

---

## L'intelligenza del sogno (diurno e professionale)

### **Remigia Spagnolo**

L'autrice è consulente psicologa del lavoro e delle organizzazioni, coach per la crescita personale e di gruppo. Docente a contratto in *Business Organisation and Behaviour* al corso magistrale internazionale in *Business Administration* presso il Dipartimento di Management dell'Università di Torino e nel Laboratorio di *Life Skills Education* per futuri psicologi ed educatori presso IUS-TO (Istituto Universitario Salesiano Torino Rebaudengo). Formatrice in corsi e master universitari, MBA, workshop presso business school, aziende, incubatori e acceleratori d'impresa, nazionali e internazionali.

**Il sogno dell'autrice di aiutare gli altri a realizzare il proprio: si può aiutare qualcuno in qualcosa solo se questo "qualcosa" lo si è vissuto e sperimentato in prima persona**

Nel 2010 l'autrice ha avviato un progetto di studio e ricerca indipendente sul "sogno professionale", applicando poi in ambito formativo e organizzativo, con nuove tecniche e strumenti, l'esito di quanto esplorato e imparato. Il progetto ha preso il via da interviste dal vivo, da lei anche commentate, a noti sognatori di successo (imprenditori, artisti, scienziati, sportivi...) raccolte inizialmente nell'area "esplorazioni" del suo sito [www.remigiaspagnolo.it](http://www.remigiaspagnolo.it) - successivamente riportate e pubblicate nel 2013 in un volume dal titolo "*Sognatori di Professione*"<sup>1</sup> - nonché dal confronto con altri aspiranti sognatori incontrati nel *coaching* individuale e nella formazione d'aula.

Nel 2017, a seguito dell'esperienza accumulata e del processo maturativo del suo stesso sogno, di aiutare i lavoratori a realizzare il proprio, ha fondato il progetto internazionale *Professional Dreamers Project* ([www.professionaldreamersproject.com](http://www.professionaldreamersproject.com)), nato per aiutare singoli lavoratori e gruppi (aziende e organizzazioni, start-up, università e istituzioni, scuole...) a realizzare i sogni professionali per divulgare i valori dell'impegno e consapevolezza personali, della competenza professionale, dell'autenticità e volontà per realizzare il proprio benessere individuale e generare felicità collettiva.

**Realizzazione di un sogno: nascita di Professional Dreamers Project**

Per documentare il suo stesso percorso di sognatrice e divulgare concetti e principi scientifici alla base della sua teoria su sogno professionale e originalità ha pubblicato diversi articoli. Per ISPER ha già pubblicato:

- SPAGNOLO R. (2016) "*Progetti di felicità mentale e benessere organizzativo*", *Personale e Lavoro*, n. 577, pp. 4-14
- CORTESE G.C.; SPAGNOLO R. (2014) "*Una quieta rivoluzione: La facilitazione dei sogni professionali delle persone*", *Personale e Lavoro*, 557, pp. 16-22.

Del 2017 è anche il suo ultimo libro "*Un ignoto promettente: realizzare il proprio sogno professionale per un destino ori-geniale*" nel quale nell'ultimo e ottavo capitolo dal titolo "*Un sogno professionale allo specchio*" racconta il suo, con i simboli, le sincronicità, le opportunità e le difficoltà attraversate. Parte di questo articolo proviene dal secondo capitolo (seconda tappa) dal titolo "*Il telos del fiore*"<sup>2</sup> - *Fallibilità e vulnerabilità nel processo perfetto del divenire*".

---

<sup>1</sup> SPAGNOLO, R. *Sognatori di Professione. Storie di creatività e di successi* (2013), G. Giappichelli Editore, Torino

<sup>2</sup> SPAGNOLO, R. *Un ignoto promettente: realizzare il proprio sogno professionale per un destino ori-geniale* (2017), G. Giappichelli Editore, Torino (pag. 37-43)

*“Il Sogno è il linguaggio dimenticato dell’anima.  
Tutti possiamo, però, aprire una finestra luminosa per  
iniziare a ricordarlo, volerlo, esplorarlo, viverlo. Il sogno  
diviene così l’eccitante e gioiosa esperienza esplorativa  
guidata dalla nostra autenticità e dalla volontà”*

*Remigia Spagnolo  
da “Un ignoto promettente”*

## **Due universi da esplorare**

Ecco cosa mi disse Giovanni Bignami nel 2011, astrofisico di fama mondiale (allora Presidente INAF-Istituto Nazionale di Astrofisica e del COSPAR-Comitato Mondiale della Ricerca Spaziale), che ebbi l'onore e la gioia di incontrare e intervistare come "sognatore di professione", purtroppo mancato circa un anno e mezzo fa:

*“Il mondo si divide tra quelli che rimangono indifferenti all’Universo e quelli che continuano a meravigliarsene. Mi viene in mente una frase di Oscar Wilde “Siamo tutti nel pantano, ma alcuni di noi guardano le stelle” che in inglese suona così: “We're all in the gutter, but some of us are looking at the stars”. La parola “gutter” si riferisce al posto tra il marciapiede e la strada dove scorre lo scolo; nell’immaginario è il luogo dove i barboni ubriachi, con la bottiglia in mano, rotolano giù in strada. Quindi metaforicamente siamo tutti dei barboni, ma alcuni di noi, e non solo gli astronomi di professione, guardano alle stelle.”*

Per me, il sogno dell'uomo di esplorare l'infinitamente piccolo (la comprensione dell'originalità del funzionamento della mente umana) e quello di esplorare l'infinitamente grande (l'Universo) hanno la stessa importanza. Platone disse che *“l’astronomia costringe l’anima a guardare oltre e ci conduce da un mondo all’altro”*. Per me il "sogno professionale", che parla il linguaggio dimenticato dell'anima, è proprio un "guardare oltre" ed è espressione dell'incontro di questi due mondi. Psicologia del "sogno professionale" e scienza astrofisica studiano di fatto due Universi, due "Ignoti promettenti": quello fuori di noi e quello dentro di noi. Quest'ultimo corrisponde al nostro enigmatico, misterioso modo di pensare, di sognare, di emozionarci, di superarci. Di conoscerci, comprenderci, esplorarci in rapporto all'immensità che ci contiene e alle infinite Possibilità.

## **Non è il Pensiero la facoltà più elevata a disposizione dell’Uomo**

Sono dunque fermamente convinta che non sia il **Pensiero** la facoltà più elevata a disposizione dell'essere umano. Ritengo invece che la facoltà più elevata sia il **Sogno**, quello diurno e deliberato verso un'auto-realizzazione professionale e personale insieme. Quel gioco alchemico tra cervello, mente, emozioni e la realtà dei desideri, tra universo interno e universo esterno.

**Il sogno  
professionale: il  
linguaggio  
dimenticato  
dell’anima ed  
espressione della  
pienezza  
dell’infinitamente  
piccolo**

**Il sogno  
professionale:  
gioco alchemico  
interiore**

**Le resistenze  
interne che  
ostacolano  
l'energia vitale e il  
rivelarsi del sogno**

## ***Il sogno: il lusso del pensiero***

Il sogno, come osservò l'artista Jules Renard, è "il lusso del Pensiero", che però troppo spesso non ci concediamo. Il più delle volte non perché ci manchino le componenti e competenze umane di base per individuarlo e realizzarlo, ma per varie altre ragioni: inerzia, de-responsabilizzazione, paura, pigrizia, bassa autostima. Talvolta per pura convenienza sociale, per non rischiare momenti di solitudine in un percorso ori-geniale scelto da noi. Non è possibile il sogno collettivo di una società e mondo migliori senza l'energia e la sinergia dei sogni individuali.

Esiste quella che chiamo "intelligenza del sogno" che tutti possiamo sviluppare, che riunisce competenze cognitive, emozionali, spirituali di lettura della nostra vita e delle nostre realtà.

*"C'è una forza vitale, un'energia, un preannunciarsi di qualcosa,  
che attraverso di te viene trasformato in azione,  
e poiché di persone come te esisti solo tu l'espressione di questa forza  
è unica"*

Martha Graham

## ***Lo sviluppo dell'intelligenza del sogno***

**L'intelligenza del  
sogno: per dare  
origine a  
professionalità  
originali e  
autentiche, diverse  
da quella  
standardizzate e  
senz'anima  
plasmate dalla  
società e dagli  
ambienti  
organizzativi  
tradizionali**

L'intelligenza del sogno (diurno e professionale) consiste nello sviluppo della capacità di guidare noi stessi in un intenzionale viaggio di trasformazione che attribuisce valore a ciò che sappiamo e/o vogliamo intimamente fare ed esplorare, utilizzando il processo di *individuazione-acquisizione-utilizzo* delle competenze di mestiere. Questo percorso, che definisco ori-geniale, conduce alla liberazione dei nostri talenti e all'acquisizione progressiva di una "professionalità" unica, originale, in grado di distinguersi dalle professionalità standardizzate e "senz'anima" plasmate dalla società e dagli ambienti organizzativi tradizionali, che relegano le emozioni e i sogni dei lavoratori ad una presunta realtà e oggettività che poi è di fatto un'irrealtà, in quanto negazione della complessità umana, cognitiva, emozionale e spirituale (viaggio dell'anima) del lavoratore.

## ***Nuovi modelli interpretativi dei fenomeni di cambiamento e crescita professionale***

**Dal paradigma  
razionale-causale  
di interpretazione  
organizzativa a  
quello non-  
razionale e casuale  
di comprensione  
umana del  
desiderio e  
dell'aspirazione**

Il mio volermi riferire all'intelligenza del sogno è un invito per chiunque, ma soprattutto per chi si occupi di "risorse umane" nelle organizzazioni, a non chiudersi nei modelli interpretativi di tipo *razionale-causale* della realtà organizzativa, e ad aprirsi a nuovi modelli interpretativi che includano gli eventi e i comportamenti *non-razionali* e *casuali* che costellano le vite dei lavoratori, perché il conflitto tra il nostro Ego (il falso sé) e l'anima individuale (che si rivela attraverso il sé autentico) si esprime nelle professioni attraverso la confusione, l'incertezza, l'inquietudine, l'impazienza, il disagio, l'aspirazione per suggerire al sognatore nuovi percorsi di esplorazione e di apprendimento e la contemplazione di nuove Possibilità, irrinunciabili per un lavoratore che voglia progredire e trovare la sua felicità.

## **Smettere di trascurare la psicologia del sognatore/lavoratore**

Il sogno professionale non ama la fretta, ama la naturale maturazione del suo percorso. Non ama le definizioni, ama l'autenticità non definibile. Non ama l'obiettivo, ama il percorso. Non ama l'irrazionalità, ama la non-razionalità: qualcosa di più profondo e comprensivo del pensiero razionale, poiché ad esso si aggiungono le logiche emozionali e spirituali capaci di rivelarci il preannunciarsi di qualcosa, di un'intima nostra verità che vuole essere ascoltata e messa alla prova in un processo di individuazione professionale.

**Il sogno professionale si rivela anche attraverso confusione, incertezza, disagio, inquietudine**

In parole più semplici, il sogno professionale non è l'obiettivo finale raggiunto (diventare un professionista in questa o in quella disciplina) ma è la strada di ascolto dei desideri e/o delle inquietudini professionali suggeriti dall'anima e dall'acquisizione delle competenze personali e interpersonali, oltre a quelle tecniche specifiche di mestiere, per realizzarli.

Il "sogno professionale" può essere una vocazione, o un progetto, un'idea da sperimentare, o anche solo il desiderio di chi, non avendo niente di tutto questo, prova solo disagio ed inquietudine per il voler qualcosa di diverso per la propria vita professionale, pur non sapendo ancora cosa volere. Per tutti, è un invito dell'anima ad uscire dalla propria area disagio per reinventarsi ed esplorare il mondo delle Possibilità. E ciò lo si può fare con successo se si acquisiscono strumenti di riflessione e psicologici adeguati.

**Occorre comprendere la psicologia del sognatore ancor prima del suo sogno professionale**

Oggi si vuole accelerare, incubare, spesso forzare, trascurando però la psicologia del sognatore.

Ma per guardarsi dentro non bisogna avere fretta, solo la volontà e l'intenzione di comprendersi, migliorarsi, vivere appieno il presente, con la complicità dell'incertezza e del proprio sé autentico. È questo che ho voluto spiegare nella seconda tappa del mio libro, di cui ne riporto le prime pagine:

IL TELOS DEL FIORE - Fallibilità e vulnerabilità nel processo perfetto del divenire”.

*“Analogie segrete legano assieme le più remote parti della Natura, come l'atmosfera di un mattino d'estate è pervasa di innumerevoli sottilissimi fili,*

*che vanno in ogni direzione, svelati dai raggi del sole nascente”*

*Ralph Waldo Emerson<sup>3</sup> (1803-1882)*

Se fossimo in grado di raggiungere facilmente ciò che decidiamo di voler diventare non esisterebbero i sogni. La ricerca della nostra finalità è un percorso accidentato e sfidante, esplorativo, opposto all'orientamento rinunciatario di noi stessi e dei nostri valori. Veniamo al mondo per scopirci e pare non ci sia dato sapere cosa faremo e cosa saremo diventati nel futuro. E questo rende tutto più affascinante e divertente.

<sup>3</sup> Ralph Waldo Emerson è stato un filosofo, scrittore e saggista statunitense, poeta. Citazione tradotta da “The Complete Writings of Ralph Waldo Emerson: Containing All of His Inspiring Essays, Lectures, Poems, Addresses, Studies, Biographical Sketches and Miscellaneous Works Hardcover”, 1929



### **successo e maturazione**

Ora, prima di procedere oltre, scrivi nello spazio sottostante quando sentirai di aver raggiunto il successo e il tuo livello di maturazione ideale:

La realizzazione del nostro sogno professionale richiede un processo di maturazione a stadi progressivi come accade in natura, ad esempio nelle fasi di vita di un fiore<sup>4</sup>.



### **Gli stadi del fiore**

#### **Domande per iniziare**

Rispondi a questa domanda: in quale punto della sua vita, dalla sua semina alla completa fioritura, un fiore raggiunge la sua forma ideale, la perfezione, il suo intrinseco “successo”?

- ✓ Quando è solo un seme nelle tue mani che attende di essere piantato?
- ✓ Quando inizia a germogliare nascosto alla tua vista sotto diversi centimetri di terra?
- ✓ Quando inizia a fiorire?
- ✓ Quando è in piena fioritura ed è il risultato di tutte le energie e sforzi spesi nel raggiungere questo punto della sua vita?
- ✓ Quando...(se vuoi aggiungere): \_\_\_\_\_

Ora, immagina il monologo di un fiore, quando è un seme e all’inizio del suo processo. Secondo te direbbe questo?:

*“La fase da germoglio mi sta prendendo troppo tempo, devo mettercela tutta per uscire fuori dalla terra e vedere il sole. Ogni volta che piove o qualcuno mi bagna divento fradicio e attorniato dal fango. Non è possibile che la natura ce l’abbia con me e mi ostacoli nel diventare un fiore. Quando fiorirò??? Solo allora, quando fiorirò, sarò felice; quando tutti mi potranno vedere meravigliati. Spero di essere un’orchidea e non uno di quei fiori insulsi e selvaggi che nessuno nota. Le orchidee hanno tutto ciò che si possa desiderare. Anzi, no, mi piacerebbe diventare un albero di quercia. Le querce sono più grandi di tutti gli altri nella foresta e vivono più a lungo di tutti”.*

<sup>4</sup> A offrirmi spunto della metafora del fiore, che compare anche in diversi volumi e articoli di psicologia - principalmente di tipo trans-personale - è stato il testo di Thomas M. Sterner, 2005, *The practicing Mind, Developing Focus and discipline in your life*, New World Library, Novato, California (pag. 47-48)

**Costrizioni  
dell'Ego e Leggi  
della Natura**

Per quanto questo monologo possa sembrare ridicolo, è quello che facciamo noi esseri umani ogni giorno, guidati dal nostro Ego, mentre la natura esprime la propria bellezza proprio perché non ha un Ego di cui tenere conto.

Il percorso di crescita interiore attraverso un'esplorazione professionale che ci aiuti ad assecondare la nostra originalità, anche di fronte alle intemperie della vita, agli ostacoli e alle difficoltà, può essere considerato come un processo di fioritura. Il fiore vuole crescere secondo la propria natura e così noi, prestando meno attenzione alle richieste dell'Ego che mira a diventare la nostra seconda e falsa identità, ci accorgeremo che anche solo "essere" e "diventare" sarà già abbastanza.

In questo percorso ciò che sembrerà ostacolarci ci porrà in contatto con noi stessi: con la nostra umana *vulnerabilità e senso di fallibilità*, con la *debolezza della personale volontà*, ma soprattutto con la *paura dell'ignoto*. I simboli inconsci che dimorano in noi che contengono le cause e nello stesso tempo l'esorcismo di queste difficoltà e paure sono il *falso ideale o mito della perfezione* e il *mito del successo*.

**Superare la paura  
dell'ignoto, così  
come i miti della  
perfezione e del  
successo**

Dentro di noi entrambi i miti sono orchestrati dall'Ego e dai giochi illusionistici della società, che talvolta ci inducono a credere che fino a quando non avremo raggiunto il successo desiderato e la versione ideale di noi che ci siamo immaginati, saremo imperfetti, meno degni di valore.

Le immagini ideali sono utili se ci offrono ispirazione, ma non se vengono utilizzate come strumento inconscio di misura. Realizziamo inconsciamente un'importante deviazione dalla strada verso la felicità quando adottiamo un'immagine ideale verso ogni cosa, a partire da noi.

Per ognuno di noi, a seconda delle esperienze e relazioni passate, il mito della perfezione e il mito del successo possono tradursi emozionalmente in:

- *paure e sentimenti negativi*: l'invidia per ciò che raggiungono gli altri; la sfiducia in noi stessi quando otteniamo degli insuccessi o quando ci sottovalutiamo anche nonostante i traguardi raggiunti;
- *senso di colpa o attribuzioni della colpa ad altri* di fronte ad errori o insuccessi personali;
- *finzioni e resistenze comportamentali* che ci mostrano per quello che non siamo, ai fini di nascondere e negare la nostra vulnerabilità e fallibilità.

**Energie e polarità  
gestite dall'Ego o  
dal nostro sé  
autentico**

Queste corazze emotive e comportamentali bloccanti ci fanno sfuggire dalle possibilità di successo così come dalle possibilità di insuccesso, ma soprattutto da noi stessi, senza farci avanzare in nessun'altra direzione specifica. Invece di "viaggiare" con un proposito, vagheremo, perdendoci, per sentirci sempre più delusi, infelici, frammentati.

Come avviene per ogni elemento vivente in natura anche noi siamo recettori, trasmettitori, distributori, generatori di energia, attraverso pensieri, emozioni, comportamenti. Le emozioni hanno sempre una polarità positiva e una negativa. Potremo imparare a leggerle non attraverso l'Ego, che in realtà tende a subirle, ma attraverso il nostro sé più evoluto che è energia in divenire. Ad esempio, potremo vedere la rabbia e il risentimento come l'energia di un proposito frustrato, da

trasformare in determinazione per raggiungerlo; il dubbio come un desiderio di chiara oggettività, per fare un'analisi migliore della realtà; la paura come un eccesso di cautela che emerge da una percezione allertata, per non andare fuori strada; l'ansietà, come l'eccitazione senza ossigeno; le possibili frustrazioni verso il nostro sogno autentico, come un processo di fioritura.

Possiamo infatti trovare serenità nell'osservazione del fiore, simbolo che nell'immaginario collettivo è legato alla rinascita, al cambiamento, alla trasformazione. Il fiore non confronta se stesso rispetto ad un'immagine ideale e perfetta. Eppure è perfetto sempre, in qualsiasi cosa diventi e in qualsiasi fase di crescita si trovi al momento.

È perfetto da **seme**. Quando immerso nella terra ed è energia in potenza. Solo perché non è ancora un fiore non significa che sia un cattivo seme. Quando si inerpica nella terra (energia in divenire) non è imperfetto solo perché è di colore verde. Il fiore deve essere un seme, e non limiterà di un millimetro la sua potenziale grandezza di piena fioritura (energia espressa) grazie all'acqua, all'aria, alla terra, al sole, al tempo, che lavoreranno insieme per produrre un fiore. In quel momento è perfettamente tutto ciò che deve essere al momento.

È perfetto da **germoglio**. Tutte le sue energie in questa fase sono state impiegate per raggiungere questo stato di vita. Fino a questo punto non ha fatto altro che seguire una tendenza naturale nel crescere in quel modo.

È perfetto nella **fioritura**. Questo è il momento in cui le specifiche proprietà del fiore iniziano ad essere visibili. La forma delle foglie, il numero dei boccioli, tutte qualità uniche di quel preciso fiore, anche in mezzo a tanti altri fiori della stessa specie. In queste due fasi il fiore è energia in manifestazione.

È perfetto nella **sfioritura**. Non dimentichiamo la sua umile e quieta fine, quando esso ritorna alla terra da dove è originato. Descrive bene questa fase il poeta T.S. Eliot: *“Non cesseremo mai di esplorare. E alla fine della nostra esplorazione arriveremo là dove abbiamo cominciato. E per la prima volta conosceremo il luogo”*<sup>5</sup>.

Quando inizieremo a essere “presenti” a noi stessi, ovvero decisi a comprenderci meglio e ad evolverci, come il fiore fa con naturalezza e senza affrettare gli stadi di trasformazione, realizzeremo che nel nostro percorso saremo perfetti a qualsiasi livello staremo performando. Sperimentaremo un sollievo dalla fittizia e autoimposta pressione, dalle false aspettative che zavorrano il nostro viaggio facendoci dubitare, deprimere, diventare impazienti e frettolosi. Vivere il momento presente con questa consapevolezza è il miglior modo per realizzare il futuro.

Possiamo gestire le nostre esigenze quotidiane senza perdere di vista il nostro sogno professionale e organizzandoci per armonizzare risorse, tempi e modi per realizzarlo seppure con gli ostacoli e le difficoltà - di circostanza, organizzative, economiche, psicologiche.

Potremo rispondere più “positivamente” ai momenti di stallo, di stand-

---

<sup>5</sup> *“We shall never cease from exploration/And the end of all our exploring/Will be to arrive where we started/And know the place for the first time”*, da **Little Gidding**, poema composto e pubblicato nel 1942: è il quarto dei *Quattro quartetti*, opera del poeta e critico statunitense T. S. Eliot.

by, che sono solo l'intermezzo nei passaggi da una fase trasformativa all'altra della nostra vita, come per il fiore.

Nel coltivare il nostro sogno professionale, in qualsiasi punto del percorso possiamo chiederci: stiamo praticando le qualità del fiore e siamo attenti al momento presente, consapevoli dei nostri pensieri, sentimenti, energie?

Il fatto che in questo momento tu abbia deciso di essere presente a te stesso e intenzionato ad esplorarti sulla scia di una piccola idea, attività o progetto da cui ti senti genuinamente attratto, è come avere piantato un seme, che è energia in potenza, mentre i filamenti di fibra e clorofilla che costituiranno il gambo e le foglie del fiore sono l'energia in manifestazione. Il fiore sarà la tua riscoperta, il ritorno alla tua natura, che scaturirà da questo percorso.

La creazione di un servizio, un'opera, un'azienda, un nuovo mestiere, è un processo creativo "perfetto" ad ogni momento, quanto più non si ha fretta di accelerare gli stadi ed è un'emanazione del nostro sé più autentico che si esprime attraverso flessibilità e sereno impegno. È un modo di essere presenti a se stessi in ogni stadio, ricostruendo e riequilibrando gli apprendimenti. Saremo perfetti sempre se il nostro sogno è imparare e migliorarci.

***Distinguere ciò che è potenziale da ciò che è attuale: la ghianda non è ancora quercia, ma può diventarlo***

Roberto Assagioli scrisse a tal proposito *"Bisogna distinguere ciò che è potenziale da ciò che è attuale. Sarebbe come se una ghianda, avendo l'illuminazione di quello che potrà diventare, cioè una grande quercia, dicesse: "io sono una quercia". Potenzialmente ha in sé tutto ciò che è necessario per diventarlo, ma attualmente non lo è, e occorre tutto il processo di germogliazione, di sviluppo, di assimilazione di elementi che provengono dalla terra, dall'acqua, dall'aria e dal sole. Così avviene per l'essere umano che, dopo aver avuto una vivida consapevolezza di quello che potrà diventare, di quello che è latente in lui, deve poi, ritornando, come è inevitabile, al livello della coscienza ordinaria - rendersi conto di tutta un'opera lunga, complessa e anche penosa, per passare dal potenziale all'attuale, e mettere in opera quelle potenzialità".*<sup>6</sup>

Parole chiave

- Autosviluppo
- Motivazione
- Psicologia del Lavoro



<sup>6</sup> Assagioli, R.; *Lo sviluppo Transpersonale*, Casa Editrice Astrolabio - Ubaldini Editore, (ed.1998), Roma, (pag. 42).