

Federico Berti, Via De Gasperi 23 Monghidoro
Cell. 329/1017544, mailto: beifilm@alice.it
Web: www.federicoberti.it

Alla c.se att. di
Enti e istituzioni

Oggetto: Stage residenziale

Titolo dello stage: Mnemotecnica
Sottotitolo: Ecologia della mente. Ricordare meno, ricordare meglio.
Conduttore: Federico Berti
Ore complessive: 14h
Giorni: 2, w/e sabato + domenica
Partecipanti: A partire da 6 partecipanti
Iscrizione: 50 euro a persona
Luogo: c/o Ecovillaggio Ciricea

Mnemotecnica

*Ecologia della mente.
Ricordare meno, ricordare meglio*

Stage residenziale teorico/pratico
14h, 2gg. 6+ partecipanti

Dall'arte della memoria antica al moderno self-improvement, la tendenza nella maggior parte dei corsi di mnemotecnica è perseguire il potenziamento della prestazione, la quantità *piuttosto* che la *qualità* dell'apprendimento. Questa pratica non è solo inutile alla comprensione delle cose, ma addirittura pericolosa perché nel lungo periodo può portare al *burn-out* della memoria naturale.

Nella società tecnologica si fa largo uso della *mnemotecnica speculativa* a ogni livello nel marketing e nella propaganda, il cui principale obiettivo è forzare la memoria individuale di quante più persone possibile al fine di ottenerne un vantaggio. Per fare questo si è disposti all'uso di tecniche subliminali, molto invasive.

In questo laboratorio s'insegna una mnemotecnica non invasiva, non aggressiva e non competitiva, ma *espressiva* e *cognitiva*, finalizzata all'ecologia della mente. Il motto è ricordare meno, ricordare meglio. L'obiettivo è imparare a difendersi dalle aggressioni esterne e dalla manipolazione di massa imparando a padroneggiare le stesse tecniche usate da terzi per forzare le difese della nostra mente.

Lo stage residenziale prevede quattro sessioni di circa tre ore, ciascuna di esse con una parte teorica e una pratica. L'arte della memoria viene insegnata attraverso il gioco e l'espressione della creatività. A conclusione dello stage residenziale, una performance del conduttore in veste di uomo-orchestra, interprete e narratore, durata circa 1h.

Programma dettagliato

Programma del Sabato

- h. 8:00-9:00, Conferenza interattiva.
L'arte della memoria dall'alba dei tempi all'età contemporanea.
- h. 9:00-9:30, Pausa, eventuale rinfresco a base di alimenti che rafforzano la memoria:
Semi, germogli di grano, frutta secca, olive, cioccolato fondente, caffè o tè
- h. 9:30-10:00, Meditazione e rilassamento.
- h. 10:00-11:00 Conferenza interattiva.
La mnemotecnica strumentale e manipolatoria.
- h. 12:00 Pranzo, riposo.
- h. 15:00-16:00 Esercizi e giochi di mnemotecnica popolare
- h. 16:00-16:30 Pausa, eventuale rinfresco a base di alimenti che rafforzano la memoria.
- h. 16:30-17:00 Meditazione e rilassamento
- h. 17:30-18:30 Esercizi e giochi di mnemotecnica al livello intermedio.
- h. 19:00 Cena sociale

Programma della domenica

- h. 8:00-9:00, Laboratorio teorico/pratico
Segni, simboli, tavole periodiche, immagini di memoria
- h. 9:00-9:30, Pausa, eventuale rinfresco a base di alimenti che rafforzano la memoria:
- h. 9:30-10:00, Meditazione e rilassamento.
- h. 10:00-11:00 Laboratorio teorico/pratico
Diagrammi ermetici, tecnica dei loci, architettura del pensiero
- h. 12:00 Pranzo, riposo.
- h. 15:00-16:00 Laboratorio teorico/pratico
Dalla tecnica all'arte. Traduzione e condivisione delle immagini di memoria
- h. 16:00-16:30 Pausa, eventuale rinfresco a base di alimenti che rafforzano la memoria.
- h. 16:30-17:00 Meditazione e rilassamento
- h. 17:30-18:30 Conclusione e finalizzazione del corso. Domande, dubbi, riflessioni
- h. 19:00 Cena sociale, saluti.



Federico Berti

Laureato al Dams di Bologna con una tesi in strutture della figurazione sul *Pifferaio di Hamelin da Orfeo al Rave*, da venticinque anni è narratore, cantastorie, street performer. Pratica e insegna l'arte della memoria con bambini, adulti e anziani, in collaborazione con la Piccola Scuola di Musica e di Ballo della Valle del Savena, a Monghidoro. E' autore di romanzi, poemi, canzoni, saggi. Ha pubblicato negli Stati Uniti la *Dama Bianca*, una piattaforma multigioco ludico/didattica basata sull'arte lulliana e sulla mnemotecnica di Giordano Bruno.