

FAMIGLIE E CULTURE

in viaggio



**FAMILIARMENTE
IN PRATICA**
INTERVISTA A
CECILIA EDELSTEIN

**FAMIGLIA
E BENESSERE**
MEDIARE LE DIVERSITA'

**FAMIGLIA
E CULTURA**
DIALOGO CON ATTILIO PIAZZA



editoriale

Famiglie e culture in viaggio
di Antonio Restori

03

familiarmedieinpratica

Intervista a Cecilia Edelstein
di Alida Cappelletti

04-06

famiglia&benessere

Mediare le diversità
di Sonia Martelli

07-08

famiglia&benessere

In viaggio oltre i limiti della mente
di Chiara Rainieri

09-10

famiglia&famiglie

Scoprire le risorse attraverso il confronto
di Silvia Vescovi

11-12

famiglia&istituzioni

Fede Fiducia Coraggio
di Francesca Martino

13-14

famiglia&istituzioni

Oltre il muro uno spazio infinito
di Lorenzo Dall'Olmo

15-16

famiglia&cultura

Sapore di libertà e fratellanza
di Antonella Cortese

17-18

famiglia&cultura

Incontrarmi per scoprire la bellezza dell'altro
di Andrea Torsello

19-20

famiglia&cultura

L'abitudine a complicare e l'arte di accogliere
di Alessia Ravasini

21-22

familiarmedieibri

In Patagonia
di Francesca Curti

23

familiarmedie eventi

Le costellazioni familiari
con Aldo Piazza

24



familiarmedie

Periodico Quadrimestrale Anno
2016

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,
Francesca Martino, Alessia Ravasini,
Silvia Vescovi

Redattori :

Lorenzo Dall'Olmo, Sonia Martelli,
Chiara Rainieri, Andrea Torsello

Si ringraziano per la collaborazione
Cecilia Edelstein
Attilio Piazza
Forum Solidarietà

Progetto Grafico e Stampa:
Coinetica
Con il Patrocinio della Provincia
Parma

SE DESIDERATE
ESPRIMERE UN VOSTRO PA-
RERE,
CONTATTATECI A
redazione@familiarmedie.net
O COMMENTATE SUL BLOG:
[http://www.parmareport.it/author/
redazionefamiliarmedie-net/](http://www.parmareport.it/author/redazionefamiliarmedie-net/)

editoriale

Castellani; montagne senza confini, 1990

di ANTONIO RESTORI



Possenti: spiaggia delle valigie

FAMIGLIE E CULTURE IN VIAGGIO

E' del 1987 la scoperta che l'intera umanità deriva da stessi genitori comuni, grazie agli studi del biochimico canadese Allan Wilson dell'università Berkeley in California, attraverso lo studio di una parte del DNA mitocondriale (mtDNA). Ripercorrendo a ritroso l'albero genealogico di cinque popolazioni geografiche dei cinque continenti, lo studioso ha scoperto che tutte e cinque derivavano da una "donna che si suppone sia vissuta circa duecentomila anni fa in Africa, nell'area dell'attuale Etiopia... la bis-bis-bis..... nonna di tutti noi: l'Eva africana!". La ricerca è stata confermata recentemente dal famoso genetista italiano Luigi Luca Cavalli Sforza. Le persone che abbiamo incontrato nel nostro viaggio iniziato in Africa e i luoghi che abbiamo vissuto sono nel nostro genoma!

Se volete sapere qual è stato il vostro viaggio che avete compiuto per arrivare in Italia, basta spedire un campione di DNA ((il kit costa 150 dollari e basta un tampone di saliva della guancia) al Genographic Project presso il National Geographic negli

Usa, e attendere la risposta... Scoprirete che per arrivare in Italia probabilmente avrete attraversato le terre dei sultani, magari passando dalla Polonia (sbiancandovi un po'), calcando cammelli, asini, elefanti... e tutto questo a che scopo? Per mangiare e sopravvivere, ovviamente! Già, perché lo scopo di ogni processo della nostra migrazione è stato e sempre sarà, vivere, o sopravvivere.. Abbiamo semplicemente seguito le migrazioni degli animali sensibili alle modificazioni climatiche. Oggi accade la stessa cosa: seguiamo il cibo per sopravvivere e cerchiamo di vivere nel benessere. E sarà sempre così. Non potremo mai arrestare questo processo migratorio; è la Natura che lo impone. O impariamo a convivere una volta per tutte, o la Natura dell'uomo soccomberà all'odio, alla paura, ai genocidi..

Familiaramente è una rivista che parla di questo nostro cammino incessante, e che ha accettato la sfida della complessità della Natura, accogliendola attraverso lo sviluppo di nostri percorsi creativi.

Buona lettura

DIALOGO CON CECILIA EDELSTEIN

Psicologa, terapeuta familiare, counselor, mediatrice familiare, formatasi in Israele e Italia, è Presidente dell'Associazione Shinui – Centro di Consulenza sulla Relazione, responsabile scientifica dei corsi promossi dall'associazione e dell'area "Formazione", coordinatrice dell'équipe clinica e dell'area ricerca dell'associazione.

DI ALIDA CAPPELLETTI

Parlando di multi-cultura e conoscendo un po' la tua storia pare che nella tua vita ci sia un intreccio di radici culturali. Ci piacerebbe conoscere qualche tratto essenziale della tua storia familiare che troviamo davvero tanto interessante e crediamo possa aiutare a comprendere la ricchezza che porti con tutta te stessa nel lavoro con gli altri.

Le nostre scelte professionali sono spesso, se non sempre, collegate alla nostra esperienza di vita e alla nostra biografia personale. In effetti, spesso dico che ho iniziato a lavorare attorno alle tematiche interculturali 30 anni fa, ma è dalla nascita che vivo all'interno di contesti interculturali emigratori.

Sono nata e cresciuta a Buenos Aires, ma sono figlia di migranti arrivati in Argentina primadella seconda guerra mondiale. I miei genitori erano considerati una coppia mista perché appartenevano non solo a nazionalità differenti, ma anche a culture molto diverse. Mio padre è nato e cresciuto in Polonia in una famiglia ebrea, tipica di quelle descritte da Moni Ovadia, e mia madre, ebrea di origine (i suoi nonni erano di Odessa) è nata a Parigi, in una famiglia di intellettuali, se non laici, addirittura atei. Sono quindi cresciuta in un ambiente multiculturale e multilingue.

Durante la mia infanzia, sentivo la mia vita spaccata in due: frequentavo una scuola francese, insieme ai figli di genitori che venivano a Buenos Aires per lavori temporanei con contratti di 2, 4 o 6 anni, con un programma francese e insegnanti francesi. Era un ambiente borghese cattolico. Vivevo la diversità attor-



no a piccole e grandi cose. Subito al mattino, il momento dell'appello in classe perdeva fluidità arrivando al mio cognome, non francese: gli insegnanti si fermavano, lo storpiavano, talvolta lo sorpassavano facendo semplicemente un cenno notandomi presente. E così, la mia giornata continuava sotto il segno e il peso della diversità, oggettiva o soggettiva che sia.

Durante la fine settimana, invece, frequentavo con la mia famiglia un club di attività sportive e sociali: sono delle realtà organizzate per comunità fuori città sul Delta del Panamá. Noi eravamo soci del club degli ebrei "ashkenaziti" (ebrei provenienti per lo più dall'Europa del Nord e dell'Est). Dovevo costantemente adeguarmi e tener presente dove fossi: noi viviamo nel linguaggio, che è molto più di una lingua e costituito da un non verbale (espressioni del viso, posizione del corpo), un paraverbale (come il tono della voce) e interazioni che contengono regole spesso scontate e automatizzate. Così, dal momento del saluto

dovevo stare attenta se dare un bacio sulla guancia sinistra, come in Argentina, o due, come in Francia, cominciando da quella destra!

Insomma, quando uno vive queste esperienze per forza di cose diventa più sensibile alla diversità, alle sue mille sfumature e ai suoi significati. Ciò che sicuramente mi ha segnato di più è stata poi la mia migrazione in età adolescenziale, non per scelta, in Israele: un paese che non conoscevo, non parlavo la lingua, non sapevo né leggere né scrivere. Catapultata in un clima caldo e in una realtà sconosciuta, ho lasciato un mondo che amavo. La mia prima migrazione è stata drammatica, se non traumatica. Ho vissuto per altri 16 anni in quella terra, che col tempo ho imparato ad amare. Trasformare quell'esperienza in qualche cosa di positivo mi ha segnato a vita e, da allora, il lavoro con la popolazione migrante, con rifugiati, con la multiculturalità, è diventata una mia passione.

Siamo tutti molto diversi non solo per cultura ma anche per genere, per personalità per gusti etc..Non si riesce a comprendere che cosa effettivamente trasforma il valore della differenza in problema, qualsiasi essa sia. Forse il tema dominante che ancora una volta emerge è quello della paura. La paura dell'altro? La paura che l'altro ci possa oscurare? Che cosa ne pensi?

Sono arrivata in Italia agli inizi degli anni '90 quando iniziava il flusso migratorio, un flusso irreversibile che non si è più fermato. Ciò che mi aveva colpito di più era che, camminando per le strade di Milano - città dove ho vissuto nei primi anni - vedevo queste persone vestite con tuniche variopinte o con un colore della pelle diverso e sentivo gli italiani

che, straniti e stupiti, prendevano le distanze. La cosa mi aveva colpito perché nel mio immaginario l'Italiano era un popolo migrante e quindi, avendo vissuto in prima persona la migrazione, doveva interagire con lo straniero con scioltezza e naturalezza.

Come funziona questo meccanismo per cui ad un tratto uno dimentica quello che è stato?

Sembrerebbe che per la specie umana lo sconosciuto crei diffidenza e paura. Ci muoviamo meglio in terreni conosciuti. L'essere umano si rassicura quando trova conferma di ciò che ha appreso nel tempo e quando riesce a specchiarsi nell'altro.

Una delle definizioni più diffuse di cultura contiene non solo un insieme di forme simboliche, di abitudini, di riti e valori, ma questi devono essere reciprocamente intelligibili, profondamente sentiti e storicamente radicati. Nel momento in cui la reciprocità viene a mancare, è come se si accendesse un allarme, togliendo sicurezza; il riconoscimento reciproco non è automatico e si traccia una distanza, più o meno marcata. La distanza, a sua volta, apre lo spazio all'immaginario dello "Sconosciuto" e questo fa emergere "fantasmi" accompagnati da un'emozione di paura, che a sua volta amplia la distanza: entriamo in un circuito ricorsivo che allontana le persone. Io chiamo questo meccanismo "la dinamica del disincontro".

L'altra faccia della medaglia è che soltanto attraverso lo sconosciuto possiamo arricchirci, andare oltre, oltrepassare frontiere alla scoperta di altro e ampliare gli orizzonti. Inoltre, paradossalmente, il miglior modo di essere riconosciuti è attraverso l'incontro, la conoscenza dell'Altro, con un atteggiamento di apertura e curiosità verso lo sconosciuto: è lui che ci rimanda – spesso per differenza e contrasto – ciò che non sempre vediamo di noi stessi; è conoscendo l'Altro che emerge il riflesso di chi siamo e come siamo. Vivendo nella propria cultura diamo per scontato moltissimi aspetti della nostra vita ed è come se diventassimo ciechi. Per cui l'incontro con

l'Altro non implica soltanto conoscere altro, ma consente altresì di riconoscere sé stessi e di poter così autodefinirsi.

Quando la propria identità culturale, o familiare, può causare sofferenza?

La diversità non è automaticamente una risorsa. Portare addosso una diversità nei confronti di un gruppo altro, maggioritario e anche dominante, è molto difficile e può creare sofferenza. Rifacendomi ancora a ciò che raccontavo prima, da bambina facevo sforzi per adattarmi a un ambiente che mi rispecchiava e rimandava diversità; questo crea solitudine e fa sì che si entri in quello che chiamiamo un gruppo minoritario, ovvero un gruppo di persone soggette a discriminazione e che ricevono un trattamento ineguale o irregolare (l'inequale non è sempre irregolare: il non diritto di voto per gli immigrati, per esempio, è del tutto regolare).

La sensazione principale di chi appartiene a un gruppo minoritario è quella di essere esclusi e di non condividere un "Noi". Se per giunta ci si sente giudicati negativamente e inseriti in categorie che non ci appartengono, legate a infondati pregiudizi, questo crea un forte senso di ingiustizia e addirittura angoscia.

Viviamo inoltre in una società nor-

mativa, che privilegia modelli ideali (di famiglia, di studio, ecc.). Automaticamente tutto ciò che si scosta diventa almeno deficitario e facilmente deviante. L'obiettivo è quello di abbracciare una prospettiva pluralista, dove i vari sistemi non vengono paragonati a un modello ideale: hanno le loro caratteristiche e una loro funzionalità (o disfunzionalità, ma non legata a un modello di riferimento).

Per ultimo, ma non meno importante, la "doppia identità" può creare sofferenza perché ci si sente frammentati, perché si paragona (e quando si paragona si danno valori, c'è il meglio e quindi anche il peggio), perché a un certo punto anziché appartenere a "entrambe" le culture, ci si sente straniero ovunque, né di qua né di là. Mi piace parlare quindi di identità mista: come dicevi prima, apparteniamo tutti a varie culture (accennavi a quella di genere, per esempio) e cultura non è sinonimo di nazionalità! La consapevolezza della pluriappartenenza ci accomuna, ci avvicina e ci consente di uscire dalla dicotomia nativo-straniero. Entrando in un'ottica in cui ci sono varie appartenenze e ci muoviamo in vari gruppi con culture diverse, si crea una dinamicità e gli incontri vengono facilitati.



Monet: la passerella giapponese 1899

E' questo che intendi per mediazione culturale?

In gran parte sì. Anche se è bene dire che oggi esistono diverse mediazioni culturali.

Il mediatore linguistico culturale è una persona, solitamente essa stessa immigrata, che conosce l'italiano e la lingua d'origine di una persona o famiglia migrante. L'intervento messo in atto dal mediatore linguistico culturale non è solo traduzione, accompagnamento e sostegno durante l'incontro tra migranti e istituzioni (come l'ospedale o la scuola), ma consiste nella costruzione di ponti, prendendo in considerazione aspetti contestuali e relazionali.

Eppure, vi sono alcuni rischi quando si parla di mediazione linguistico culturale. Il mediatore, che si occupa di costruire ponti e sciogliere situazioni potenzialmente conflittuali o conflitti effettivamente esistenti, rischia di porsi nei confronti dell'istituzione in una posizione di "avvocato difensore" del migrante, anziché in una posizione imparziale. In altri casi rischia di rendere il migrante passivo, parlando al suo posto. Inoltre, bisogna porre particolare attenzione al rischio di confondere cultura con nazionalità. Capita che si dica "quel bambino è marocchino", ma dentro il Marocco vi è una tale quantità di culture e di etnie, che questa affermazione non implica ancora praticamente niente.

Per questo, il mediatore interculturale spesso è una figura importante. Questo mediatore, più che conoscere una specifica cultura o avere la stessa provenienza del migrante, deve possedere competenze specifiche di mediazione che gli consentano di lavorare non solo con la popolazione migrante, ma anche con quella locale. Questo professionista ha la capacità di mettere culture a confronto, creando scambi e attivando tutti in prima persona: l'immigrato racconta la sua cultura e le proprie esperienze, ma il nativo fa altrettanto poiché la cultura locale non è scontata e va esplicitata, compresi i vissuti personali. Distinguendo tra multiculturalità, che implica il mero accostamento di molte cul-

ture, e intercultura, che prevede un incontro e un intreccio tra culture, mi piace parlare di mediazione interculturale, come di un intervento professionale che può essere messo in atto da una persona specializzata, indipendentemente dalla sua provenienza.

Come si dovrebbe realizzare nelle scuole un intervento di mediazione interculturale? Che cosa sarebbe meglio evitare?

L'aspetto fondamentale di un intervento di mediazione interculturale sta nel creare dei veri incontri fra culture e fra persone. Grazie ai concetti di identità mista e di pluri appartenenza, che riguardano tutti noi, gli interventi a scuola possono essere azioni di educazione alla pace per costruire la cultura della diversità. Questa va realizzata valorizzando sia i vari gruppi di appartenenza, sia i singoli: ogni persona al mondo è unica, ha un vissuto personale specifico e attribuisce significati propri agli eventi e alle cose. Oltre al livello culturale e a quello individuale, gli interventi di mediazione a scuola non possono dimenticare l'aspetto universale: come essere umani apparteniamo tutti alla specie umana; la socializzazione è importante per tutti, la solitudine è sofferenza per tutti, si reagisce in maniera simile a stimoli, siamo tutti portatori di emozioni, oscilliamo tutti tra piacere e dolore e questo indipendentemente dal colore della pelle e dalla

forma degli occhi.

Il mediatore interculturale è quindi un professionista specializzato che interviene non solo per sciogliere conflitti o incomprensioni, ma anche per prevenire queste situazioni e costruire una cultura dell'inclusione da diffondere sul territorio, incominciando dai più piccini e dai giovani. Eviterei gli interventi soltanto rivolti a bambini immigrati nelle scuole. Da una parte vogliono offrire sostegno e appoggio ma, dall'altra, creano un sottogruppo che, nell'uscire dal gruppo classe, viene escluso e porta l'etichetta della diversità, quell'etichetta che pesa troppo sulle spalle di un bambino o di un adolescente. Un gruppo che si incontra con il comune denominatore della diversità, è un gruppo che vive in un contesto normativo e rischia di scivolare facilmente verso la devianza.

Con gli adulti c'è molto da fare, anche nel contesto scolastico. Al Centro Shinui abbiamo molta esperienza di gruppi di mamme, native e straniere, con un modello di intervento sviluppato negli anni, attraverso laboratori narrativi (il che non implica soltanto raccontarsi). L'esperienza ci ha dimostrato che lo scambio, l'incontro e la conoscenza aiutano a superare pregiudizi, creando legami che non avremmo mai immaginato e rapporti di mutuo aiuto - indipendentemente dalla provenienza; tutto ciò consente alle famiglie migranti di partecipare in modo attivo alla vita della scuola.



Gauguin: Bonjour Mr Gauguin 1889



MEDIARE LE DIVERSITA'

DI SONIA MARTELLI

VOGLIO POTERTI AMARE
SENZA AGGRAPPAMI,
VOGLIO APPREZZARTI
SENZA GIUDICARTI,
RAGGIUNGERTI
SENZA INVADERTI,
INVITARTI
SENZA INSISTERE,
LASCIARTI
SENZA SENSI DI COLPA,
CRITICARTI
SENZA BIASIMARTI,
AIUTARTI
SENZA UMILIARTI.
SE VUOI PUOI CONCEDERMI
LA STESSA COSA
ALLORA POTREMO
VERAMENTE
INCONTRARCI ED AIUTARCI
RECIPROCAMENTE A
CRESCERE.

VIRGINIA SATIR

Quando ho conosciuto Zoe e Alfredo si trovavano agli sgoccioli. La separazione, e ora il divorzio, si stava mangiando quel poco che rimaneva del loro volersi bene. L'amore non c'era più da tempo, da quando ad alta voce Zoe ha detto "Sono stanca, non ce la faccio ad andare avanti così, mi dai fastidio. Quando ti siedi a tavola, la forchetta, non hai ancora capito come si impugna quella cavolo di forchetta. Io domani vado dall'avvocato".

Almeno, questa è la versione di Alfredo. Perché a sentire Zoe l'amore era svanito molto tempo prima, poco a poco. Non riesce nemmeno lei a capire come. Ad un certo punto si è ritrovata così, senza più la voglia di continuare quell'unione. Forse avevano fatto tutto troppo in fretta. Alice, infatti, era arrivata dopo poco più di un anno dall'inizio della loro storia, ma in quel momento era sembrata la ciliegina sulla torta, il segno inequivocabile che la loro unione era perfetta e indissolubile nonostante a prima vista sembrassero due persone così diverse. Lei in apparenza poco curante dell'aspetto estetico ma con un o stile personale molto preciso e rigorosamente rispettoso dell'impatto che le proprie scelte producono sull'ambiente e

molto (a volte forse troppo) attenta al suo sentire, al suo stato emotivo e alle implicazioni che ne derivavano. Lui dallo stile classico ("l'armadio di Alfredo sembra quello di Olivia, maglioni grigi o blu e camicie bianche o azzurre" ha commentato una volta Zoe con disdegno), attento a non danneggiare il prossimo ma senza che questo potesse recargli danno o una qualche forma di sacrificio.

I primi due anni dalla nascita di Alice in effetti Zoe e Alfredo se la sono cavata alla grande, in perfetto accordo: Zoe ha richiesto un part-time al lavoro e Alfredo ha chiesto di aggiungere qualche trasferta in più nell'azienda di impianti alimentari per cui lavora bilanciare le entrate familiari. Certo questo comportava un certo grado di sacrificio al tempo per la coppia, ma sembrava ne valesse la pena.

Più velocemente di quanto potessero rendersene conto, i momenti passati insieme erano diventati campi di battaglia, per ogni minima cosa. A Zoe sembrava che Alfredo facesse apposta a pettinare male Alice, a darle da mangiare le patatine poco prima di cena e a mettere ogni volta i piatti sporchi nel secchiaio invece che direttamente in lavastoviglie e quando lui rientrava non poteva fare a meno di farglielo notare. Possibile che Alfredo proprio non capisse?

Alfredo invece pensava che Zoe fosse troppo impegnata a cercare la giusta alimentazione per Alice per quei leggeri mal di pancia che ogni tanto aveva e gli sembravano del tutto innocui (anche lui da piccolo li aveva avuti eppure era sopravvissuto e in ottima forma), i vestiti di cotone biologico o le mele con le beccate degli uccellini perché segno di bontà. Alfredo è una di quelle persone che non mangia le banane se la buccia inizia ad assomigliare a un leopardo. Alfredo trovava decisamente uno spreco di tempo caricare la lavastoviglie alla sera e soprattutto il sentirsi dire ogni sera le stesse cose. Possibile che Zoe proprio non capisse?

Ormai non abitavano più insieme, eppure ogni volta che si dovevano "passare le consegne" rispetto ad Alice non perdevano l'occasione di scambiarsi commenti violenti "sei il solito, non capisci che tua figlia ci tiene a colorare il libro che le ho comprato?" oppure "guarda mi hai

stufato con le tue fissazioni, non sei mai stata in grado di pensare con la tua testa devi sempre avere una teoria new-age o un blog di hippie a cui rifarti". La violenza di questi commenti non era tanto nell'uso di termini volgari o offensivi, ma nell'ostinarsi a voler sottolineare le mancanze dell'altro come se fosse un segno definitivo dello scarso valore dell'altro.

Più il tempo passava e più diventavano ciechi nel non voler riconoscere il bene che entrambi volevano (e vogliono) alla figlia e la fiducia e la stima che ancora provavano l'uno per l'altro. "Ci eravamo ridotti a quello, si trattava di nostra figlia e noi ci passavamo le consegne come a un cambio turno lavorativo; eravamo più presi dal trovare le mancanze dell'altro che non dalla gioia di raccontarci come Alice stava crescendo. Penso sia stato il periodo più infelice della nostra vita familiare, eppure non ce ne rendevamo minimamen-

te conto" ha commentato un giorno Alfredo.

Quando è successo che Zoe si è trovata davvero in difficoltà una sera di novembre, con l'auto in panne a quasi 100 km da casa e ha trovato in Alfredo un aiuto che non avrebbe pensato di avere, visto come stavano le cose tra loro ultimamente, il tempo del loro continuo litigare si è come sospeso. Entrambi sono riusciti a vedere che dell'ex non era proprio tutto da buttare.

Quella pausa ha permesso loro di ragionare e riconoscere l'altro nelle sue intenzioni profonde che, se anche espresse in modo diverso, non erano poi così distanti nell'essenza. E che comunque qualcosa in comune c'era e ci sarebbe stato per sempre: Alice.

Quando sono riusciti a vedere che erano ancora una squadra nella crescita della figlia e nel volere il suo bene e quindi sarebbe stato più efficace collaborare hanno iniziato a prendere in considerazione l'idea che le diversità nel loro approccio ad Alice potevano diventare una ricchezza per lei perché avrebbe imparato che nel mondo esistono il rosso, il verde e il giallo (come i vestiti della mamma) ma anche il grigio e il blu (come i maglioni di papà). E tutti sono dei bellissimi colori.

Hanno quindi intrapreso un dialogo differente, con sé stessi e fra loro. Prima di tutto hanno compreso le loro paure, le loro frustrazioni e le loro ferite per come non erano stati in grado di tutelare la loro coppia.

Zoe ha capito che Alfredo non pettinava bene Alice perché preferiva fare il gioco del vento tra i capelli che la divertiva moltissimo quando erano in macchina insieme. Alfredo ha capito che la mania di Zoe per le mele bacate poteva diventare un prezioso insegnamento sul non fermarsi alle apparenze per la figlia.

Zoe e Alfredo non sono tornati insieme e Alfredo indossa sempre i suoi maglioni grigi. Ma oggi, quando si incontrano riescono a vedersi realmente, apprezzarsi e sentire reciproca stima per i loro valori e il loro valore, nonostante tuttora Zoe sicuramente pettinerebbe diversamente Alice.

F.Hayez, El Beso 1887



A VOLTE SIAMO PORTATI A CREDERE CHE DIETRO USANZE TANTO DIVERSE IN ALTRE PARTI DEL MONDO SI CELINO PERSONE ALTRETTANTO LONTANE DA NOI, MA BASTA POCO, ANCHE SOLO UNA BREVE CONOSCENZA, PER COMPRENDERE CHE TUTTE LE DONNE E GLI UOMINI DI QUESTA TERRA FONDAMENTALMENTE CONDIVIDONO CIÒ CHE CI RENDE PIÙ UMANI E CHE RIMANE IDENTICO AD OGNI LATITUDINE: I NOSTRI I SENTIMENTI E LA PROFONDITÀ DELLE NOSTRE EMOZIONI.



IN VIAGGIO: OLTRE IL LIMITE DELLA MENTE

UN MODO LIBERO DI STARE NELLE COSE

di Chiara Rainieri



Conobbi Hanane tre anni fa all'interno di un progetto rivolto a donne straniere. Casablanca, 16 agosto 2014. Il nostro treno è in ritardo, fa molto caldo e l'aria condizionata non funziona. Accanto a me una donna indossa il velo e un kaftan. Penso che debba avere molto caldo, così le porgo il mio ventaglio. Lei mi ringrazia con un gesto del capo, ma presto me lo restituisce facendomi capire che Luca, il mio compagno di viaggio, ne ha più bisogno di lei. È in pantaloncini e maglietta, ma madido di sudore.

Arriviamo alla stazione di Casablanca. Hanane non c'è, sta assistendo la suocera in ospedale. Vedo un uomo in tunica bianca con accanto due facce a me note: i figli di Hanane. Li saluto calorosamente, ma sono distaccati e sembrano non capire: cosa

ci faccio io lì? Il padre di Hanane si presenta in arabo e ci fa segno di andare. In macchina vi è il silenzio più totale, rotto dalla radio che diffonde musica araba. Dal finestrino i miei occhi vedono una città divisa tra locali sul mare, discoteche, grandi magazzini e asini che trainano carretti stracolmi di menta, mercati con frutta e verdura lungo la strada, banchetti improvvisati con pezzi di carne appesi. A tratti arrivano odori nauseanti. Guardo Luca, lo vedo completamente spaesato; con gli occhi ci rimandiamo tutto il nostro stupore.

Da un balcone tre donne ci salutano. L'accoglienza è calorosa e con mia gioia scopro che i fratelli di Hanane parlano un po' di francese. "Almeno così ci possiamo capire", penso io. Ci accomodiamo su un divano che copre tutto il perimetro della stanza davanti ad un piccolo tavolino rotondo. Sono affamata, sto per afferrare un pezzo di pane, ma mi blocco perché il capofamiglia intona una preghiera. Via libera, si può mangiare, ma di nuovo mi fermo: Mohammed, il fratello di Hanane afferra un pezzo di pane, lo intinge nel piatto comune e lo usa per prendere un pezzo di carne. Fa la scarpetta nel piatto in cui è servito il pranzo? Lo stomaco mi si chiude, ma la mamma mi esorta a mangiare. Mohammed dice qualcosa in arabo, la madre fa una faccia sorpresa poi ride porgendomi una forchetta. La famiglia di Hanane mangia con gusto, attendendo il momento in cui infilerò il cibo. Con quella stoviglie in mano mi sento diversa. Penso ad Ariel la Sirenetta della Walt Disney e a tutte le volte che ho riso davanti alla scena dell'arricciaspiccia: come fa a non sapere che quella si usa per mangiare!

Sento il mio corpo contratto. "Al diavolo!" penso. Prendo con le mani un pezzo di pane e con estrema difficoltà raccolgo la carne: è una delle cose più buone che io abbia mai mangiato! Mi sporco i pantaloni, ogni volta che metto qualcosa alla bocca devo abbassarmi perché il tavolino è più basso del divano, mi sento impacciata, ma tutti sono entusiasti e dicono frasi in arabo che non comprendo. Appena il mio

piatto è vuoto qualcuno lo riempie di cibo. Più io faccio segno di non poterne più, più loro insistono. Penso che devono aver speso molti soldi per questo pranzo.

Il capofamiglia prende il telecomando e tra i canali di sport cerca quello dedicato al calcio; fa dei cenni indirizzati a Luca che ho l'impressione inizi a sentirsi più a suo agio. Io chiacchiero con le sorelle, faccio apprezzamenti sui loro henné e i bracciali che indossano. Immediatamente mi trovo in mano i bracciali, insistono perché io li tenga. Chiedono quali sigarette fuma Luca e immediatamente parte Mohammed che torna poco dopo con un pacchetto di Marlboro. Inizia il rituale del the. Ammiro la teiera, la mamma si alza, mette il velo e torna dopo poco con una teiera per me e una per Luca. Questa ospitalità è troppo! Loro non possono permetterselo. Come farò a sdebitarmi? Forse durante l'uscita nel pomeriggio che Mohammed sta organizzando per noi. Chiedo se dove ci porteranno è vicino alla moschea di Hassan II, la più grande del Marocco. Mi guardano stupiti: "Vuoi vedere la moschea?". "Certo!", rispondo io. Sorridono.

La moschea fiancheggia l'oceano ed è emozionante, ma tutti scalpitano per portarci al Marocco Mal. Un parco? Un museo? Un altro luogo di culto? Arriviamo davanti al più grande centro commerciale dell'Africa, con tanto di acquario, parco giochi, fontane danzanti al ritmo di "Let's get loud" di Jennifer Lopez. Ogni cosa viene pagata da loro. Luca prova ad imporsi, ma non c'è modo

di sdebitarci. Quando si allontanano condividiamo l'imbarazzo del ricevere senza poter dare; io dico che dovremmo accogliere quello che ci offrono godendoci il resto della giornata. Da quel momento tutto cambia. Siamo in contatto con le nostre emozioni, liberi dai limiti mentali delle nostre preoccupazioni e dei nostri giudizi.

A casa ci aspetta una cena abbondante, il clima è molto più disteso. Prima di iniziare chiedo se posso fare una preghiera per ringraziare del cibo e della giornata passata insieme a loro. Mohammed traduce. L'emozione è fortissima. Aiuto le donne a sparecchiare la tavola, cerco Luca ma non lo vedo più, capisco che è tra gli uomini. Arriva una signora è la tatuatrice che è stata chiamata dalla mamma per farmi fare l'henné. Inizio io, poi le sorelle. C'è caldo e siamo tutte con il viso scoperto. Le donne parlano in arabo, io non comprendo nulla e mi limito ad ammirare le sue mani colorate di rosso. Si sentono dei passi: sono gli uomini. Presto la mamma e la tatuatrice di rimettono il velo. Ci salutiamo e andiamo a dormire. Ripenso a tutto quello che abbiamo condiviso senza le parole, in meno di ventiquattro ore. Mi lascio cullare dal suono dell'adhān e mi addormento.

Durante il tragitto verso la stazione rivedo i carretti, gli asini, i mercati. Non riesco a trattenere le lacrime. Io e Luca attendiamo il treno in silenzio, ogni tanto ci scambiamo degli sguardi. I nostri occhi e le nostre pance stanno comunicando, non c'è bisogno di parole.



IL SORRISO DI MERCY

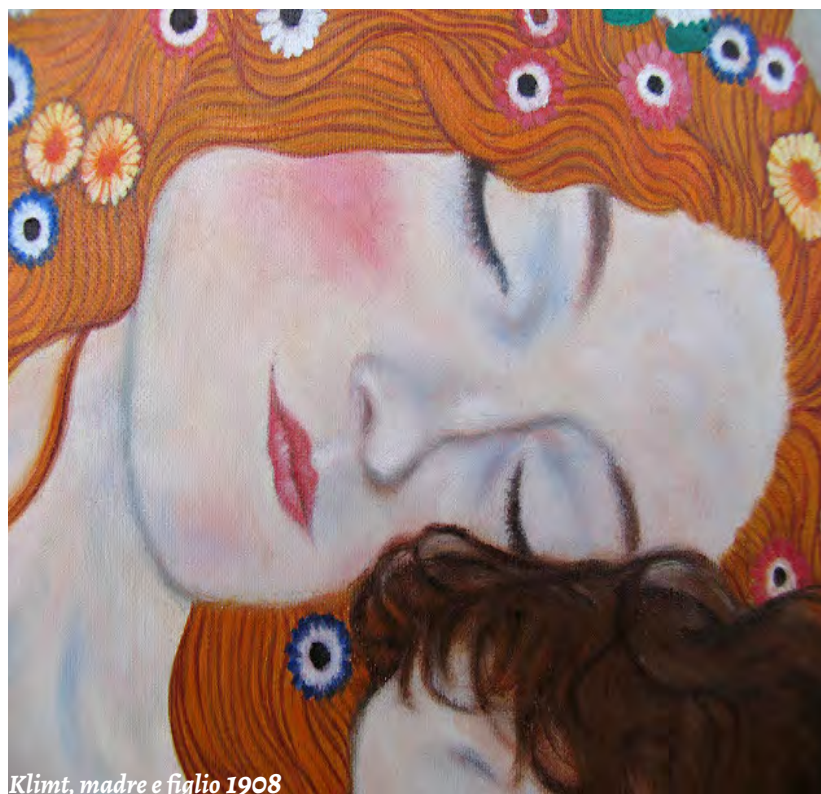
SCOPRIRE LE NOSTRE RISORSE ATTRAVERSO
LA CONDIVISIONE

DI SILVIA VESCOVI

IO NON HO BISOGNO
DI DENARO.
HO BISOGNO DI SENTIMENTI,
DI PAROLE,
DI PAROLE SCELTE
SAPIENTEMENTE,
DI FIORI DETTI PENSIERI,
DI ROSE DETTE PRESENZE,
DI SOGNI CHE ABITINO GLI ALBERI,
DI CANZONI CHE FACCIANO
DANZARE LE STATUE,
DI STELLE CHE MORMORINO
ALL' ORECCHIO DEGLI AMANTI.
HO BISOGNO DI POESIA,
QUESTA MAGIA CHE BRUCIA LA
PESANTEZZA DELLE PAROLE,
CHE RISVEGLIA LE EMOZIONI E DÀ
COLORI NUOVI.

ADA MERINI

Quando mi chiedono che cosa non posso dimenticare di quel giorno, rispondo sempre "tre cose": la prima è il pensiero che ho avuto quando ho aperto gli occhi e ho visto il mio bambino sano e salvo, "Siamo vivi"; la seconda è il viaggio della speranza verso il paese vicino dove pregavo di trovare i miei amici; la terza è il sorriso di Mercy. Ricordo il boato sinistro, il rumore degli oggetti in casa, dei mobili, i quadri che cadono, la polvere bianca, il fumo fuori nella strada e quella sensazione di smarrimento e vertigine data dal terreno che trema sotto i tuoi piedi e sembra non voler smettere mai. Ora Lorenzo ha dieci anni e ci siamo trasferiti nella città dei miei genitori a due ore di



Klimt, madre e figlio 1908

macchina dal piccolo paese di provincia dove vivevo in affitto dopo la separazione da mio marito. La cosa sorprendente è che ogni anno da allora il giorno prima della vigilia di Natale vado a trovare Mercy e la sua famiglia, a duecento chilometri da casa mia. E' un appuntamento fisso e neanche la neve o il mio lavoro ci hanno mai fermato. Mercy vive con il marito Adam e i tre figli, un poco più grandi di Lorenzo. Quando la gente mi chiede incuriosita che cosa mi lega tanto a loro, a quella famiglia così diversa dalla mia, io racconto la storia di Anna, la donna manager con un bambino di quattro anni, appena separata dal marito, alla ricerca di una vita nuova. In quel periodo mi sentivo del tutto diversa da come sono ora, piena di incertezze e di rimpianti. Mi trovavo completamente sola in un paesino di poche case, in cerca di una nuova stabilità, lontana dai famigliari e dalla casa dove avevo vissuto per anni e anni. Sono sempre stata in-

troversa e poco loquace, non amavo fare amicizia, nè mettermi a parlare per la strada con i passanti, come facevano le donne del posto. Ad una vita già incerta, dove il futuro sembrava fumoso e la paura per il figlio che crescevo da sola aumentava ogni giorno, il terremoto aveva dato un'ultima, potente, indelebile scossa. Un attimo dopo avevo Lorenzo in braccio e correvo per la casa. Mercy e Adam, che abitavano nell'appartamento a fianco, chiamavano i figli a gran voce. Una parte della scalinata era quasi inagibile e davanti al portone era caduto un pezzo di muro. Nello mio sguardo doveva esserci panico e terrore, lo stesso che vedevo negli occhi dei due genitori che mi ero trovata di fronte. Una volta radunati tutti e tre i loro figli Mercy e Adam si sono abbracciati e hanno pianto e poi mi hanno chiesto se stessimo bene. Non scorderò mai quello che è accaduto. Adam ha aiutato tutti quanti ad uscire dalla porta e, rischiando di farsi del male,

è rientrato per un attimo nella casa piena di crepe, calcinacci e intonaco staccato a prendere del cibo e delle coperte. Di quello che è accaduto prima che arrivassero i soccorsi, ho frammenti di ricordi confusi: Mercy che prende in braccio Lorenzo che piange e lo culla seduta per terra accanto ad un albero con i tre figli stretti attorno a lei; Adam che mi porge la sua coperta e una mela; il sapore della polvere e l'odore della terra. Trascorsa quasi un'ora il mio pensiero è andato agli amici che vivevano nel paese vicino e Mercy ha suggerito di andarci a piedi per vedere se stavano bene; anche loro avevano una coppia di connazionali che vivevano a due chilometri di distanza. Quel viaggio deve essere durato forse una mezz'ora, ma a me era sembrata un'eternità. Lorenzo aveva ripreso a piangere e anche gli altri tre bambini erano in preda allo

sconforto. Così Adam ha iniziato ad intonare una canzone buffa e i bambini a fargli eco, ridendo. Lorenzo, che aveva smesso di piangere, sorrideva e cantava imitando gli altri. Mercy per tutto il viaggio mi aveva cinto le spalle con il suo braccio, sorridendo: "l'importante è che siamo qui, che siamo vivi!". Quando siamo a tavola tutti insieme, una volta all'anno, ricordiamo come in un rituale quei momenti duri di paura. Mercy mi ha sempre detto che mi guardava con ammirazione e che di me aveva apprezzato il coraggio di crescere così bene un bambino da sola. E in quei momenti di terrore nei miei occhi ha visto i suoi. Non eravamo diverse ed era come se le dessi un po' del mio coraggio. Io invece in lei, come nel marito, ho ammirato la forza e il sorriso anche nei momenti più difficili e quella naturalezza con cui donano il proprio



Renoir, donna con bambino 1879

aiuto agli altri. Anche ora, dopo sette anni, quando mi chiedono che cosa non posso dimenticare di quel giorno rispondo "tre cose" e una di queste è il sorriso di Mercy.





DONNE AL CENTRO

Parlando si impara... e ci si diverte!

Il rito del tè

Un libro in compagnia

Piccoli laboratori creativi

Raccontarsi fra donne

Chiacchiere in libertà

Condividere il "saper fare"

Aperto a tutte le donne
di origine straniera
con tutti i livelli di italiano.
E anche alle donne italiane
che hanno voglia
di conoscere il mondo.

E mentre le mamme
chiacchierano
i bambini avranno
uno spazio
di gioco dedicato!

tutti i martedì

dal 13 dicembre 2016

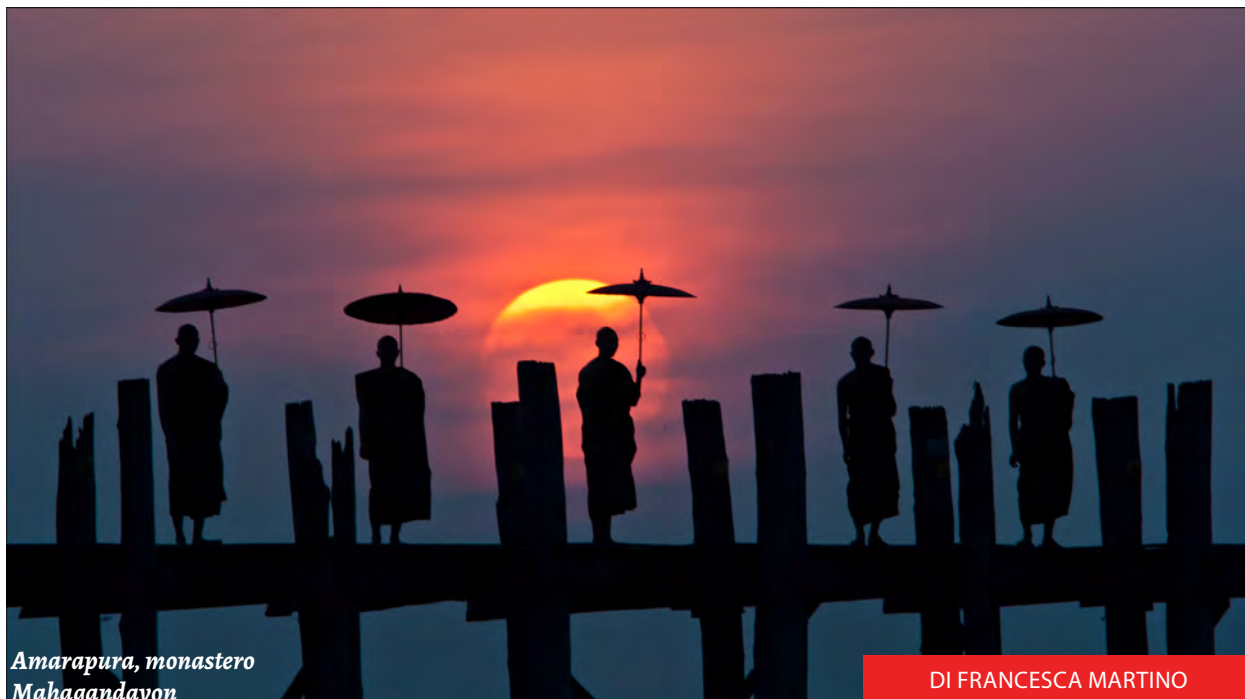
ore 17.30 - 19.00

via Bandini 6 Parma



FEDE, FIDUCIA, CORAGGIO

ANDARE OLTRE I LIMITI IMPOSTI DALLA MENTE



Amarapura, monastero
Mahagandayon

DI FRANCESCA MARTINO

.....MA SEDENDO E MIRANDO,
INTERMINATI SPAZI DI LÀ DA
QUELLA,
E SOVRUMANI SILENZI,
E PROFONDISSIMA QUIETE
IO NEL PENSIER MI FINGO,
OVE PER POCO
IL COR NON SI SPAURA.
E COME IL VENTO
ODO STORMIR TRA QUESTE
PIANTE,
IO QUELLO INFINITO SILENZIO
A QUESTA VOCE VO
COMPARANDO....
COSÌ TRA QUESTA IMMENSITÀ
S'ANNEGA IL PENSIER MIO:
E IL NAUFRAGAR M'È DOLCE IN
QUESTO MARE.

Giacomo Leopardi

Qualche giorno fa, in un umido pomeriggio autunnale di Milano in cui anche il cielo sembrava partecipare agli eventi che si svolgevano sulla terra, è morta un'amica di mio figlio per complicanze intervenute su una diagnosi di cancro.

Si sono conosciuti frequentando entrambi il reparto di pediatria oncologica dell'Istituto dei tumori, percorrendo insieme la lunga traversata che dovrebbe portare, grazie a cure che lasciano il segno sul corpo, da una diagnosi scioccante ad una vita "normale", se di normalità si può parlare dopo un'esperienza del genere, dopo che hai scoperto – appena adolescente – che la tua vita è fragile come sottile cristallo, che andare a scuola o uscire con gli amici è un grande privilegio, che potrebbero amputarti una gamba o un braccio per cercare di salvarti la vita. La sua morte è stata un terremoto nel cuore già lesionato dei giovanissimi pazienti, dei loro genitori, dei medici e di tutto il personale del reparto che con tanto amore curano questi ragazzi, un colpo sferrato

all'ottimismo e al coraggio conquistati con molta fatica, lottando ogni giorno senza rilassarsi mai.

Conquiste fragili, certo, sicurezze che possono essere travolte dall'esperienza quotidiana che ti trascina dentro il dolore di questa ragazza, dentro la rassegnazione che leggi negli occhi del padre e la disperazione della mamma che abbracci forte forte, come se volessi infonderle un po' della forza residua che ti è rimasta.

Questa forza così necessaria ad affrontare la malattia, fisica o spirituale, ha bisogno di essere alimentata da qualcosa, ha bisogno che nel cuore ci sia la fiducia o la fede, perché può essere che la tua mente diventi anche la tua peggiore nemica. Occorre riuscire ad andare oltre quello che la tua intelligenza ti suggerisce, pensieri che si affastellano uno sull'altro non appena molli un attimo il controllo e che ti convincono che sei fragile ed esposto, ti riportano alla memoria le statistiche, gli esiti infausti, le parole dei medici, le informazioni che hai cercato su Internet, le tue paure profonde, le con-



Botticelli; particolare 1467

vinzioni radicate e persino il ricordo delle tue esperienze personali. Non sempre tutto questo ti aiuta. Andare oltre questi pensieri è la cosa più difficile, riuscire a credere in qualcosa di diverso da ciò che vedo o mi sono abituata a credere è la mia grande sfida quotidiana. So affrontarla solo con la fede, la mia unica arma, la mia nave per attraversare il mare di sofferenza. Pratico il Buddismo della scuola Nichiren da molti anni e ogni volta che ho paura medito e recito il mantra Nam Myoho Renge Kyo fino a quan-

do la paura non passa, almeno per un po' di ore sostituita da una fiducia che mi dà tregua, che mi lascia riposare.

Quando i pensieri negativi mi aggrediscono e la mia ansia mi impedisce di respirare, recito il mantra fino a quando il mio cuore si riempie di ottimismo.

Quando la mia razionalità mi spinge al pessimismo e non riesco a concentrarmi su altro che non siano le più fosche previsioni, inizio a pregare fino a trasformare questo stato emotivo in qualcosa di diverso, che mi rende fiduciosa nel potere enorme della vita.

Quando non riesco a vedere un senso in quello che mi circonda, quando non capisco il motivo di tanta sofferenza, quando guardare bambini piccoli sopportare pene che non reggerebbe un adulto mi provoca un dolore troppo forte, la mia fede mi aiuta ad accettare, a intravedere le linee di un disegno più grande, che guardate troppo da vicino risultano sfocate e incomprensibili.

Pregare mi aiuta a vedere "oltre" la mia attuale situazione, a riconoscere gli immensi doni che la vita continua ad offrirmi, a mantenere la lucidità necessaria a muovermi nella

direzione giusta, a sentire gratitudine e felicità per il privilegio che ho di essere al fianco di mio figlio in questa sua esperienza.

A volte, però, quando tutto intorno a me sembra ardere in un grande incendio di sofferenza che consuma l'aria per sopravvivere, ho bisogno persino di trovare il coraggio di continuare ad avere fede nonostante tutto.

Ecco, quando riesco a trovare questo coraggio che mi porta a fidarmi, a sentire che ciò in cui ho sempre creduto è ancora valido nonostante le tempeste che cercano di farmi naufragare, in quel momento mi sento fortunata.

Mi sento fortunata perchè ho un mezzo che mi permette di affrontare questa grande prova, mi sento fortunata perchè riesco a percepire a tratti che in questo caos di dolore ed emozioni c'è un ordine, un piano, forse persino uno scopo: rendermi più consapevole del valore della vita e del senso che voglio attribuirle.

Sotto: Hiroshige; il senso della natura





Siamo amici,
io non desidero niente da te,
tu non vuoi nulla da me.
io e te dividiamo la vita.

Kahlil Gibran

OLTRE IL MURO UNO SPAZIO INFINITO.

di Lorenzo Dall'Olmo

**Nuovi mondi da scoprire.
Perchè sono curioso, perchè so di non
sapere, ma affamato di sapere e condivi-
dere, e, con te mi sazierò.**

Jonatan aveva una teoria interes-
sante.

Quando si avvicinava ai dissua-
sori di velocità, accelerava sempre.
Scalava la marcia e, pur avendo, di
norma, una velocità sostenuta, acce-
lerava in maniera violenta.

Il Moro, contrariamente, era un
uomo che guidava adagio, con parsi-
monia. L'andare in auto era un dono
e come tale lo sacralizzava con la
lentezza. In prossimità di un dosso,
rallentava al punto che la macchina
quasi si fermava.

Quando si incontrarono al bar del-
la piazza, il Moro stava bevendo un
caffè, liscio e senza zucchero, ed era
seduto solo, in un angolo, un occhio
alla tazzina e l'altro a un piccolo
giornale. Aveva col caffè lo stesso
piglio che aveva normalmente con i
dissuasori.

Jonatan, sporco di olio e grasso di
macchina, entrò insieme a un clien-
te parlando di valvole e iniezione di-

retta.

-"Qui anche oggi, Tango..." fece la
barista al compagno di Jonathan
senza nemmeno salutarli, alludendo
al Moro.

-"Vediamo se resta a fare la zecca an-
che oggi; che bisognerebbe sparagli
in faccia a certa gente, e fargli pa-
gare la cartuccia..." disse quello con
sdegno.

-"C...o poi non dice una parola; ooh!
solo buongiorno e arrivederci, che
pare di non averlo neanche tra i pie-
di che qualche volta esco dal bancone
in mutande.. che gli faccio pren-
dere un colpo..."

"Eeeh un colpo.. a quello lì neanche
che gli piacciono le femmine. Glielo
do io un colpo a quello lì. Vieni fuori
dal bancone in mutande quando ci
sono io che ti faccio vedere.. "urlò
ridanciano, sputando briciole di pa-
tatine tutt'intorno.

Jonatan bevve un calice di vino bian-
co senza assaporarlo, più veloce-

mente del solito sentendo il tono del
discorso tra Tango e la barista; storse
la bocca per respingere il sapore
di alcol in quelle undici di mattina
che erano, guardando un punto in-
definibile oltre il bancone, sulla pa-
rete a specchio dove stavano vari tipi
di liquore; buttò un occhio al Moro,
incrociò il suo sguardo, pagò e se ne
andò.

-"Ciao Bambi", disse mentre la salu-
tava, l'espressione ancora storta.

-"ciao Jonathan" gli fece lei con un
sorriso mellifluo.

Il giorno seguente, fu il Moro ad en-
trare nel bar. Sempre per bere un
caffè, liscio e senza zucchero, e sem-
pre con quello strano giornale sotto
braccio. Prese posto nello stes-
so angolo, governò il caffè affinché
durasse più di quei quattro secondi
che ci vogliono per berlo e cominciò
la lettura.

Jonatan stava già, erano soltanto le
dieci di mattina, bevendo un bian-

co. Stavolta era solo, non c'era alcun cliente con lui. Si destò dai pensieri, quando il Moro entrò.

–“Buongiorno” disse una voce pacata alle sue spalle.

–“Giorno... qui anche oggi sto rognoso...” fece con astio Bambi, sorridendo di un sorriso fasullo e goffissimo cominciando ad asciugare i bicchieri con maggior forza.

–“Che male ti fa?” le chiese Jonatan senza voltarsi, ormai aveva capito chi fosse entrato.

–“Boh non so.. a pelle. Nessun male. Non lo sopporto” compitò, “viene qua, beve solo un caffè e sta più di un' ora a leggere.. non dice una parola, sempre puntuale, educato, metodico. E' diverso da voi tutti.. non lo sopporto” ripeté ancora.

Jonatan tracannò, per non sentire altro ciarpame uscire da quella bocca. Doveva proprio piacergli il vino, pensò il Moro. Vista l'ora e l'avidità nel berlo. Qualcosa per lui di sconosciuto, essendo astemio.

Il comportamento del Moro era inconcepibile. Jonatan non si era mai abituato a stare in un bar senza fare qualcosa che non fosse bere. Era impensabile per lui restarci, anche dopo aver bevuto un drink, per chiacchierare, leggere o pensare. Sembrava quasi che, anzi Jonatan sapeva che, dovesse giustificare, acquisire il diritto a stare dentro un bar ogni squallido secondo, consumando. Era molto incuriosito da quel uomo che con un caffè gestiva un' ora del suo tempo in un pubblico esercizio e poi, salutando educatamente e riponendo la tazzina sul bancone, se ne andava.

La terza volta che si incontrarono Jonatan decise che aveva voglia di pagargli un caffè. Quell'uomo islamico, sempre seduto allo stesso angolo, sempre assorto nella lettura del giornale.

Mezz'ora dopo essere uscito dal bar intravide una persona sulla soglia, dopo aver oltrepassato l'enorme muro di quella ex cascina rivisitata. Cappello stretto tra le mani, espressione austera. Entrò in punta di piedi, quasi per non sporcare dentro la sua autofficina, per sua natura sporca e imbrattata.

–“Dica” lo accolse Jonatan.

–“Buongiorno. Volevo ringraziarla

per avermi offerto il caffè ma non posso accettare, tenga...” rispose il Moro allungando una moneta dalla tasca.

Jonatan capì che insistere lo avrebbe offeso, uscì da sotto la macchina che aveva levata sul carro ponte, si pulì le mani meglio che poté usando uno straccio, prese la moneta e si presentò. Il Moro gli fece subito una bella impressione. La stretta di mano era salda, forte ma non letale, ferma. Si guardarono negli occhi il tempo necessario per notare che uno, l'orientale, li aveva verdi smeraldo e l'altro, l'italiano, azzurro celesti.

–“Cosa devo fare per offrirti un caffè?”

–“Vuoi offrirmi un caffè?, lascia che io faccia qualcosa per te, prima” rispose il Moro.

Avvennero due cose quel giorno: la prima, Jonatan finalmente trovò l'aiutante socio che stava cercando da tempo. Mohamed era oltre modo serio, affidabile, volitivo e onesto. Gestiva la ragioneria dell'attività inoltre, essendo stato un ingegnere elettronico in una di quelle centrali irachene che gli americani avevano supposto producessero armi atomiche, aveva conoscenza e manualità in un ambito nel quale Jonatan si muoveva a tentoni. Fare l'elettrauto per lui era un ritorno alle origini, quando a Mosul aiutava lo zio a sistemare le auto del quartiere. In tempi di scarsità di lavoro e di grande concorrenza delle case automobilistiche, riuscirono ad ampliare l'offerta ai clienti, per offrire non solo assistenza motoristica.

Ideò un sistema di gestione delle attese e partecipò all'acquisto, con i pochi risparmi portati dall'Iraq, di un'auto sostitutiva da dare al cliente che per guasti gravosi doveva rinunciare alla propria per più di due giorni. Aumentarono le commesse e diminuirono molte preoccupazioni sul futuro dell'attività che il padre aveva fondato negli anni '60 e che negli ultimi dieci era in perdita, e per via della grande popolarità di Jonatan, molti di quelli che prima lo guardavano malamente, adesso vedevano Mohamed per quello che era, una risorsa, un nuovo membro della comunità sul quale fare affidamento. In giro per il quartiere, pur indos-

sando la tunica della domenica che fino a qualche mese prima veniva guardata con sdegno, passeggiando con moglie e figlia, la maggior parte delle persone lo salutava cordialmente anche solo con un cenno del capo.

La seconda fu che il Moro poté evitarsi di leggere tutti i giorni il giornale in lingua araba delle offerte di lavoro in Lombardia, una cosa deprimente data la natura delle offerte.

Qualche mese dopo, al bar della piazza, Jonatan e Mohamed, un apolide col suo amico rifugiato, presero il solito caffè insieme, uno corretto grappa l'altro liscio e senza zucchero; consumarono al bancone, di prescia che c'era un Alfa con carburatore nuovo da riconsegnare per mezzogiorno, e Jonatan pagò per entrambi come sempre e una volta usciti, la prima da quando avevano cominciato a lavorare insieme, Mohamed sorridendo non tirò fuori di tasca la moneta, lasciando che l'amico gli offrisse il caffè.

Tornando trovarono Tango, in attesa poggiato alla macchina braccia conserte.

–“Devo far registrare le valvole alla Alfa, ma non da lui, hai tempo?”

–“Alfa?” domandò Jonatan dopo un breve ironico cenno d'intesa col Moro, “Mi spiace, non aggiustiamo più le Alfa...” disse passando.



Van Gogh: sitting in a cafe
1886



SAPORE DI LIBERTA' E FRATELLANZA

RIMASTO NEL CUORE DEI MOLTI CHE CON GIOIA LO

CONDIVIDERANNO CON ALTRI E ALTRI ANCORA.

DI ANTONELLA CORTESE

FINO A CHE PUNTO STIAMO PERDENDO LA LIBERTÀ DI VEDERE LE PERSONE PER QUELLO CHE SONO, DI ACCOGLIERE CON CURIOSITÀ LA LORO DIVERSITÀ? GIUDICHIAMO SENZA CONOSCERE, PRIVATI DEL PIACERE DI SCOPRIRE L'ALTRO, CHIUSI DENTRO PAURE E PREGIUDIZI.

LA NOSTRA CHIUSURA IMPEDISCE ALLE PAROLE FRATELLANZA E UGUAGLIANZA DI ESSERE PARTE DELLA NOSTRA VITA.

Il treno per Milano è affollato, fuori piove e i finestrini sono appannati, innumerevoli goccioline si inseguono sui vetri, c'è odore di giornata appena cominciata, di persone che hanno appena preso il caffè, qualcuno si stropiccia gli occhi leggendo un quotidiano. Ogni volta mi attardo ad osservare, sempre con discrezione, i miei compagni di viaggio, cercando di imma-

ginare le loro vite e cosa li ha portati sul mio stesso treno, che giornata avranno, quale sarà il loro lavoro, a quale stazione scenderanno.

Quando si è pendolari si tende a riconoscere un po' tutti, perché solitamente siamo abituarini, scegliamo la stessa carrozza e occupiamo gli stessi posti.

La scorsa settimana tra i viaggiatori alla fermata di Piacenza è salito un uomo alto, corpulento, con una lunga barba e una djellaba marrone. E' entrato nello scompartimento immerso nei suoi pensieri, forse pregando perché sgranava un rosario e muoveva impercettibilmente le labbra.

Portava con sé una cartella marrone a tracolla e ha trovato posto non lontano da me. Ho notato che gli altri passeggeri hanno cominciato a guardarlo e i miei vicini, appropriandosi dell'attività preferita, hanno iniziato a fare congetture sul passeggero che, imperturbabile, guardava dal finestrino.

Alla fermata successiva è salito un altro uomo, intento anch'egli alla preghiera, che gli si è seduto accanto. Intanto mi giungevano spezzoni di discorsi dei miei vicini che, oltre alla curiosità, lasciavano spazio a preoccupazione e, addirittura, paura. "Che cosa ci fanno qui? Ricordi l'attentato sventato negli Stati Uniti?"



Sì, quello nel treno dove per fortuna c'erano due ex marine che hanno subito capito cosa stava per succedere e sono intervenuti!".

Ormai nello scompartimento era palpabile un certo disagio collettivo, l'associazione di idee che evocavano i due passeggeri in djellaba rimandava a scenari di paura e sofferenza. E io mi chiedevo fino a che punto stiamo perdendo la libertà di vedere le persone per quello che sono, di accogliere con curiosità la loro diversità, senza sentirci turbati e in pericolo se nel nostro treno troviamo due uomini barbuti con caftano.

Giudichiamo senza conoscere, influenzati dai media che rimbalzano immagini strazianti e che ci inducono a fare di tutta un'erba un fascio. Mentre riflettevo su questa privazione che in qualche modo ci sta pervadendo e ci toglie il piacere di scoprire l'altro, i due uomini hanno iniziato a parlare in arabo, a fare cenni con la testa ed hanno cominciato ad aprire le loro borse scarabellando qualcosa guardandosi intorno. Immediatamente è sceso il silenzio, gli occhi di tutti puntati sulle mani dei due passeggeri che si sono guardati in faccia, scam-

biandosi alcune parole sottovoce. Silenzio. Poi, uno dei due ha aperto un pacchetto e, in perfetto italiano, ne ha offerto il contenuto ai signori seduti di fronte, dicendo loro che sarebbe stato onorato di far loro assaggiare i dolci marocchini che gli aveva appena portato il suo amico. Perché per lui sarebbe stato impensabile e maleducato cibarsene da solo, le gioie si devono condividere!

Sotto: Bresson, Squares



Associazione di volontariato Kwa Dunia - Parma
via Bandini 6a Forum Solidarietà Parma

Il progetto Kwa Dunia

Dal 1993 Kwa Dunia opera nell'ambito dell'educazione interculturale e proprio per questo le sue azioni non sono specificamente rivolte ai migranti. L'approccio interculturale infatti si pone come obiettivo quello di facilitare il confronto e lo scambio culturale tra le persone, indipendentemente dalla loro provenienza: ognuno è portatore di una specificità, di un patrimonio conoscitivo e relazionale che può essere condiviso nella comunità e Kwa Dunia si assume il compito di contribuire a creare spazi di incontro e condivisione, resi oggi più difficili da un clima di diffidenza e resistenza manifestato soprattutto dalle comunità autoctone.





Alfred11 Leonid Afremov

INCONTRARMI PER SCOPRIRE LA BELLEZZA DELL'ALTRO

di ANDREA TORSSELLO

QUESTA VOLTA LASCIATEMI
ESSERE FELICE,
A NESSUNO E' SUCCESSO
NIENTE,
NON MI TROVO DA ALCUNA
PARTE,
ACCADE SOLAMENTE
CHE SONO FELICE
IN TUTTI I PUNTI DEL CUORE,
MENTRE CAMMINO,
DORMO O SCRIVO.
CHE POSSO FARCI: SONO FELICE
(..)

PABLO NERUDA

Piovigginava; "bruscolava" diceva quel "nanetto" di mio figlio. Erano le 8.25 del mattino. Avevo appena richiuso la portiera del taxi dietro di me, pronto a farmi trasportare ai piedi della redazione per tornare al lavoro; avevo ancora il sapore della marmellata sulle papille, l'aroma del caffè su per le narici e avrei desiderato chiudere gli occhi ancora un poco, per un breve pisolino. Invece entravo in un ufficio già denso di rumori, suoni, voci. Mi ero seduto alla scrivania quanto prima, dispensando saluti stanchi e sorrisi pallidi a chi incontravo forse perché ero ancora toccato dal dialogo appena avuto con il tassista che cordialmente, prima di scendere mi aveva augurato buona giornata. Cercando di riorganizzare le idee, ripercorrevi a grandi falcate con la mente i discorsi fatti lungo il tragitto. Appresa

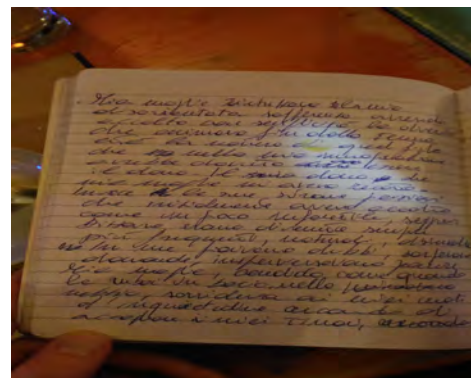
la mia professione da una telefonata che avevo fatto in macchina a un collega, l'uomo aveva iniziato a parlarmi di quanto fosse disgustato di quello che apprendeva dai quotidiani. Si riferiva alla cronaca cittadina, a un brutto caso di rapina, spaziando sempre più ad altri eventi, senza mai specificare più di tanto i contenuti dei suoi esempi. Ne avevo tratto solo che era favorevole alla pena di morte e convinto che gli immigrati dovessero "stare a casa propria", così nessuno si sarebbe fatto male. Diceva che "gli altri", non saprei a chi si riferisse, gli davano dello xenofobo, sorrideva bonario. Lo avevo lasciato parlare mostrando soltanto il mio interesse con alcune domande; per lo più avevo taciuto mentre dentro di me crescevano emozioni di rabbia e disgusto. Mentre cercavo di passare ad altri pensieri meno gravosi avevo

appoggiato i gomiti sulla scrivania, appoggiato il mento sulle mani intrecciate davanti, con lo sguardo fisso sul desktop del computer.

Finalmente riuscivo a impugnare il mouse e cercare di darmi da fare, per mettere da parte prima di tutto le emozioni che stavano ancora riverberando dentro di me come una gelida tramontana sulla pelle, e ancor di più per silenziare il suono di quelle parole che ancora riecheggiano nelle mie orecchie. Eppure ero irrequieto, di lavorare non se ne parlava. Allora mi decidevo ad alzarmi e andare al distributore automatico, a prendermi un caffè. Là incontravo Dario, un collega con cui non avevo molto rapporto, era appena arrivato in stage: sembrava intimorito dai ritmi della redazione, o almeno, questa era stata una sensazione osservandolo aggirarsi per l'ufficio. Non avevo nessun desiderio di dialogare e così mi attenevo al silenzio dopo un sorriso e un ciao, benevolo ma asciutto. Dario aveva risposto timidamente, tanto che il suo saluto era stato impercettibile mentre il distributore provvedeva a procurarmi un caffè amaro. Mentre sorbivo la bevanda, il giovane collega provvedeva a inondarsi camicia e pantaloni di tè dopo un poderoso starnuto. Al di là del calore della bevanda sulla pelle, sono sicuro che le lacrime di Dario

tagliavano il suo viso per le risate e le sghignazzate di alcuni colleghi nei paraggi. Lo consolavano, non tralasciando sfottò e derisioni. Avevo una camicia di ricambio nella scrivania, e così... Lui mi aveva ringraziato, nessun problema, avevo risposto io. Continuavo la mia opera di distrazione cercando rifugio nel lavoro, seppure quelle risatine continuavano e Dario sprofondava sempre più nella sua scrivania, puntellato di vergogna contro lo schermo del suo pc. Forse piangeva ancora. Dal mio canto, sentivo ancora una profonda irritazione sottopelle. Avevo lavorato a due pezzi: il primo su di una donna che era stata sfigurata dall'acido da un suo ex fidanzato, un professionista di successo; il secondo riguardava un padre che aveva accoltellato il proprio figlio transgender. Poi si era tolto la vita. Ho deciso mi sono dato malato. Sono andato a casa presto nel pomeriggio. Ho detto a Chiara di lasciare stare. Andavo io all'asilo a prendere Luca. Avevo deciso di stare con lui, di proteggermi grazie a lui. Avremmo letto insieme un bel libro sulle emozioni, lo adorava. Un libro delle emozioni, dove si potevano inscrivere le storie della vita, mi dicevo, e imparato ad accettarle in noi come negli altri. Luca adorava giocareci assieme, era il nostro piccolo gioco dell'oca.

Mi permetteva di mettermi tutto alle spalle, o meglio, di attraversare tanto di quello che vivevo. Il mio "nanetto" mi aveva insegnato un gioco da grandi, che io ancora non riuscivo a giocare da solo. "qual è la tua emozione preferita gnometto?" "Papà! Ho 5 anni non sono più uno gnometto, eppoi vivono nei boschi gli gnomi! Comunque la mia emozione preferita non c'è! Mi piacciono tutte: forse, ho paura della paura, mi viene da chiudere gli occhi di fronte all'odio, sono triste quando penso all'abbandono. Mi arrabbio tanto quando vedo la colpa. Non è facile, papà, ma solo attraversandole tutte possiamo arrivare fino alla gratitudine e vincere!!!" "Hai ragione, Mio adorato. Da dove iniziamo oggi?". Sorrideva timidamente, "ehm, dallo sconforto? Non mi ricordo cosa significa.



LABORATORIO TEATRALE

HAI IL CONTROLLO DEL CONTROLLO?
LA GESTIONE DELLA COMPLESSITÀ NELLE RELAZIONI D'AUTO ATTRAVERSO
L'UTILIZZO DELLE TECNICHE DEL TEATRO DI IMPROVVISAZIONE



"Teatro significa vivere sul serio quello che gli altri nella vita recitano male" E. De Filippo

CORSO BASE 2017
MODULO DA 36 H
DA GENNAIO A MAGGIO

RIVOLTO A COLORO CHE OPERANO NELLE RELAZIONI D'AUTO
(PSICOLOGI - TERAPEUTI - MEDIATORI - INSEGNANTI - AVVOCATI - EDUCATORI ETC...)

SEDE DEL CORSO: GRADA VALLAZZA 6 -
PARMA
PER INFO E COSTI:
TEATROIDIPSI@IDIPSI.IT
WWW.IDIPSI.IT

GOODLUCKFORM
ALTERNATIVE TEATROLOGICHE

idipsi



Castellani, Assoluto 1976

DIALOGO CON ATTILIO PIAZZA

DI ALESSIA RAVASINI

‘HO RAGIONE IO’, ‘E’ COLPA TUA’, ‘SE TU FOSSI...’ ETC SONO COMUNICAZIONI CHE SPESSO COMPLICANO LE RELAZIONI AFFETTIVE E ABBASSANO IL LIVELLO DI COSCIENZA DELLE PERSONE, AUMENTANDO LE POSSIBILITÀ DI SOFFRIRE.

L’ABITUDINE A COMPLICARE E L’ARTE DI ACCOGLIERE

Per le persone in coppia che desiderano continuare il proprio percorso di crescita, quali chiavi possono aiutarle?

[A. Piazza] Innanzitutto il libro “Mindfulness per le Relazioni Affettive” si rivolge sia agli adulti che hanno famiglia, che ai single e alle coppie.

Queste, per ora poche, coppie che riconoscono di essere in un reciproco percorso di crescita, oggi hanno a disposizione un’infinità di strumenti che possono recuperare consultando brevi video on line, seguendo dei percorsi di crescita, o attraverso la lettura di libri, come ad esempio questo di cui stiamo parlando, che è un manuale ricco di informazioni, di esperimenti da fare, di consigli, di inviti e di strumenti per apprendere la differenza

tra complicare le cose complicate, oppure semplificarle.

Comunemente si tenderebbe ad essere esperti nell’arte di complicare, cosa che sappiamo fare già da molto tempo, poiché la impariamo dagli esempi che abbiamo dai mass media, da quello che si trova sui giornali e nella gran parte della letteratura. Alcuni di noi hanno anche avuto il “privilegio” di imparare l’arte del complicare, apprendendola direttamente dai propri genitori.

Fin qua nulla di nuovo. In tempi recenti sta crescendo l’interesse ad imparare un’altra arte: quella di semplificare le relazioni aprendosi al buon senso e all’amare.

Le persone devono sapere che esiste la possibilità di imparare l’arte di comprendere l’altro e di rispettarlo lasciandolo essere. E qui arriva la Mindfulness, con la sua

comprensione che tutte le reazioni, così dette negative, in realtà sono dissolvibili con la capacità di accoglierle incondizionatamente e di riconoscerne la loro natura illusoria e, allo stesso tempo, benefica. Come può una cosa negativa essere benefica? Cosa intendi per "un aspetto negativo di una relazione che, una volta accolto, rivela sia la sua natura illusoria, che la sua natura benefica? Sappiamo, già da tempo che quando accogli e lasci essere nel silenzio e nello spazio profondo del tuo cuore un qualsiasi elemento negativo, questo tende a dissolversi e a trasformarsi in maggiore coscienza. Anche Eckart Tolle ha segnalato questo fenomeno, e ha insegnato a riconoscere l'effetto di accogliere dentro al cuore una qualche sofferenza. Accogliere non significa subire, non significa mandare giù, ma significa sapere di poter far affidamento in un'intelligenza che tradizionalmente è rintracciabile

nell'area del cuore e attribuita al cuore stesso; un'intelligenza che non soltanto sa includere ma implicitamente sa trasformare sofferenza in amore o in luce o in maggiore consapevolezza. Chi medita ha anche fatto l'esperienza di come, alla luce della coscienza, ciò che viene accolto si trasforma in maggiore consapevolezza, in maggiore luce e in maggiore beneficio. Questa è una facoltà che le persone che hanno già qualche pratica di mindfulness, di meditazione, possono riconoscere dentro di sé. Ovviamente cominciando da qualcosa che è semplice da tenere a cuore, cominciando da un piccolo disagio o da un piccolo dolorino emozionale che sia facilmente gestibile. Se non è gestibile, è meglio rivolgersi ad un esperto che possa aiutare le persone a fare questa esperienza e a riconoscerne i benefici. Le emozioni negative quindi non solo rivelano la loro natura illusoria ma rivelano anche la loro natura benefica, perché una volta assorbite nel profondo

del cuore, ne traiamo un profondo beneficio, quando dissolvendosi rafforzano il sentimento d'amore. Con questo, si rafforza anche il senso di espansione che a sua volta invita dei pensieri risolutivi sorprendentemente benefici. La cosa meravigliosa è che buona parte di questi pensieri, non sono stati imparati prima, sembrano crearsi dal vuoto, cioè non hanno un riferimento cognitivo per aver letto qualche cosa da qualche parte o averla imparata da qualche maestro illuminato, ma brillano di una luminosità propria che ha anche una sua potenza e una sua autorevolezza. Insomma, ci sono buone notizie per le relazioni affettive, poiché è già nostra esperienza condivisa con molti, che con gli strumenti giusti possiamo prendere delle buone nuove abitudini, basate sul rispetto, l'accoglienza e la concordia.



**Master biennale
2017-2018**

COINETICA

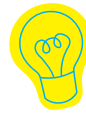
Opportunità lavorative • Libera professione • Associazioni • Case Famiglia • Cooperative • Istituti Scolastici • Strutture pubbliche e private che offrono servizi di mediazione familiare	Caratteristiche del corso Durata totale 400 ore Mediazione familiare, Diritto, Mediazione Scolastica, Pedagogia, Psicologia, Comunicazione. Stage presso centri pubblici e privati di mediazione familiare Numero partecipanti min. 10 - max 15 Quota di partecipazione 3400 + IVA Sede del corso strada Vallazza, 6 43100 San Pancrazio Parma In programmazione : GENNAIO 2017
---	---

Per informazioni e prenotazioni
 COINETICA - www.coinetica.it
www.la.giostra.deidiritti.org
www.idipsi.it
 tel. 340-5367337.

In fase di riconoscimento
A.I.Me.F

Con il patrocinio di





IN PATAGONIA

“Chi percorre il deserto scopre in se stesso una calma primitiva (nota anche al più ingenuo dei selvaggi), che è forse la stessa cosa della Pace di Dio” **Bruce Chatwin**

DI FRANCECA CURTI

In Patagonia, pubblicato nel 1977, diventato un cult, è un romanzo ibrido: di viaggio, autobiografico di ricerca e con marcati tratti antropologici.

Il libro circolarmente si apre, e si conclude, con la ricerca di un pezzo di pelle di brontosauo appartenuto alla famiglia del protagonista. Oggetto mitico che porterà Chatwin a intraprendere il viaggio della vita, che porta al luogo in cui tutti aspiravano a rifugiarsi per sfuggire alla paura dell'olocausto nucleare.

La Patagonia, terra estrema e lontana, diventa il simbolo dell'irrequietezza umana rappresentata da un'umanità variegata, multiculturale che Chatwin incontra durante il suo viaggio. Leggende, racconti, ritratti: Butch Cassidy, Darwin, Pigafetta, Colerige; si intrecciano con la presentazione di un mondo variopinto e anonimo: indigeni, italiani, gallesi, tedeschi, esuli russi, anarchici e fuggiaschi di tutto il mondo. Con un linguaggio asciutto e antiretorico,



Chatwin presenta ognuno intento a ricostruire un luogo in cui vivere, che, immancabilmente si trasforma in un non luogo in cui tutti cercano di creare ciò che hanno lasciato. Nell'arida, ventosa, inarrivabile Patagonia si ritrovano villaggi tedeschi, cibi italiani, inglesi che assaporano il loro tè, e sullo sfondo i fueghigni persi nel matè.

Perché rileggere In Patagonia oggi? Forse perché anticipa, e ci racconta, quel concetto così am-

pio e complesso che è la globalizzazione con cui tutti noi oggi dobbiamo confrontarci. La Patagonia, emblema di quel mondo sperduto e incontaminato in cui rifugiarsi, si rivela tante terre diverse in cui ognuno può ritrovare un pezzo della propria vita. Forse rileggere In Patagonia, come ogni libro di viaggio, ci rivela che l'uomo è, per sua natura, nomade e vagabondo sempre destinato all'incontro e al confronto con l'altro, e solo questo paradossalmente, lo porta alla libertà.



L'APPROCCIO SISTEMICO NELLE COSTELLAZIONI FAMILIARI CORSO BASE 2017

Docente Dott. Attilio Piazza

I 4 MODULI DEL PERCORSO BASE
E IL MODULO DI SUPERVISIONE APERTO AGLI ESTERNI

Destinatari

Aperto a tutte le persone interessate ad una crescita personale e ad una crescita professionale

1. ONE TO ONE

sabato 4 febbraio 2017

domenica 5 febbraio 2017

Mindfulness per le relazioni affettive e Le Chiavi del benessere [aperto agli esterni]

sabato 11 e domenica 12 febbraio 2017

2. LA FAMIGLIA DI ORIGINE

venerdì 17 marzo 2017

sabato 18 marzo 2017

domenica 19 marzo 2017

3. LA FAMIGLIA ATTUALE E LA FAMIGLIA ALLARGATA

venerdì 28 aprile 2017

sabato 29 aprile 2017

domenica 30 aprile 2017

4. MORTE E TRAUMA NEI SISTEMI FAMILIARI

venerdì 23 giugno 2017

sabato 24 giugno 2017

domenica 25 giugno 2017



Per Informazioni: e-mail info@coinetica.it
Ravasini Alessia 338/1466425 - Pellegrini Rosanna 347/1657142