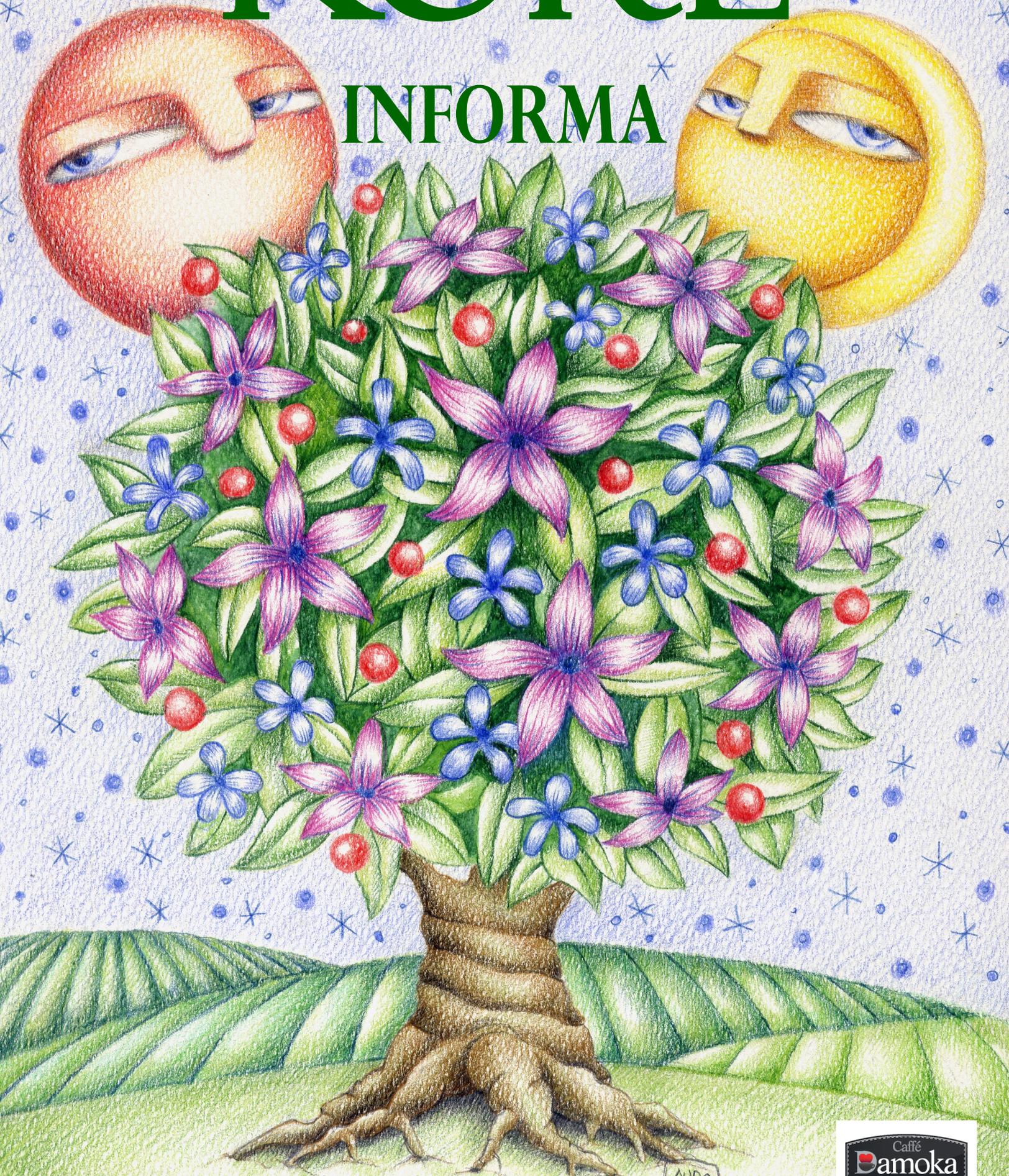


KORE

INFORMA





KORE
ASSOCIAZIONE

Kore Informa Febbraio 2016

ANNO VIII — Numero 1— Pubblicazione Gratuita

(immagine di copertina: "Albero fiorito" di Aureliano Livaldi, matita su cartoncino, cm 22x30, 2016. Immagine di Aureliano Livaldi)

Distribuzione gratuita presso la sede dell'Associazione

Direttore Responsabile

Enrico Petrucciani

Segreteria di Redazione

Simona Borghi

Hanno collaborato

Angela Fabbri

Monica Paggetti

Daniela Cecchi

Manuela Giomi

Viviana Nacchi

Miretta Pasqui

Eleonora Volpi

Salvatore Acquilino

Maria Ruggiero

Aureliano Livaldi

Tipografia

Pixartprinting Spa - Quarto d'Altino VE

Tiratura

100 copie

Grafica ed impaginazione

Simona Borghi

Periodico Quadrimestrale dell'Associazione Culturale O.N.L.U.S. Centro Studi per la Ricerca e l'Educazione Psicossomatica Kore— Affiliata C.E.S.V.O.T
C.F.: 90013660536-Via V. Bellini, 39-58022 Follonica (GR)

Registro Stampa del Tribunale di Grosseto al N°04 /09 - fascicolo n°471 / 09V.G.

SOMMARIO

Il desiderio come luogo dell'ambivalenza.....	3
<i>Angela Fabbri</i>	
Come diventare socio dell'Ass. Kore.....	5
Tirocinio per Psicologi.....	5
Narrazione, orientamento, cura.....	6
<i>Monica Paggetti</i>	
Dona il 5 per mille	8
Novità.....	8
Il Caffè incontra la cultura.....	8
Compagni di viaggio.....	9
<i>Viviana Nacchi</i>	
Le Associazioni sul territorio...RealGIALLU.....	12
<i>Salvatore Acquilino</i>	
17 Novembre: giornata della mamma e del bambino prematuro.....	13
<i>Manuela Giomi</i>	
Parliamo di alimentazione	15
<i>Eleonora Volpi</i>	
I sabato di Kore... Metti in circolo il tuo dono.....	16
Visita guidata: giardini di Ninfa, Sermoneta, San Paolo fuori le mura.....	17
Cibo - Amore.....	18
<i>Maria Ruggiero</i>	
Pranzo sociale.....	19
I Laboratori di Kore.....	20
Giornate di formazione in psicossomatica.....	21
Gli obiettivi dell'Associazione Kore.....	22
Dove puoi trovarci.....	23

IL DESIDERIO COME LUOGO DELL'AMBIVALENZA

Angela Fabbri

“Finchè c'è il desiderio, c'è la vita.
Il desiderio allunga la vita.”
(Massimo Recalcati)

Il tema del desiderio è stato posto in primo piano – per la comprensione delle dinamiche dell'esistenza – da un medico psicoanalista e filosofo francese, Jacques Lacan, che si colloca nella scia di Freud, del quale ci dà un'originale lettura. Ma come ben sappiamo, la filosofia ha anticipato i temi di cui si occupa la psicoanalisi ai tempi nostri, e da sempre si è interrogata sul valore da attribuire al desiderio nell'umano *experiri*. In Platone è teorizzata la forza dell'eros, forza primigenia che dà impulso ad ogni umano agire ed alla stessa conoscenza filosofica. E' la divina follia – *theia mania* si legge nel Fedro - che offre alla ragione ordinatrice le illuminazioni atte a produrre un senso. Dagli Dei provengono gli enigmi dell'oracolo, capaci di immetterci nella sapienza e nella verità delle cose. L'eros è caos creativo, è forza magnetica, è principio cosmogonico, preposto – nel mito greco - all'origine del mondo: dal Caos sconfinato nacque Gaia, la Terra, ed immediatamente Eros, da cui ogni altra creazione. Quest'ultimo è un demone potentissimo tra gli uomini, propulsore di felicità e di guarigione da ogni male:

“Eros è, fra gli dei, il più amico degli uomini, perché è soccorritore degli uomini e medico di quei mali che, se fossero risanati, regnerebbe nella razza umana beatitudine sublime.” (Platone, *Simposio*, Oscar Mondadori, 1987, p. 66, 189 c-d)

Eros è forza divina contrapposta all'umana ragione. In proposito scrive ancora Platone:

“Quanto alla divina follia ne abbiamo distinto quattro forme a ciascuna delle quali è preposta una divinità: Apollo per la follia profetica, Dioniso per la follia iniziatica, le Muse per la follia poetica, mentre la quarta, la più eccelsa, è sotto l'influsso di Afrodite e di Amore.” (Platone, *Fedro*, Oscar Mondadori 1998, p. 96, 265 b) (fig.1). E la voce “desiderio”, pur decli-

nata in modi e sfumature diverse, è ben presente nella ricerca filosofica più vicina a noi nel tempo: la volontà di Schopenhauer, lo *spirito dionisiaco* - contrapposto alla razionalità dello spirito apollineo - in Nietzsche, l'*élan vital* di Bergson ... ne sono esempio (fig.2).

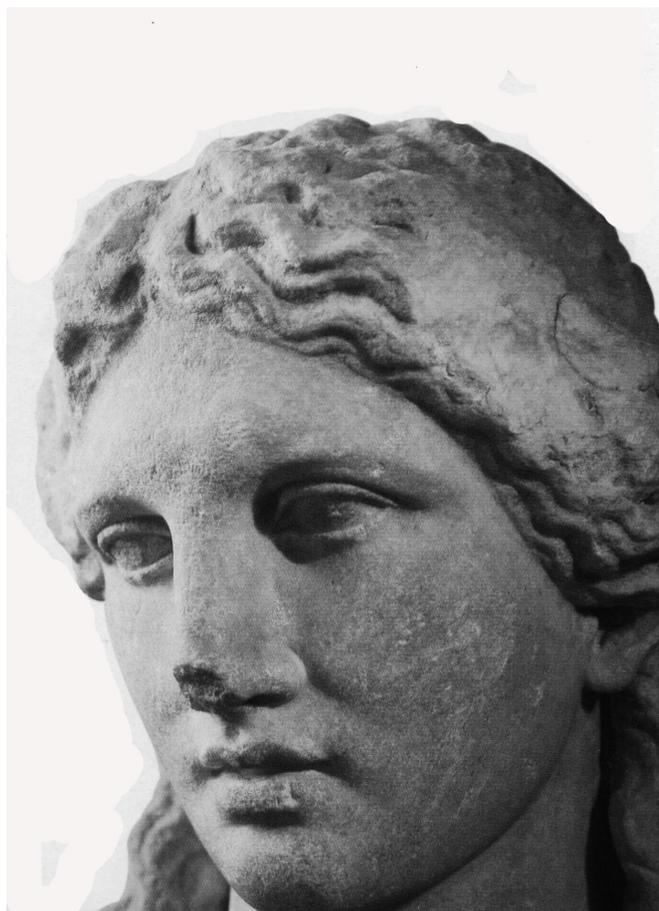


Fig.1 Dionisio, testa in marmo, III Sec a.C.
Museo archeologico di Taso — Grecia
Immagine di Angela Fabbri

La *libido* è un concetto fondamentale della psicoanalisi freudiana: si tratta di una *pulsione* vitale di carattere erotico, che ha sede nell'Es, il luogo della parte istintuale dell'uomo, "la forza ignota e incontrollabile da cui veniamo vissuti", secondo la definizione di Groddeck, a cui Freud stesso fa riferimento. Jung proporrà il concetto di *energia psichica*, come pulsione vitale da intendersi in senso più ampio, rispetto alla *libido* freudiana. E James Hillmann, analista junghiano, teorizza un codice dell'anima, in cui è incisa una *vocazione* che si traduce in unicità,

progetto, rivelazione di talenti personali, destino individuale. Esiste un interessante studio del rapporto tra Letteratura e Psicoanalisi, riguardo le figure del desiderio che in ogni creazione artistico-letteraria sono presenti.



Fig.2 Particolare di un cratere in ceramica a figure rosse di una Menade, di produzione siceliota (340 circa a.C.). Museo archeologico eoliano, Lipari. Immagine: Angela Fabbri

Un intellettuale di rilievo internazionale, Francesco Orlando, che ha ricoperto la cattedra di Teoria della Letteratura all'Università di Pisa, ha dedicato gran parte della sua ricerca, fino al 2010 (l'anno della sua scomparsa), proprio al rapporto fra teorie freudiane ed opera letteraria. La sua tesi individua – nella tematica letteraria di un testo – l'esistenza di una pulsione inconscia, di un desiderio inconfessabile, in quanto inaccettabile dalla morale dominante: l'opera sarebbe perciò il risultato di una *rimozione*, di un allontanamento di contenuti, inammissibili - nella vita - per lo stesso soggetto-autore.

In particolare Orlando analizza le inquietanti figure del desiderio nella *Fedra* di Racine e nel *Misantropo* di Moliere, applicando all'analisi del testo le teorie di Freud sull'inconscio.

“Per rimozione, s'intende in psicanalisi l'operazione mediante la quale un individuo cerca di respingere dall'io cosciente, o addirittura di mantenere

nell'inconscio, un contenuto di immagini o pensieri o ricordi legato ad una pulsione”(Francesco Orlando).

La letteratura si qualifica in definitiva come lo spazio in cui si attua *il ritorno del represso*, spazio di compromesso, che dà luogo ad una manifestazione del linguaggio dell'inconscio. Tale impostazione teorica è esposta in un testo assai noto di Francesco Orlando, dal titolo *“Per una teoria freudiana della Letteratura”*, pubblicato nel 1973.

Se è vero che l'inconscio si struttura come linguaggio, la repressione o il mancato riconoscimento del desiderio originerà delle parole *significanti*, quali sono, appunto, i sogni, i lapsus, i sintomi, i disagi psico-somatici o somato-psichici (a seconda del punto di partenza della lettura del disagio stesso... sul versante psichico o sul corpo).

Ma riconoscere il desiderio che ci attraversa, ci salva la vita:

“Finché c'è desiderio, c'è la vita. Il desiderio allunga la vita. Nella misura in cui il desiderio ci attraversa, dilata l'orizzonte della nostra vita. E quando qualcuno rinuncia ad ascoltare la chiamata del proprio desiderio, lì la vita si ammala.” (Massimo Recalcati, *La forza del desiderio*, Sympathetika Qiqajon, 2014) (fig.3).



Fig.3 “La nascita di Venere”, Sandro Botticelli, dipinto a tempera su tela di lino, m 1,72x2,78,1482-1485. Galleria degli Uffizi, Firenze. Immagine: Angela Fabbri

Il desiderio è una forza che trascende l'io, eppure da questo deve essere indirizzato e governato, anche se ciò può sembrare una contraddizione. Devo sapere che cosa ci posso fare con questo desiderio che mi attraversa: sono responsabile dei progetti di vita da portare avanti, proprio grazie a questa forza che mi abita.

L'eros è da intendersi come corrente energetica del corpo, senza la quale saremmo come degli automi pietrificati, colpiti dallo sguardo di Medusa. Il *sentire* ci espone tuttavia ad una vulnerabilità che ci può far male, perciò possiamo aver instaurato difese nel corpo, posture e corazze, per proteggerci dalle ferite, come ha teorizzato Wilhelm Reich, il geniale allievo di Freud che spostò l'accento sul corpo nella lettura del disagio. La "corazza" come limite all'espressione dell'energia individuale, diviene allora vera e propria patologia.

Il desiderio, quindi, può essere snaturato e risultare ambivalente, perché può esprimersi nel sintomo, nella nevrosi, nella insoddisfazione inconcludente: può essere travisato e dislocato, nella ricerca affannosa dell'oggetto da possedere o nella novità da ricercare all'insegna dell'instabilità dei legami e dei progetti. Ci potremmo, invece, impegnare a scoprire il nuovo, nel nostro consueto mondo degli affetti abituali e nel ripetersi del nostro quotidiano accadere. Già nel 1964, Marcuse - ne *L'uomo a una dimensione* - aveva indicato nella "cultura dell'aver", del "consumare in accordo con gli annunci pubblicitari", la perdita dei valori fondamentali della vita umana, per lo spostamento del desiderio dal soggetto all'oggetto.

Oggi, nell'epoca che è stata definita "delle passioni tristi", si assiste al godimento senza desiderio, all'erotismo senza amore, in una dimensione in cui l'oggetto ha la prevalenza. Sembra ineludibile l'estinzione della forza divina, autentica, fondamentale per la vita stessa, mentre dilaga un edonismo vuoto e fine a se stesso, nella ricerca compulsiva di inutili appagamenti.

Il desiderio, invece, implica il progetto, il senso del limite e la capacità di attesa; ed è sempre associato ad una visione etica che pone dei limiti, e ad una forza morale che permette realizzazioni. Il desiderio che non conosce limiti, e che non è sostenuto da una legge morale, diventa devianza. E la devianza implica la dipendenza e la patologia.

L'etimologia dal latino *de-sidera* (*manca di stelle*, cioè dei segni augurali, da interpretare per trarre gli auspici) denota un'assenza, e contemporaneamente un'attesa, affinché le stelle ricompaiano, per *considerare* (da *cum-sidera*) i segnali, e trarre conclusioni. Nel *De bello gallico* Giulio Cesare definisce *desiderantes* i soldati che a sera, *sotto le stelle*, stanno ad attendere i compagni d'armi ancora impegnati in battaglia, e perciò a rischio di morte. La mancanza e l'attesa sono sentimenti costitutivi del desiderio.

COME DIVENTARE SOCIO DELL'ASS. KORE

Diventare soci dell'Associazione Culturale Onlus Kore vuol dire aiutare l'Associazione a crescere in qualità e potenzialità organizzative, essere sempre informati in anticipo delle prossime iniziative (lasciando la propria e-mail al momento dell'iscrizione). Il socio è principalmente un amico dell'Associazione ed è considerato associato se in regola col pagamento della quota dell'anno in corso.

Al socio verrà consegnata una tessera associativa annuale.

Quote associative per l'anno 2016

SOCIO ORDINARIO: € 15,00

Si raccolgono le iscrizioni presso la sede dell'Associazione in Via Bellini, 39 a Follonica (GR), oppure contattando la volontaria Antonella Camici: Cell. 3332937193.

TIROCINIO PER PSICOLOGI

L'Associazione Kore, Centro Studi Olismo e Psicosomatica, è dal 2007 sede di tirocinio post-Laurea per Psicologi, in base alla convenzione stipulata, e recentemente rinnovata, con **l'Università La Sapienza di Roma – Facoltà di Medicina e Psicologia**. In questi anni sono già avvenute collaborazioni che hanno visto l'avvicinarsi presso la nostra associazione, nei diversi semestri, di un certo numero di tirocinanti che con noi hanno portato a termine il loro percorso di Formazione universitaria.

LE ATTIVITA' OGGETTO DI TIROCINIO SONO:

- partecipazione ai "Sabati di Kore", tesi a formare ed informare i soci con argomenti che hanno come riferimento culturale e metodologico l'Ecobiopsicologia e tutte le altre discipline psicologiche ed analitiche che sono alla base di una Educazione Psicosomatica intesa come prevenzione del Disagio e della Patologia

- partecipazione alla realizzazione dei laboratori e di tutti gli altri percorsi che saranno attivati

- discussione di casi clinici insieme all'equipe di psicologi e psicoterapeuti. Referente tirocini: Dott.ssa Daniela Cecchi-
Numero di tirocinanti ammessi per semestre: 2

E' prevista la presenza di Psicologi iscritti all'albo/tutor. La scheda informativa relativa all'Associazione Kore è attualmente visibile sul sito della Facoltà di Medicina e Psicologia della Sapienza di Roma:

<http://www.psicologia1.uniroma1.it> : "Verso la Professione" > "Tirocini post laurea" > "Banca dati". I tirocini si svolgeranno presso la sede dell'Associazione, in via Bellini, 39 a Follonica. Info: tel. e fax: 0566/49100, e-mail: **koreinforma@libero.it**

NARRAZIONE, ORIENTAMENTO, CURA

Monica Paggetti

"L'essere umano possiede un'attitudine a organizzare l'esperienza in forma narrativa"- Bruner 1990.

La narrazione risponde al bisogno di ricostruire la realtà dandole un significato specifico.

Ogni individuo quindi sente il bisogno di definirsi come soggettività dotata di scopi e intenzionalità e ricostruisce gli avvenimenti della propria vita in modo tale che siano in linea con l'idea di sé.

L'arte di narrare infatti, dice Bruner, è antica quanto l'uomo. Con lo sviluppo del linguaggio abbiamo potuto elaborare e perfezionare le narrazioni, spostandoci dal dominio della rappresentazione mimetica, caratteristica dei nostri antichi antenati, a quello, più complesso, rappresentato dai processi del racconto e della recitazione.

È attraverso le strutture narrative che gli individui riescono a costruire i propri mondi, le proprie realtà. La narrazione infatti si presenta come strumento indispensabile per la creazione dell'identità delle persone, dal momento che, "narrando, organizziamo e diamo forma alle nostre conoscenze ed esperienze". Sempre Bruner inoltre sostiene che quando ascoltiamo o raccontiamo un'esperienza, inevitabilmente la narrazione muta da individuo a individuo in quanto in ogni versione è presente l'aspetto soggettivo, emotivo, psicologico da cui ognuno di noi non può esimersi.

Accanto al pensiero logico-paradigmatico infatti troviamo il pensiero narrativo che abbraccia una logica legata alle azioni umane (desideri, emozioni, affetti), e alle interazioni tra individui (regole, motivazioni sociali), questo tipo di pensiero assolve ad una funzione molto importante: dà senso e significato a quei contesti percepiti dal soggetto come inspiegabili e incomprensibili, consentendo l'attribuzione e costruzione di significato alle varie esperienze. Raccontare è un'esperienza che tutti conosciamo: come narratori e come ascoltatori. Si tratta di una forma di comunicazione naturale ed intuitiva, capace di coinvolgere e facilitare a più livelli la ricerca e la costruzione di senso, sia personale che professionale. Attraverso il racconto e l'ascolto di storie si cerca di mettere ordine e dare senso alle molteplici esperienze quotidiane che diventano così elemento di riflessione e condivisione.

"Le narrazioni costituiscono repertori di comportamento: dai romanzi, dai film, dai racconti delle esperienze altrui prendiamo, letteralmente, materiali per costruire comportamenti adeguati, interpretazioni e reazioni agli eventi, per gestire le emozioni e dare loro un nome, per dotare di senso, in generale, quello che facciamo e che ci accade, quello che vediamo fare agli altri e ciò che accade intorno a noi". - Batini, I quaderni della Riverca n. 24.

Le narrazioni, le storie, i racconti, sono presenti nella vita quotidiana di ognuno.

"Mentre narriamo ci accorgiamo che diventiamo più consapevoli di chi siamo, di che cosa desideriamo..."

Le storie, le narrazioni sono pertanto una "palestra cognitiva" in grado di allenare il pensiero.

Le ultime scoperte delle neuroscienze hanno dimostrato come la narrazione e l'ascolto di storie possano fornire impulsi anche a quella parte del cervello destinata ad attività che richiedono una maggiore attenzione nel portare a termine un compito.

Ulteriori studi sulla lettura e la narrazione, svolti presso la Stanford University in California su un gruppo di persone di diverse età, hanno accertato risposte positive rispetto all'incremento di competenze relative alla sfera emotiva, relazionale, motivazionale.

Perché parlare di NARRAZIONE e ORIENTAMENTO e CURA ?

La finalità dell'orientamento attraverso le storie è quella di fornire strumenti per creare empowerment e rendere così le persone autonome e protagoniste delle proprie scelte.

L'empowerment è un processo di crescita, di consapevolezza e sviluppo di sé che favorisce la conoscenza delle proprie risorse e aumenta l'autonomia delle persone.

Traguardo per l'orientamento narrativo è quindi la reale autonomia delle persone. Ecco che allora, se le storie sono intese come repertori di senso e significato, esse sono strumenti per prendersi cura di sé e degli altri. In campo sociale, ma anche educativo, sanitario, dare valore alle storie vuol dire limitare le distanze, tessere legami, creare empowerment, prendersi "cura".

Attraverso le narrazioni facciamo orientamento, verso gli altri e verso noi stessi.

Riusciamo a sviluppare quello spirito critico che ci renderà autonomi e consapevoli nelle scelte di ogni tipo e a qualsiasi età.

Per questo è importante progettare una pedagogia della lettura. Non basta limitarsi ai contesti scolastici. Oggi giorno l'esigenza diventa comunitaria.

A scuola ma anche negli ospedali, nelle case di cura, nelle carceri, negli spazi di attesa occorre creare momenti collettivi di condivisione e di ascolto. Lettura individuale, lettura ad alta voce, narrazioni, costituiscono "un mezzo a basso costo ed alto potenziale".

In questa direzione movimenti di Lettura ad Alta Voce si sono negli anni moltiplicati in tutta Italia. Grazie a Federico Batini, ricercatore universitario e ideatore del progetto, e ad altri volontari, viene valorizzato il tempo da dedicare all'altro attraverso momenti di lettura e di narrazioni condivise.



Serata di Inaugurazione del Circolo delle Letture a Follonica (GR), 2012.
Foto: Monica Pagetti

Il motto è IO LEGGO PER GLI ALTRI.

"Si tratta di un atto semplice e rivoluzionario, un atto da replicare ovunque, con costanza e pazienza, con l'atteggiamento del giardiniere, che conosce il tempo lungo della cura e la perdita richiesta dalla nascita di nuovi germogli, piuttosto che quello del tradur che quotidianamente conta investimenti e profitti".-Batini in, *Pensieri Circolari-Narrazione, Formazione e Cura ed. Pensa Multimedia.*

In linea con quanto esposto e per cominciare ad entrare insieme nel magico mondo delle narrazioni, mi fa piacere segnalare un libro il cui filo conduttore è appunto la "cura" attraverso momenti narrativi.

"Parlare di malattie è un intrattenimento da Mille e una Notte" dice William Osler.

Con *l'uomo che scambiò sua moglie per un cappello* Oliver Sacks, neurologo ma anche naturalista, scrittore e drammaturgo, come lui stesso amava definirsi, ci appare il medico che tutti abbiamo sognato. Un uomo di scienza che si occupa di malattia ma che sa far parlare la malattia stessa, che la vive insieme ai suoi pazienti e che riesce a trasformarla in "un intrattenimento da Mille e una Notte".

Il libro è composto dal racconto di una serie di casi clinici. Le storie, terribili e appassionanti, vengono riscattate da Sacks che riesce a ristabilire un contatto tra deficit e normalità, abbandono e consapevolezza. "Quando, come già due miei fratelli maggiori, m'iscrissi a Medicina, a far presa sulla mia immaginazione furono i pazienti che incontrai, con le loro vicende e le loro difficili situazioni, e furono quelle esperienze a imprimersi su di me in modo indelebile. Lezioni e manuali, invece, lontani com'erano dalla vita vissuta, quasi non lasciarono traccia alcuna.

Mi sentivo però fortemente attratto dalle numerose storie di casi clinici..."

Si comincia così a parlare di "medicina narrativa" e sempre più medici considerano adesso il caso clinico una parte importante della scienza medica.

"Oggi, con l'affermarsi delle neuroscienze e di tutte le loro meraviglie, è ancora più importante conservare la narrazione personale, considerare ogni paziente come un essere umano unico con la propria storia e le proprie strategie di adattamento e sopravvivenza".

Sacks spesso parla delle vicende della sua vita intrecciandole con i racconti dei casi clinici dei suoi pazienti. Con il racconto, la malattia, è un caos che trova ordine, che mostra anche una sua bellezza.

In "L'uomo che scambiò sua moglie per un cappello" egli è "persona attenta ai bisogni dell'altro", acuto osservatore di tutto ciò che lo circonda.

In assenza di una narrazione, anche quella che può sembrare più "stramba", il medico non ha elementi per affrontare le componenti essenziali legate al vissuto e alla soggettività del paziente e quindi non può costruire un'efficace alleanza terapeutica.

Raccogliere storie significa costruire spazi che restituiscano voce, parola, dignità, e con esse favorire la partecipazione. Agevolare il racconto e creare ascolto significa stimolare la partecipazione attiva, creare empowerment.

Nelle tante storie di cui si compone l'opera, viene posta l'attenzione sulla realtà del paziente, non solo come persona che soffre, ma anche come individuo in lotta per conservare la propria identità.

L'autore riflette in maniera intima e alle volte ironica

e surreale l'aspetto più profondo della malattia. La prima storia, che dà il titolo al libro, racconta del dottor P., musicista affetto da prosopagnosia, ovvero l'incapacità di dare significato visivo alle cose, confondendo così la testa della moglie per il suo cappello. Il dottor P., ignaro del suo problema, conduce la sua vita quotidiana canticchiando.

Sacks diceva: "Penso che la musica avesse preso per lui il posto dell'immagine.

Invece di un'immagine corporea aveva una musica corporea: ecco perché era in grado di muoversi e agire con tanta disinvoltura, ma si bloccava completamente, confuso, se s'interrompeva la musica interiore".

Con questo libro Sacks ci conduce in un mondo spesso poco conosciuto o addirittura evitato, quello della malattia e del disagio.

Ma ci introduce anche in un mondo fatto di singolarità da valorizzare in quanto tali, ognuna con la propria storia profondamente presente nell'animo di chi la racconta.

Raccontare e raccontarsi, condividere luoghi ed emozioni, fa sì che la vicinanza si trasformi in un incontro, la distanza in conoscenza.

Taylor diceva " Noi siamo le nostre storie. Siamo il prodotto di tutte le storie che abbiamo ascoltato e vissuto, e delle tante che non abbiamo sentito mai.

Le storie hanno modellato la visione di noi stessi, del mondo e del posto che in esso occupiamo".

DONA IL 5 PER MILLE

L'Associazione KORE fonda la propria attività sul volontariato e per questo motivo necessita dell'aiuto economico di chi crede nel nostro operato e nel valore della solidarietà.

Devolvi all'Associazione KORE il tuo 5 per mille dell'Irpef e proponi ad altri di farlo.

Come?

E' davvero semplice:

1. compila il modulo 730, il CUD oppure il Modello Unico;
2. firma nel riquadro: "Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale ..."
3. indica il codice fiscale dell'Associazione

90013660536

NOVITÀ

Dal mese di Settembre 2015, l'Associazione Kore offre ai propri soci l'opportunità di beneficiare delle recenti convenzioni sottoscritte.

Al momento due sono le opportunità:

- ⇒ **BAR JOLLY, VIA LITORANEA N. 33
A FOLLONICA (GR)**
- ⇒ **SOFFICI RISVEGLI, VIA A. VOLTA N.11
A PIOMBINO (LI)**

Per informazioni contattare la Segreteria:
0566.49100.

IL CAFFÈ INCONTRA LA CULTURA

Da Settembre 2015 è nata la collaborazione tra Caffè Damoka e l'Associazione Kore.

Il Caffè incontra la cultura in un percorso per la salute ed il benessere....dalla Noia all'Amore.

La collaborazione è iniziata con la pubblicazione del mese di Ottobre 2015 del periodico dell'Associazione KORE INFORMA a cura di Caffè Damoka e prosegue con un contributo per la stampa del presente numero di KORE INFORMA relativo a Febbraio 2016. Entrambi i numeri nascono per informare e formare l'individuo ad una lettura psicosomatica di disagi e patologie.

*Un sentito ringraziamento per il
contributo volontario ricevuto da a:*

LORIANO VECCHIARELLI

di Alessandra Vecchiarelli

Via Norma Pratelli, 3 – 58022 Follonica (GR) Tel 0566/263456 –
Fax 0566/269107



**CANCELLERIA – ARCHIVIO – MODULISTICA COMMERCIALE e FISCALE –
TIMBRI - SERVIZIO COPIA e STAMPA
b/n e colore – PLASTIFICAZIONE
TUTTO PARTY**

COMPAGNI DI VIAGGIO

Viviana Nacchi

Il Secolo scorso ha espresso nella sua prima metà orrori che noi, quasi contemporanei, facciamo ancora fatica a concepire come reali: il dolore della generazione che ci ha preceduto e di quelle contemporanee, massacrate mentre da noi fiorivano Libertà e Democrazia e ci illudevamo che prevalessero sul Pianeta, è ancora in noi non sufficientemente elaborato. Molti individui hanno ricevuto il dono di esprimere quel dolore, ma anche i sogni, le speranze, le emozioni di chi fugge dalla Morte per andare verso l'Amore ad ogni livello: poeti, cantanti, filosofi, narratori, scienziati, artisti, attori, sono stati i nostri **compagni di viaggio** ai quali è utile rendere omaggio per nutrire le nostre anime attraverso ciò che è stato espresso dalle loro.

ALDA MERINI

"Il grande premio dell'uomo è la sua vita C'è sempre qualcosa per cui ringraziare la vita"(5).

A mio avviso, queste parole della poetessa Alda Merini racchiudono l'essenza del suo modo di porsi rispetto alla vita, del suo modo di essere vita.

Per lei, il poeta è uomo di pensiero, un filosofo, un osservatore della sua epoca capace di cogliere se stesso in rapporto agli altri.

Già a 15 anni inizia a scrivere le sue prime poesie, alcune delle quali pubblicate da Giacinto Spagnoletti nella *"Antologia della poesia italiana 1909 – 1949"*. Nel 1953 esce la prima pubblicazione di Alda Merini: *"La presenza di Orfeo"*, che viene accolta molto favorevolmente dalla critica. Nel 1958 Salvatore Quasimodo, con cui la poetessa aveva un importante rapporto di amicizia e di lavoro, pubblica alcuni suoi versi in *"Poesia italiana del '900"*.

Dal 1965 al 1979 è il periodo del silenzio poetico, silenzio che coincide con l'esperienza del doloroso internamento manicomiale. Nel tempo, quel dolore si trasforma in forza creatrice, forza poetica e forza narrativa. Nel 1984 riprendono le pubblicazioni dei suoi componimenti poetici, nel 1986 esce il suo capolavoro in prosa: *"L'altra verità. Diario di una diversa"*, testo da cui ho tratto alcune parti che qui propongo al lettore. Questi anni rappresentano un periodo molto fecondo per Alda Merini che aumenta le proprie pubblicazioni, partecipa ad interventi pubblici e riprende i contatti con le amicizie di un tempo.

Nel 1994 inizia un importante sodalizio artistico con Giovanni Nuti la cui musica accompagna i versi della poetessa. Insieme hanno inciso alcuni album e condiviso il palco di spettacoli teatrali e televisivi. In questi stessi anni, Alda Merini riceve diversi premi letterari: nel 1993 il premio Librex-Guggenheim "Eugenio Montale" per la Poesia; nel 1996 il Premio Viareggio, nel 1997 il Premio Procida – Elsa Morante, nel 1999 il Premio della Presidenza del Consiglio dei Ministri – Settore Poesia. Più volte candidata al Premio Nobel: dapprima nel 1996 quando l'Accadémie Française la propone per il Nobel alla Letteratura e poi nel 2001 quando il Pen Club Italiano la propone al Nobel per la Poesia; nel 2002 riceve l'Ambrogino d'oro dal Comune di Milano; nel 2007 riceve dall'Università di Messina la Laurea Magistrale honoris causa in "Teorie della Comunicazione e dei Linguaggi".

Alda Merini si è spenta il 1° novembre 2009 all'Ospedale San Paolo di Milano.

Ho ritenuto che il modo migliore per parlare di Alda Merini fosse quello di dar voce alle sue stesse parole. Scrive di sé l'Autrice:

"Sono nata a Milano il 21 marzo 1931, a casa mia, in via Mangone, a Porta Genova: era una zona nuova ai tempi, di mezze persone, alcune un po' eleganti altre no. Poi la mia casa è stata distrutta dalle bombe Abbiamo perso tutto. Siamo scappati sul primo carro bestiame che abbiamo trovato. Tutti ammassati. Siamo approdati a Vercelli A Vercelli ci ha ospitato una zia ... Non andavo a scuola, come facevo ad andarci? Andavo invece a mondare il riso... c'era la guerra. Stavo in casa e aiutavo la mamma, andavo all'oratorio....Sono tornata a Milano quando è finita la guerra"(5)

Nel 1953, all'età di 18 anni si sposa con Ettore Carniti. Dice di lui *"Un bell'uomo. Ho avuto quattro figlie da lui. Andavamo a mangiare la minestra da mia madre perché lui non aveva ancora un lavoro. Poi abbiamo preso una panetteria in via Lipari, non è che proprio facevamo il pane, era solo una rivenditoria. Mi chiamavano la fornaretta. Ho avuto la mia prima bambina nel 1955, Emanuela, poi nel 1958 è nata anche Flavia. Avevo 36 anni quando è nata la mia ultima figlia, Simona, e prima ancora era arrivata Barbara."*(5).

“Ho avuto un uomo che ho amato molto che mi ha rinchiuso, l’ho amato ugualmente, più che amato, l’ho perdonato”(5)

Le figlie raccontano il loro padre come *“un uomo geloso, un gran lavoratore, ma un uomo poco incline a capire e a condividere la passione per la poesia di nostra madre. Ettore era un uomo semplice, concreto, indifferente agli interessi culturali di nostra madre. Era una scrittrice lei, già dall’età di 15 anni scriveva le sue poesie, e anche se vivevamo in una condizione di povertà e pativamo spesso la fame, nostra madre perseguiva i suoi sogni una notte nostro padre era rientrato a casa dopo essere andato in giro con gli amici e aver speso tutti i soldi, quella notte nostra madre gli scaraventò contro una sedia facendolo finire all’ospedale. Soffriva molto lei, non di gelosia, soffriva perché veniva picchiata quando lui era ubriaco, ma lei lo amava e si crogiolava nell’illusione che lui cambiasse. Questa grande sofferenza non l’abbandonerà più ...”* (5)

Nel suo Diario Alda Merini racconta così l’incontro con l’ospedale psichiatrico: *“Quando venni ricoverata per la prima volta in manicomio ero poco più di una bambina, avevo sì due figlie e qualche esperienza alle spalle, ma il mio animo era rimasto semplice, pulito sempre in attesa che qualche cosa di bello si configurasse al mio orizzonte; del resto ero poeta e trascorrevo il mio tempo tra le cure delle mie figliole e il dare ripetizione a qualche alunno, e molti ne avevo che venivano a scuola e rallegravano la mia casa con la loro presenza e le loro grida gioiose. Insomma ero una sposa e una madre felice, anche se talvolta davo segni di stanchezza e mi si intorpidiva la mente. Provai a parlare di queste cose a mio marito, ma lui non fece cenno di comprenderle e così il mio esaurimento si aggravò, e morendo mia madre, alla quale io tenevo sommamente, le cose andarono di male in peggio tanto che un giorno, esasperata dall’immenso lavoro e dalla continua povertà e poi, chissà, in preda ai fumi del male, diedi in escandescenze e mio marito non trovò di meglio che chiamare un’ambulanza, non prevedendo certo che mi avrebbero portata in manicomio. Ma allora le leggi erano precise e stava di fatto che ancora nel 1965 la donna era soggetta all’uomo e che l’uomo poteva prendere delle decisioni per ciò che riguardava il suo avvenire. Fui quindi internata a mia insaputa, e io nemmeno sapevo dell’esistenza degli ospedali psichiatrici perché non li avevo mai veduti, ma quando mi ci trovai nel mezzo credo che impazzii sul momento stesso in quanto mi resi conto di essere entrata in un labirinto dal quale avrei fatto molta fatica ad u-*

scire. Improvvisamente, come nelle favole, tutti i parenti scomparvero. La sera vennero abbassate le sbarre di protezione e si produsse un caos infernale. Dai miei visceri partì un urlo lancinante, una invocazione spasmodica diretta ai miei figli e mi misi a urlare e a calciare con tutta la forza che avevo dentro, con il risultato che fui legata e martellata di iniezioni calmanti.



Alda Merini, *“L'altra verità”*, in *Biblioteca Universale Rizzoli*, RCS Libri S.p.a, Milano, 2000. Immagine: Viviana Nacchi

Ma, non era forse la mia una ribellione umana? Non chiedevo io di entrare nel mondo che mi apparteneva? Perché quella ribellione fu scambiata per un atto di insubordinazione? Un po' l'effetto delle medicine e un po' per il grave shock che avevo subito, rimasi in istato di coma per tre giorni e avvertivo solo qualche voce, ma la paura era scomparsa e mi sentivo rassegnata alla morte. Dopo qualche giorno mio marito venne a prendermi, ma io non volli seguirlo. Avevo imparato a riconoscere in lui un nemico e poi ero così debole e confusa che a casa non avrei potuto far nulla. E quella dissero che era stata una mia seconda scelta, scelta che pagai con dieci anni di coercitiva punizione..... Dopo un po' di tempo cominciai ad accettare quell'ambiente come buono, non mi rendevo conto e andavo incontro a quello strano fenomeno che gli psichiatri chiamano “ospedalizzazione” per cui rifiuti il mondo esterno e cresci unicamente in un mondo estraneo a te e a tutto il resto del mondo; mi ero fatta un concetto molto dolce e cioè che io fossi un fiore e che crescessi in un'aiuola deserta Ciò che mi risulta incompresi-

bile è come fossi capitata in quel luogo, e che odio mai avesse potuto ispirare mio marito a chiudermi in una casa di cura. (3)

Il periodo degli internamenti dura fino al 1979, quando Alda Merini fa definitivo ritorno a casa. Nel 1983 rimane vedova; due anni dopo sposa il poeta Michele Pierrie si trasferisce a Taranto dove vi rimane per circa quattro anni. Sono anni difficili durante i quali avrà modo di conoscere l'ospedale psichiatrico di Taranto.

Nel 1986 rientra definitivamente a Milano, sulle rive del Naviglio tanto amato, dove riprende a scrivere ed inizia a raccontare la sua esperienza.

“Se fossi completamente guarita, mi ergerei certamente a giudice, e condannerei senza misura. Ma molti, tutti, metterebbero in forte dubbio la mia sincerità in quanto malata. E allora ho fatto un libro, e vi ho anche cacciato dentro la poesia, perché i nostri aguzzini vedano che in manicomio è ben difficile uccidere lo spirito iniziale, lo spirito dell'infanzia, che non è né potrà mai essere corrotto da alcuno”. (3)

Nel “post scriptum due” del suo Diario scrive: *“Con questo volume Alda Merini mette a disposizione degli altri le sue esperienze, per un proficuo esito della psicoanalisi e per un'emancipazione umanistica della psichiatria. Forse non scriverò nulla di nuovo, forse questi sono luoghi triti, ma sono convinta, serenamente convinta, che se non fosse stato per la psicoanalisi, io in quel luogo orrendo ci sarei morta”. (3)*

Nel periodo dell'internamento al Paolo Pini di Milano, il rapporto con il Dottor Enzo Gabrici si rivelerà particolarmente significativo e salvifico. Così scrive la poetessa: *“Il dottor G era fermamente convinto che io non fossi malata di mente, ma che da bambina avessi subito un violentissimo trauma, e che quello continuasse a darmi fastidio, aggravato, poi, dalla severità del manicomio. Era, questo dottore, uno che cercava in ogni modo di spiegarmi in simboli; anzi di chiarire i simboli che passavano o si mimetizzavano nella mia mente. Un giorno, senza che io gli avessi detto mai nulla del mio scrivere, mi aperse il suo studio e mi fece una sorpresa.*

“Vedi” disse, “quella cosa là? E' una macchina per scrivere. E' per te per quando avrai voglia di dire le cose tue”. Io rimasi imbarazzata e confusa. Quando avevo scritto il mio nome e chi ero, lo guardai sbalordita. Ma lui, con fare molto paterno, incalzò: “vai, vai, scrivi”. Allora mi misi silenziosamente alla scrivania e cominciai: “Rivedo le tue lettere d'amore..” Il

dottor G. Si avvicinò a me e dolcemente mi sussurrò in un orecchio: “ Questa poesia è vecchia. Ne voglio delle nuove”. E gradatamente, giorno per giorno, ricominciarono a fiorirmi i versi della memoria, finché ripresi in pieno la mia attività poetica. Questo lavoro di recupero durò circa due anni.... Ma molto mi aiutò il dottor G, che con la sua terapia della non violenza dava all'ammalato la sensazione di poter essere ancora vivo, o di poter almeno accedere a quella specie di autenticità del vivere cui, di fatto, il malato solitamente aspira. D'altra parte il Diario è liberamente tratto dalla cartella clinica del dottore Enzo Gabrici, che raccoglie ancora le mie poesie scritte in manicomio. Mi tenne con sé visto che i miei parenti mi avevano mandato al diavolo e mi rieducò alla letteratura, l'unica fonte di vita alla quale potevo aggrapparmi per non morire. Ci vollero anni di amore, di presenze continue, ci volle una lunga degenza che ormai la chiusura del manicomio rende impossibile. (3)

Più volte nelle sue interviste Alda Merini sottolinea che è la forza dell'amore a far cambiare le cose.

“Io canto l'amore, ... forse perché non l'ho avuto lo canto, tanto l'ho desiderato” (5).

“In manicomio ero sola, per lungo tempo non parlai, convinta della mia innocenza. Ma poi scoprii che i pazzi avevano un nome, un cuore, un senso dell'amore e imparai, sì, proprio lì dentro, imparai ad amare i miei simili. E tutti dividevamo il nostro pane l'una con l'altra, con affettuosa condiscendenza, e il nostro divenne un desco familiare. E qualcuna, la sera, arrivava a rimbocarmi le coperte e mi baciava sui corti capelli. E poi, fuori, questo bacio non l'ho preso più da nessuno, perché ero guarita. Ma con il marchio manicomiali”. (3) Ma è proprio l'esperienza del manicomio che le ha rivelato la grande potenza della vita. “Io la vita l'ho goduta tutta, a dispetto di quello che vanno dicendo sul manicomio. Io la vita l'ho goduta perché mi piace anche l'inferno della vita e la vita è spesso un inferno.... per me la vita è stata bella perché l'ho pagata cara”(5)

Io non ho bisogno di denaro

*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.*

BIBLIOGRAFIA

- Merini A., *Aforismi e magie*, BUR-Contemporanea, Casarile (MI), 2014
- Merini A., *Il ladro Giuseppe*, Libri Scheiwiller, Milano, 1999
- Merini A., *L'altra verità. Diario di una diversa*, BUR, Bergamo, 2008
- Merini A., *Magnificat*, Frassinelli, Piacenza, 2002

SITOGRAFIA

www.aldamerini.it

Le Associazioni sul territorio...RealGIALLU

Salvatore Acquilino



Ringrazio l'associazione Kore per avermi invitato a scrivere un piccolo intervento sul loro periodico dei soci. Mi ha chiesto Daniela di parlarvi della nostra associazione, la RealGIALLU, cosa che mi risulta particolarmente difficile senza parlarvi di RealGIALLU.

Gianluca era mio fratello, ma oltre questo, che certamente non gli dava alcun merito, era una persona speciale. Un ragazzo che amava la musica, la vita, gli amici e la luna. Quella stessa luna che lo ha accompagnato, splendente e piena, anche la notte del suo andar via da qui. Un ragazzo, che come tanti della sua età, era pieno di difetti, contraddizioni, inquietudini, ribellioni ma anche forza, coraggio, convinzione e dedizione. La musica sua grande ispiratrice, la luna sua ammaliante compagna. E poi io, suo fratello, che lo ha amato sopra ogni cosa e che spesso, per troppa consuetudine, non è stato capace di dirglielo o mostrarglielo come avrebbe meritato. Due persone lontane ed allo stesso vicine, forse nella tragica verità di questa vita, molto più ora di prima. Dal suo amore per l'arte e dal mio amore per lui, nasce l'associazione RealGIALLU, con il contributo degli amici di una vita e delle persone che credono nel progetto. L'associazione cerca di promuovere tutte le forme d'arte a sostegno dei giovani, con una particolare attenzione verso il mondo della musica. L'impegno costante e quotidiano di chi ha creduto nei nostri progetti ci ha portato a realizzare già due festival artistico-musicali durante il periodo estivo, dove giovani band hanno la possibilità di suonare ad un pubblico su un palcoscenico, anche al fianco di talenti già affermati. Dare un'opportunità è la strada migliore per consentire al talento di manifestarsi, al pubblico di conoscere ed agli artisti di crescere. Il percorso musicale si sviluppa anche attraverso dei progetti, con le scuole di Follonica, di educazione all'ascolto per bambini delle materne ed elementari, e di supporto ai ragazzi con difficoltà di apprendimento per la scuola media. La musica è uno strumento di aggregazione e crescita sociale ed aiuta i rapporti di collaborazione, condivisione e crescita intorno ad un progetto culturale di approfondimento e di studio. Ed è proprio questo aspetto aggregativo e di crescita che il percorso all'interno delle scuole vuole valorizzare ed amplificare. A sostegno di questi principi cardine il festival "I sensi dell'arte", che è giunto alla sua II edizione nel periodo di dicembre, è un percorso partecipativo di condivisione dell'arte, di inneschi tra varie realtà culturali e sociali del territorio, di compartecipazione delle idee e sviluppo delle risorse. Perché l'arte non può chiudersi in sé stessa, perché l'arte e la cultura collettiva sono gli unici strumenti di crescita e comprensione che l'umanità ha.

17 NOVEMBRE: GIORNATA DELLA MAMMA E DEL BAMBINO PREMATURO

Manuela Giomi

Il 17 novembre, ormai da qualche anno, ricorre come giornata dedicata al bambino prematuro, ma vorrei approfittare di questo giorno per riportare attenzione anche sulla mamma.

Dedichiamo infatti un giorno al piccolissimo, fragilissimo bambino, perdendo però di vista che la natura e la fisiologia lo vogliono unito alla madre, così come previsto per il bambino nato a termine.

Cosa ci dice l'osservazione della diade madre bambino-

La natura vuole che mamma e figlio restino insieme, dopo il parto. Come ce lo dice? Semplicemente attraverso la costatazione del benessere della diade madre-figlio, a termine o prematura, quando è data loro la possibilità di stare insieme, di ricongiungersi. Di fronte alla percezione di tanto benessere diventano quasi superflui i dati scientifici che pure abbiamo ormai da tempo a disposizione ed è intuitivo come questo sia la chiave per superare il conflitto di separazione. E' intuitivo che anche il bambino nato prematuro ha un bisogno vitale di rimanere il più possibile insieme alla mamma: ancora per molti giorni avrebbe dovuto rimanere all'interno del suo corpo per poter completare la crescita ed essere protetto, ma per qualche motivo questo non è stato possibile. Alla luce di questo resta molto difficile immaginare quale possa essere lo stato emotivo di una mamma alla quale è chiesto di entrare con molto anticipo in questo nuovo ruolo, spesso in modo inaspettato, e di trovarsi bruscamente e improvvisamente non solo senza più il proprio bambino nella pancia, ma addirittura di essere in un altro luogo lontano da lui. Assistiamo dunque alla nascita non solo di un bambino piccino piccìo, ma anche della sua mamma: questa è una "mamma prematura", analogamente al figlio.

Cosa ci dicono le evidenze scientifiche sulla diade

Le evidenze, ormai da molto tempo, ci dicono come grande sia la sofferenza e l'angoscia del piccolo nato a termine, se separato dalla mamma: abbiamo moltissimi dati relativi ai cambiamenti ormonali all'interno del suo corpo, dove si producono sostanze che innescano uno stato di forte stress che interferisce fortemente con il benessere e quindi sulla salute eco-bio-psicolo-

gica anche a lungo termine. In modo analogo tutto questo si verifica anche nel bambino pretermine, separato dalla mamma ad un livello radicalmente più intenso. Questa condizione di profonda sofferenza, che caratterizza specularmente il vissuto della mamma se separata dal figlio a termine, è percepita al massimo livello dalla mamma del bambino nato prematuro. L'angoscia profonda si riflette a livello biochimico nel corpo della mamma e del piccino con la produzione di sostanze dello stress che a livello cerebrale vengono registrate come un forte trauma.

Cosa vive la neo-mamma prematura

La neo mamma prematura prova terrore, paura, smarrimento, senso di colpa, in un momento già caratterizzato dal profondo ed improvviso cambiamento: è pervasa insomma da una angoscia totale per questa precoce separazione e per l'incertezza di che cosa sarà del figlio.

Vi è anche un brusco passaggio di ruolo da figlia a madre, associato ad un'intensa modificazione dell'assetto ormonale. Credo che la sofferenza della mamma, come quella del bambino, sia indicibile e vissuta la maggior parte delle volte in profonda solitudine. Allora, riconoscere questo suo stato emotivo ci spinge ad andare verso un'unica direzione: il bambino! Il bambino è in uno stato di sofferenza se possibile più grande di quello della mamma, perché piccolo ed incapace di difendersi.

Chi difende questo bambino tanto piccino se non la sua mamma?



In natura gli animali dopo il parto sono inviciniabili e difendono con tutto il loro corpo la prole. È l'istinto di protezione che li guida in questo: sono guai per chi si avvicina e li disturba, ma anche per il cucciolo, tanto che in alcuni

casi la mamma può scegliere di eliminarlo o di abbandonarlo. Ricordiamo che noi siamo animali più evoluti ma sempre animali. La mamma porta con sé, dall'evoluzione, questo istinto primordiale di difesa verso il cucciolo ed il piccolo è esattamente nella condizione di essere difeso. E' del corpo della mamma, del suo odore, della sua pelle, del suo contenimento, del suo nutrimento che il cucciolo d'uomo ha bisogno per vivere, per stare bene e perché il potenziale eco-bio-psicologico possa svilupparsi al massimo livello. E' in questa condizione di vicinanza e di contatto dei corpi di madre e figlio che si ripristina quel benessere che questa diade viveva prima dello strappo del parto prematuro.. La mamma scioglie il proprio corpo e porta ossigeno nel suo cuore quando le è permesso di riunirsi al piccino Quando lo può vedere, quando lo può toccare, quando può accarezzarlo, difenderlo, riprendendo quel loro intimo dialogo iniziato nella pancia e ... ancor prima.

Il parto, anche se avvenuto prematuramente, è comunque il proseguo di un processo iniziato con la gravidanza e che raggiunge il suo culmine con l'allattamento.

Cosa avviene nel corpo della madre prematura

Il corpo della mamma è programmato per produrre latte: questa produzione inizia già verso l'ultimo periodo della gestazione. Anche la mamma del bambino prematuro porta dunque in sé nutrimento speciale per il figlio, un miracolo della natura...La natura non fa niente a caso! Questo liquido dorato, appiccicoso, di inizio vita è un tessuto vivo le cui cellule sono un ponte di saggezza per l'evoluzione della specie umana. Il colostro prematuro presenta una concentrazione maggiore di anticorpi e proteine rispetto al colostro di donne che hanno partorito a termine il loro bambino. La professoressa Paola Meir direttore per la ricerca clinica della lattazione del Ruser Medical Center di Chicago definisce il colostro come il "farmaco salva vita" per tutti i bambini nati pretermine. Il colostro e poi il latte della mamma pretermine hanno effetti positivi sulla crescita e sulla salute del bambino e sulla prevenzione delle complicanze nelle quali può incorrere il neonato prematuro. Mi voglio soffermare sull'azione di difesa del colostro che con i suoi anticorpi è in grado di proteggere il bambino con un sistema immunitario prematuro che ha fortemente bisogno di rinforzo, di sostegno. Esistono studi e reparti di terapia intensiva neonatale che mettono in pratica quanto detto: per avere riferimenti tecnici più precisi potete leggere gli articoli di Paola Mazzinghi in rete.

Come sul piano bio logico il colostro va a difendere il

bambino e a sostenere il suo sistema immunitario, così sul piano fisico e psicologico il corpo della mamma con il calore e contenimento delimita lo spazio entro il quale il bambino è protetto.

Perché sono importanti allattamento e Kangaroo Mother Care

Il bambino prematuro che può godere del contatto e del contenimento del corpo morbido della mamma, attraverso l'allattamento, fa poi esperienza di uno spazio umano caldo e pieno d'amore dal quale può sentire il battito del cuore della mamma - che da sempre conosce - e fare esperienza di vera protezione, di vero nutrimento, di vera difesa!



In questo spazio il bambino sa di esistere e supera l'angoscia di morte, di separazione e di rassegnazione.



La mamma prematura e' competente nel proteggere e nel nutrire in modo speciale e insostituibile il proprio bambino prematuro.

Queste sono competenze che il corpo della mamma porta con sé sin dall'albore della vita e che è in grado di agire anche se la nascita avviene prima del tempo. Riconoscere alla madre l'importanza vitale di queste competenze significa restituire il potere che le appartiene da secoli e che ha garantito la sopravvivenza della nostra specie fino ad oggi: questo, in modo semplice, lenisce e guarisce le profonde ferite e il profondo dolore di una nascita avvenuta prima del tempo. Dove? In un unico luogo. Quello del contatto dei corpi, dove si incontrano i suoni dei cuori e si ricongiungono le anime.

17 novembre 2015

Manuela Giomi, mamma, infermiera, consulente professionale in allattamento

Monteriggioni (Siena)

Articolo ed immagini tratte dal sito internet:

<http://www.blogallattamentoibclc.it/2015/11/17/17-novembre-giornata-della-mamma-e-del-bambino-prematuro/>

PARLIAMO DI ALIMENTAZIONE

Eleonora Volpi

Si è tenuta il 12 dicembre scorso, come seminario "I sabati di Kore" la conferenza: *Alimentazione come esperienza evolutiva di conoscenza di noi stessi e dell'ambiente*". In qualità di socia e consigliere dell'associazione, ho svolto l'introduzione della conferenza per riflettere su come l'alimentazione svolge un ruolo fondamentale nel nostro modo di essere e di rapportarsi con l'ambiente e la società. È necessario che il rapporto con il cibo, con tutti i nutrienti di cui possiamo disporre, sia vissuto in modalità riflessiva e consapevole, in altre parole dobbiamo interessarci a cosa mangiamo: come il nostro cibo è prodotto, costituito e portato sulle nostre tavole e su come esso condiziona profondamente la nostra esistenza perché può essere un veicolo di benessere ma anche di malattia. In particolare ha parlato di cereali, farine, legumi, del latte e dei suoi derivati, mettendo in evidenza che con i moderni sistemi di coltivazione, allevamento, produzione e distribuzione questi alimenti diventano una merce tipicamente industriale, con la conseguenza di essere privati della loro genuinità e del loro valore nutritivo.

Ad esempio, ho insistito sul tema dei cereali, come vengano coltivati, ormai con sistemi in cui il suolo viene arricchito soltanto con concimi chimici, protetto dai parassiti e dalle erbe infestanti con un grande massa di sostanze tossiche per la natura, il suolo, l'aria e la popolazione; questi inoltre risultano ridotti ad alimento raffinato cioè privato della crusca e delle fibre, tanto necessarie per la nostra salute; per renderli meglio conservabili, distribuibili ed impiegabili, diverranno farine prive di vitamine, sali minerali, enzimi etc. Lo stesso percorso è seguito per il latte, ormai ridotto ad un liquido "industriale" e per tutti i derivati, formaggi, yogurt etc. che devono solo soddisfare le esigenze di starsene ben presentabili sui banchi dei supermercati. Ha proseguito la conferenza il Dr. Sergio Tognarelli, medico e psicoterapeuta, che ha parlato degli allevamenti di animali da carne, mettendo in evidenza come questi, nella loro forma "intensiva" non siano altro che

la *fabbrica* di un prodotto dove nulla è più naturale, la cosiddetta "carne" - alle spese di circa 75 miliardi di esseri viventi - allevati ormai in condizioni di assoluto maltrattamento e tortura.

Vengono ogni anno sacrificati, uccisi, massacrati senza nessuna forma di rispetto e pietà per le loro povere esistenze *dedicate* soltanto al profitto dei produttori. Ha evidenziato i fortissimi problemi di inquinamento ambientale e di sfruttamento indiscriminato di risorse che produce sull'ecosistema questo tipo di prodotto, così come le carenze nutrizionali che comporta l'assunzione di questo alimento "carne", prodotto ormai di una maniera terribile di trattare gli animali e l'ambiente. Ormoni, antibiotici ed altre sostanze tossiche che vengono impiegate per l'allevamento sono poi assorbite dai consumatori finali. Il Dr. Tognarelli ha proseguito evidenziando come lo zucchero, prodotto e distribuito con gli stessi criteri solo di profitto e senza attenzione alla tossicità delle sostanze usate per la raffinazione, sia inserito all'interno di tantissimi alimenti che ritroviamo nei supermercati, in primo luogo nelle bevande gassate e nei succhi di frutta, e sta producendo una gravissima epidemia di obesità nel mondo occidentale e da alcuni anni anche in Asia e America Latina: la principale conseguenza di essa è il diabete. Infine ha voluto mettere l'accento sul vino e sugli alcolici che, prodotti grazie alla *chimica delle correzioni* con largo impiego di additivi e sostanze tossiche, portano sulle nostre tavole, nei bar e pubblici locali un prodotto che se consumato in dosi non piccolissime è decisamente tossico, in dispetto di tutte le affermazioni sulle sostanze antiossidanti in esso contenute le quali, rispetto all'ipotetico beneficio che potrebbero addurre, sono insignificanti di fronte al danno dell'alcol.

La logica che ha voluto sottolineare il dr. Tognarelli, essere insita in questo sistema di coltivazione, allevamento, distribuzione e commercializzazione degli alimenti, non è quella di fornire una nutrizione corretta e salutare, ma semplicemente quella di mantenere una

grande, globale, macchina industriale il cui solo interesse è il profitto delle imprese multinazionali. Nutrire il pianeta per loro è solo "business". Per questo dobbiamo difenderci adottando un sistema di consumo consapevole, in cui è necessario conoscere quello che ci viene proposto sui banchi dei supermercati e non,



Ispirazione Arcimboldo

Di Aureliano Livaldi, matita su cartoncino, cm 20x25, 2015.

Immagine: Aureliano Livaldi

diventando selettivi e critici nelle scelte. Se seguiamo un percorso di consapevolezza e di presa di coscienza di quello che è il vero valore e significato del cibo, diventiamo capaci di operare delle scelte che garantiscano, oltretutto la soddisfazione dei nostri gusti, anche la nostra salute e possiamo contribuire ad un cambiamento in questo violento e ingiusto sistema che obbliga a mangiare quello che promuove: gli interessi della grande industria alimentare. Il nostro contributo è saper scegliere all'interno della giungla degli alimenti proposti. Una possibilità è stata offerta da questa conferenza e sarebbe opportuno approfondire l'argomento con l'analisi di singoli gruppi di alimenti, come il Dr. Tognarelli ha proposto e si è dichiarato disponibile ad effettuare.

I SABATO DI KORE...METTI IN CIRCOLO IL TUO DONO

I seminari mensili a tema " **I sabati di Kore...metti in circolo il tuo dono**, sono un contributo importante; consistono in una lezione magistrale e creano anche l'occasione, per il gruppo, di confronto e di relazione feconda. Gli aspetti culturali approfonditi e letti in chiave psicosomatica sono utilizzati per comprendere la vita e le funzioni che la consentono, per indagare la verità che è sul corpo: siamo sempre "bisognosi" di conoscere per rispettare la vita.

SABATO 13 FEBBRAIO 2016 Ore 16

Narrazione, orientamento e cura

Conduce Monica Paggetti, counselor ecobiopsicologico, coordinatrice circolo LaAV di Follonica.

Presso la Sala Fantasma del MAGMA-Museo delle Arti in Ghisa nella Maremma- Via Bicocchi-Follonica (GR).

SABATO 12 MARZO 2016 Ore 16

Corpo e mente: vivere la conoscenza. Lavori in corso

Conduce la dott.ssa Viviana Nacchi, psicologa, psicoterapeuta

Presso la Sala Fantasma del MAGMA-Museo delle Arti in Ghisa nella Maremma- Via Bicocchi-Follonica (GR).

SABATO 9 APRILE 2016 Ore 16

Ben-essere e mal-essere del corpo nell'apertura al mondo

Conduce Angela Fabbri, laureata in Lettere. Letture di Lucia Satta

Presso Pinacoteca Civica, piazza del Popolo, n°12, Follonica (GR)

SABATO 7 MAGGIO 2016

Visita Guidata presso:

GIARDINI DI NINFA, SERMONETA, SAN PAOLO FUORI LE MURA (Roma)

Vedi locandina a pag. 17

SABATO 21 MAGGIO 2016 Ore 16

Dal segno al simbolo: la fisica dell'Anima

Conduce il dott. Diego Frigoli, psichiatra, psicoterapeuta, presidente dell'Associazione Nazionale di Ecobiopsicologia e direttore della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia ANEB con sede a Milano.

Presso sala Tirreno, via Bicocchi n°53, Follonica (GR).



L'ASSOCIAZIONE CULTURALE ONLUS
CENTRO STUDI PER LA RICERCA E L'EDUCAZIONE PSICOSOMATICA KORE

Propone

VISITA GUIDATA

I GIARDINI DI NINFA, SERMONETA E SAN PAOLO FUORI LE MURA (Roma)

SABATO 07 MAGGIO 2016



Oasi di Ninfa, Cisterna di Latina (LT)
Foto: Associazione Kore



Sermoneta (LT)
Foto: Associazione Kore



Basilica di San Paolo fuori le mura (Roma)
Foto: Associazione Kore

L'Oasi di Ninfa, nei pressi di Sermoneta, è un giardino in stile inglese che venne creato da Gelasio Caetani nel 1921, nel punto dove un tempo si trovava la città medioevale di Ninfa, della quale oggi sono rimasti vari resti e ruderi. Sviluppato su ben otto ettari di terreno, comprende migliaia di piante, è attraversato da numerosi ruscelli e dal fiume Ninfa; l'Oasi ospita specie uniche, provenienti da ogni parte del mondo e, dal 1976, appartiene al WWF che ha l'obiettivo di difendere e proteggerne la fauna. E' un'oasi naturale **rigenerante** e rilassante dove bisogna solo ammirare lo spettacolo che offre la natura. Il **Giardino di Ninfa** è un monumento naturale della Repubblica Italiana. Dopo la visita guidata al giardino ci si sposterà a Sermoneta per breve visita nel borgo medioevale e pranzo al sacco, si proseguirà poi per Roma, visita alla Basilica di San Paolo fuori le Mura.

Programma

Ore 5,00 - partenza da Follonica, via Amendola, park retro stazione FS, con bus GT riservato . Soste di ristoro autogrill.

Ore 9,30 –Giardino di Ninfa: ore 100.00 circa ingresso al giardino con guida interna (obbligatoria ed inclusa nel tkt d'ingresso), visita di circa un ora.

Ore 11,30 – trasferimento a Sermoneta, (solo se i tempi lo consentiranno breve sosta **all'Abbazia di Valvisciolo**) passeggiata attraverso le stradine, gli stretti vicoli e le piazzette dello splendido borgo medioevale di Sermoneta, set di numerosi film

Ore 13.00 – pranzo libero o al sacco partenza verso le 15.00 per Roma

Ore 16,30 – visita alla Basilica di San Paolo Fuori le Mura a Roma. La seconda Basilica dopo San Pietro per maestosità e bellezza, fa parte delle basiliche giubilari di Roma, ricca dal punto di vista artistico e architettonico.

Tempo libero a disposizione (ore 18 messa prefestiva, ore 18,30 chiusura della basilica)

Ore 18,30 – partenza per il rientro a Follonica, sosta per cena libera in autogrill arrivo previsto verso le ore 23.00

COSTI: € 60.00 compreso guida e ingresso al giardino

Organizzazione tecnica e accompagnatore dell'agenzia FAROLITO –Follonica (GR)

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ass. Kore via Bellini, 39 Follonica

Tel/Fax 0566-49100

CIBO - AMORE

Maria Ruggiero

Un connubio interessante.

Si viene alla luce con il primo respiro, ma sono il nutrimento e l'amore che consentono di crescere dentro e fuori di noi.

Il nutrimento senza l'amore sarebbe un vissuto freddo, l'amore senza il nutrimento porterebbe alla morte, l'uno ha bisogno dell'altro, in un costante equilibrio, corpo-mente: amore per la mente, cibo per il corpo.

VORREI

Tutto è nulla

ed in questo nulla così effimero vorrei essere evanescente, leggera.

I pensieri volano, variopinti si posano con noncuranza sul tappeto dei miei anni finiti, il colore caldo dell'autunno li rende eleganti, volteggiano nel cuore, si librano nell'aria della mente,

alla ricerca di uno spiraglio, occupato dalla possente forma del mio corpo, intanto prendo uno spazio sempre più grande, perchè grande è il mio sentire.

Mentre le lacrime scendono dentro, e fuori c'è un gran sorriso, una nuvola oscura il mio sole.

Vorrei cercare dal nulla di portar fuori la donna nuova che abita dentro di me, la donna che è coperta dalla "corazza" del grasso.

Solo vorrei, ma ho dimenticato i sogni, non ho più farfalle che volano nello stomaco e che tappezzano di colori il mio intorno.

Ho dimenticato di capire.

E' tutto grigio il sole nel giardino segreto della mia anima.

Riempio il buco nero, con l'unico piacere che calma la mia mente, ho bisogno di zucchero per sopravvivere, ho dimenticato che volevo amare, ho dimenticato di soffrire.

Ho dimenticato di guardarmi nello specchio, per non riconoscere dietro quella mole di "grasso"

un barlume di me.

Ho dimenticato che vorrei ...

Ci si abbuffa per rabbia, per aggressività repressa.

Più ci si costringe a fare cose per noi non congeniali o inutili, più il corpo si riempie di frustrazioni.

Si mangia più del necessario, così come si comprano oggetti superflui, si cerca così una gratificazione per riempire un vuoto, che rimane sempre insoddisfatto. Abbiamo paura di ascoltarci e ci buttiamo sul cibo - fedele alleato, ed anche se mangiare è un godimento, diventa una schiavitù che sostituisce altre libertà, che non riusciamo a prenderci.

Abbozzare per quieto vivere, trattenere la rabbia e le delusioni, appianare litigi e controversie: ad alcuni si chiude lo stomaco, altri - come me - si avventano sul cibo, per scaricare il malumore; questo diventa un comportamento automatico, una vera dipendenza.

Le persone in sovrappeso sono iper controllate, educate e diplomatiche, la rabbia non la esprimono, la cedono al corpo sotto forma di adipi.

Tutte le cose apparentemente vanno bene, i figli crescono, il rapporto matrimoniale funziona, ma l'anima è insoddisfatta, e cerca piacere nel cibo, lì si consola e si sente appagata.

Chi ingrassa si impone di essere madre perfetta, moglie amorosa, lavoratore efficiente, si carica di pesi, di responsabilità, e si dimentica dei desideri della propria anima, anzi non sa più cosa desidera.

Ci si sente divisi in due, da una parte il mondo dei sentimenti, delle emozioni, dall'altra il corpo che ingrassa, la pancia che aumenta, la pigrizia che non ti fa fare movimento, non accetti più il tuo corpo, le diete non funzionano, la vita diventa lotta e il cibo è l'unico amico/rifugio che anestetizza tutto.

Chi è in sovrappeso ha una maschera. mente a se stesso prima che agli altri ed ingoia bocconi amari, si costringe a dire sempre sì, quando vorrebbe dire no; gentile quando vorrebbe essere aggressivo, accumula tensioni che riesce a smaltire solo mangiando, so-

vraccarichi di stanchezza fisica, tensione psicologica, periodi di noia, ferite, arrabbiature, ci fanno sentire svuotati, di energie, così abbiamo bisogno di qualcosa, un dolce.

Sopraffatti dal peso dei doveri, responsabilità, oppressi da troppe richieste, e senza forza fisica e mentale per portarli a termine, si vorrebbe scappare, chiudere fuori tutti i "dover essere", per concedersi un pò di riposo, e tanto cibo per ridarsi energia, per consolarsi, inducendoci a comportamenti autodistruttivi.

La ragione?

Non avere momenti di piacere, sentirsi derubati del benessere.

Allora è necessario cambiare mentalità, capire che si mangia perchè siamo insoddisfatti, fare pulizia, gettare via le vecchie abitudini, smetterla di dire "sì"

a tutto e dare spazio a nuovi interessi, rifare il look, liberarsi dalla noia, ritrovare il gusto di vivere, la giornata e la voglia di fare, svuotare la mente, liberarla dagli schemi, dalle abitudini che ci fanno abbuffare anche quando non abbiamo fame. Sì vorrei....Devo solo mettere in pratica!

Citazione da Arthur Schopenhauer:

"la felicità viene solo da dentro ... la cosa fondamentale per il benessere dell'uomo è chiaramente ciò che risiede in lui stesso o da lui proviene, tutto il resto che sta al di fuori di lui ha un'influenza solo mediata"

PRANZO SOCIALE

DOMENICA 29 MAGGIO 2016

ORE 12:30

Siete tutti invitati

a trascorre una giornata in allegria insieme a noi!

La vostra presenza offrirà un contributo prezioso a sostegno di tutte le nostre attività di volontariato



Prodotti tipici toscani—Immagine: Agriturismo LA RIALLA

Vi aspettiamo

all'Agriturismo LA RIALLA

Località Pian Della Rialla, Massa Marittima (GR)

Per Informazioni e prenotazioni: 0566.49100

I LABORATORI DI KORE

LABORATORI DI TECNICHE PSICOCORPOREE

Ogni evento del quotidiano attiva nell'individuo una quantità di energie che possono essere espresse, quindi liberate, o trattenute sul corpo e somatizzate con disfunzioni e sintomi. Possiamo imparare a percepire le diverse parti del corpo e rilassarle per riportarle al loro funzionamento naturale. Il movimento ed il respiro esprimono attraverso il corpo l'unità dell'essere umano con la natura e con la vita; rivelano il mondo interiore e possono diventare strumenti di crescita personale.

Il corpo è espressione della persona: il nostro corpo è sempre intrecciato con la nostra anima in modo da formare un'unità. Il corpo è arpa dell'anima.

Ogni laboratorio è concepito come percorso di consapevolezza ispirato agli insegnamenti dello Yoga e della Psicocorporea Ecobiopsicologica. Sono previsti momenti teorici ed esperienziali caratterizzati dalla combinazione e successione armonica di pratiche volte a favorire la presa di coscienza corporea, l'esplorazione del respiro, il rilassamento, la distensione immaginativa.



"Il Respiro" di Aureliano Livaldi, matita su cartoncino, cm 18x25, 2015. Immagine: Aureliano Livaldi

Conduce i laboratori la Dott.ssa Viviana Nacchi, Psicologa e Psicoterapeuta, Fisioterapista, Insegnante di Yoga.

SONO PREVISTI TRE LABORATORI:

Laboratorio *"Le vie del Respiro. Respiro nutrimento di vita"*

Argomenti Trattati:

- Fisiologia e Psicologia della Respirazione;
- Stress, emozioni e respiro;
- Il contributo dell'Ecobiopsicologia;
- Il contributo dello Yoga.

Data da definire

Laboratorio *"Aria, Acqua, Terra, Fuoco: l'universo in noi"*

Argomenti trattati:

- Simbolismo dell'Aria, dell'Acqua, della Terra, del Fuoco;
- Quattro elementi e corpo umano;
- Il contributo dell'Ecobiopsicologia;
- L'esperienza dello yoga.

Data da definire

Laboratorio *"Menopausa: passaggio ad un nuovo modo di essere donna"*



Mandala Kalachakra, bidimensionale in sabbia.
Sito internet: <http://culturale.tibetana.org/images73jpg>

Argomenti trattati:

- Fisiologia e Psicologia della menopausa: la lettura ecobiopsicologica;
- Il modello socioculturale tradizionale;
- Riti e miti;
- Il contributo della Medicina Complementare;
- Il contributo dello Yoga

Date da definire

GIORNATE DI FORMAZIONE IN PSICOSOMATICA

I LABIRINTI DELLA VITA

La coscienza e la realizzazione della propria identità è fin dall'antichità al centro dell'interesse umano. La ricerca e la riflessione in ambito antropologico e psicosomatico, ci informano di come in molte culture antiche e moderne, tale ricerca utilizzi come strumento di apprendimento il Labirinto: luogo di cammino dove ricercare se stessi.

Il labirinto è una "forma" che assume aspetti concreti e materiali nella Natura, nel corpo dell'uomo, nelle produzioni artistiche e nella mitologia.

L'EcoBioPsicologia, che da anni studia il simbolo e l'analogia, riconosce nel labirinto uno dei simboli fondamentali dell'Evoluzione.

Dalla lettura del mitologema del Labirinto si giunge ad illuminare i labirinti del corpo narrati nell'arte, nelle fiabe, nel mito. La vita rivela ed esprime labirinti biologici - la fisiologia - così come labirinti psichici - i percorsi di vita—Il mitologema del labirinto è metafora assoluta del senso della vita: l'eroe punta al processo ermeneutico come al proprio fine; il viaggio verso il centro, la nostra origine, ci permette di cogliere aspetti della nostra unicità donati dalla vita; nel viaggio di ritorno, la nostra anima, si rivela arricchita da ciò che ha acquisito e da ciò che ha espresso. Il labirinto condensa in sé una verità celata, in quanto indicibile... minacciosa... non ancora fruibile...

Conduce la Dott.ssa Daniela Cecchi, psicologa, psicoterapeuta, esperta in psicosomatica.

SACRO E BIOLOGICO

Un percorso alla ricerca della verità



"Il Labirinto" di Aureliano Livaldi, matita su carboncino, cm 20x24,2015. Immagine: Aureliano Livaldi.

Una indagine sulla relazione tra ciò che nel corpo vi è di "bisogno biologico", come aspetto fenomenologico dell'istinto, come energie legate agli organi, da esprimere, da utilizzare ed il sacro, inteso anche in termini religiosi: osserviamo come dalla modalità del biologico possono scaturire indicazioni per la salute, l'etica, le religioni.

Conduce la Dott.ssa Daniela Cecchi, psicologa, psicoterapeuta, esperta in psicosomatica.



"Le prove di Psiche", di Aureliano Livaldi, matita su cartoncino, cm 20x18,2015. Immagine: Aureliano Livaldi.

Dall'ASINO D'ORO di Apuleio "AMORE E PSICHE": UN PERCORSO DI A-MORS ATTRAVERSO GLI AMORI DELLA VITA

La donna esce con Psiche dalla condizione di amante notturna, di compagna inconsapevole dell'uomo, rappresentata dalla Venere. Divenuta cosciente di sé entrerà in rapporto con il maschile con un diverso principio d'amore; la donna moderna post femminista si dibatte ancora per trovare una via al femminile nella attuazione del proprio sé, nella attivazione dell'archetipo che Psiche rappresenta, nell'integrazione del tratto animus, senza aspettarsi autorizzazioni dalla società patriarcale.

Conduce la Dott.ssa Daniela Cecchi, psicologa, psicoterapeuta, esperta in psicosomatica.



"L'asino d'oro" di Aureliano Livaldi, matita su cartoncino, cm 15x20,2015. Immagine: Aureliano Livaldi.

GLI OBIETTIVI DELL'ASSOCIAZIONE KORE

Negli ultimi anni del Secolo, ciò che ha dominato nella Cultura come eredità del Pensiero Cartesiano -Newtoniano è stato incrinato dall'energia innovativa scaturita dalla nuova Fisica, la Meccanica Quantistica e la Teoria della Relatività. Ne è scaturita una revisione dell'idea che l'Uomo ha dell'Universo e del proprio rapporto con esso riportando la Fisica alla sua essenza, in quanto il termine deriva da una parola greca che significa "lo sforzo di scoprire la natura essenziale di tutte le cose". L'apporto della fisica moderna ci conduce in una direzione dove la visione del Mondo non si discosta dalle concezioni delle Filosofie Occidentali e del Misticismo Orientale: in questa ottica le scoperte scientifiche dell'Uomo sono in armonia con le sue aspirazioni spirituali e con la sua fede religiosa. Il rapporto Uomo- Universo si è andato via via descrivendo in termini di relazione e non più in termini di frammentazione in nome della specializzazione. La nuova visione della scienza che ne è scaturita si presenta come "**Scienza della Complessità**", il mondo naturale è un mondo di varietà e complessità infinite; un sistema astratto di pensiero concettuale, come il Pensiero razionale, non potrà mai essere sufficiente per descrivere o comprendere da solo questa realtà nella sua complessità in quanto si basa su discriminazioni, astrazioni e classificazioni dell'intelletto che sono sempre relative ed approssimate. La mente intuitiva ha il compito di subentrare a quella razionale e di integrare, per armonizzare le visioni e produrre chiarificazioni che fanno progredire la Scienza. Affinché la mente intuitiva possa lavorare su una visione complessa della realtà, è necessario che la conoscenza dell'individuo si basi su una **visione olistica**, dove il mondo oggettivo non è più e mai separato dalla nostra Psiche. Gli scienziati stanno tentando di raccogliere in una visione globale tutte le infinite reti informative che definiscono i fenomeni naturali. Una cultura della complessità implica la conoscenza di tutte le produzioni culturali dell'Uomo, sia scientifiche che umanistiche ed una concezione dell'Olismo non ristretta come quella che, applicata all'uomo, si limita a considerare l'organismo umano un sistema vivente i cui componenti, soma e psiche, sono in relazione, ma una concezione olistica dove si riconosca l'organismo

vivente come parte integrante di sistemi maggiori come l'ambiente fisico e sociale, con i quali esso intrattiene una continua interazione, dove il soggetto è modificato ma anche è in grado di modificare in profondità. Nel rapporto Uomo - Natura un percorso di **Educazione Psicosomatica** propone in termini nuovi la dialettica che li contraddistingue, dove non si privilegia né l'uno né l'altra, ma la loro relazione. Questa dimensione può considerarsi un rinnovato Umanesimo, può aprire l'Individuo, la Società, la Cultura, la Religione stessa verso un nuovo Rinascimento in cui la Psiche, il Corpo e la Spiritualità riscoperte nell'Individuo, diventano i paradigmi di una analogia riscoperta degli stessi nella società per un confronto costante e continuo della relazione fra l'evoluzione biologica (percorso di natura) e l'evoluzione culturale e spirituale (percorso dell'uomo). In una logica sistemica totale, il percorso che ci proponiamo è il passaggio dalla cultura della globalizzazione alla cultura della totalità, dell'Ecumenismo. La mediazione per una cultura dell'Ecumenismo sarà la logica del simbolo che in questa prospettiva ci pone oltre il segno per aprirci alla ricerca del rapporto con la totipotenzialità degli Archetipi. Per quel che riguarda l'Uomo, la dimensione centrale da individuare, è il tema del sé e delle sue consapevolezza. Per l'Associazione Kore è di riferimento culturale e metodologico l'Ecobiopsicologia, disciplina che si propone di studiare in chiave scientifica la relazione che intercorre fra l'uomo ed il mondo che lo circonda. L'uomo rappresenta il termine ultimo di sviluppo che lega in modo inscindibile i regni minerale, vegetale ed animale, l'Ecobiopsicologia indaga la possibilità da parte dell'Uomo di visitare, con la coscienza di adesso, gli aspetti archetipici della Vita, sedimentati nel corpo come istinti e rintracciabili nella Psiche come immagini. In questa ottica, l'Associazione Kore si pone come finalità specifica un impegno di Educazione Psicosomatica, intesa come educazione alla gestione consapevole del proprio corpo nella relazione con gli altri e con la natura. Muovendo dallo studio e dalla individuazione delle funzioni psicosomatiche nell'uomo è possibile educare l'individuo a conoscere se stesso in tutte le sue manifestazioni e a comprenderne il senso; in questo

tipo di indagine la malattia si rivela come espressione di disagio del corpo: i sintomi sono un messaggio che quello esprime, è necessario imparare a leggerli, ad interpretarli secondo il senso che essi hanno. La lettura del corpo per decodificare il senso dei suoi sintomi, rappresenta una forma di prevenzione che contiene informazione, informazione utile a reintegrare nella Vita quelle energie a cui, con il nostro comportamento, abbiamo negato l'espressione e che sono divenute quindi somatizzazioni: è possibile restituire alla Vita quelle energie che sono state a questa sottratte ed investite nella malattia. Se lo sappiamo ascoltare il corpo ci racconta e ci informa: la funzione inibita o alterata nella malattia ci suggerisce il senso di questa, quindi il disagio che stiamo vivendo, la corrispondente funzione psichica alterata. Il Centro intende essere sede di ricerca, approfondimento e divulgazione oltre che di discipline scientifiche, di discipline umanistiche come Letteratura, Filosofia, Religione, attraverso le quali l'Uomo ha espresso nei Secoli i bisogni del suo corpo e della sua Anima. **A tale scopo l'Associazione si avvarrà di contributi**

multidisciplinari di specialisti che studiano il Mondo naturale e le discipline letterarie e umanistiche. L'Associazione si propone di operare in campo culturale, divulgativo, didattico, formativo e terapeutico attraverso idonee iniziative che verranno stabilite annualmente dal consiglio direttivo. **L'obiettivo dell'Associazione è un confronto culturale con le diverse realtà presenti sul Territorio e, dunque, le iniziative saranno rivolte non soltanto ai singoli partecipanti appartenenti a tutte le fasce d'età, ma anche, e soprattutto, agli Enti quali la Scuola, le Associazioni Culturali, il Mondo della Politica e dell'Impegno Sociale.** Questo sapere ci fornisce una concezione del Mondo nella quale le scoperte scientifiche sono in perfetta armonia con le aspirazioni spirituali, con la fede religiosa; il contributo della Scienza moderna alla conoscenza dimostra che quelle ritenute da sempre discipline dei bisogni dell'Anima, hanno una loro validità nel rivelare la relazione tra bisogni dell'Anima e del Corpo, sono un "serbatoio" di informazione psicosomatica a cui attingere per decodificare ciò che simbolicamen-

te rappresentano; ci informano su ciò che dell'uomo non è esterno e manifesto, ma appare intimo e "celato" ad una modalità attuale e prevalente di approccio alla Natura ed alla Persona, basata solo su valutazione di parti e che considera il linguaggio scientifico l'unico con cui si può descrivere le Funzioni del vivente. Il corpo umano viene solitamente suddiviso nei suoi apparati e considerato degno di attenzione soltanto se questi ultimi si ammalano: quale senso e quale funzione quelli abbiano nella vita biologica ed in quella psichica, non indagato. La natura, in ogni forma è trattata sempre o per tamponare una disfunzione o per il suo sfruttamento, rispondendo ad una esigenza economica e culturale del momento senza valutare i danni che può comportare. Come si trascura, di fronte ad un sintomo espresso da un organo, che l'intero corpo è ammalato,

è a disagio, così non si percepisce che un insediamento industriale costruito su un terreno considerato adatto, produrrà poi alterazioni nell'aria, nell'acqua e nel sottosuolo; sono modificazioni "celate", non evidenti e quindi non fruibili per decidere se ciò che quell'insediamento ci dà è più di ciò che ci toglie: si riveleranno solo quando è

troppo tardi, come un Corpo curato solo nella repressione del sintomo rivelerà poi il disagio celato e non curato con una malattia più grave. In un programma di Educazione Psicosomatica si chiude il cerchio tra Scienza e Misticismo; quando l'uomo accoglie il contributo di tutte le discipline che esso ha prodotto per conoscersi, avrà consapevolezza di sé in ogni suo aspetto. Tra Scienza, discipline umanistiche e Religione non ci sarà più contraddizione, ma solo linguaggi diversi, ciò che in noi appare "celato" sarà manifesto. Se una Educazione Psicosomatica è indispensabile all'Individuo per acquisire le consapevolezze utili a comprendere la sincronicità tra Corpo e Anima per una gestione della Salute e della Malattia, lo è ancora di più per coloro che oltre alla gestione di se stessi, hanno per ruolo o per professione, affidata la gestione, anche parziale della Vita, dell'Educazione, della Salute di altri o la gestione del Territorio.

L'Associazione Kore rimane disponibile ad assolvere gli eventuali diritti inevasi sulle immagini utilizzate agli aventi diritto

DOVE PUOI TROVARCI

Associazione Culturale ONLUS KORE

Via V. Bellini n°39– Follonica (Gr)

Tel.- Fax: 0566 49100

E-mail: koreinforma@libero.it

Pagina Facebook: Associazione Kore



Caffè
Damoka
Il Caffè D'amore

Giuglioli

LOVE

COLLECTION

set di 2 tazzine da caffè disegnate da Giuliano Giuglioli

Scopri le su www.caffedamoka.com

Caffè Damoka

Via dell'Artigianato 641 - Follonica (GR) 58022
tel: 0566 269652 - mail: info@caffedamoka.com

