

**AIIMF - ASSOCIAZIONE ITALIANA INSEGNANTI DEL METODO FELDENKRAIS ®**  
**VI Convegno Nazionale. 15-16-17 novembre 2019, Firenze, Hotel Baglioni.**  
**APPRENDIMENTO, MOVIMENTO E CREATIVITA' - l'arte di integrare.**

**Illusionismo, pensiero laterale e Feldenkrais Metodo**

**Jaime Polanco**

**Obiettivo:** Lo scopo di questo workshop è quello di mostrare il parallelismo tra la struttura della magia - il modo in cui i maghi usano la cognizione per creare i loro effetti - e il modo in cui Moshe Feldenkrais ha costruito le sue lezioni di gruppo sfidando il nervoso centrale sistema che deve trovare soluzioni indirette, in modo da far emergere modelli alternativi in grado di migliorare l'efficienza del movimento.

**Metodi:** il seminario è composta da due parti. Nel primo, i partecipanti vedranno due trucchi magici e analizzeremo uno di loro in modo che saranno in grado di capire i processi cognitivi dietro la magia. Utilizzando idee classiche di illusionisti come Juan Tamariz, Arturo de Ascanio o Roberto Giobbi e la moderna ricerca neuroscientifica di Susana Martanez-Conde, Luis Martanez Otero e Miguel Angel vedremo come i maghi usano il funzionamento della mente per creare illusioni.

Nella seconda parte, attraverso una lezione di CAM passeremo attraverso un'esperienza simile nel contesto del movimento. Attenzione, immagini motorie e rompicapo che trovano soluzioni creative (pensiero laterale), sono elementi che Moshe Feldenkrais ha incluso nelle sue lezioni per migliorare l'immagine di sé, la qualità e la precisione dei movimenti. In seguito analizzeremo la lezione esplorata.

**Risultati:** Come spettacolo e divertimento, l'illusionismo ci permette di connetterci con le emozioni, la gioia e l'ottimismo. La condizione è che lo spettatore non scopra il segreto e dia il permesso di essere ingannato. Nelle CAM gli studenti non si trovano in difficoltà nel conoscere, ma nei loro sentimenti e nel trovare nuovi modi di muoversi. Alla fine della lezione possono provare leggerezza e soddisfazione perché hanno reso l'impossibile possibile e facile. Questo potrebbe essere una buona motivazione per esplorare sempre di più.

**Conclusioni:** Il laboratorio collega l'esplorazione del movimento e le attività artistiche come l'illusionismo per mostrare come funziona il sistema nervoso centrale in modo simile in due contesti diversi. Conoscere questi meccanismi neurologici dietro l'illusionismo ci fanno pensare a come possiamo usarli nella pratica Feldenkrais. Curiosità, apertura a sconosciuti, gioco e generazione di emozioni positive possono essere utilizzati per lavorare con le persone.

Jaime Polanco. Fisioterapista dall'Università UCM di Madrid (2002) e Insegnante Feldenkrais. Ha partecipato alla ricerca in Fisioterapia e Metodo GDS ed è stato docente in diversi contesti accademici come UCM University, Pontificia de Comillas University e l'Università di Siviglia: "Metodo Feldenkrais in neuro-rehabilitation" nel corso di specializzazione post-laurea "Fisioterapia neurologica negli adulti". Oggi collabora con istituzioni pubbliche e private che si occupano del Metodo Feldenkrais e riabilitazione