



A Grottammare, una delle località balneari più belle delle Marche, una ventina di bambini diversamente abili provenienti dal Saharawi (ex Sahara spagnolo) è ospite nella scuola elementare in un programma di sostegno umanitario dell'Associazione Rio de Oro. Rimarranno in Italia per due mesi per analisi e cure mediche e percorsi di riabilitazione.

Su richiesta di alcuni insegnanti Feldenkrais delle Marche l'AIIMF lancia un appello ai soci che sono disposti a collaborare per rendere il soggiorno dei piccoli più proficuo.

La risposta supera ogni aspettativa e a turno una quindicina di insegnanti si reca a Grottammare avviando un'esperienza che presenta molte novità interessanti nel modo di operare come insegnanti e di collaborare con i colleghi e con gli altri operatori.

I bambini, di età compresa tra i cinque e i quattordici anni, presentano diverse carenze funzionali e disturbi neuromotori, ma si aiutano reciprocamente con spirito di collaborazione.

Li segue un gruppo di volontari provenienti da varie parti del mondo che si occupano con dedizione dei ragazzi sia di giorno sia di notte, e garantiscono loro assistenza durante i pasti, per la pulizia personale, nel tempo libero, in spiaggia e nelle attività di socializzazione.

La mattina verso le 10, dopo che i bambini sono stati svegliati e accuditi dai volontari, il gruppo di insegnanti Feldenkrais decide con quali di loro intraprendere lezioni di Integrazione Funzionale, e li riunisce in un atrio attrezzato con materassini e qualche lettino, ma spesso sono i bambini stessi a scegliere da chi e per quanto tempo ricevere una lezione individuale.

Capita che un bambino si intrometta nel lavoro di un altro e occorre una buona dose di elasticità per scambiare con dolcezza i soggetti e i tempi. La lezione di IF non segue quindi le regole canoniche ma diventa una sorta di lezione circolare dove gli insegnanti operano con vari piccoli studenti che si affidano alle loro mani.

Alla fine della mattinata il gruppo di insegnanti si riunisce a discutere dell'esperienza fatta e insieme si sottolineano i progressi, le difficoltà, le modalità di approccio per i vari studenti, in uno spirito di ricerca e di collaborazione molto proficuo.

Su dei quaderni con i nomi dei bambini gli insegnanti annotano cosa hanno osservato o fatto nella lezione, e ci si pone poi il problema di come trasmettere le informazioni al gruppo di volontari e agli altri operatori che interagiscono tutto il giorno con i piccoli ospiti.

Un'esperienza davvero interessante che andrebbe valorizzata e ripetuta.

Con l'Associazione Rio de Oro stiamo valutando l'opportunità di ripetere la collaborazione anche il prossimo anno, strutturandola con una presenza di insegnanti Feldenkrais programmata e continuativa, con momenti di consapevolezza condivisi con i giovani volontari, in una sorta di "comunità educante" che metta al centro della pratica e della riflessione l'apprendimento organico dei bambini.

In preparazione di questa opportunità cercheremo durante il prossimo anno di avviare incontri di formazione permanente sul territorio attraverso le filiali, magari in accordo con qualche scuola materna o elementare interessata a mini-progetti sull'apprendimento organico nei bambini con difficoltà motoria.

Intanto mandiamo a tutti i soci questo numero del notiziario, con le voci di alcuni partecipanti a questa straordinaria esperienza.

Un grazie particolare va dato alla persona che anima, sostiene e motiva tutto il gruppo di lavoro, Rossana Berini, che da anni si occupa di adozioni a distanza e fa la spola tra Italia e Saharawi. E un pensiero speciale anche al popolo saharawi, che pur essendo riconosciuto dall'ONU come nazione libera e indipendente, da oltre trent'anni è costretto a vivere in esilio, in campi profughi, separato dalla propria terra da un muro di 2700 chilometri che taglia il deserto.



Gioco infinito  
Tra Sahara e Adriatico mare  
Luogo che non c'è  
Eppure è vivo



Diciotto anni, diciotto estati di accoglienza, e ogni volta una scoperta e una ricchezza.

Quest'anno la scoperta più grande e inaspettata è stato il Feldenkrais, il metodo e le stupende persone che si sono susseguite nel mese di agosto.

Accoglienza. Prima con i bambini di Chernobyl e dal '99 con i bambini saharawi, provenienti dai campi profughi algerini. È con loro che trascorro le estati ed è a loro che offriamo accoglienza.

Noi, volontari di Rio de Oro, una associazione che, grazie ai sorrisi e alla gioia che esprimono i bambini, dalle Marche si è estesa in altre regioni.

Loro, bambini disabili che, oltre alla condizione di profughi, portano il peso di un'ingiustizia e di una situazione politica che rende ancora più precaria la loro già difficile vita.

La prima ad arrivare è Antonella, così eterea, leggera, dolce... presa da mille cose non avevo capito cosa stesse facendo a Selma, una dei nostri venti bambini, solo poi mi sono accorta che si era addormentata tra le sue mani.

Poi sono arrivate Betti, Giusi e il primo contatto con il metodo e con quella parola strana e straniera, "Feldenkrais", pronunciata da loro come se stessero parlando di una situazione conosciuta e normale.

Prima però di capire il metodo, mi sono stupita dei loro volti, della serenità che esprimevano, della gioia che provavano guardando i bambini, vedendo la possibilità di poter essere di aiuto.

Se è questo che crea il metodo Feldenkrais, se riesce a far uscire dal nostro interno queste sensazioni e riesce a trasmetterle – e da quello che ho visto è così – non posso che essere felice di averlo incontrato.

Sono sempre stata affascinata dalle potenzialità dell'uomo e di come a volte sia sufficiente ascoltare e ascoltarsi, guardare e guardarsi, muovere e muoversi secondo il ritmo lento e costante del battito del nostro cuore.

Rossana Berini



Non ho avuto abbastanza tempo per elaborare questa esperienza, di sicuro la più intensa e significativa della mia vita.

Vedevo il mondo un po' più distante da me e ora è dentro di me.

Lo spazio e il tempo si sono fusi, e così Grottammare è diventato un piccolo deserto con un immenso accampamento d'amore.

Gli occhi di questi bambini così intensi, "densi" come dice Carlo, i loro sorrisi, le loro storie, il loro bisogno di cure.

Appena ho incontrato Majub, che mi guardava serio, mentre lo invitavo a rotolare sul fianco, ho visto un guizzo luminoso nel suo sguardo, e le mie mani hanno preso il volo... Poche lezioni dopo, Majub rideva felice.

Lo scorso autunno, quando caddi da un sopralco di due metri, scoprii un bisogno profondo di volare.

Ora, grazie ai bambini saharawi, a Rossana, e a tutti i generosi volontari di Rio de Oro, ho finalmente preso il volo, e anche questi giorni, seppur caldissimi e faticosi, sono volati via in un soffio.

Poi è arrivato il momento della partenza, certamente il più difficile.

Mi rattrista molto pensarli nel deserto senza più le nostre mani leggere...

Che meraviglia quei giorni in cui eravamo una decina di insegnanti!

Sembrava un sogno.

Fortunatamente è ancora con me Jattora che con il suo sorriso mi illumina l'anima.

Non parlo la sua lingua né lui capisce la mia, ma l'affetto e il metodo Feldenkrais sono il nostro punto di incontro che ci permette di comunicare...

Grazie Moshe, e dal cielo, con il tuo genio, guidaci ancora!

Un abbraccio a tutti i colleghi

Antonella Valeri



L'esperienza a Grottammare con i bambini del Saharawi è durata per me cinque giorni. Sono stati giorni intensi in cui il tempo mi sembrava si fosse dilatato e che mi hanno arricchito tanto dal punto di vista personale. Sono arrivata sentendomi totalmente impreparata, ma il sostegno e la collaborazione dei colleghi è stata preziosa affinché ognuno di noi potesse dare il suo contributo. Il contesto era sicuramente unico, con bambini "particolari" che ci hanno regalato solo sorrisi. In loro ho visto veramente quella "tabula rasa" su cui si può scrivere di tutto, con tanta voglia e



capacità di imparare e senza tutti i limiti che la nostra organizzazione sociale impone.

Da un punto di vista professionale il mio obiettivo è sempre stato quello di stabilire un contatto nel rispetto della loro essenza e perché mi sembrava fondamentale – e il Metodo me lo insegna – per stimolare il loro sistema nervoso, indicando una possibile via da percorrere per migliorare il modo di camminare, di respirare, di girarsi, di

afferrare, di spingere.

Credo che tutti noi eravamo consapevoli del fatto che l'unica cosa importante per loro era quella di stare meglio in piedi, appoggiare bene i piedi a terra, tenere la testa sollevata, spingere la carrozzina, controllare la salivazione, per un motivo molto semplice, ma essenziale per la dignità della persona: l'autonomia. Per questo abbiamo coinvolto anche i volontari che si occupavano dei bambini per lavarli, vestirli, farli mangiare, cercando di comunicare la nostra voglia di "educare" e non di "assistere" i loro gesti, di giocare con loro e non di farli giocare, trasformando ogni occasione in un'occasione di apprendimento.

Abbiamo cercato di dare a questi bambini gli strumenti perché possano continuare il cammino sulla strada dell'autonomia anche quando saranno a casa e in cambio la nostra vita è cambiata.

Grazie.

Antonia Palmieri



Ciao a tutti voi del gruppo bambini saharawi

un tuffo nell'Amore

così voglio ricordare

così voglio ricordare questa esperienza di grande umanità, che ti apre il cuore, ti fa toccare quelle parti profonde di te un po' inaridite, che ti mette davanti il vero specchio di te stesso.



Un'umanità fatta di occhi sorridenti, di lamenti misti a dolore e sofferenza, di ricerca di contatto e attenzione, di smorfie che segnalano il rifiuto, di richieste spontanee di abbracci, di baci ricercati, ricambiati, desiderati...

Grida di gioia, di gioco, di condivisione, di amore e rispetto, quel rispetto che attraverso il tocco entra

ancora più nella profondità di questi bambini, queste anime venute per aprirci i cuori.

Questa è la bellissima esperienza, di grande emozione, che nutre e arricchisce la vita che ho vissuto in questi pochi giorni che ho potuto stare a Grottammare.

Riguardo al lavoro Feldenkrais, ho potuto osservare l'essenza del Metodo, il contatto non invasivo ma ricercato, la creatività che emergeva davanti a questi corpicini per poter dare loro un po' di sollievo, o semplicemente altre possibilità, perché nella loro spontaneità potessero sentire che in un modo diverso potevano farcela.

Era importante seguire il loro tempo e cogliere l'occasione, il momento per inserire le possibilità che il loro corpo poteva assorbire, imparare... seguire i loro sguardi per decodificare la risposta, anche un semplice grido poteva dare la conferma a ciò che proponevi.

Sicuramente per la mia esperienza con bambini disabili ho potuto raccogliere informazioni importanti di come in un corpo senza tutori e costrizioni, come il loro, il sistema nervoso possa recepire rapidamente le varie possibilità che gli possiamo offrire attraverso il Feldenkrais.

Potrebbe essere una grande opportunità per questi bambini e per noi insegnanti... mi chiedo soltanto quanto possa rimanere un imprinting duraturo e di trasformazione in questi corpi che hanno sentito, giocato, sorriso, cantato, mentre li trattavamo, una volta che i bambini siano tornati al loro villaggio e quindi all'abituale livello di sopravvivenza che conoscono.

Ringrazio dal profondo del mio cuore Antonella ed Elisabetta per la grande possibilità e prova che mi hanno permesso di fare, soprattutto ringrazio Rossana che con grande determinazione e fede accompagna questi stupendi fiori.

Ringrazio i bambini saharawi per avermi dato il permesso di imparare...

Un'esperienza che ha bisogno di organizzazione, di nuove forze, di persone che credono in queste possibilità, ma come tutte le nuove esperienze tutto è aperto e tutto può trasformarsi...

Grazie alle colleghe e colleghi Feldenkrais che hanno condiviso questi nutrienti giorni!

A presto

Angela Fabbro

Jatora, Elisa, Mohammed, Lan, Riccardo, Danilo, Fatma, Robert, Federica, Yassin, Selma, Renato e tanti tanti altri... bambini, volontari, insegnanti Feldenkrais e operatori vari... un bel cocktail di lingue, colori, odori, sofferenze e gioia, tanta gioia... Che esperienza è stata quella di Grottammare! Per me, insegnante Feldenkrais diplomata da appena un anno, e con nessuna esperienza di lavoro con persone disabili, l'incontro con la Onlus Rio de Oro è stato preziosissimo... potermi sperimentare mettendomi a disposizione e in ascolto di questi bimbi con le più diverse necessità... avere un'occasione di confronto e scambio con insegnanti più esperti... venire a contatto con figure professionali diverse che in modo armonioso si univano a noi facilitando e a volte ottimizzando il nostro lavoro... è stata un'occasione splendida.

A volte anche faticosa e difficile per le non ottimali condizioni ambientali, ma da ogni difficoltà nascevano nel nostro gruppo tanti propositi per il prossimo anno, tante idee per migliorare il nostro modo di lavorare e per migliorare la relazione tra noi, i bimbi e i volontari, che tanto impegno mettono in questa iniziativa.



La necessità che abbiamo sentito forte, per una futura esperienza, è quella di formare una sorta di staffetta di insegnanti che si possano avvicendare durante i due mesi di soggiorno per dare a questi bimbi l'occasione di sperimentarsi e consolidare i miglioramenti raggiunti e, a noi insegnanti, l'occasione di creare un gruppo di lavoro e studio che si occupi dei bimbi con speciali necessità. Fare ringraziamenti e saluti mi è difficile perché sono state veramente tante le belle persone conosciute a Grottammare, ma voglio esprimere sincera gratitudine per l'interesse e la partecipazione che la nostra associazione ha dimostrato abbracciando e dando voce a questa bella esperienza.

Buona vita a tutti.

Anna Elisa Melappioni



È stata un'esperienza molto intensa.

Mi ha lasciato un sapore dolceamaro nell'anima.

Vorrei poter dire tante cose, ma non credo di riuscire a esprimere ciò che sento, ciò che ho visto in quegli occhi così adulti, così profondi, così belli, così toccati dalla sofferenza, ma nello stesso tempo così ridenti se solo si riusciva a farli giocare.

Per quanto riguarda il lavoro del Metodo Feldenkrais credo per loro è stato molto utile e valido, lo si leggeva nell'espressione rilassata, nei profondi sospiri che emettevano, e nelle piccole miglie di connessione e integrazione.

Credo di essere tornata cambiata, ma non saprei mettere a fuoco in che cosa. Ho davanti agli occhi il viso di Budda, i suoi occhioni e la sua voglia di vivere e non posso fare a meno di sentirmi gli occhi umidi.

Peccato che due mesi per loro passano in fretta.

Per me è un'esperienza da ripetere, e ringrazio Elisabetta, Antonella e le altre persone che ce l'hanno messa tutta per organizzare, coordinare e lavorare.

Ringrazio Rossana che ha occhi e amore per tutti i suoi figli e a cui non sfugge nulla, e le mie colleghe che si sono prodigate per queste persone meravigliose.

Grazie di cuore.

Elena Di Nisio



Care compagne e compagni! Tutti meravigliosi con cui ho condiviso il campement saharawi tra la statale Adriatica... Il deserto... E il mare. Ci credete che il giorno dopo avervi lasciato per Roma, il 21 agosto, già si è affacciato il pensiero di rimettermi in viaggio per Grottammare?

Come per cogliere gli ultimi attimi di una galassia la cui capsula spaziotemporale stava per essere riassorbita in un buco nero; oppure distrutta dall'esplosione del suo sole in una supernova.

Il luogo e il tempo che per me – bambino nel Metodo, diplomato solo da un anno – avevano costituito il massimo del senso e dell'emozione professionale fusi insieme, stavano per diventare un non luogo, non spazio, non tempo e non senso.

Invece, sappiamo che si rifarà, l'anno prossimo: che sollievo. Hurrah!

Una situazione assolutamente unica e particolare.

La presenza costante dei 20 disabili e di un gruppo di insegnanti Feldenkrais mai inferiore a quattro permetteva l'incontro terapeutico giornaliero con tutti i ragazzi e, allo stesso tempo, un confronto tra di noi e tra le nostre modalità di intervento. Ma non solo: altrettanto importante e carico di futuro è stato il nostro intervento di informazione e formazione al Metodo sugli altri volontari coinvolti nel progetto, con una ventina di Integrazioni Funzionali, insegnamento di CAM, assemblee.

Una situazione "di massa" che mi ha subito riportato al mio training – Roma 5 – ma finalmente rimesso sui piedi!

Integrazione dopo integrazione, emozione dopo emozione, vedendo gli spasmi svanire lentamente e i ragazzi modificarsi, rivomitavo buona parte del mio training come ostile, volto quasi a metterci uno contro l'altro, in una competizione assurda, tra persone che stanno imparando! Per di più, lasciati soli, con domande cui nessuno rispondeva!

Non metto in dubbio l'assoluta buona fede da parte dei nostri trainer ma per insegnare serve amore e disponibilità infinita e addirittura la voglia e il piacere di essere superati dai propri allievi.

Quell'amore con cui siamo riusciti a cambiare qualche pezzetto delle vite dei ragazzi saharawi.

Qui sta l'altro grande insegnamento di

Grottammare 2012: la necessità di uscire dalla dimensione della caccia al cliente e al denaro come unica possibile per la professione, proprio per poterne portare la sperimentazione ovunque. Un tema che ci porta dritto al riconoscimento e all'inserimento della nostra pratica all'interno del Servizio Sanitario Nazionale.

Avevo un debito con i sahariani in generale, dalla fine dei Settanta: quando, lungo sei documentari,

mi hanno spiegato com'è nata la civiltà, dopo il Diluvio, raccontandomi come si è sviluppato il sistema dell'oasi, la sua semplicità e al tempo stesso la sua raffinatezza e complessità estrema.

A trent'anni di distanza, mi hanno insegnato che il nucleo più profondo del Metodo Feldenkrais è in quell'ascolto che solo l'amore può permettere in pieno. Confermandomi il collegamento diretto tra la mia pratica attuale e la mia prima professione: "La psicoanalisi è essenzialmente una cura attraverso l'amore". (Sigmund Freud in una lettera a Jung).

Ora, ho con i sahariani un nuovo debito; ma, almeno, ho iniziato a restituirlo. Con amore.

E con amore vi saluto, care compagne e compagni della Galassia di Grottammare.



Eugenio Bongioanni



Quando Jalefi si è appeso alle mie spalle per uscire dal box in cui l'avevano momentaneamente parcheggiato e mi ha abbracciato forte forte ho sentito che non mi avrebbe più mollato e che avrei fatto fatica a staccarmi da lui. Così abbiamo cominciato a giocare, lui inseguendo i suoi pensieri, io ad accompagnarlo nel suo inarrestabile muoversi e rotolare per tutta la stanza. o sguardo profondo, vivace e perso nello stesso tempo, che è lì e un attimo dopo è andato chissà dove: forse a inseguire immagini di deserto, o tende soffocanti, o cieli stellati tra le dune, o forse il sogno di una madre persa, o distese di acqua e di cacca da mangiare e da spalmare. E giorno dopo giorno l'ho visto cambiare, guardarsi allo specchio e riconoscersi, baciarsi, salire e scendere da solo dal lettino, camminare in punta di piedi tenendosi con le mani al bordo del davanzale, usare la voce. Mi sembrava un miracolo, ma era semplicemente il suo ripercorrere tappe già trascorse, riappropriarsi di pezzi di sé. E sorridere, ridere e abbracciarmi e leccarsi le dita, ingoiarsi le mani. E, ogni tanto, fermarsi e guardarmi dritto negli occhi. Un istante.

E via.

Spero tanto di rivederlo, e con lui tutti i suoi compagni, i volontari così generosi e allegri e i colleghi che hanno dato tanto ai bambini e anche a me.

Una specie di compagnia teatrale itinerante che recita a soggetto, ma provoca anche significative prese di consapevolezza.

Bella storia!

Marino Meri

Per me è stata una breve avventura a confronto dei miei cari colleghi, ma ritrovo le sensazioni descritte in questi racconti e testimonianze di vita.

Ritrovo il calore e l'amore, di cui parla Eugenio, come la vera forza motrice per noi tutti, sia come essere umani, sia come insegnanti di questo amorevole Metodo.

Anch'io diplomata da un anno, non sapevo cosa avrei trovato e come avrei potuto veramente contribuire a questo progetto. Quando ho letto l'invito di Betti, però, ho sentito come un salto del mio cuore, un salto verso Grottammare e questi bambini.

E be', mi piace saltare e questo salto è stato il più interessante da tempo.

Ringrazio chi ha organizzato e vissuto questa esperienza, anche grazie a loro ho capito che posso lavorare in questo ambiente e che la gioia reale è nel vedere la vita negli occhi e nei movimenti di questi bambini.

Un ringraziamento a tutti voi, cari colleghi, che avete lavorato con il cuore, non solo con le mani o le parole.

A presto

Eleonora Croci



È difficile scrivere ciò che è stato quando dentro e fuori di me ancora è.

Mille pensieri, mille contrasti... popoli prede vicino ai loro predatori, occhi grandi e accoglienti accarezzano i miei sensi di colpa da occidentale; sorrisi a denti bianchissimi e spesso storti abbracciano me e il grande senso di impotenza.

Fatma subito ci ringrazia per ciò che faremo per lei e per i suoi amici del deserto.

Tanti sono i volontari, facce giovanissime che tentano di fare, con amore, le mamme e i papà, alcuni sono distesi stanchi sui tappeti, altri sorseggiano il tè offerto in qualsiasi ora del giorno, altri lì a cambiare pannolini...

Sono logica, cerco di inquadrare degli obiettivi, suggerisco funzioni, scrivo pagine di idee e proposte ma il tempo scorre e nelle mani sento solo sabbia che fugge via.

Ho bisogno, il mio bisogno, di lasciare loro delle idee, un piccolo movimento che possa rendere loro la vita un "tantino" più comoda.

Non sono realmente felice, anzi al dire il vero soffro da morire.

Ogni sera tornando a casa vedo i loro occhi, sento le loro fragole gambette ancora tra le mie dita, sogno le loro anche, dormo male...

Ma alla mattina di fretta riprendo l'auto perché ho nuove idee e non vedo l'ora di incontrarli... e cerco subito il loro sguardo... questi occhi creano veramente dipendenza!

Saltana vuole coccole e quand'è sul passeggino si iperestende e urla fino a che qualche mano slaccia le cinghiette del passeggino e subito viene abbracciata.

È così magra che tocco la sua colonna dalla pancia.

I suoi occhi sono enormi, neri e lunghi come quelli di una pantera del deserto. Sono gli occhi che tormentano il mio sonno. Le sue anche sono doloranti e fuori sede e le gambe sempre incrociate.

Si rasserena con Renato e con le sue tecniche di medicina naturale, e vederlo lavorare rasserena anche me. Ama sentire la gravità che corre lungo le sue delicate ossicine, alla fine appoggia mani e ginocchia, la sua pancia è sulle mie mani.

Arriva Rossana, la mamma di tutti, e le dice "Yalla -yalla", vai, e lei sorride e inizia a spostare le manine in avanti.

La scoperta della gravità, la gravità la fa impazzire: allarga gli occhi, curiosa si ferma e ascolta... è in profondo ascolto... il suo sorriso è neutro... serio... forse in quel momento veramente tutto si ferma...

e allora capisco: è solo per questo che sono lì... per vivere con lei il presente... questo presente!

Elisabetta Giorgini

