

Festività...

Quattro sono le domeniche che precedono il Natale.

Quattro sono le domeniche che seguono l'Epifania. Domeniche di progressiva preparazione le prime, domeniche nelle quali riecheggia il vissuto del periodo appena trascorso, le seconde.

Il 2 febbraio, giorno della presentazione di Gesù al tempio, chiamato anche giorno della Candelora, conclude il tempo natalizio: esattamente quaranta giorni dopo la Notte di Natale. Secondo le leggi di Mosè erano previsti 40 giorni di purificazione dopo la nascita.

Possiamo osservare come la terra, che nel periodo natalizio aveva come trattenuto il respiro, inizi ora a far fluire le sue forze verso l'esterno. Cominciano a spuntare i primi bucaneve, gattici vellutati sbocciano dai rami. Si direbbe che la natura inizi timidamente a preparare il suo risveglio.

Fra l'Epifania e la Pasqua si susseguono due periodi completamente opposti fra di loro: quello del carnevale e quello della passione.

Le varie tradizioni ed usi con i quali oggi siamo soliti festeggiare il carnevale sono solo un vago ricordo di un tempo molto addietro, quando gli uomini percepivano ancora le forze che agiscono nella natura, gli esseri elementari, e il loro seguire il grande respiro dell'anima della terra. Gli uomini sapevano del loro partecipare al crescere e al divenire delle piante in primavera e in estate e spe-

... IL CARNEVALE



rimentavano il loro ritirarsi all'interno della terra durante l'autunno e l'inverno.

D'inverno, infatti, gli esseri elementari si ritirano all'interno della terra, dove però non rimangono inattivi, anzi, tutt'altro! Proprio nel freddo invernale essi esplicano un grandissimo lavoro per preparare la primavera a venire. Un lavoro che, con l'avvicinarsi dei primi tepori, si fa sempre più frenetico fino a diventare sfrenato e scatenato.

Fintanto che il mondo elementare era, per gli uomini, realtà in quanto esperienza, essi si sentivano come trascinati in quell'ebbrezza. Le rappresentazioni che allora si creavano di tali esseri della natura (gnomi, ondine, silfidi, salamandre, folletti, nani ecc.) dettero origine alle prime maschere.

Oggi, abbiamo perso l'antica facoltà di percepire gli esseri della natura, di vivere in sintonia con loro e di rispettarli. Viviamo sì immersi nella natura e i suoi processi si svolgono dinnanzi ai nostri occhi, ma poche sono le persone che hanno sviluppato una nuova capacità di percepire, o per lo meno di intuire, dietro alla realtà sensibile, le forze o gli esseri che vi operano.

Il carnevale ha dunque perso, oggi, il suo senso originario; si è ridotto a pura esteriorità e vuota ebbrezza. Eppure proprio tale festa ha in sé un potenziale di grande valore sociale e terapeutico.

Ognuno di noi, infatti, si è "rintanato" nel proprio modo di pensare, di muoversi, di parlare, di sentire. Ognuno di noi si è creato un insieme di piccole abitudini, di modi di comportamento dai quali siamo dipendenti. Ognuno di noi si è costruito il proprio modo di essere, si è costruito la propria... "maschera". L'ammiamo troppo e benché essa ci limiti, ci adombri, difficilmente siamo disposti a trasformarla. E... meno siamo disposti a modificarla... più ci sentiamo irritati dalla "maschera" dell'altro, dal fatto che l'altro sia diverso da me.

Ed ecco che il carnevale ci offre la possibilità di "entrare in altri panni", in altre caratteristiche; di abbandonare, anche se per un giorno solo, o soltanto per qualche ora, la nostra maschera quotidiana. Ci offre una "boccata d'a-

ria", un momento di maggiore libertà... da noi stessi, ricordandoci che... non è poi tanto difficile trasformarci un pochino! Basta volerlo!

Ci offre anche la possibilità di entrare, di immedesimarci un poco "nella pelle di un altro" e, perché no?, di sviluppare maggiore interesse, comprensione, amore per l'altro.

ELENA NARDINI

Le immagini sono tratte da *Rataplan*,
Giunti-Nardini Editore.



scuola-scuola o scuola di VITA

1

RISPONDE UMBERTO GALIMBERTI

Quei monitor poco reali

Scrive Raffaele Simone*: *«Possiamo non accorgerci che la diffusione della conoscenza mediata dall'informatica è la più grande barriera che si sia mai presentata nella storia verso il contatto con la realtà?»*

Sono un sedicenne che ha capito che troppo, veramente troppo spesso il nostro leggere è veloce e superficiale. Perché la lettura abbia senso dobbiamo praticarla il più attivamente possibile. Un libro non è la tv, e come la scrittura richiede un certo tempo e una certa pratica. Purtroppo questo è un passo che siamo costretti a compiere da soli, perché la comprensione di ciò che si legge viene sempre data per scontata, soprattutto nel luogo in cui questo principio, se lo si può chiamare così, dovrebbe essere trasmesso ed espresso: la scuola e più in particolare le medie superiori.

Senonché l'uso spregiudicato del computer uccide il pensiero. Il rito del lento passaggio dal pensiero alla parola e quindi al carattere scritto è molto più importante di quanto non si creda nella nostra società; dove arriva, il digitale diventa sempre più segno distintivo, il cosiddetto status symbol e sinonimo di modernità. Non voglio togliere al computer e a internet i loro pregi, ma se una maggiore velocità e facilità di comunicazione e archiviazione devono significare arretratezza del

pensiero, allora sarebbe meglio gettare tutto e attendere un'epoca più propizia ed evoluta. Osservando questo strumento negli ultimi tempi mi sono reso conto di quanto esso sia pericoloso, e da grande fautore e ammiratore ne sono diventato un attento critico; è necessario rendersi conto dell'atroce effetto boomerang che il computer può avere. Con profonda stima per il suo lavoro.

G.S. – BOLOGNA

Compito della scuola non è quello di fornire dati e sempre più dati, né tantomeno quello di fornire risposte senza l'indicazione dei processi attraverso cui a quelle risposte si giunge. Compito della scuola è favorire metodi di ricerca e capacità di giudizio a partire dai quali i dati e le risposte sono facilmente ottenibili.

Un esempio: al costo di una ventina di computer si può attrezzare un magnifico laboratorio di fisica. Fra dieci anni, quando quei computer saranno da tempo nella spazzatura, i diapason potranno ancora insegnare la risonanza, un voltmetro dimostrerà perfettamente la legge di Ohm e gli studenti potranno ancora utilizzare le attrezzature per capire il movimento angolare. In questo modo avranno imparato un metodo di ricerca e non solo i semplici risultati del sapere già acquisito che il computer può fornire in grande abbondanza, senza però impegnare la testa dello studente nella ricerca del "modo" con cui vi si perviene. E d'altra parte, davvero 50 minuti di lezione di un buon insegnante possono venire liofilizzati in 15 minuti multimediali? Ma gli inconvenienti più gravi dell'informaticizzazione generalizzata della scuola sono la marginalizzazione della realtà "fisica" a favore di quella "virtuale" e la riduzione

* Raffaele Simone, professore ordinario di Linguistica alla "Sapienza" di Roma e presso la Terza Università di Roma. Da segnalare il suo libro: La terza fase. Forme di sapere che stiamo perdendo.

ne drastica dei processi di socializzazione con tutte le conseguenze etiche e psicologiche che la cosa comporta per effetto dell'isolamento indotto dal rapporto del singolo individuo con il suo computer.

Come scrive opportunamente Raffaele Simone: «Con un software posso visitare Roma senza averci mai messo piede, navigare sotto l'oceano senza bagnarmi e perfino fingere un gioco violento senza neppure graffiarmi. È reale, questo? O è adatto piuttosto a una situazione di emergenza e di penuria? A me pare che le tecniche cognitive informatizzate siano una drastica forma di de-realizzazione, una via per sostituire il "non vero" al "vero", il "non reale" (= il virtuale) al "reale" per simulare delle cose che non si possono o non si vogliono fare. Il nostro fare si ridurrà solo a una seduta in cui si smanetta su una tastiera e si occhieggia un monitor? Penso a questa eventualità con orrore, ma la vedo minacciosamente in marcia verso di noi».

Ai processi di de-realizzazione che l'uso incontrollato del computer in età scolare alimenta, si aggiungono i processi di de-socializzazione. Infatti, solo una persona alla volta può interagire con il computer, il che comporta meno relazioni con gli amici, meno condivisione della propria vita con altri, declino del coinvolgimento sociale, perché è vero che con internet posso farmi amici in America o in Australia, ma che grado di profondità possono avere queste amicizie? Come mi addestrano a incontrare gli altri faccia a faccia avendo qualcosa di interessante da dire? Quanto tempo sottraggono alla nostra vita reale e ai rapporti che potremmo avere con chi ci circonda? Con quale danno sostituiremo la comunità reale del vicino di casa, del compagno di scuola, dell'amico del bar

con la comunità virtuale delle voci senza volto con cui pensiamo di comunicare via e-mail o con messaggi telegrafici o inespessivi sms. Che ne è a questo punto della nostra competenza sociale, e quali le conseguenze in termini di solitudine, di depressione, di timidezza?

Così si dà a ciascuno l'illusione della libertà e, di fatto, si creano individui già singolarmente massificati. Perché a tutti, sia pure in modo individuato, è stato fornito lo stesso mondo da consumare già interpretato e già codificato nel suo significato, senza che l'individuo possa disporre di un suo giudizio personale, perché la scuola informatizzata non gli ha dato gli strumenti per essere in grado di formarsene uno. Che sia questo il nuovo modo con cui si promuove la gestione delle masse?

scuola-scuola
o
scuola di VITA

Tratto da "D -Repubblica"
dd 7.1.2006

2

Uso ed abuso del computer

Man mano che leggevo l'articolo *Quei monitor poco reali*, mi si presentava dinanzi agli occhi una situazione che io non conosco per esperienza diretta, ma di cui sento spesso parlare, nel mio lavoro, da insegnanti e genitori: riguarda un aspetto molto importante dell'apprendimento, nel percorso di sostegno scolastico alla difficoltà. Genitori, insegnanti e bambini parlano di una "auletta", spazio più o meno grande, spesso ricavato *in extremis* e non preordinato, a volte invece studiato e attrezzato fin nei minimi particolari. Uno spazio protetto all'interno del quale percorsi individualizzati di apprendimento scolastico possono essere svolti dall'insegnante a tu per tu con il bambi-

no, situazioni ricreative e pause possono intercalare l'integrazione con la classe o i laboratori.

La giornata è lunga, per i ragazzi e per gli insegnanti, soprattutto se l'orario è pieno. Ma quest'auletta ha in sé qualcosa di magico, un che di attraente, del quale dicono «lo usa volentieri, si diverte ed è proprio bravo!», qualcosa che non manca comunque mai: è il computer.

Il decreto legislativo n. 59 del 19.2.2004 introduce nelle finalità della scuola primaria – *che promuove lo sviluppo della personalità, accogliendo e valorizzando le diversità individuali, ivi comprese quelle derivanti dalle disabilità* – anche *l'acquisizione e lo sviluppo delle conoscenze e delle abilità di base relative all'alfabetizzazione informatica*. E nelle raccomandazioni per l'attuazione delle Indicazioni nazionali per i Piani di studio personalizzati nella Scuola Primaria si legge:

«L'anticipazione dell'insegnamento della tecnologia a partire dal primo anno della Scuola Primaria trova la sua ragion d'essere nell'oggettiva constatazione di due fenomeni.

Il primo è riferibile al fatto che i fanciulli, frequentando oggi per lo più un ambiente fortemente urbanizzato, hanno i primi contatti esterni con una realtà integralmente artificiale e mano a mano che crescono sono sempre più circondati dai prodotti della tecnica.

Il secondo riguarda i progressi della Scienza e della Tecnica che, evolvendosi con ritmi esponenziali, stanno progressivamente, coinvolgendo sempre più l'uomo moderno nella sua integralità, in modi e con effetti sconosciuti nel passato anche più recente, influenzando il suo modo di vivere, di agire, di essere e di pensare».

Per quanto riguarda le abilità informatiche: *«Anche in questo caso la necessità dell'avviamento precoce di questo insegnamento è suggerita dall'oggettiva constatazione che l'infor-*

matica, in un modo estremamente pervasivo, è ormai penetrata in ogni aspetto della vita quotidiana: di tutti e dei ragazzi in particolare, che a prescindere dalla scuola acquisiscono competenze sempre più sofisticate rimanendo sempre più coinvolti in modo acritico ed incontrollabile. Essendo, quella informatica, la quarta rivoluzione nella storia della comunicazione umana (dalla scrittura all'informatica, passando per la stampa e le comunicazioni), la scuola non può astenersi dall'usarla e insegnarla perché, in caso contrario, corre il rischio di diventare anacronistica e non più in linea con il modo di pensare delle nuove generazioni, ormai fortemente condizionato dalle modalità comunicative di quest'invenzione.

L'unica accortezza da usare va rivolta ai bambini della prima classe, che non avendo ancora acquisito la capacità di codificazione e decodificazione data dall'apprendimento della lettura e della scrittura, possono usare solo programmi basati sui linguaggi iconici comunque molto efficaci.

L'uso degli strumenti informatici può, nelle classi successive, essere di grande impatto psicologico sui fanciulli [...]. L'uso di Internet permette di navigare sui siti di altre scuole e di comunicare con altri allievi [...].

Altrettanto importante appare l'utilizzo degli strumenti informatici come supporto per gli allievi portatori di handicap: negli ultimi anni è stato ampiamente studiato l'effetto positivo del PC per alunni con difficoltà motorie; parimenti sono stati studiati e sviluppati programmi didattici per affrontare la dislessia e alcune forme di ritardo mentale».

L'uso della parola – il linguaggio – è una facoltà esclusivamente e tipicamente umana e innalza l'uomo fra le altre creature. Sviluppare la facoltà del linguaggio permette di affinare la propria "umanità". Scrivere e leggere immette l'individuo nel pro-

cesso della cultura. Il bambino, attraverso le sue tappe evolutive e attraverso l'apprendimento innanzitutto dello scrivere e del leggere, ripercorre in modo individuale le tappe evolutive vissute dall'umanità; per un sano sviluppo del bambino, c'è bisogno di rispettarne la successione progressiva e di non anticipare alcuna di queste tappe, prima di aver sufficientemente lavorato allo sviluppo delle precedenti. L'acquisizione della scrittura da parte dell'umanità è ben antecedente all'uso della stampa, che a sua volta anticipa di gran lunga gli sviluppi più recenti: comunicazione e informatica.

È fuori discussione che per scrivere occorre una buona manualità e che l'esercizio della scrittura affina a sua volta ulteriormente la manualità.

Che la motricità sottile sia necessaria anche per leggere, non è così evidente. Eppure per percepire la forma delle lettere l'occhio deve seguirne il percorso, deve muoversi. Piccoli movimenti molto raffinati, uno vicino all'altro, strettamente correlati allo sviluppo motorio generale. Come del resto il parlare: l'articolazione verbale richiede movimenti precisi che sono anch'essi in stretta relazione con l'esercizio e l'abilità motoria in genere e, in particolare con l'agilità delle dita. Metodologie che curano l'acquisizione della scrittura e della lettura (la lettura viene infatti dopo ed è inizialmente rilettura di quanto scritto), attraverso il movimento e attraverso il coinvolgimento delle forze dell'anima, lavorano non solo a un'acquisizione intellettuale, ma allo sviluppo motorio e al coinvolgimento e maturazione globale della persona. Più l'acquisizione si limita alla sfera astratta e cognitiva, più si appesantisce l'unilateralità della patologia, impedendo un equilibrio risanatore e aggiungendo al problema un ulteriore problema. La salute infatti è data dall'equilibrio fra la facoltà cognitiva, emo-

tiva e motoria. Attraverso l'esercizio motorio il bambino non sviluppa solo motricità, ma l'impulso ad agire, la forza di volontà, questa facoltà dell'anima così poco considerata e coltivata, che permette di voler fare nonostante le difficoltà e perfino di voler pensare!

Ci sono tanti genitori che non trovano nulla di male se i loro figli, anche piccoli, passano una parte del loro tempo "smannettando" al computer e fanno largo uso di televisione, videocassette, videogiochi...; altri che hanno trovato per sé e per la propria famiglia un'interazione equilibrata con queste, a quanto pare ineludibili, presenze. È una scelta esistenziale e pedagogica, che comporta un grande impegno, visto che non si attua nel negare o demonizzare tutto ciò che ha a che fare con la tecnica, ma nell'offrire altre opportunità ai bambini e ai giovani e nell'educarli disciplinando l'uso... del consumo tecnologico.

Anche in caso di difficoltà o handicap il genitore può scegliere. Scegliere di accompagnare le tappe evolutive del proprio figlio – camminare, parlare, apprendimento, socializzazione, tempo libero – utilizzando terapie, metodologie e attività che tengano conto di tutta la persona nella sua unicità. E ce ne sono!

Un genitore può scegliere di preservare ogni acquisizione di competenze da approcci che prevedono l'uso dell'informatica, di tecniche e prodotti multimediali. Spesso invece, utilizzando tali mezzi, succede, come dice Raffaele Simone, che «non accorgendoci che la conoscenza mediata dall'informatica è la più grande barriera che si sia mai presentata nella storia verso il contatto con la realtà» lavoriamo nella direzione esattamente contraria a quella cui tendiamo.

PIA FERRARI

È possibile ricercare, nutrire, trovare, all'interno della propria interiorità, un centro? Un centro che ci permetta di non essere travolti dal flusso degli eventi, di rimanere saldi, di sviluppare creatività nell'arte della vita e di attingere forze alle sorgenti inestinguibili dello spirito?

Ci sembra la sintesi di domande portateci da tanti genitori. Per fare un cammino interiore, le strade possono essere tante. Proponiamo da: *Dietro il velo* di JAAP VAN DE WEG - Urachhaus - liberamente tradotto.

Terza parte (la prima e la seconda parte si trovano rispettivamente nel numero 1, anno IV, luglio 2005 e nel numero 2, anno IV, novembre 2005)

Lavorare al pensare, sentire ed agire. Gli esercizi "complementari"

Nell'anima tutto si svolge in modo vivo. Pensieri e decisioni, sentimenti ed emozioni si alternano con impulsi all'agire. Nell'anima il pensare può svolgersi nei modi più diversi. Spesso i pensieri si concatenano l'uno all'altro, per associazioni di idee: si parte, ad esempio, col pensare che dobbiamo ancora aggiustare la bicicletta e, senza accorgercene, i nostri pensieri sono già rivolti alla vacanza che intendiamo fare fra breve. Questo tipo di pensiero, va da sé, non siamo noi a guidarlo. I pensieri possono anche continuare a ripetersi in una specie di circolo vizioso, oppure essere sempre devianti da tutto ciò che dobbiamo ricordare.

Il sentire ha un'altra dinamica. Emozioni come entusiasmo o gioia, oppure ira, rabbia o vulnerabilità possono susseguirsi rapidamente. Sorgono in noi contemporaneamente anche sentimenti opposti e lottano fra loro per farsi spazio nella nostra coscienza. Entriamo allora in conflitto con concezioni e norme che vivono nella nostra anima; ci sentiamo per esempio tristi, ma siamo anche dell'idea che in quel momento questo sentimento è fuori luogo. Quale forza prevale allora?

Accanto ai pensieri e ai sentimenti vivono nell'anima gli impulsi che portano all'azione. Alzarsi, grattarsi il naso, mangiare o prendere un bel libro. Anche questi impulsi entrano in gioco con le emozioni e i pensieri. Assieme caratterizzano l'anima con una molteplice varietà. È importante che il pensare e il sentire siano in armonia con gli impulsi di volontà e sottoposti alla custodia dell'io. Siamo noi stessi che pensiamo o sono i pensieri ad attraversarci? Siamo in balia delle nostre emozioni o siamo in grado di percepirle e differenziarle? Rincorriamo i nostri impulsi oppure li abbiamo sotto controllo e ne siamo coscienti? È nuovamente richiesta la presenza dell'auriga, che tiene in mano le redini.

Dopo aver ottenuto una maggiore distanza nei confronti della propria anima, in grado di procurarci la quiete interiore, possiamo affrontare il passo successivo: esercitarci nel guidare noi stessi le forze del pensare del sentire e del volere. Questo è possibile con l'aiuto di quella serie di esercizi che in antroposofia sono chiamati esercizi complementari. Si tratta di sei esercizi da eseguire in questa successione; un esercizio per il pensiero, uno per la volontà, uno per esercitare la calma, uno per sviluppare positività, un altro per essere privo di pregiudizi e, per finire, una combinazione di questi cinque esercizi.

L'esercizio del pensiero

Rivolgete la vostra attenzione a un comunissimo oggetto, per esempio a una grappetta, uno spillo o un fiammifero. E riflettete su quest'oggetto per cinque minuti. Andate alla ricerca di tutti i pensieri che possono essere messi in relazione con tale oggetto. Osservatene la forma, il materiale, la storia. A cosa serve? Cosa consente di fare? Cosa sarebbe se tale oggetto non esistesse? Riflettete su possibili varianti di quell'oggetto: nella forma, colore e materiale. Quali persone sono state coinvolte per lo sviluppo di tale prodotto? Chi si è occupato della produzione? L'oggetto scelto sta sempre al centro dell'esercizio.

Con l'aiuto di tale esercizio rafforzate la facoltà di esercitare un influsso sullo svolgersi del pensiero. Potete mantenere lo stesso oggetto per una settimana o anche più, prima di sceglierne un altro. Esercitate così la concentrazione del pensiero e la capacità di trovare in un unico oggetto una molteplicità di aspetti. La scelta di un oggetto semplice fa sì che l'esercizio possa essere chiaramente delimitato, ma allo stesso tempo lo rende più difficile: riflettere cinque minuti su qualcosa di grande, ampio, dà certamente più immagini; la facoltà di concentrazione però non si accresce. Chi riflette intensamente su qualcosa di semplice, arriva inevitabilmente a un punto in cui il percorso di pensiero ristagna, in cui non viene in mente niente di nuovo. L'apporto positivo di questo esercizio sta proprio nel fatto che siamo obbligati a superare questo punto limite nel pensare.

L'esercizio della volontà

Questo esercizio mira a conferire all'azione più sicurezza e costanza.

La mattina presto proponetevi di compiere una semplice azione a un'ora ben precisa della giornata: ad esempio tirar fuori il fazzoletto

dalla tasca dei pantaloni e rimettercelo subito alle ore 15. Per quest'esercizio è più adatta un'azione senza senso, piuttosto che un'azione finalizzata, poiché lo scopo di un'azione priva di senso è unicamente quello di fare, perché voi volete farlo. L'azione di per sé non è di utilità. L'essenziale di questo esercizio è il proposito consapevole, inserito in un contesto temporale, e l'eseguirlo ad ogni modo, malgrado possibili impedimenti. Non appena avrete compiuto la prima azione, proponetevi, allo stesso modo, una nuova azione per un momento successivo nel corso della giornata, affinché l'impulso di volontà in voi rimanga sempre vivo. Così siete collegati, per tutta la giornata, in modo non costrittivo, con propositi rivolti all'agire, cioè con la volontà.

Se questo esercizio non dovesse riuscirvi, perché non avete una percezione del tempo, inserite un passo intermedio: proponetevi una certa azione in una data situazione: ad esempio fare qualcosa quando entrate dalla porta. L'esercizio aiuta a migliorare diversi aspetti della volontà: innanzitutto ci permette di porci un proposito in modo molto cosciente. Senza una chiara rappresentazione di quanto ci proponiamo, infatti, non sappiamo con esattezza quello che facciamo.

Esercitiamo inoltre la nostra coscienza del tempo e la forza di compiere un'azione, guidati veramente dalla nostra volontà e non perché è ritenuta utile. Il risultato è riuscire a dominare sempre meglio gli impulsi di volontà e poter trarre profitto, nella vita, dalla capacità di sapere ciò che si vuole.

Possiamo far uso della facoltà che deriva da tale esercizio nel quotidiano: se ad esempio vi proponete di comprare delle grappette, si tratta di un proposito molto astratto. Dovete annotarlo, come su di una lista della spesa, nella vostra memoria attiva. Se vi proponete invece di comprare le grappette durante la pausa del pranzo, la rappresentazione diventa già più concreta e se vi rappresentate che a

mezzogiorno percorrete il corridoio del vostro appartamento, indossate la giacca, camminate verso il negozio e lì prendete le grappette dallo specifico scaffale, questo proposito diventa veramente concreto. Potete in seguito dimenticare questa rappresentazione, poiché, statene certi, l'immagine così costruita riemergerà in voi al momento giusto.

Il controllo dei sentimenti

Attraverso questo esercizio migliorate la capacità di controllare l'espressione dei vostri sentimenti ed emozioni. È importante comprendere che non si tratta di tener a freno i propri sentimenti, ma di esprimerli nel giusto modo: ciò non significa né reprimerli, né lasciarsi sopraffare da essi. A questo modo fate vivere nell'interiorità i sentimenti e la vostra vita di sentimento diventa più ricca.

Cercate innanzitutto di rivolgere la vostra attenzione ai sentimenti che provate. Soffermatevi ogni tanto a riflettere su quali sentimenti state provando in quel preciso momento e quali sentimenti avete sperimentato poco prima. Richiamate alla mente i vostri sentimenti e accettateli tranquillamente. Riconosceteli senza reprimerli. Osservateli e lasciateli agire in voi. Consterete che in uno stesso momento, molti sentimenti spesso contrastanti fra loro si agitano nell'anima. Delusione, tristezza e rabbia possono sorgere contemporaneamente; è difficile riconoscerli tutti.

Potete eseguire questo esercizio nel corso della giornata; in qualsiasi momento potete chiedervi: quali sentimenti sto provando ora? Potete anche osservare retrospettivamente come, nella giornata trascorsa, vi siete comportati nell'esternare i sentimenti. A poco a poco si sveglierà in voi, nei confronti dei sentimenti, una consapevolezza che vi accompagnerà per tutta la giornata.

(continua)

Sottovoce

“ Sono una nonna. Ora che sono giunta ad una certa età e che non devo più correre da mattina a sera, vedo le cose con distacco. Ogni anno all'avvicinarsi dei vari compleanni mi sento pervasa da una certa tristezza. Mi ricordo ancora dell'atmosfera gioiosa, quasi magica, di mistero che precedeva ogni compleanno dei miei familiari. Già molti giorni prima mi consigliavo con mia mamma su cosa preparare per la nonna, per il nonno o per il papà. Poi andavo furtiva in camera mia a preparare un bel disegno, o una poesia ben scritta, che imparavo a mente, oppure facevo un collage... Insomma, ogni compleanno era preceduto da un periodo di particolari sforzi e segreti che mi davano la gioia del fare qualcosa da donare. Così, per me bambina, l'anno era come costellato da pietre miliari rappresentate dai vari compleanni. Non solo il mio compleanno era importante per me, ma anche quelli degli altri. Prima di Natale poi.....era per tutti un gioioso affaccendarsi!

A volte, osservando i miei nipoti giocare con i loro amici penso che, per i bambini di oggi, tutto è diventato più scarno, anche se esteriormente più ricco. I bambini si sentono al centro di un mondo che ruota attorno a loro; ricevono tanti regali che però per loro contano poco. Spesso li vedo scontenti, annoiati, tristi! Li guardo con rammarico. Nutro gratitudine nei confronti di coloro che, fin da quando ero bambina, mi hanno permesso di sperimentare che donare e procurare una gioia ad una persona cara è molto importante e che, spesso, donare è bello quanto ricevere.”

Nonna Laura

Un giardiniere desiderava avere un praticello davanti a casa sua. C'era una panca dove la famiglia si sedeva, la sera, dopo il lavoro. Egli sapeva bene quanto era salutare lasciare riposare lo sguardo su una distesa verde. Aveva vangato la terra, seminato l'erba e suo figlio Martino lo aveva aiutato. L'erba ora stava spuntando. Ogni giorno si poteva osservare come diventava più alta e più fitta.

Una volta Martino corse sull'erba e suo padre lo richiamò: «Dobbiamo ancora aver cura del nostro prato» disse il padre. «Quando sarà cresciuto abbastanza, potrai correre quanto vorrai.»

Già due settimane dopo il prato era pronto e il giardiniere disse: «Ora l'erba è cresciuta. Puoi correre, saltare e giocare!»

«No, papà» rispose serio il bambino. «L'erba non è ancora pronta e io non vi posso giocare.»

«Come mai?» chiese il padre meravigliato.

«Non ci sono ancora i fiori» rispose Martino. «L'erba non ha ancora finito di crescere. Dove sono i fiori?»

«Ah!» disse il padre, «ora ti capisco. Ma qui non cre-

sceranno i fiori, perché l'erba non ha fiori.»

«Oh!» esclamò Martino, «povera erba! Ma se i fiori sono la parte più bella delle piante!»

«L'erba non è povera, Martino» lo consolò il padre. «Vi è una ragione ben precisa per cui l'erba non ha fiori. E l'erba conosce la sua storia ed è contenta del suo aspetto.»

«Raccontami la storia dell'erba!» pregò il bambino.

«Era l'inizio della creazione. La terra e il cielo erano stati separati. La terra, appena uscita dal grembo dell'acqua, stava distesa nella sua gioia; era giovane e piena di speranze, come una sposa. Il Padre dei cieli camminava sopra la terra e diceva: 'Crescano ora sulla terra erbe e fiori. Essa diventi immagine del cielo. Venite, stelle, aiutate la terra.' Le stelle portarono il loro aiuto e ovunque germogliarono fiori che ornarono la terra di svariati colori. E molti fiori rivelavano attraverso il loro aspetto di essere figli delle stelle. Tuttora è così. Alcuni sembrano essere piccoli soli, in particolare il girasole e il dente di leone. Altri sono come gli occhi di stelle e sono gli astri e la fedele margherita. Altri somiglia-

no a piccole falci lunari, e sono a calice. E poiché i fiori non possono spostarsi sulla terra, come fanno le stelle in cielo, con movimenti bellissimi a spirale, i fiori ricevettero la possibilità di far crescere a spirale le loro foglie lungo i gambi. Così la terra, resa bella dai fiori, divenne l'immagine del cielo e del mondo delle stelle. Erano stati creati anche i boschi con grandi alberi: abeti, pini, querce forti, faggi bellissimi, cipressi scuri.

Mentre il Creatore passeggiava sulla terra e la contemplava, rallegrandosi della varietà molteplice dei fiori, alzò lo sguardo verso il firmamento. Lo salutavano il sole e tutte le stelle, che nel cielo ci sono non solo di notte, ma anche di giorno; lo salutavano i fiori, che sono un po' i bambini delle stelle. Ma l'occhio del Creatore non vide solo le stelle, ma anche il cielo, che si estende fra le stelle e di giorno è color celeste intenso e blu scuro di notte. 'Che il mondo delle piante sia l'immagine del cielo' disse con calma possente. 'I fiori rispecchino le stelle del firmamento e fra di essi vi sia un cielo in terra.' La sua mano creatrice, benedicendo, sfiorò la terra, passando

fra i fiori. Iniziò allora piano a germogliare e a crescere; e ovunque la mano del Creatore aveva sfiorato la terra, crebbe l'erba verde. Come il cielo azzurro è lo sfondo per le stelle, così il prato è lo sfondo per tutti i fiori. Ma poiché tutto questo avvenne sulla terra e non in cielo, l'erba non fu celeste, ma di un bel verde, forte e sano. È così che vi è l'erba nei prati.»

Per un po' il padre rimase zitto, contemplando assieme a Martino la modesta erba verde.

«A volte» disse ancora «succede che qualche fiorellino spavaldo, quando apre la sua corolla, si guardi intorno, colmo di orgoglio e di gioia e che dica: 'Come sei modesta, erba. Guarda i miei petali, che ben colore hanno! Non hai tu colori e fiori?' 'No' risponde allora sottovoce l'erba, 'non ho fiori colorati.' E se il fiore la

guarda in modo gentile, aggiunge: 'Fiorellino, sei tu il mio fiore, non te ne accorgi? Tu sei il mio fiore come le stelle sono i fiori del cielo.'»

Ma l'erba non svela a nessuno il suo segreto più profondo. Lo serba in cuor suo dal giorno della creazio-

ne: le stelle non potrebbero risplendere se vi fossero solo stelle. Ci deve essere il cielo fra le stelle. E ricorda l'ora in cui il Creatore stesso l'ha seminata, così modesta e verde, affinché i fiori potessero risplendere tra l'erba.

Traduzione di Ruth Müller



Immagine tratta da *Rataplan*, Giunti-Nardini Editore.

Nutrire l'anima

Kora Gädke-Timm, **IL CROCUS**

Quando ancora molte persone potevano vedere gli gnomi giocare allegri sui prati, nei boschi e nei giardini... Era marzo, e una ragazza uscì di casa, la mattina presto, per andare a piantare le cipolle in un campo, vicino a casa sua. Un po' assennata, portava una cesta con dentro le

piantine ed aveva con sé una zappa.

Mentre camminava, inciampò e cadde sul prato. Vide davanti a sé una schiera di ometti che indossavano berretti gialli sulle loro grandi teste. Saltavano di qua e di là sulle loro esili gambe; saltellavano intorno alla ragazza e gridavano:

«Dacci le cipolle! Dacci le cipolle!»

«Neanche per sogno!» disse la ragazza stringendo a sé la cesta. «Cercatevi altre cipolle!» E proseguì.

Fece pochi passi e si meravigliò non poco quando vide davanti a sé altri gnomi. Indossavano sulle loro grosse teste berretti

celesti o bianchi e anche loro chiedevano le cipolle.

«Dacci le cipolle! Dacci le cipolle!»

«Neanche per sogno!» disse la ragazza stringendo a sé la cesta. «Cercatevi altre cipolle!» E si affrettò verso il campo per eseguire il suo lavoro.

Ma fece pochi passi e inciampò di nuovo. Qualco-



sa era sgusciato sul prato, davanti a lei. Cadde a terra e vide gli gnomi arrivare di corsa e precipitarsi sulla sua cesta. Gridavano allegri: «Ecco le cipolle! Ecco le cipolle!»

Saltellavano sopra alla cesta, ridevano, e prima ancora che la ragazza si fosse alzata, erano già spariti; non si vedeva più niente se non il prato verde; nessun berretto né giallo, né bianco né celeste.

La ragazza afferrò la cesta. Era vuota! Prese la zappa, cercò ancora in terra se vi fosse rimasta qualche cipolla, ma non vide nulla e ritornò a casa.

Suo padre non credette

alla ragazza quando lei gli raccontò quanto era successo, e pensò che lei avesse sognato e perso le cipolle. Tutto arrabbiato, si avviò verso il prato, per cercare ancora. Quando arrivarono – ed era proprio lì che gli ometti dai berretti gialli avevano chiesto alla ragazza le cipolle! – videro dei fiori gialli, grossi, fitti, l'uno accanto all'altro, che prima non c'erano. A n d a r o n o avanti e trovarono tanti altri fiori simili, dalle corolle a sei punte: affioravano appena dal terreno, su di un gambo corto.

Chinandosi per osservare più da vicino, la ragazza e il padre si accorsero che tutti quei fiori gialli, celesti e bianchi crescevano da bulbi che assomigliavano alle loro cipolle.

La ragazza era sicura che gli gnomi le avevano fatto uno scherzo, ma non era arrabbiata con loro, perché i fiori di croco – così si chiamano questi fiori – erano così graziosi e ricordavano quei buffi ometti dalle grandi teste, che le avevano... rubato le sue cipolle. Non vide neppure più gli gnomi, ma raccontò più tardi ai suoi figli e nipoti lo scherzo che essi le avevano fatto. Sì, erano stati proprio loro, gli gnomi, a far crescere i crochi nei nostri prati.

GRAZIE A...

PAVINGROSS

S.C.A.R.L.

l'Arte di fare

parquet

di TRENTO

per il fedele

sostegno che offre

di anno in anno

alla nostra

Associazione.

Grazie per questo

segno concreto

di solidarietà che

è diventato per noi

un punto fermo,

su cui possiamo

contare nell'arte

acrobatica

di far quadrare

il bilancio!

Michael

Associazione **Michael**
per la pedagogia terapeutica O.N.L.U.S.

VIA GIOVANNI A PRATO, 11 – 38100 TRENTO TEL./FAX 0461-921864

Sperimentare l'arte
dei percorsi di vita

e

rappresentare le dinamiche
dei rapporti interpersonali

a cura di DELF ALEX BANZ

31 marzo - 1-2 aprile 2006

SEMINARIO

Tempo di *Passione*

Alla gioiosa ebbrezza del carnevale segue la quaresima. Quaranta giorni di digiuno, prescrive la Chiesa. Dal mercoledì delle ceneri a Pasqua – escludendo le domeniche – i giorni sono proprio quaranta.

A carnevale l'uomo era abbandonato alle forze invisibili che governano la natura. Il digiuno lo induceva poi a porsi un freno, a dominare i propri desideri, le proprie brame, a limitare i propri impulsi e bisogni. Questo però era prescritto dalla Chiesa che, all'umanità "bambina", faceva ancora da guida paterna.

Oggi l'umanità è divenuta "maggiorrenne": non è più il tempo delle regole imposte. Siamo noi stessi chiamati a comprendere le ragioni profonde che stavano alla base delle vecchie tradizioni per poterle vivere per nostra scelta interiore, nel rispetto dei processi dell'anima umana e salvaguardando la sintonia vitale con le forze cosmiche.

Il tempo della Passione si connette al ricordo della *Passione del Cristo*.

Viviamo in un'epoca in cui tutto tende a suggerirci una fatua e vana ricerca di benessere, di agio, di svago, in cui malattia, sofferenza, dolore e morte sembrano – a detta dei mass-media e degli slogan pubblicitari – non avere più diritto di esistenza. Eppure, patimento e dolore sono parte integrante dell'esistenza. E non sono prerogative solo umane, tutti gli esseri soffrono.

Contrariamente alla sofferenza del Cristo – che è stata ed è un soffrire con l'umanità e per l'umanità, come atto libero a favore di tutti gli uomini – il nostro dolore risponde invece ad una necessità. Ad una nostra necessità di destino: esso è indispensabile per noi, per il nostro sviluppo. Solo attraverso di esso possiamo crescere, esercitare nuove facoltà, trasformarci.

Come? Dico di sì al mio dolore, indipendentemente dalle cause esteriori, forse fortuite, intervenute per dargli origine – esse sono, infatti, solo strumento per far sì che io possa incontrare quanto è intimamente e profondamente mio; io non solo accetto, giorno per giorno, la mia sofferenza, ma la accolgo, la scelgo, la prendo su di me con un atto di libertà. Scelgo liberamente quello che il destino mi porta incontro come qualcosa che mi appartiene e che vuole dire qualcosa proprio a me. Allora il mio dolore darà un giorno i suoi frutti. Accettando e prendendo su di me ogni giorno il mio destino con un rinnovato atto di libertà interiore, per quanto duro e difficile sia vivere la mia sofferenza, questa sofferenza è anche la mia più grande potenzialità e ricchezza che, come una grazia infinita, mi permette di esercitare quello che altrimenti, mai e poi mai, avrei potuto né saputo sviluppare.

ELENA NARDINI

Pensieri dal cuore

... preghiera della mamma per il proprio bambino appena nato

Fluisca in te la luce dello Spirito, essa ti compenetri.

Accompagno i suoi raggi col calore del mio amore.

Con i pensieri più gioiosi del mio pensare

io penso ai moti del tuo cuore.

Essi ti rafforzino,

ti sostengano,

ti illuminino.

Dinnanzi ai passi della tua vita

esprimo i miei pensieri gioiosi,

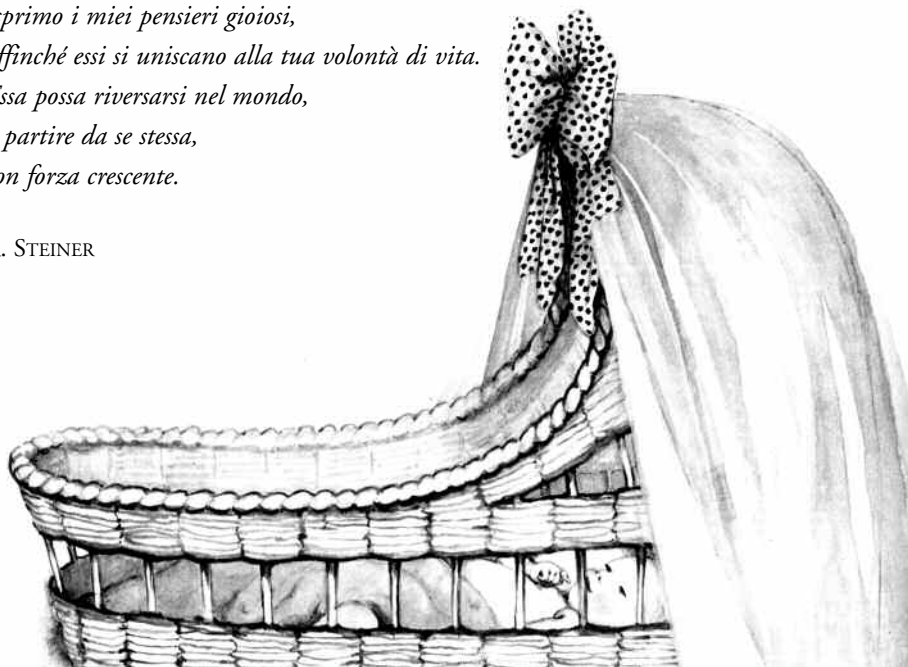
affinché essi si uniscano alla tua volontà di vita.

Essa possa riversarsi nel mondo,

a partire da se stessa,

con forza crescente.

R. STEINER



Per Federica - la nostra preziosa e bravissima grafica - che è in attesa della sua bambina, con l'augurio più vivo e sincero.

Segno

dei tempi



Difficoltà di apprendimento, disortografia, disgrafia, discalculia, dislessia sono problemi con i quali la nostra Associazione si confronta quasi quotidianamente. È inusuale, ma la terapia non si svolge a tavolino. Ci muoviamo. Facciamo assieme esercizi di orientamento nello spazio, di abilità motoria, disegniamo forme prima alla lavagna, poi su un grande foglio di carta, eseguiamo attività manuali, e/o pratiche collegate alla quotidianità: con calma e con ordine. Attraverso un percorso individualizzato, sostenuto anche in parte dai genitori – sì, perché il nostro lavoro si svolge sempre in presenza di almeno un genitore – la situazione migliora e in molti casi i problemi si risolvono. Come mai? Cosa sta alla base di tali difficoltà di apprendimento? Perché proprio al giorno d'oggi essi compaiono così frequenti? E perché una tale terapia?

Osserviamo la vita di un bambino.

Il mondo è accelerato. Sembra che non ci sia più tempo per... quanto è essenziale per il bambino!

La mattina – c'è tanta fretta – c'è chi lo lava e lo veste, le scale... si scendono in collo al papà, per poi entrare in auto o... nel passeggino. Televisione, videogiochi, play-sta-

tion sono ormai "baby sitter" preferenziali. Essi non richiedono attività motoria, anzi la paralizzano, "ipnotizzando" l'attenzione e tempestando il sistema nervoso di una fitta sequenza di immagini che, come reazione, portano necessariamente ad iperattività, ad un movimento disordinato, caotico, e all'indebolimento dell'impulso all'agire, a quella svogliatezza, apparente pigrizia, alla difficoltà di attivarsi, soprattutto quando c'è la richiesta di un piccolo sforzo.

La vita del bambino di oggi si svolge per lo più in spazi chiusi, sempre più piccoli, a casa, oppure nelle super-prolungate ore di scuola, per rispondere alle necessità degli adulti.

C'è quasi da meravigliarsi se molti bambini si sviluppano, nonostante tutto, senza grandi difficoltà!!!

È evidente che è terapeutico portare ordine nel movimento, sviluppare e affinare l'orientamento nello spazio e attivare la volontà nella concretezza della vita quotidiana, non solo come autonomia personale, ma con piccole giornaliere mansioni domestiche; spazi preziosi per potenziare la capacità di concentrazione, la continuità nell'impegno e per sviluppare l'accettazione della fatica e dello sforzo, punti di partenza per qualsiasi tipo di apprendimento. Ricorrere al computer in età evolutiva è elemento risanatore e vero aiuto allo sviluppo?

ELENA NARDINI

ASSOCIARSI

Grazie a tutti coloro che, attraverso il loro associarsi, contribuiscono a sostenere il nostro lavoro e si uniscono a genitori e bambini... in un grande girotondo di solidarietà.

LA QUOTA ASSOCIATIVA DI EURO 50,00 È DA ACCREDITARE SUL CONTO CORRENTE BANCARIO N. 25941503
INTESTATO A Associazione Michael presso la Unicredit Banca - Caritro, ag. 2 di Trento (Abi 2008, Cab 1802).

Bertold Brecht

Dell'innaffiare il giardino

17

Oh bello innaffiare il giardino, per far coraggio al verde!
Dar acqua agli alberi assetati! Dài più che basti e
non dimenticare i cespugli delle siepi, perfino
quelli che non dan frutto, quelli esausti
e avari. E non perdermi di vista,
in mezzo ai fiori, le male erbe, che hanno
sete anche loro. Non bagnare solo
il prato fresco o solo quello arido:
anche la terra nuda tu rinfrescala.



Diego Valeri

Cortile

C'è una piccola rosa che si dondola
sul pozzo antico, in mezzo al gran cortile:
una fiammella di carminio intenso.
Freddo grigiore intorno; ma la piccola
rosa si volge al ciel primaverile,
e il ciel le piove il suo sorriso immenso.



Bel mare

Un bel mare così, tutto nuovo,
verdino come il grano dei campi,
con bianchi sbuffi di spume e lampi
di diamanti sulla sabbia d'oro,

un bel mare così, sotto un cielo
grigio lanoso, gonfio di sole
che sta per rompere come un fiore
un giaggiolo dal suo nodo di velo,

un mare così basta a far primavera
e subito par che la gioia ritorni
a questa vita di rotti giorni,
tornata a un punto semplice e intera.

Il rombo delle onde è come un cuore
che batta ovunque, che batta forte.

Morto ogni ricordo di morte;
perché c'è il mare, perché c'è il sole.

Giuseppe Ungaretti

Mughetto

Mughetto fiore piccino
calice di inerme candore
sullo stelo esile
innocenza di bimbi gracile
sull'altalena del cielo.

Lina Schwarz

Dal cuor degli angeli

Dal cuore degli angeli
aria acqua e sole
piovono balsami
dentro ogni fiore.
E da te nascono
gioie e gioielli
che luce irradiano
sui tuoi fratelli.