COINETICA

PROVINCIA DI PARMA

famiglia Amente

Dicembre 2017 n. 17

FAMIGLIE E SENTIMENTI

FAMILIARMENTE IN PRATICA
DIALOGO CON
ANNA MATTEI

FAMIGLIA E BENESSERE
DIALOGO CON FEDERICO FUSARI
RICREA ACCIAIO

FAMILIARMENTE FILM
LE NOSTRE ANIME
DI NOTTE

editoriale 03
Famiglia e sentimenti
di Antonio Restori

familiarmente**inpratica** 04-07
Dialogo con Anna Mattei
di Alida Cappelletti

famiglia&**benessere** 08-09
Quando l'amore incontra il dolore
di Elsa Maggiali

famiglia&**benessere** 10-12
Dialogo con Federico Fusari
di Alida Cappelletti

famiglia&**famiglie** 13-14
Amore: ballo lento e silenzioso
di Silvia Vescovi

famiglia&**famiglie** 15-16
Sono l'amore degli altri
di Francesca Martino

famiglia&**istituzioni** 17-18
Essere Presenti a se stessi
di Anna Marieni

famiglia&**cultura** 19-20
Amore negli occhi dell'altro
di Chiara Rainieri

famiglia&**cultura** 21-22
Amore e compassione ci trasformano
di Sonia Martelli

familiarmente**film** 23
Le nostre anime di notte
di Ilaria Benassi

familiarmente **eventi** 24
Corso di formazione
Master mediazione familiare 2018-2019

familiaRmente

Periodico Quadrimestrale Anno 2017
Registrazione del Tribunale di Parma
con autorizzazione n. 6 del 21 aprile 2011

Proprietario:
Associazione Coinetica

Direttore responsabile:
Elisa Chittò

Direttore editoriale:
Alida Cappelletti

Comitato Scientifico:
Antonio Restori, Alessia Ravasini, Valentina Nucera, Mirco Moroni

Staff redazionale:
Alida Cappelletti,
Antonella Cortese Francesca Curti, Francesa Martino, Alessia Ravasini , Silvia Vescovi

Redattori :
Alida Cappelletti, Elsa Maggiali Francesca Martino, Ilaria Benassi Chiara Rainieri, Sonia Martelli Silvia Vescovi

Si ringraziano per la collaborazione
Federico Fusari, Anna Mattei
RicreaAcciaio
Forum Solidarietà
Progetto Grafico e Stampa:
redazione familiarmente
Coinetica
Con il Patrocinio della Provincia Parma

Coinetica ringrazia
Consorzio Ricrea Acciaio
Milano
per il sostegno economico
a Familiarmente
a favore della ecosostenibilità
redazione@familiarmente.net

editoriale

DI ANTONIO RESTORI

FAMIGLIE E SENTIMENTI

Le emozioni provate nei primi anni di vita, e altre sensazioni che hanno suscitato gioia o dolore, lasciano tracce indelebili che condizioneranno le nostre azioni e reazioni nell'intero corso dell'esistenza.

(RitaLevi-Montalcini)

I sentimenti non sono una dote naturale e non si trasmettono geneticamente. I sentimenti si apprendono culturalmente.

Gli antichi imparavano i sentimenti attraverso le storie mitologiche. Se guardiamo alla storia greca ci ritroviamo tutta la gamma dei sentimenti possibili, Zeus il potere, Afrodite l'amore, Atena l'intelligenza, Apollo la bellezza, etc. C'era tutta la fenomenologia dei sentimenti umani. E in questo modo riuscivano a mettere delle cornici ai sentimenti che provavano. Alle famiglie di oggi è affidato il compito di crescere figli capaci di vivere e comprendere che cosa sono il dolore, la noia, l'amore, la disperazione, il suicidio, la passione, il romanticismo. E l'incontro tra culture differenti rende questo compito ancora più complesso e stimolante. Ma al di là delle differenze culturali, se già dalla prima infanzia non riceviamo l'attenzione e la cura adeguata per le nostre emozioni e sentimenti da parte di chi ci dovrebbe accudire, rischiamo di vivere un esistenza incapace di "sentire i sentimenti" per quello che sono e ci comunicano. Se il mondo degli adulti non ci ascolta si crea in noi la sensazione di non essere interessanti, di non valere niente. Una società che non da posto ai sentimenti, una cultura che si poggia soprattutto sul senso del benessere economico, non può comprendere il senso della paura del vivere e del morire; questa è una società di analfabeti emotivi...e la nostra rischia di essere tale, se non punta sullo sviluppo dell'educazione e della famiglia come luoghi fondamentali per accogliere e legittimare le pulsioni e i sentimenti.. I bambini hanno bisogno di essere riconosciuti passo dopo passo, disegno dopo disegno, domanda dopo domanda, sia in famiglia che a scuola, se non si vuole che la loro vita diventi una farsa, come per molti di noi.

Buona lettura

La vita è dramma per chi sente, è farsa per chi pensa. (Horace Walpole)

DIALOGO SULL'AMORE CON ANNA MATTEI

Laureata in Scienze Politiche e in Pedagogia con indirizzo psicologico. Ha conseguito una formazione in pedagogia steineriana con il maestro tedesco Roland Link. Ha lavorato per circa 12 anni nell'ambito della pedagogia contribuendo alla nascita della scuola Waldorf di Firenze. Ha una formazione in Biografia, Astrosofia e Arte sociale acquisita frequentando il corso del professore Michel Joseph di Parigi.

DI ALIDA CAPPELLETTI

Cosa intende per amore?

L'AMORE rimane l'esperienza più magica e misteriosa dell'uomo. Quando amiamo siamo presenti, vivi e conosciamo. Quando siamo "innamorati" troviamo forze inaspettate, siamo capaci di fare cose straordinarie, usciamo dai limiti angusti delle nostre forme pensiero strutturate e consolidate per esplorare una terra vergine ricca di grandi possibilità, diventiamo individui eccezionali, unici, divini.
La parola Amore è un concetto debole perché non porta una definizione chiara e precisa. Si parla di "amor che muove il cielo e l'alte stelle" e usiamo lo stesso termine per indicare un'esperienza molto più fisica -fare l'amore- o addirittura si parla di amore mercenario. Sappiamo che filosofia viene dal greco filo -amore della sophia o conoscenza.

Un racconto di Raymond Carver, intitolato "Di cosa si parla quando parliamo d'amore" mette proprio in evidenza questa difficoltà di definizione insito nel concetto di amore. Infatti ognuno dei partecipanti al dibattitto porta una visione dell'amore legata all'esperienza che sta vivendo. Paradossalmente l'amore è un'esperienza di cui non abbiamo le parole e i concetti per descriverla, di fronte a questa esperienza "balbettiamo" e la mente non riesce a creare forme, è di colpo svuotata e annichilita. Il linguaggio diventa poetico e la percezione estatica. L'amore quale esperienza si può solo vivere e ci catapulta nel presente, fuori dalla dimensione lineare del tempo (Kronos che divora i suoi figli), in un tempo che si fa magico (Kairos il tempo

AMORE DOPO AMORE

Tempo verrà in cui, con esultanza,

saluterai te stesso arrivato

alla tua porta, nel tuo proprio specchio, e ognuno sorriderà al benvenuto dell'altro

e dirà: Siedi qui. Mangia.

Amerai di nuovo lo straniero che era il tuo Io. Offri vino. Offri pane. Rendi il cuore a se stesso, allo straniero che ti ha amato

per tutta la tua vita, che hai ignorato per un altro e che ti sa a memoria.Dallo scaffale tira giù le lettere d'amore,le fotografie, le note disperate,sbuccia via dallo specchio la tua immagine.

Siediti. È festa: la tua vita è in tavola.
(Derek Walcott)

circolare) diventando spazio.

I greci antichi avevano coniato tre diverse terminologie per parlare dell'Amore: Eros, Filia e Agape. Esse non sono in contraddizioni ma piuttosto conseguenti una all'altra come pioli di una scala che ascende.

Eros, concepito alla festa di Venere da Penia, la mancanza e la penuria, e da Poros l'espediente e l'abbondanza, è un essere intermedio che non appartiene né al cielo né alla terra e come tale è destinato a non trovare pace salendo e scendendo continuamente tra le due polarità che lo hanno concepito: Penia il terrestre limitato e frammentato sede dell'ignoranza di chi non sa e proprio perché non sa non cerca; Poros creatura del cielo, sede di chi sa e non cerca perché sa, simbolo di abbondanza e di infinite possibilità. La missione di Eros è di svegliare l'individuo alla ricerca, fargli assaporare la pienezza e l'infinito, la cui perdita diventa mancanza e anelito continuo a colmarla. Con Eros amo ancora me stesso proiettato nell'altro, che diventa specchio e iniziatore della mia vera essenza; da questa esperienza di risveglio interiore ha inizio il viaggio dell'Amore.

Philia, è un amore decantato dalla passione e dal desiderio simbiotico di fondersi con l'altro. E' un amore che si prende cura dell'altro, che costruisce un progetto o un inter-essere con l'altro il cui bene sta a cuore, ma che è altro da sé. Pensiamo all'amore filiale, all'amicizia., all'amore di coppia duraturo. In questo tipo d'amore è necessaria una certa dose di distacco e di rispetto della differenza che chiede un dimenticare sé stessi e affidarsi all'altro nel quale si ha fede. Questo tipo di amore rompe i confini dell'ego e diventa oblativo.

Agape: l'amore totalmente liberato da ogni forma di egoismo che supera e trascende le due parti dell'amore verso una totale identificazione con l'amore divino che è gratuito e disinteressato. I cristiani chiamavano Agape le prime esperienze comunitarie in cui l'amore incondizionato per i fratelli diventava la via per incarnare e potenziare la Presenza Divina. La Pentecoste è l'immagine di Agape come unione con il Divino.

San Paolo diventa portatore e testimone di questo amore-agape. Folgorato sulla via di Damasco dalla presenza eterica del Cristo, egli ha realizzato la sua umanità;di Sé dice: "Per me il vivere è Cristo" (Fil 1,21) "Non vivo più io, ma Cristo vive in me" (Gal 2,20). Egli è stato il primo uomo della nuova epoca (Nuovo testamento) che ha raggiunto la meta a cui tutta l'umanità aspira e tende.

Cosa intende Rudolf Steiner per amore come dono che non ha ritorno, e come lo si può vivere nella pratica?

L'amore è la "moneta" con cui si pagano i debiti del passato per questo è un dono che chiude il passato, ma non ha ritorno perché non crea conseguenze nel futuro. Paradossalmente più debiti karmici abbiamo accumulato maggiore capacità d'amore svilupperemo, questo spiega perché i santi che diventano espressione dell'amore disinteressato a 360 gradi, sono la manifestazione di un percorso evolutivo che parte da azione malvagie e termina nel sommo bene.

San Paolo era un guerriero della setta dei Farisei che perseguitava i cristiani, attraverso la visione del Cristo sulla via di Damasco è diventato il primo uomo portatore del Cristo e del suo messaggio rivoluzionario: l'Amore. La creazione ha avuto inizio dal dono di alte gerarchie che hanno sacrificato parte della loro sostanza spirituale, attraverso il sacrificio del Golgota un'altissima entità spirituale, il Cristo, si è unito all'evoluzione dell'umanità diventando la sorgente dell'amore nell'anima di ogni uomo.

La parola "sacrificio" è un altro concetto che richiede chiarimenti. Il sacrificio in senso classico porta con sé sempre un senso di costrizione e di non scelta, anche perché risente di migliaia di anni di sacrifici più o meno cruenti subiti da vittime sacrificali o capri espiatori. Tutte le antiche civiltà, l'antico Testamento lo testimonia, sono costellate da altari sacrificali e le vittime erano spesso uomini o bambini, più tardi animali. Il cambiamento arriva con il Vangelo, parola che dal greco significa Buona Novella,dove il sacrificio diventa un atto di amore libero e consapevole, un atto di amore gratuito. Sacrificare vuol dire rendere sacro, l'amore consapevole rende sacra la vita, la terra e l'umanità. Crea una sostanza che genera una trasformazione, ma quella sostanza proprio perché è donata non è più mia, ma è a disposizione dell'altro, di un'idea, di una situazione.

Una persona che sceglie di agire nell'amore e con amore è una persona libera. Per questo l'amore è un atto rivoluzionario che va contro l'idea e il fondamento materialista di questo mondo. Molti uomini liberi diventano oggetto di persecuzione da parte del mondo. Infatti attraverso l'amore "viviamo nel mondo, ma non siamo del mondo". (Gv, 17, 14)

Ogni atto d'amore, piccolo e grande, fa maturare e crescere l'impulso Cristico nel mondo.

Anche Jung (che di sicuro non apparteneva ad una confessione religiosa) sosteneva che in questa epoca il rappresentante del Sé, vero nucleo centrale dell'individuo, fosse il Cristo.

Portare questo amore così grande nella pratica quotidiana della vita potrebbe sembrare difficile! In realtà abbiamo tre piani che si intersecano e che si fondono nell'amore: l'amore di Dio, l'amore di me stesso e del prossimo. Queste tre dimensioni si intrecciano in un luogo segreto, il Regno interiore di cui parla il Vangelo.

Possiamo coltivare la comunione più intima tra Cristo e l'uomo: "Se uno mi ama, osserverà la mia parola e il Padre mio lo amerà, e noi verremo a lui e prenderemo dimora presso di lui". (Gv.14,23). Questo luogo segreto è il nostro cuore. Ma per ricevere il divino dentro di noi dobbiamo prenderci cura del nostro Regno: ognuno porta impresse nel proprio cuore le ferite della vita, di una cattiva educazione, l'indurimento delle difficoltà e delle delusioni. Si dice avere il cuore spezzato.

Il cuore deve essere coltivato come un giardino, per farlo dobbiamo imparare a conoscere noi stessi e ad amarci. La conoscenza nasce dal porsi delle domande: Chi sono Io? Cosa voglio? Perché mi capita questo? La via della rinascita comincia dal liberare il campo dal peso del dolore, della rabbia e del risentimento che ci ancora al passato, la via maestra è proprio quella

del perdono (per-dono), sublime esempio di amore disinteressato e di riconciliazione con la nostra storia personale e accettazione-cancellazione del karma.

L'individuo ha un valore assoluto, insostituibile e irriducibile, ma da solo non sarebbe nulla. Ognuno cresce, matura e costruisce se stesso attraverso la condivisione con gli altri, sono le relazioni sottili che s'intessono continuamente con gli altri che risvegliano la nostra essenza e ci orientano nel viaggio della vita. Sono gli altri gli scultori, se pur inconsapevoli,del mio Io.

L'amore si può vivere solo nel momento presente. Quindi percorrere la via maestra del cuore significa comprendere che il luogo, il tempo o la persona più importante della mia vita sono nel presente: quello che sto vivendo adesso, il luogo in cui mi trovo, la persona che ho davanti a me e con la quale sto interagendo ora.

Ci sono degli aspetti che possono guidarmi nella comprensione della mia capacità d'amare, tra questi uno è la paura: se ho paura non sono nell'amore, l'altro è il giudizio: se sono critico verso le persone e le situazioni non sono nell'amore.

In ognuno di noi 'è il maschile e il femminile-Come questi aspetti possono influenzare la relazione affettiva?

Nel Simposio Platone ci introduce nel tema dell'Androgino che nella sua completezza era potente e minacciava il divino per questo Zeus lo divide in due parti, una maschile e una femminile, e l'essere umano così smembrato è spinto alla ricerca della parte che lo completa che è la sua anima gemella. Secondo Platone ci innamoriamo perché ci manca un pezzo, l'altro colma il vuoto e ci fa acquisire parti nuove di noi fino a quando diventiamo uomini interi. Nella Genesi, la Bibbia, ci parla di Adamo che si sentiva solo e quando cade addormentato Dio gli toglie una costola da cui plasma Eva. Questi eventi mitici preannunciano e sono il presupposto della caduta dell'umanità fuori dalla visione diretta del divino e della frammentazione che ne deriva. Queste immagini potenti della storia evolutiva dell'umanità ci narrano dell'epoca oscura (racchiusa nel simbolo della cacciata di Adamo ed Eva dal Paradiso terrestre). Nel 3101 a.C. inizia un periodo detto Kali-yuga o epoca oscura dove la presenza vivente del Padre creatore si ritira dal Creato lasciando solo un vuoto che è il preludio necessario alla libertà dell'uomo e all'esercizio dell'amore. Questa epoca è terminata nel 1899 D.C (durata complessiva 5000 anni)quando le più importante scuole spirituali (tra cui anche l'Antroposofia) sono fiorite e l'arte è esplosa in una miriade di colori e di forme espressive nuove. La fine del Kali-yuga ha significatola possibilità per l'umanità di sollevare il velo di Maja e ritrovare la parte spirituale che vive dietro a tutte le cose create. L'origine dell'epoca oscura è stata accompagnata dal dominio del maschile nelle forme di un patriarcato che di epoca in epoca si è manifestato in strutture diverse, ma uguali nella sostanza. il peccato originale, attribuito ad Eva, segna la caduta della terra (la terra madre come parte femminile del divino).Da allora il femminile è stato posto dietro al velo, non a caso nelle tradizioni antiche la donna portava un velo (ancora oggi nella tradizione islamica), la fine del kali-yuga ha segnato il lento ma graduale risveglio del femminile nell'umanità. Il femminile ha un'affinità con tutto ciò che non si manifesta ma che attraverso il cerchio magico dell'amore può essere di nuovo riconosciuto e integrato.

Le donne facevano parte della tradizione sacra, l'antico Testamento è pieno di figure eroiche ma votate al sacrificio per la comunità, così come le sante del medioevo - Giovanna d'Arco, Santa Chiara, Santa Caterina -che scelgono il velo per servire la comunità degli uomini, operano per il bene senza prendersi i meriti(ad es. Santa Caterina da Siena fu la principale artefice del ritorno del papa da Avignone a Roma, ma non fu presente a Roma quando questo avvenne). In realtà lo spirito è neutro non ha sesso. Secondo una tradizione consolidata alterniamo, salvo particolari necessità, una vita da uomo con una vita da donna. Nell'incarnazione maschile ci focalizziamo più sul raggiungimento di obbiettivi specifici e sul rafforzamento del proprio io, l'archetipo è quello dell'arciere che è focalizzato su un bersaglio. Nell'incarnazione femminile raffiniamo la sensibilità e siamo più orientati verso l'anima e la contemplazione, il gesto archetipico è nutrire, il compito di formare una comunità donando e distribuendo a tutti parti di noi.

Nella formazione del feto la scelta della sessualità inizia dalla VII settimana, la polarità che la corporeità scarta diventa l'impronta del corpo eterico o corpo della vitache circonda il corpo fisico. Quindi se siamo donne il nostro corpo eterico è maschile e se siamo uomini il nostro corpo eterico è femminile. In termini semplificati potremo dire che la polarità che si ritira dal piano fisico diventa l'ambito della nostra coscienza e del nostro pensiero.

Francesco Hayez, ultimo bacio tra Giulietta e Romeo

Nell'epoca patriarcale fino alla rivoluzione francese l'amore era considerato un incidente di percorso, qualcosa che doveva essere sacrificato in funzione dell'ordine sociale, politico e religioso. Tutte le più grandi storie di amore del passato, da Giacobbe e Rachele, Sansone e Dalida, Tristano e Isotta, Abelardo ed Eloisa, Giulietta e Romeo, Dante e Beatrice tanto per citare le più celebri, sono sempre accompagnate dal sacrificio e quindi fondate sulla mancanza e l'assenza. Già Platone aveva celebrato l'amore platonico, come risveglio della mancanza, come mezzo per attivare la nostalgia di uno stato primordiale originario di perfezione a cui l'anima ricorda di appartenere a cui attraverso l'esperienza risvegliante dell'amore vuole fare ritorno.

La libertà di fondare la propria vita sull'amore anche attraverso la coppia è un'acquisizione molto moderna, nel passato era un'opportunità che si arrogavano le persone escluse dagli schemi sociali dominanti (monaci, prostitute, libertini, artisti) oppure l'amore faceva parte di una vita segreta e parallela rispetto a quella ufficiale che doveva rimanere sempre nascosta ed essere sacrificabile.

All'inizio del terzo millennio, dopo aver rivoluzionato e messo in crisi tutte le istituzioni compresa quella del matrimonio e della famiglia fondate sul dovere, sulla sottomissione della donna all'uomo, l'umanità sta cercando un nuovo modello di coppia fondato sulla libertà, l'uguaglianza e il rispetto.

La ricerca di questo nuova forma di amore duraturo accompagna ed è parte integrante della ricerca di un paradigma fondato su nuove forme di pensiero provenienti dal risveglio della parte femminile dell'umanità portatrice dei principi di empatia, solidarietà, integrazione e sintesi rispetto al vecchio e ancora dominante modello di pensiero maschile fondato sul giudizio, sull'analisi, sulla divisione (o questo o quello) e l'esclusione. E' stato il femminile a causare la caduta e sarà ancora il femminile a ritrovare la via verso lo spirito e verso la spiritualizzazione della terra.

L'amore cosciente o amore duraturo sarà fondato su due persone che stanno cercando e consolidando il proprio equilibrio interiore e la propria specificità di individui; non potrà essere più fondato sulla dipendenza o il dominio di un membro della coppia sull'altro. L'altro è il nostro compagno di viaggio, la persona con cui ci sentiamo sempre a casa, il testimone del nostro cammino così come noi lo siamo del suo.

Questo nuovo modello di coppia è fondato sulla presenza e il senso di responsabilità; può infatti funzionare solo attraverso una viva e continua auto-educazione di ciascuno, io mi faccio carico di quello che non mi piace di te perché so che fa da specchio a qualcosa che non voglio vedere di me e viceversa. Ma la cosa più rivoluzionaria è che per millenni il viaggio dell'amore è stato spinto in avanti dalla mancanza e dall'assenza e quindi dal dolore; d'ora in avanti potrà solo costruirsi sulla presenza, la stima, la fede nell'altro. In altri termini un amore vissuto e calato nel quotidiano. Un'amore che si fa carne e sangue, che diventa il pane della terra.

La sfida è quella di fondare l'amore sulla differenza e di superare il proprio individualismo; sappiamo che la prima fase dell'amore, l'innamoramento,nasce dall'idealizzazione dell'altro che diventa nel mio immaginario unico, impareggiabile, eccezionale. IL DUE DIVENTA UNO, ma solo sul piano ideale, questa fase bellissima dell'amore, quella celebrata da poesie e canzoni, dura al massimo tre anni, come ha descritto molto bene il francese Frederic Beigbreder, nel romanzo "L'amore dura tre anni". Dopo questa fase l'amore chiede ai partners una metamorfosi profonda, ritornare ad essere DA UNO A DUE, ma nella propria realtà fatta di luce e ombra. Proprio perché l'altro da divino diventa umano ho la possibilità di incontrarlo nella sua verità e autenticità, questa fase che passa dalla propria ombra e dall'ombra altrui può avere una gestazione molto dolorosa e spesso la relazione viene "abortita". Le persone si lasciano e rinunciano ad incarnare l'amore.

Questa fase comporta un superamento del proprio egoismo e la trasformazione dell'altro da oggetto del mio amore e complemento della mia mancanza a soggetto diverso da me liberato dalla proiezione idealizzata; l'altro diventa un tu che può avere opinioni, visioni, sensazioni polari alle mie con cui entro in un confronto dialettico. Nel rispetto e nella conoscenza della diversità del partner di nuovo gli faccio spazio nel mio cuore, lo faccio entrare nell'intimità della miaanima, sacrificando il mio ego: riconosco la sua diversità e la libertà che questa comporta. L'amore duraturo ha come legge paradossale riconoscere consapevolmente il tu come parte di me e nello stesso tempo come altro da me. IO E TU SIAMO NOI. Questo amore, come tutte le forme d'amore, non può essere preteso o dovuto; è quindi sempre e per sempre soggetto a cadere e a finire. La sua durata richiede un senso di responsabilità a sostenere il partner "nella buona e nella cattiva sorte",richiede un impegno che va sempre rinnovato e nutrito. Di fronte alle prove della vitadevo continuamente rinnovare la scelta dell'altro come parte di me.

Questo meraviglioso processo interiore necessario per incarnare l'amore cosciente crea e libera potenti forze spirituali che diventano nutrimento e arricchimento per sfere sociali sempre più ampie: figli, amici, iniziative sociali.

"Questo è il paradosso dell'amore fra l'uomo e la donna: due infiniti si incontrano con due limiti; due bisogni infiniti di essere amati si incontrano con due fragili e limitate capacità di amare. E solo nell'orizzonte di un amore più grande non si consumano nella pretesa e non si rassegnano, ma camminano insieme verso una pienezza della quale l'altro è segno."

Lo Russo, Be mine

Ron Hicks, stolen kiss

QUANDO L'AMORE INCONTRA IL DOLORE

La ricerca dell'amore a volte trascina verso gli abissi. Il bisogno d'amore a volte acceca al punto da permettere l'inimmaginabile. L'amore vero, però, è solo quello buono, quello che non toglie ma concede e arricchisce. Bisogna imparare a riconoscerlo presto, per non finire di cercarlo dove non c'è.

Edward Munch, Consolation, 1894

Elsa Maggiali

Lettera da una ragazza.
Ti racconto una cosa speciale, però non devi tradirmi, promettimelo.

Ho 14 anni e sono una ragazza normale, vado a scuola, ho amici, faccio sport, vivo in un paese di provincia abbastanza grande da sentirmi in una città. La mia famiglia è costituita da due padri, uno che non si è mai più fatto vivo, un altro che ha sposato mia mamma. Ho una sorella e un fratello più piccoli di me, figli del secondo padre. Mia mamma ha un problema di salute e ogni tanto si ricovera in ospedale per ricevere le cure necessarie; niente di così grave, ma deve farlo. Con mio padre ho un rapporto difficile, non ci capiamo, anzi, non mi capisce. Sembra che qualsiasi cosa io faccia non vada bene, solo i bei voti che prendo a scuola sembrano ammansirlo. Forse mi odia perché non sono sua figlia? Con i miei fratelli non

è così, anche loro lo notano ma forse gli piace, non so. Mia zia dice che non posso cambiare nulla, gli adulti non si cambiano, al limite si lasciano. Io cercherò di studiare e di andare via il prima possibile, ma ci vuole ancora molto tempo, sono solo al primo anno di liceo. Ieri mia madre è tornata in ospedale per una settimana. I miei fratelli piccoli sono andati dai nonni e io sono rimasta a casa con lui. Ho notato che diventa gentile quando siamo soli, forse gli manca mamma, forse gli è più facile fare da padre quando non ci sono gli altri figli. Ho 14 anni e sono una ragazza normale, forse anche carina. Ieri pomeriggio mi ha chiesto cosa volessi per cena, voleva cucinare lui qualcosa di mio gradimento. Va bene, mi sembra una bella idea. Sei contenta se preparo le polpettine? Penso che sono contenta di tanta attenzione, polpettine o formaggio poco cambia … Poi mi si avvicina e mi abbraccia. Che strano, non lo fa mai, neanche quando un bell'abbraccio ci starebbe proprio bene. Poi mi dice che sto crescendo e sto diventando una bella ragazza … chissà quanti ragazzini ti girano intorno! Beh, qualcuno c'è, ma non quello che mi piace. Lo penso ma non glielo dico. Poi mi stringe forte. Il suo corpo è grande e caldo, penso a mia mamma quando si abbracciano da soli e comincio a chiedermi che cosa stia succedendo. Non sono abituata, mi sento a disagio anche se, in verità, mi piace tutto questo amore. Poi avvicina le labbra e mi bacia come fanno i fidanzati, con la lingua. Un po' mi ritraggo, ma poi cedo. Cedo al bacio degli amanti, quello dei film, in cui le persone si amano. Si sposta verso la camera da letto e mi trascina sul letto mentre continua ad abbracciarmi. Mi lascio guidare da lui e mi sdraio sul suo corpo, mentre mi accarezza e mi bacia. Poi dentro di me sale una forte paura, immensa, un dolore spaventoso, cosa sto facendo? Il tempo si è fermato. Sono una ragazza che sta baciando suo padre. Mi sento sudicia e nello stesso tempo lusingata di essere stata oggetto di tante attenzioni che credevo riservate solo all'amore. Ma lo è anche questo? Mi divincolo con tutte le forze che ho, il cuore batte forte. Sento che dice: dove vai? Aspetta … Non andare via. Ma io prendo la prima cosa che trovo, me la butto addosso perché è inverno e fa freddo, e scappo a perdifiato per le scale. Mi sento confusa. Credo e temo di aver perso tutto; l'amore di mia madre, la mia casa, me stessa. Dopo molte ore ritrovo il coraggio di rientrare. Non so cosa aspettarmi ma mi chiuderò a chiave nella mia camera questa notte, questo è certo. Mi sembra di tornare sulla scena di un delitto; quella casa è un'altra casa ormai, niente sembra essere più come prima. Invece è lui che esce e mi lascia le polpettine nel piatto sulla tavola apparecchiata. Ho solo 14 anni ma ora mi sento adulta, e proprio per questo proverò a tornare ad essere una ragazza normale.

SERVIZIO DI
MEDIAZIONE FAMILIARE

Il Centro di Mediazione e Formazione alla Mediazione
"inMEDIAsREs"
si trova in strada Vallazza 6 , Parma
presso la sede dell'Associazione Culturale
COINETICA

Per info e appuntamenti
info@mediazioneparma.it
tel 349.5861834

COINETICA
www.mediazioneparma.it
CENTRO STUDI

Errata Corrige - La redazione pubblica di nuovo l'intervista al direttore di Ricrea Acciaio - ottobre 2017 - Ci scusiamo per l'errore di impaginazione .

RICREA
CONSORZIO NAZIONALE RICICLO E RECUPERO IMBALLAGGI ACCIAIO

RICREA è il Consorzio nazionale del riciclo e recupero degli imballaggi in acciaio, un materiale meno in mostra di carta, plastica e vetro, ma comunque molto presente nella vita degli italiani di tutti i giorni; basti pensare all'alimentare, con i barattoli in acciaio (pelati, conserve, frutta), le scatolette (carne, tonno o cibo animali), i coperchi (marmellata), i tappi corona (per bibite, birra o acqua minerale), le bombolette e poi i fustini e secchielli (per vernici, pitture e smalti), quando decidiamo di imbiancare casa.

A RICREA, uno dei sei consorzi di filiera che compongono il CONAI (Consorzio Nazionale Imballaggi),aderiscono i produttori della materia prima e dei contenitori d'acciaio (in tutto 263 aziende in Italia) e il Consorzio si occupa sia degli imballaggi provenienti dalla raccolta differenziata fatta nelle nostre case (superficie pubblica), quanto dalla raccolta derivante dall'utilizzo industriale.

DIALOGO CON FEDERICO FUSARI

Direttore Consorzio Ricrea Acciaio

ACCIAIO E CREATIVITA'

La redazione di Familiarmente dedica a RICREA uno spazio per sostenere la diffusione di una **cultura etica** della **ecosostenibilità** attraverso il riciclo dell'acciaio e la creazione di nuovi materiali.

DI
ALIDA CAPPELLETTI

Quali sono gli errori più comuni che il cittadino ancora fa nella raccolta differenziata degli imballaggi ferrosi come l'acciaio?

C'è da dire che ogni cambio di modalità di raccolta genera un periodo di incertezza, e soprattutto nelle persone di una certa età, che con fatica si sono abituate a conferire lattine e vetro insieme, se improvvisamente ricevono nuove istruzioni dal loro Comune in base alle quali le diverse tipologie di imballaggio sono raccolte in maniera diversa rispetto al passato,non riescono ad adattarsi immediatamente

con conseguenti errori di conferimento. La consapevolezza ambientale è molto aumentata negli ultimi anni, grazie agli sforzi intrapresi dalle amministrazioni locali, dai gestori della raccolta e dal sistema CONAI/Consorzi che ha assicurato il ritiro di tutti i rifiuti di imballaggio. Come RICREA siamo convinti che una standardizzazione su scala nazionale della tipologia e dei colori dei contenitori per i diversi rifiuti di imballaggio aiuterebbe molto.

Quali sono i progetti o i miglioramenti principali ai quali sta lavorando il Consorzio RICREA?

Come in altri settori, anche la raccolta dei rifiuti di imballaggio in Italia presenta situazioni molto diverse da una regione all'altra, con differenze nelle percentuali della raccolta differenziate: come RICREA, stiamo lavorando per equilibrare queste situazioni. Inoltre ci interessa perseguire un obiettivo che spazi dalla raccolta all'avvenuto riciclo in un percorso che potremmo definire "dalla culla alla culla".

Familiarmente è una rivista delle famiglie per le famiglie e pensa la famiglia non come un'istituzione rigidamente definita ma alla continua ricerca di un'organizzazione funzionale alle crescita umana; in questo concetto riusciamo a trovare una connessione con il vostro consorzio Ricrea:la relazione tra i due diversi aspetti dell'acciaio, quello della

rigidità e quello invece della creatività, della ricerca creativa di una riorganizzazione ambientale attraverso il riciclo dell'acciaio. Come pensate di riuscire a trasmettere al cittadino l'idea di creatività che sta alla base della politica del riciclo dell'acciaio?

L'acciaio è un materiale permanente che può essere riciclato al 100% all'infinito, senza mai perdere le caratteristiche che gli sono proprie: in altre parole, indipendentemente dal numero di volte che un barattolo viene riciclato, il riprodotto che ne deriva non presenta degradi qualitativi. Questo è un concetto che definirei di ri-creatività del materiale che, attraverso la nostra attività di comunicazione rivolta alle famiglie e ai bambini in particolare, desideriamo trasmettere con l'obiettivo di renderli consapevoli che la raccolta differenziata degli imballaggi in acciaio ed il loro avvio al riciclo per ottenere nuovi prodotti, rappresentano un risparmio importante di materia prima e di emissioni climalteranti.

Nella attuale società in cui i principi di economia circolare e sostenibilità ambientale si stanno sempre più diffondendo, è importante comprendere che ognuno dei nostri gesti quotidiani, anche quelli più semplici, può contribuire allo sviluppo di questa consapevolezza e ad agire coerentemente.

AMORE : BALLO LENTO E SILENZIOSO

DI SILVIA VESCOVI

PUÒ CAPITARE CHE LE EMOZIONI A VOLTE CI TRAVOLGANO CON UN'INTENSITÀ TALE DA RENDERE DIFFICILE SCIOGLIERE IL LORO GROVIGLIO, DISCERNERE TRA I SENTIMENTI CHE PROVOCANO E CHE CONTINUANO A MANDARE LA LORO ECO ANCHE A MOLTI ANNI DI DISTANZA DALLA CAUSA SCATENANTE

Lo Russo, Close to you

Talvolta l'Amore danza con il Dolore. A volte è un ballo lento, silenzioso e senza fine ed è difficile coglierne la dolcezza. Altre volte è un ballo in maschera dove non sai distinguere l'uno dall'altro e diventa un vortice frenetico di colori scuri cangianti.

Lo sa bene Maria, mia moglie da 40 anni. Oggi è il nostro anniversario di matrimonio. L'ho detto ad un'infermiera, la prima che ho visto quando ho aperto gli occhi questa mattina. Credo abbia capito perché le si sono illuminati gli occhi e mi ha sorriso, stringendomi un braccio. In quell'istante ho pensato a mia moglie a 20 anni: capelli neri neri, minuta, timida e sempre sorridente. La vita ci ha cambiato profondamente nel bene e nel male, soprattutto in questi ultimi anni. Ma tutto quello che abbiamo provato e vissuto, rabbia, angoscia, disperazione, rassegnazione, accettazione, di certo lo abbiamo provato entrambi seppur in momenti diversi; spesso insieme oppure ognuno nella propria solitudine, ma sempre vicini. E tu, Maria, in questi anni ci sei sempre stata. E credo che in fondo tu mi abbia sempre capito. Anche quando mi arrabbiavo perché volevi fare tutto al mio posto. Lo facevi perché spinta dall'ansia e dall'amore insieme ma questo mi addolorava perché mi poneva di fronte al mio destino e a quanto la vita mi avrebbe fatto sperimentare.

All'inizio io bramavo di sapere tutto dai medici, il mio futuro, i miei sintomi, il mio sentire, tu invece eri bloccata. Ma ti capivo profondamente: avevi paura, quanto me.

Guardo spesso verso la porta perché sento voci, passi, rumori e vedo passare persone diverse. E tutto mi riporta a ricordi e immagini e crea pensieri, idee, riflessioni. Quanto ci piaceva ballare.

All'improvviso vedo sbucare dalla porta il volto tenero e imbarazzato del mio Marco, seguito da mia figlia. Che sorpresa meravigliosa. Profumano di fresco e hanno il viso e le mani fredde. Lucia mi dice che sono di passaggio e che oggi il più piccolo non va a scuola perché ha una visita e ricorda che oggi sono 40 anni che io e la mamma siamo sposati. Posa sul mio comodino una fotografia in-

corniciata in mezzo alle altre che raffigurano i nostri nipoti: siamo io e Maria in riva al mare. Ed è un tuffo al cuore. Ricordo quella giornata, abbiamo camminato lungo la spiaggia e poi ha iniziato a piovere forte. Mi pare di sentire il profumo del mare, la consistenza della sabbia umida e le risate di mia moglie.

Guardandomi indietro, in ogni evento lieto, in ogni momento importante, difficile o doloroso tu, Maria, ci sei sempre stata. E sei sempre stata al mio fianco, come in questa fotografia.

Vorrei poter scrivere questi pensieri confusi per poterli ordinare e farne una lettera d'amore per il nostro anniversario. La malattia mi ha tolto il fare, l'agire ma non il sentire, il ricordare, l'amare.

Talvolta l'Amore danza con il Dolore, proprio come facciamo noi, da tanti anni.

Tu al mio fianco sulla sabbia, sei sabbia,
tu canti e sei canto.
Il mondo è oggi la mia anima canto e sabbia,
il mondo oggi è la tua bocca,
lasciatemi sulla tua bocca e sulla sabbia essere felice,
essere felice perché sì, perché respiro e perché respiri,
essere felice perché tocco il tuo ginocchio ed è come se toccassi
la pelle azzurra del cielo e la sua freschezza.
Oggi lasciate che sia felice, io e basta, con o senza tutti,
essere felice con l'erba e la sabbia essere felice con l'aria e la terra,
essere felice con te, con la tua bocca, essere felice.

Pablo Neruda

Chez le père, Lathouille, 1879 Manet

SONO L'AMORE DEGLI ALTRI

NESSUNA PAROLA CI TOCCA IL CUORE, QUANTO L'ESPERIEZA DELLA CONDIVISIONE DELLO STESSO DESTINO CON GLI ALTRI ESSERI UMANI. E' LÌ CHE IL DOLORE SI SCIOGLIE E DIVIENE

COMPASSIONE.

DI FRANCESCA MARTINO

Osservo. Trasformo il dolore in compassione. Il dolore del mondo è tutto in questo reparto di pediatria oncologica che i miei piedi percorrono lenti. Nessuno, qui, è unico. Siamo tutti uguali, livellati dall'esperienza della malattia: i pazienti, i genitori, i fratelli e gli amici. Tutti uguali, sotto il peso del dolore del mondo. Non posso fare a meno di ripensare ad una famosa parabola che riguarda la vita del Budda Shakyamuni. Racconta che un giorno, mentre si trovava a Shravasti, incontrò una madre a cui era morto l'amato figlioletto. La donna vagava confusa per la città col cadavere del figlio in braccio, piangendo e chiedendo aiuto a tutti coloro che incontrava.

Si recò anche dal Budda, supplicandolo di aiutarla, di darle una medicina che riuscisse a far tornare in vita suo figlio. Era sconvolta e il suo stato non le avrebbe permesso la comprensione profonda di qualche insegnamento. Troppo grande il dolore per essere lenito dalle parole. Anche da quelle sagge del Budda.

Shakyamuni comprese la sua sofferenza e le promise che avrebbe preparato una pozione, ma che gli servivano semi di papavero.

Le chiese quindi di recarsi in città e di bussare ad ogni porta, presso ogni famiglia, per cercarli. C'era una condizione, però, perché i semi funzionassero: la donna avrebbe dovuto ottenerli da una famiglia nella quale non ci fossero stati lutti. Così si precipitò in città e bussò ad ogni porta. Benché alcune famiglie possedessero semi di papavero, tuttavia non ne trovò nessuna che non avesse avuto morti in casa. Così la donna, piano piano, giunse alla consapevolezza che non esistono famiglie risparmiate dalla morte e che in ognuna di esse si sperimentava la tristezza di aver perduto una persona amata. Comprese così che la vita è impermanente e che lei non era sola a soffrire il dolore della perdita. Nessuna parola consolatoria avrebbe potuto toccarle il cuore come l'esperienza diretta della condivisione, come il prendere atto che gli esseri viventi sono uniti dallo stesso destino che, prima o poi, conduce alla morte. Il suo dolore divenne compassione e si sciolse.Così accade anche a me, quando i miei passi percorrono lenti i corridoi del reparto di pediatria oncologica e il mio dolore personale si scioglie come un granello di sale nel mare universale. Quando sono lì, mi fondo con le altre madri, sono le altre madri; e sono padre, zia, figlio, sorella, amico, sono l'Universo intero e respiro col ritmo della Natura, sono io stessa Natura. Il mio cuore si espande, comprende gli altri, tutti gli altri: quelli che soffrono oggi e anche coloro che la sofferenza devono ancora incontrarla, la gente vicina che mi somiglia - nell'aspetto e nel dolore - e quella lontana con cui condivido questa terra, questa epoca, questa natura umana.

L'esperienza del dolore è universale. Rendersi conto che condividiamo con l'umanità le stesse sofferenze legate a malattia e morte, può renderci maggiormente consapevoli di quale sia il loro senso e aiutarci a

sopportarle meglio

Edward Munch, the sick child 1907

André Kohn

ESSERE PRESENTI NELLE RELAZIONI

DI ANNA MARIENI

IL PASSATO È PASSATO

IL FUTURO NON È ANCORA QUI
VOI POTETE ESSERE PRESENTI IN QUESTO MOMENTO,
CIÒ CHE FATE ORA CONTRIBUIRÀ
A CREARE IL VOSTRO FUTURO.

SHAKYAMUNI

Edward Hopper, Chop Suey 1929

Essere consapevole aveva sempre significato, per me, essere cosciente, approfondire con coscienza ciò che accade, essere attenti alle circostanze, tuttavia mi ero anche sempre chiesta di cosa si trattasse in realtà, perché ero certa che qualcosa mi sfuggisse.

Negli ultimi anni, ormai nella fase più matura della vita, , ho cercato di approfondire il concetto della consapevolezza , e le relazioni si sono rivelate un buon campo di pratica. Tutte le relazioni in modo indistinto, da quelle familiari a quelle con i colleghi, piuttosto che con gli amici, i figli e i genitori.

Mi pare oggi che essere consapevoli sia sinonimo di essere presenti nel qui e ora. In poche parole cercare di non farsi intrappolare dalle illusioni che i nostri pensieri possono creare, non rimanendo avvinghiati a ciò che è accaduto nel passato, e neppure a ciò che accadrà nel futuro, ma stare in presenza con quello che c'è. Tuttavia la domanda che sorge spontanea è : ma se quello che c'è non piace?

Luogo di lavoro. Una delle solite mattine, in cui essere al lavoro significa ritrovare la persona con la quale andare d'accordo risulta molto difficile, una perfettina, una che fa bene solo lei, che ha sempre ragione e chi più ne ha più ne metta. Io e lei proprio non ci capiamo, lei per me è un'estranea, una persona che non potrà mai cambiare. Eppure ci devo lavorare fianco a fianco e anche fare progetti insieme.

Proprio perché sto cercando di sperimentare cosa possa significare essere in presenza nella vita quotidiana, cerco di interpretare questo contesto. Sono stanca di andare al lavoro senza gioia, di essere in un luogo privo di affettività, di solidarietà e allegria.

Essere presente a quella relazione, accettarla così come si presenta, è una sofferenza. Posso farmela scivo-

lare, ma ci vuole davvero un santo per riuscire a reggere quella persona, irriverente, puntigliosa allo sfinimento e pure antipatica.
Difficile continuare così. Ma il mio lavoro mi piace e non può essere l'avversione verso una persona a bloccarmi. È necessaria una svolta. Una virata a 360 gradi.
Da dove posso partire? Vedere la cosa da un altro punto di vista, essere in presenza con quello che accade dentro di me, con ciò che questa persona fa risuonare nel mio cuore.
Cambiare dentro, essere presente a me stessa, essere consapevole significa anche vedere ciò che in me non è accogliente, come non lo è la persona con cui ho a che fare in questo momento. Sono come folgorata quando mi viene in mente la qualità necessaria: è la gentilezza, ecco ciò che non riesco ad usare con lei.
Inizio cosi' a concentrarmi sulla gentilezza; su quella forma gentile del cuore che esce solo quando si è connessi davvero e profondamente con il mondo interno. Vado al lavoro con altre intenzioni, inizio ad agire azioni gentili verso di lei. Le porto il caffè, le chiedo come ha passato il fine settimana e così via.
Mi sento meglio, la collera che avevo percepito prima, si sta sciogliendo, e il lasciare andare non significa più essere disinteressata nei confronti della collega per evitare di andare al lavoro malvolentieri, ma comprendo che è un percorso mio che porta gradualmente a cambiare il mio atteggiamento per andare oltre quel muro che si era creato tra noi. La cosa sorprendente è che il muro che avevo costruito dentro di me e posto tra me e lei sparisce piano piano.
Fin qui nessun miracolo, ma solo l'intervento di una semplice legge universale : il lasciare andare, il porsi nella condizione di guardare dentro al proprio atteggiamento e partire da lì può effettivamente fare la differenza. La vita risponde , quasi accidentalmente, ma alla fine è una causa costruttiva posta al servizio dell'esistenza, della compassione e del desiderio di dare un senso, un valore alla propria vita.
La mia collega gradualmente si racconta. Ecco l'effetto di un mio cambiamento, la gentilezza che ho tanto cercato dentro di me è diventata la chiave di svolta di una relazione bloccata.
"Quindi", come afferma Pema Chodron, monaca buddista americana: "Iniziamo semplicemente a guardarci nel cuore e nella mente ..... è ovvio che la gente ha bisogno di aiuto e che non vi è modo di fare del bene agli altri se non iniziando da noi stessi".

Quando il nostro ambiente ci appare ostile o sgradevole, cambiare qualcosa di noi, del nostro atteggiamento nei confronti degli altri o della vita – con fatica e sofferenza a volte – può provocare effetti che appaiono talora miracolosi

Alternanza: le proposte di Forum

Il CSV e l'alternanza scuola lavoro: il volontariato come luogo delle competenze trasversali

- Essere giovane e non essere rivoluzionario è una contraddizione perfino biologica. (Salvador Allende)

Forum solidarietà ha formulato diverse proposte (individuali o per le classi) che coinvolgono gli studenti nelle problematiche del territorio e nell'impegno sociale; un processo di conoscenza che coniuga teoria e prassi e si concretizza nella partecipazione al mondo del volontariato organizzato.

Si desidera trasmettere ai giovani un'esortazione al cambiamento sociale; quel cambiamento che l'agire volontario persegue incessantemente nel suo fare quotidiano. Un agire che pone attenzione al bene comune e che contrasta il sentire dilagante più individualista. Proprio in questo risiede il carattere "rivoluzionario" del volontariato.Gli educatori e le ricerche ci parlano di giovani sfiduciati, che non sentono di poter "cambiare il mondo". Ecco le proposte per l'anno scolastico 2017-2018. Redazione: **informa@forumsolidarieta.it**

Ron Hicks, stolen kiss

AMORE NEGLI OCCHI DELL'ALTRO

DI CHIARA RAINIERI

OGNI CULTURA E TRADIZIONE COMPRENDE L'IMPORTANZA DI GUARDARCI A VICENDA CON AMORE

Quando entro nella stanza i miei occhi incrociano quelli di Maina. Accanto a lei la culla, dove la piccola Mati dorme. Lo sguardo della donna fissa la piccola creatura. "Non sono capace! In Senegal faceva tutto mia mamma. Io allattavo e basta.". Ricorda così la sua prima gravidanza. Entra l'infermiera insieme all'ostetrica; chiedono di potermi parlare. Esprimono forte preoccupazione perché la donna non mangia nulla e non vuole attaccare al seno la bambina.; inoltre dicono che non prenda mai in braccio la figlia. "Forse ha una depressione post-partum.". Quando rientro nella stanza Maimuna mi chiede di prendere una bottiglietta nel comodino. Quando lo apro un profumo fortissimo invade la stanza: è la zuppa che le ha portato l'amica senegalese, insieme alla bottiglia contenente un liquido che aiuta la puerpera a pulire il corpo materno. "Chiudi subito: non vogliono che mangio le mie cose!"Maimuna aspetta la notte per mangiare la zuppa che in Senegal viene preparata alle neo-mamme per favorire la produzione di latte. Il giorno seguente attacca la bambina al seno, mostrando felice il liquido biancastro arrivato grazie alla zuppa. Accoglie con piacere i consigli dell'ostetrica e quella strana macchina chiamata tiralatte.Le porgo un sacchetto. È gioiosa."Dove li hai trovati? Sono questi che cercavo!"Maimuna infila le conchiglie con un filo e le pone sotto al cuscino della bambina. Nella cultura tradizionale sono utilizzati per allontanare il malocchio. Solo dopo aver conversato con una conoscente senegalese ho compreso le credenze sull'occhio invidioso verso i neonati e le mamme in gravidanza; ora riesco a collocare in una cornice di senso l'agitazione di Maimuna quando i vicini di casa le toccavano il ventre o il suo mutismo quando le veniva chiesta la data del parto.

Qualche mese dopo nel mio studio vedo Daria, una giovane mamma parmigiana di trentadue anni inviata per atti di autolesionismo, con la quale ripercorriamo l'esperienza della prima e unica gravidanza. Daria descrive con un sorriso esagerato i nove

mesi della gravidanza nella quale "Tutto era bellissimo". Racconta del post-parto, delle sue strabilianti abilità di accudimento e della sensazione di essere nata già capace. In quel momento penso a Maimuna e racconto a Daria la fatica della donna di sentirsi capace come madre e dell'importanza del gruppo delle donne nella cultura senegalese. Daria si irrigidisce e scoppia in un pianto liberatorio. "Come si fa ad ammettere di essere una mamma in difficoltà nel nostro paese? Io volevo urlare al cielo che la gravidanza ha tante zone grigie come gli sbalzi d'umore, i dolori, le paure, l'attenzione morbosa delle persone per quella pancia che ogni giorno cresce sempre più facendoti sentire goffa come una foca. Nella nostra società non vi è spazio per i vissuti di incapacità e difficoltà. Dobbiamo essere nati capaci.". Ricorda quanto fosse infastidita dalla presenza nel post-parto della suocera e della madre, che percepiva costantemente assorte in una garaa chi la sapeva più lunga nelle pratiche di accudimento del neonato. Sovviene alla mia memoria una vacanza presso amici in provincia di Calabria. Era appena venuta al mondo Domenica ed io avevo deciso di andarla a conoscere dopo un lungo tira e molla con la mia cara amica d'infanzia tornata dopo anni nella sua terra natale. Io avrei aspettato i mesi successivi per non disturbare. La mia amica Carmela mi disse "Come sei nordica! Scendi e vedrai!". La quotidianità delle donne della famiglia, grandi e piccine, era organizzata per assistere la neo-mamma che in qualsiasi momento si avvaleva dell'aiuto del cerchio di donne. Per un attimo mi mancò il fiato quando vidi una bambina di sette anni prendere in braccio la neonata e darle il biberon con così tanta naturalezza che mi chiesi se io all'età di venticinque anni sapessi come tenere un neonato tra le mani. Una delle zie di Carmela mi si avvicinò:"Guarda là! È così che si crescono le future madri. Mica si nasce imparati!".E lì capii che ogni famiglia si presenta come una cultura con il suo linguaggio, i suoi miti fondanti, le sue storie, gli oggetti che crea, le routine e le credenze che condivide.

VOLONTARI PER GIOCACARE CON I BAMBINI - CIAC ONLUS

MENTRE LE MAMME IMPARANO L'ITALIANO.

ANCHE QUEST'ANNO CIAC – INSIEME AL CENTRO INTERCULTURALE E AL LABORATORIO DI GLOTTOLOGIA DELL'UNIVERSITÀ DI PARMA – PROPONE UN CORSO DI ITALIANO E MOMENTI DI SOCIALIZZAZIONE PER DONNE, IN PARTICOLARE PER MAMME CHE POSSONO PORTARE CON SÈ I PROPRI BAMBINI E TROVARE QUALCHE VOLONTARIA CHE SE NE PRENDE CURA MENTRE LE MAMME SONO IMPEGNATE.

STIAMO CERCANDO VOLONTARI/E CHE SIANO DISPONIBILI ANCHE SPORADICAMENTE A STARE CON I BAMBINI E FARLI GIOCARE UN PO'. E' ALLESTITA UNA STANZA CON QUALCHE GIOCO E ALTRI MATERIALI E SAREBBE BENE ESSERE ALMENO IN DUE PER TURNO PERCHÉ I BAMBINI SONO MOLTO PICCOLI.

I GIORNI SONO LUNEDÌ, MERCOLEDÌ E GIOVEDÌ POMERIGGIO.
SI PREGA DI SEGNALARE LA PROPRIA DISPONIBILITÀ (EVENTUALMENTE ANCHE CON LE GIORNATE PREFERITE) ALL'INDIRIZZO: **ASSOCIAZIONE@CIACONLUS.ORG**

Edward Munch, dirty feet 1885

AMORE E COMPASSIONE RIESCONO A TRASFORMARCI

SONIA MARTELLI

"Chi non si ama non può amare,
l'amore di sé
è il fondamento della capacità di amare"

U. Telfener

Ma che ne so io dell'amore, cosa ne ho mai saputo e chissà se ne saprò mai. Mi sta venendo una strana nostalgia. Forse è la nostalgia dell'amore, anche se l'amore finora mi ha lasciato l'amaro in bocca e rivivendolo nei ricordi, un certo senso di aridità. Forse semplicemente ci si abitua anche alla bruttura del mondo. Ma io pensavo di aver amato. Dov'è che 'ho visto l'amore, sono sicura di averlo visto perché sono sicura che se lo rivedessi lo riconoscerei. Devo averlo incontrato sicuramente. Mi piacerebbe dire di averlo trovato nel sorriso di mia madre o nel forte abbraccio di mio padre che so che mi amano alla follia. Ma non è quello l'amore a cui sto pensando. Anche con Andrea che pensavo fosse il più immenso amore della mia vita, non credo di averlo ritrovato l'amore di cui sto parlando. Forse l'ho perso. Dove? Quando? E questo autobus che non arriva mai alla mia fermata, ma è possibile che la gente non riesca a parlare a basso volume senza costringermi a essere coinvolta nei loro discorsi, io quando avevo 15 anni mi sedevo in quel modo sui seggiolini, non mi sono mai permessa di salire senza biglietto, è mai possibile che debbano sempre parcheggiare in doppia fila che tanto qui non ha "mica" fretta nessuno. Ma sono sicura, sicurissima di averlo incontrato l'amore. Lo so, perché ho la netta sensazione dentro di me che so di cosa sto parlando. L'amore a cui penso e che vorrei

ritrovare non è quello che fin da piccola mi faceva arrabbiare per le ingiustizie, per chi barava, per chi se la prendeva coi più deboli, per chi mi rompeva i giochi e per chi faceva del male agli animali anche se si trattava di lucertole o mosche. Per un certo periodo pensavo che anche quella fosse una forma d'amore. Forse lo è ma non è quella che sto cercando ora che sono sul bus numero 5. Ho poche fermate per ritrovarlo, poi sarò risucchiata dal lavoro dalle chiacchiere inutili dai proclami di cambiamento e innovazione che ci faranno compilare fogli su fogli di developmnet projects business plan & marketing plan. Oggi non ho l'auto devo far fruttare questo viaggio sul 5, è pure uno di quegli autobus doppi che sembrano una fisarmonica, non posso lasciarmi scappare l'occasione. Quindi tornando a me, non è quell'amore lì che da piccola mi faceva arrabbiare. Prima ho ripensato ad Andrea, il grande amore della mia vita. Forse un briciolo dell'amore che sto cercando lo posso trovare nei suoi ricordi. Forse se mi sforzo, forse anche lui... Credo che non sia nemmeno quello, nemmeno quando pretendevo di renderlo felice perché solo così sarei stata felice anch'io. Non è nemmeno quello di quando andavo in ospedale da mio nonno, poco prima che morisse, per leggergli il giornale dato che i suoi occhi ormai non riuscivano più a sostenere la loro funzione. Gli ho anche tenuto la mano il pomeriggio e ci siamo sorrisi. Ma non è nemmeno quello. Manca una fermata, non ce la farò mai. Dai cavolo proprio adesso che mi servirebbe un semaforo rosso sono tutti verdi, non è possibile, non è statisticamente possibile. Ti prego dea Mnemosine corri in mio aiuto e fammi ricordare dove ho perso quell'amore. Provo a descrivertelo così magari lo riconosci e me lo indichi. Del resto ricordare per riconoscimento è più facile recuperare spontaneamente. Ecco com'è: è immenso e vasto, ma allo stesso tempo pieno e contenitivo, né caldo né freddo; né forte né debole, è calmo ma con energia; è una porta aperta da cui si può entrare, uscire o stare a metà; lo riconosci perché se ne sta beato e con fiducia. Arrivata. Sono arrivata alla mia fermata. Le porte si aprono e scendo i due scalini. Ho fallito, non ritroverò mai più quell'amore. Raggiungo la porta a vetri automatica della Labtech, aspetto l'ascensore e mentre entro urto contro una donna sulla sessantina. La guardo spazientita ma so che devo scusarmi "mi scusi oggi non è proprio giornata". "Va bene" risponde lei. Ma che razza di risp.. quelle parole "va bene" mi aprono alla consapevolezza che è davvero così, va bene, va bene davvero, tutto va bene, anche l'autobus, i suoi "abitanti", i plan che mi aspettano e i colleghi ansiosi di rinnovamento. Va bene così anche senza avere ritrovato quell'amore. E forse è proprio quello che sento ora.

Recuperare l'amore attraverso la consapevolezza di saper amare. una qualità che ci appartiene e ci connota anche quando non si incarna in un oggetto specifico, perché nasce da noi, fuoriesce e si posa su tutto quello che ci circonda. "ma che ne so io dell'amore?" "molto più di quanto tu creda ..."

LE NOSTRE ANIME DI NOTTE

di Ritesh Batra, con Robert Redford e Jane Fonda, tratto dall'omonimo libro di Kent Haruf

di ILARIA BENASSI

Siamo in una piccola città della provincia americana, in quel tempo sospeso dove sembra non succedere mai nulla, dove la vita sembra scorrere piatta come la vasta pianura che la circonda. Addie e Louis sono due anziani, entrambi vedovi, entrambi soli, ormai rassegnati a vivere senza più sorprese l'ultimo tratto della loro vita. Due vicini di casa che non hanno mai spartito nulla pur vivendo da anni uno accanto all'altra, due esistenze parallele che si sono sfiorate senza mai davvero incontrarsi. Ma un giorno Addie si presenta alla porta di Louis e, con appena un accenno di impaccio, gli fa una proposta inaspettata : quella di passare insieme, a letto, le loro notti. Nulla a che fare con il sesso, si affretta a chiarire Addie, solo parlare e tenersi la mano per "attraversare la notte insieme."

Perché, nella solitudine quotidiana, è proprio la notte il momento più difficile. Inizia così il loro legame: con la condivisione di un letto altrimenti vuoto, dove la tenerezza si fa strada poco a poco superando l'imbarazzo, il pudore della confidenza e del contatto fisico. Si avvicinano con circospezione ,Louis e Addie, senza forzare i tempi, iniziando con le piccole narrazioni del proprio passato, un fardello di sconfitte e dolore che ora cercano di portare in due. Questa storia è il racconto di un'intimità: una dimensione dove si incontrano le anime affini, poco importa se si è due vecchi senza un vissuto comune, se i corpi hanno perso il vigore, se il tempo ha lasciato i suoi segni. L'intimità è un rifugio in cui essere se stessi, in cui una carezza e il racconto di un ricordo possono sconfiggere la paura. È quella forza interiore che a un certo punto li fa uscire di casa,andare al ristorante ,lei vestita con colori sgargianti, senza più nascondersi. Non è un percorso facile: l'amore fra due anziani è quasi oltraggioso, ridicolo e patetico nel migliore dei casi, una provocazione. La loro vicenda, così delicata e tuttavia fuori dagli schemi, sfida il pregiudizio, il tabù sull'età per amare. Solo il nipote di Addie, un bambino, lo accetta con naturalezza, beneficiando a sua volta di quel meraviglioso tesoro che solo i vecchi condividono coi piccoli: il dono del proprio tempo. Bellissime, nel film, le scene del campeggio in montagna: i colori della natura, la strada che si snoda fra i campi, una breve avventura "on the road " di due vecchi, un bambino ed un cane. Esperienze di vita come accendere un fuoco e abbrustolire i marshmallows: anche questa, ci viene suggerito, è l'intimitá. Peccato che, alla fine, il mondo dei giovani adulti non perdoni: la trappola più infida, quella del ricatto affettivo, riuscirà laddove avevano fallito le critiche e i rimproveri. L'inquadratura di Louis che cena da solo, visto di spalle, i gesti lenti di un rituale che ritorna, diventa immagine struggente della solitudine. Il finale sembra aperto, ma lo spettatore è amaramente consapevole che l'epilogo può essere solo uno, quello che nessuno di noi vorrebbe perché Addie e Louis continueranno a stare insieme nel nostro immaginario al di là dei limiti e oltre le convenzioni. Un'empatia che nasce fin dalla prima sequenza, merito di una narrazione lineare che sa dosare sentimenti e emozioni e dell'interpretazione dei due protagonisti che hanno saputo cogliere l'essenza dei personaggi rendendoli non solo veri, ma familiari.

Volontario nei laboratori compiti?

Ami i bambini? Non importa la tua età, i Laboratori compiti hanno bisogno anche te!

- E' ripartito il Progetto Laboratorio compiti e oggi sono ben quindici i punti dove le famiglie possono trovare i volontari pronti ad accogliere i loro bambini per aiutarli nei compiti.

- Ma per fare ancora di più, per aprire l'esperienza a nuovi bambini, per aumentare i giorni di apertura c'è bisogno di tanti volontari. E' per questo che l'associazione Liberamente, capofila del progetto, lancia un appello per cercarne di nuovi. Non importa l'età, chiunque voglia mettere a disposizione un poco del proprio temp può farlo contattando Mariaelena Velicogna, coordinatrice del progetto al numero 366 3535236 (giorni feriali – orario ufficio). Senza nessun impegno, potrà avere informazioni in più sul servizio e sui luoghi dei laboratori.

C'è anche l'e-mail laboratoriocompiti.liberamente@gmail.com