psiche lui.