

ECOLOGIA DEL CUORE

*Storia di
un incontro
che costruisce
legami*

*... Un racconto a
più mani...*



INDICE

Premessa

Premio Davolio 5

Progetto Ecologia del cuore 6

Introduzione 8

Una storia, tanti legami

1. *L'incontro: accoglienza e cura -* 12

Per una pedagogia dell'incontro..... 16

2. *Potersi connettere con la natura -* 20

Lo sguardo ecopsicologico..... 24

3. *Danzare la vita -* 28

Dabka - Biodanza come poetica dell'incontro umano..... 32

4. *Incontrarsi attraverso il movimento -* 38

Movimento è apprendimento..... 42

5. *L'espressione è ...vita! -* 48

L'Antropologia Educativa Artistica come spazio di incontro..... 52

6. *Fare comunità -* 58

Storia di un quartiere ... attraverso mecenatismo, guerra,
cooperazione sociale, sport, cittadinanza attiva 62

7. *Attivare reti di solidarietà -* 66

La rete che rende possibile..... 69

8. *Essere soggetto di diritti -* 70

Crescere, nonostante tutto..... 74

9. *Il ritorno: un'eredità preziosa -* 78

Che cos'è la pace e come ottenerla..... 82

Conclusioni 92

Contatti 94



PREMESSA

Premio Davolio

Il Consorzio CS&L ha costituito presso la Fondazione della Comunità di Monza e Brianza il **Fondo Enrico Davolio**, dedicato al proprio presidente venuto a mancare nell'ottobre 2014. A CS&L si sono affiancati i consorzi Consolida, Comunità Brianza e la cooperativa sociale Aeris. È subito sembrato naturale e, nello stesso tempo, importante **ricordare la figura di Enrico per l'intelligenza e la passione innovativa** che ha saputo portare all'interno del mondo della cooperazione sociale, soprattutto se riferita alle persone più in difficoltà. Nato dalla volontà di esprimere questo ricordo e continuare il lavoro di Enrico, il fondo vuole intervenire rispetto alle situazioni di maggior svantaggio sociale e sostenere progetti inclusivi in tutte le aree di prevenzione del disagio e di innovazione sociale attraverso il "Premio Enrico Davolio".

L'insegnamento che Enrico ci lascia è di non temere mai il nuovo, di aprirsi sempre a ciò che è diverso da noi, per creare spazi fisici e mentali in cui esprimersi e sperimentarsi, mettendosi in gioco autenticamente.

Il Progetto Ecologia del cuore

L'esperienza etica dell'altro
ogni volta riaccende la vita:
ciò che ci accomuna è
di gran lunga più potente
di ciò che ci divide!

Ecologia del cuore è un progetto di pratiche condivise, di accoglienza e di democrazia, vincitore del Premio Davolio 2024.

L'apprendimento più forte nasce dall'esperienza:

- esperienza di condivisione di sguardi e metodi differenti da parte degli operatori e promotori di questo progetto
- esperienza di integrazione affettivo-motoria e cooperativa per i partecipanti
- esperienze di socializzazione intergenerazionale
- esperienza dello scrivere e comunicare insieme
- esperienza del percorrere insieme la strada per diventare un'associazione di costruzione di pace.

La scelta metodologica sottostante, così come la proposta di incontrarsi attraverso Biodanza, metodo Feldenkrais e pratiche sportive cooperative, promuove la possibilità di apprendere a costruire la pace nella quotidianità, attraverso il riconoscimento e l'integrazione di punti di vista e valori differenti.

Conoscere i diversi codici affettivi naturali con cui nasciamo e sperimentare la possibilità di ricostruire una "democrazia affettiva" dentro di noi e nei gruppi (F. Fornari) permette di

non criminalizzare l'altro e di accogliere l'unicità e il valore di ciascuno.

Le finalità del progetto sono:

- "rispettare i sogni e i desideri e la paura di tutti" e non dare ragione a una sola ideologia
- apprendere a non proiettare il male fuori da sé, criminalizzando il nemico, ma riconoscere e comprendere le diverse ragioni affettive e coltivare la democrazia degli affetti
- conoscere e scambiare diversi approcci teorici e pratiche di pace.

Il progetto vuole essere, dunque, un processo di riscoperta di valori naturali (Franco Fornari) e potenziali genetici (Rolando Toro), in grado di accomunare gli individui, di riconoscere la loro connessione e appartenenza alla Natura e al Pianeta e di far crescere la loro innata capacità di superare le ideologie, attraverso modalità comuni ad ogni uomo: incontro, gioco, movimento, musica, danza, sport, nella consapevolezza che la coscienza etica nasce dall'incontro con l'altro, ove ciascuno di noi assume la propria responsabilità nel riconoscere la reciproca appartenenza alla vita.

Ecologia del cuore ha accolto al suo interno il Progetto Passi di Pace, ospitando in Italia per 2 settimane, dal 14 al 28 ottobre 2025, sei ragazzi di Charitable Askar Association, sei meravigliosi danzatori di Dabka, accompagnati da Doaa, educatrice e loro coreografa, e da Amjad, educatore e Presidente dell'associazione.

INTRODUZIONE

Questa è la storia di un'apertura

Apertura di un progetto a un altro, apertura a incontrare persone, storie, progetti e pratiche di pace. UN'APERTURA DI CUORI, che ha lasciato esperienze, racconti, ricordi, ma soprattutto LEGAMI.

Ogni capitolo di questo libro testimonia, sotto forma di racconto, un momento del viaggio e dell'incontro dei ragazzi palestinesi e dei loro accompagnatori con i ragazzi e gli operatori che vivono in Italia. Ogni capitolo di questo libro si apre, dopo il racconto, a una seconda parte che aiuta a riflettere, approfondire e continuare a seminare pratiche di pace¹.

I ragazzi ospitati provengono dal campo profughi di Askar. Il campo di Askar, fondato nel 1950, confina con il comune di Nablus nel nord della Cisgiordania. La popolazione del campo è cresciuta significativamente tra il 1950 e il 1960. Alcuni residenti si sono successivamente stabiliti in un'area a un chilometro di distanza che ora è conosciuta come Nuova Askar.

Campo profughi di Askar. Foto dell'UNRWA di Dominiek Benoot



Tuttavia, con l'aumentare della popolazione rifugiata a New Askar, l'UNRWA ha iniziato a fornire servizi educativi e sanitari in questa località.

Dopo gli Accordi di Oslo, il campo di Askar è situato sotto il controllo palestinese (Area A) mentre New Askar si trova sotto il controllo congiunto palestinese e israeliano (Area B).

Il campo Askar è tra i campi della Cisgiordania più densamente popolati. Il sovraffollamento e la disoccupazione sono tra i problemi più gravi. I rifugi poveri e le condizioni di vita anguste non offrono privacy, aggiungendosi alla tensione fisica e psicologica cui sono sottoposti i residenti. Nonostante queste difficoltà, il campo di Askar ha una società civile attiva con numerose organizzazioni basate sullo sviluppo della comunità.

Dal 7 ottobre 2023, l'escalation di tensione, la violenza e l'aumento delle restrizioni di movimento all'interno della Cisgiordania hanno reso ancora più difficile sia la vita dei palestinesi sia l'emergenza umanitaria in tutti i campi profughi.

¹ I capitoli narrativi sono a cura dei ragazzi del Centro di Aggregazione Giovanile Tempo per il Barrio di Milano, di Giulia Cerri e di Tomaso Cimino (Cooperativa sociale Tempo per l'Infanzia e ASD Sportinzona Melina Miele). I disegni sono di Tatiana Milan. I testi di approfondimento sono firmati dagli autori. La curatela del volume è di Alessandra Giovannetti. L'impostazione grafica è a cura di Alessandra Ambrogi.

I **campi profughi palestinesi** furono creati dopo la guerra arabo-israeliana del 1947-48 per accogliere i rifugiati palestinesi fuggiti in seguito al conflitto: questo esodo viene definito NAKBA (catastrofe). Altri furono creati in seguito alla "guerra dei 6 giorni" del 1967. Al termine del conflitto Israele aveva "preso" la penisola del Sinai e la striscia di Gaza all'Egitto, la Cisgiordania e Gerusalemme est alla Giordania, le alture del Golan alla Siria. L'UNRWA (Agenzia delle Nazioni Unite per il soccorso e l'occupazione) definisce un rifugiato palestinese nel seguente modo: "I rifugiati palestinesi sono persone il cui normale luogo di residenza era la Palestina tra il giugno 1946 e il maggio 1948, che hanno perso tanto le loro abitazioni quanto i loro mezzi di sussistenza come risultato della guerra arabo-israeliana del 1947-48."

I profughi del 1967 hanno diritto all'assistenza dell'UNRWA, ma il loro status è differente in quanto l'ONU giudica occupati illegalmente Gerusalemme est, la Cisgiordania e Gaza.

Dapprima i campi profughi erano organizzati in piccolissime casette costruite dall'UNRWA. Dato che questa situazione permane da 78 o 59 anni, i campi ormai sono delle vere e proprie città. Inoltre, anche i discendenti dei rifugiati delle due guerre sono ritenuti essi stessi rifugiati: il "titolo" è ereditario.

Il numero dei rifugiati palestinesi registrati è pertanto cresciuto dalla cifra di 914 000 nel 1950 a quella di oltre 5 milioni stimati nel 2012.

OCCUPIED PALESTINIAN TERRITORY (OPT)



PALESTINIAN POPULATION



5.6 million
Palestinians live in the OPT, with 3.43 million in the West Bank, including East Jerusalem, and 2.13 million in the Gaza Strip.

Source: PCBS 2023

PALESTINE REFUGEES



~53%
of Palestinians in the OPT are refugees.

Source: UNRWA 2024, ratio based on PCBS population projection

HOUSEHOLD SIZE



4.7 persons in the West Bank
5.5 persons in Gaza Strip

Source: Palestinian Central Bureau of Statistics, 2024.

ISRAELI SETTLERS



More than 750,000
Israeli settlers living in settlements in the West Bank, including East Jerusalem, in contravention of international law.

Source: Israeli Central Bureau of Statistics (CBS); Jerusalem Institute for Israel Studies (JLIS), 2024–2025.

01

L'incontro: accoglienza e cura

Una cornice di riccioli neri davanti agli occhi, al centro un prato verde che si estende davanti a sé, i mattoni rossi della cascina, il bianco intenso delle nuvole, il senso di pace di chi si nutre di colori. Un ragazzo di nome Salaam sta lì, con le mani dietro la schiena, a piedi nudi, davanti alla Cascina Costa Alta, nel parco di Monza.

Sarebbero bastate poche ore a riempire il rumoroso silenzio della Natura con chiassose corse nell'erba e cuori al galoppo.

Sei ragazzi palestinesi, con due accompagnatori, aspettano impazienti l'arrivo dei coetanei di Milano. Torna il silenzio, tutti sono finalmente presenti: si fa largo da una parte un senso di imbarazzo e disagio, dall'altra la voglia di conoscersi e di vedersi dal vivo. I ragazzi sono concentrati a vedersi e viverci, ma nessuno ha pensato davvero a come ci si saluta.

In Italia, come ricordano alcuni, il saluto è con una stretta di mano o con due baci sulla guancia, se si ha maggiore confidenza. Ma nell'avvicinarsi, i ragazzi palestinesi hanno ritratto la mano, ponendola vicino al cuore. **Un primo inciampo culturale che si affronta con una semplicità sincera: il primo vero incontro di cuori.**

La prima parola scambiata tra i ragazzi è il proprio nome. Ma ricordarsi nomi di altre lingue non è sempre facile: all'inizio è il linguaggio delle esitazioni. I nomi si ripetono più volte, qualcuno ride nel pronunciare nomi "difficili", altri riescono al primo tentativo.

Salaam, da lontano, sembra sorridere. Il ragazzo ha capito che sta già succedendo qualcosa: tutti rimangono nell'interazione, anche se complicata, restando presenti con occhi rispettosi. La voglia di conoscere reciprocamente le storie di ognuno è più forte dell'imbarazzo e dell'ansia del confronto.

Dopo le presentazioni, hanno inizio le attività.

Giochi "icebreaking", laboratori di percezione del corpo nello spazio, cartelloni e post-it di riflessione aiutano la condivisione a farsi spazio tra timori di dire qualcosa di sbagliato o di disattendere aspettative. Quando durante le attività, i ragazzi palestinesi espongono i propri pensieri, i ragazzi italiani capiscono che dietro ai volti curiosi e ai sorrisi c'è una vita fatta di momenti di "allerta": radio ascoltate per sapere se uscire sia sicuro, scuola interrotta, corse improvvise verso una casa qualsiasi pur di non essere colpiti per mano dell'esercito.

Mentre i ragazzi stanno giocando sul prato, insieme, un'ulteriore conferma delle ferite aperte: passa un aereo e il mondo sembra fermarsi. I ragazzi palestinesi alzano gli occhi al cielo per fissare l'aereo, mentre i ragazzi italiani non si sono neanche resi conto della sua presenza. Hanno però capito

come sia difficile non poter vivere serenamente, ma sempre in allerta per qualsiasi cosa accada intorno e hanno compreso in un solo momento quanto può essere diversa la vita in contesti differenti: un senso di impotenza li ha sopraffatti, non potendo far nulla per supportare i propri coetanei, se non stare con loro ed essere presenti, nella relazione.

Eppure, la cosa più sorprendente non è la distanza tra le vite dei ragazzi, ma la rapidità con cui questa ha iniziato a colmarsi. Una palla passata sul prato. Un gioco di sguardi. Un camminare dietro a qualcuno senza parlare. Un gesto copiato. Una risata incerta, poi limpida. Come se, senza accorgersene, abbiano già cominciato a costruire un piccolo ponte.

Poi, dopo un veloce aperitivo, inizia la musica e, spontaneamente, **i corpi fanno quello che le parole non sono ancora riuscite del tutto a fare**: ballano insieme, si prendono per mano, si sfiorano con naturalezza... Proprio quelle mani che poche ore prima hanno esitato anche solo nel salutarsi.

Da lontano, Salaam li guarda e sorride: il ponte adesso non si vede soltanto, si può perfino toccare.



PER UNA PEDAGOGIA DELL'INCONTRO



A incontrarsi non sono culture ma persone.

*Se pensate come un dato assoluto le culture divengono
un recinto invalicabile che alimenta nuove forme di
razzismo.*

*Ogni identità è fatta di memoria e oblio più che nel
passato va cercata nel suo costante divenire.*

(Marco Aime "Eccessi di culture" - Vele

Einaudi Ed., 2004)

L'accoglienza ha inizio nel momento stesso in cui ci si confronta su quali contenuti dare allo scambio, quali attività progettare per stimolare il desiderio di incontro tra soggetti ancora lontani, ragazze e ragazzi, educatori palestinesi e italiani. E ancora, ci si interroga per poter attivare uno sguardo reciproco, attento e partecipe della realtà dell'altro.

Vediamo alcune riflessioni per l'individuazione di strategie comunicative finalizzate al superamento di stereotipi e pregiudizi, attraverso la realizzazione di percorsi di reciproca conoscenza.

- Non esistono modelli di scambio costruiti a tavolino; è pertanto necessario tracciare proposte di lavoro, ma con l'attenzione costante a essere flessibili nelle proposte e pronti e disponibili al cambiamento, in tutte le circostanze in cui è richiesto dall'analisi della realtà dell'incontro.
- La strutturazione delle modalità di confronto richiede tempi e spazi che non possono essere forzati, perché il desiderio di comunicare

può essere stimolato e organizzato, ma non deve essere imposto.

- I contatti diretti promuovono la motivazione all'approfondimento e la curiosità nei confronti dell'altro. Fanno vivere e riconoscere la diversità come un valore portando a una maggiore consapevolezza della necessità di aprire il proprio mondo a esperienze di scambio interculturale.
- L'attenzione alla comunicazione porta a individuare il giusto approccio e il canale comunicativo più adeguato, poiché su questo terreno è facile sbagliare e scivolare nell'incidente interculturale.

I luoghi dell'incontro

Gli spazi condizionano azioni, comportamenti e possibilità, ma per diventare parte di una relazione che li renda effettivamente luoghi, e quindi significativi per i soggetti che li abitano, hanno bisogno di essere conosciuti e riconosciuti, di essere dotati di senso, cognitivamente ed emotivamente, di essere non solo frequentati, ma incontrati come soggetti portatori di valore.

La possibilità di frequentare esperienzialmente i luoghi esterni può aiutare a sostenere un senso di appartenenza e di rispetto e cura nei confronti dell'ambiente, del territorio, del mondo. Sperimentare, diffondere, condividere esperienze di educazione all'aperto promuove una consapevolezza ecologica, mostrandosi come un'opportunità per l'intera comunità. I ragazzi e le ragazze diventano portatori di un messaggio ecologico delicato e potente, di un contagio positivo che sollecita in ciascuno nuovi sguardi e comportamenti diversi nei confronti dei luoghi abitati e, a partire da questi, del pianeta.

Lo spazio si fa terzo educatore (L. Malaguzzi), cioè si deve riconoscere il valore dell'ambiente come interlocutore attivo nella progettualità e nell'esperienza educativa. Si fa soggetto vivo, mutevole, imprevedibile: l'ambiente esterno, poi, è soggetto a movimenti, cambiamenti, trasformazioni.

La conoscenza, da parte degli organizzatori, degli ambienti che interessano l'esperienza dell'incontro è una premessa necessaria: gli organizzatori promuovono per primi l'esperienza per se stessi, per

sentirsi ingaggiati, implicati, coinvolti, sperimentando direttamente le implicazioni in diretto contatto con i luoghi.

Un gioco di specchi tra sé e l'altro

L'incontro ha avuto il sapore di una sfida a tutto tondo: linguistica, personale, relazionale e organizzativa. I ragazzi e gli adulti hanno dovuto trovare una lingua per il racconto di sé all'interno di un disegno comune, un racconto più evoluto rispetto a quello già molte volte collaudato nell'ambito del gruppo; hanno rintracciato colori e toni linguistici per una narrazione individuale che si è stemperata in un IO collettivo.

Il gruppo ha intrapreso un percorso rivolto contemporaneamente all'interno e all'esterno di sé, ha vissuto l'esperienza di ogni singolo, così unica e preziosa, riconoscendola come parte di un processo più ampio. Ha sperimentato la relazione con i diversi soggetti: pari, figure adulte come nell'incontro con i consorzi e la Fondazione Monza Brianza, con le istituzioni, imparando anche ad affidarsi agli altri per superare le proprie difficoltà linguistiche ed emotive durante le varie riunioni.

Per tutti, al di là delle provenienze geografiche, i ragazzi e le ragazze hanno affrontato un vero e proprio viaggio alla scoperta di se stessi, delle molteplici relazioni tra le persone e i fenomeni che costituiscono il qui e ora delle diverse realtà.

Hanno intrecciato legami e dipanato complessità: le lingue e i linguaggi utilizzati - danza, musica, sport, manualità - sono diventati essi stessi scoperta di reciprocità.

I ragazzi hanno affrontato anche le proprie timidezze e le ritrosie, la non immediata comprensione delle attività e delle richieste, la nostalgia... ma l'intero gruppo ha saputo trovare al proprio interno la capacità di contenere e rilanciare proprio sulle difficoltà, anche se non necessariamente risolte; ha saputo ridere e raccontarsi con lievità, ha fatto sì che ogni momento di incontro fosse atteso come l'appuntamento tra amici perché si è diventati amici.

Anche per gli adulti è, naturalmente, sorta la necessità di ampliare i propri sguardi e si è attuato un cambiamento, avviato anche

inconsapevolmente, nel momento stesso in cui si è entrati nel campo visivo e quindi nella vita dell'altro, generando trasformazione reciproca.

Ogni arrivo è una nuova partenza

L'incontro porta ad affrontare la complessità e la costruzione di processi di inclusione, conduce alla ricerca di nuove dimensioni relazionali e sociali creando un ordito di memoria e abbandono, poiché ogni nuova storia va cercata nel suo costante divenire.

Marina Pecorelli

02

Potersi connettere con la natura

Salaam guarda i ragazzi partire insieme per diverse gite fuori porta e si chiede che rapporto può esistere tra essere umano e natura ... Quanto influenza le nostre vite? Cosa ci ricorda casa e cosa invece sembra del tutto nuovo?

Per alcuni è solo una gita, ma per altri è qualcosa di più, è la scoperta della bellezza della diversità della natura. Qui gli approcci sono tutti diversi, non è la prima volta solo per i sei ragazzi palestinesi, ma anche per qualche ragazzo di Milano. Ognuno scopre qualcosa di nuovo, ognuno a modo suo.

A Cascina Rapello i ragazzi camminano nei boschi alla ricerca di castagne, accompagnati dalla presenza degli asini. A pensarci bene le castagne sono proprio dei frutti strani, l'involucro è ricoperto di spine e il frutto va cotto per assaporarne la dolcezza. Siamo ad ottobre, il mese più bello per una passeggiata tra querce, castagni e noccioli.

Gli alberi sono nel loro pieno splendore, alcune foglie ancora verdi, altre già gialle. Il bosco respira e profuma di terra bagnata, funghi e animali. Non sono odori comuni a tutti, qualcuno conosce solo gli odori delle strade e dei quartieri sovraffollati. Qui i sensi si amplificano e i ragazzi ne scoprono tutto il potenziale. Colori, odori e suoni sono tutti nuovi. Finita la passeggiata si cucina tutti insieme. Dentro la cucina gli odori sono ancora una volta i protagonisti e mettono sottosopra le aspettative di una gita in montagna. Dentro la cucina sembra di essere in un altro posto, profumo di spezie e di carne: sono le ricette palestinesi che evocano luoghi lontani. Per qualcuno sono odori nuovi, per altri sono odori di casa.

Salaam li osserva e pensa che la convivenza passi proprio da qui: dalle esperienze fatte insieme, dalle mani che cucinano e finalmente dal mangiare e condividere sapori diversi per raccontarsi una storia.

È nella pace del paesaggio e nella pace delle azioni quotidiane che si impara a fare esperienza di questa pace tanto rara.

Al lago di Lecco i ragazzi visitano gli orridi di Bellano e fanno una gita in barca. La giornata è splendida. Il sole è forte e i colori sono saturi. Il lago è blu intenso, le montagne sono dipinte di verde, giallo e rosso. La temperatura è mite e il vento muove il paesaggio.

Le cascate dell'orrido meravigliano tutti: i ragazzi di Milano, i ragazzi palestinesi e persino gli educatori. C'è un odore fresco e si sente forte il rumore dell'acqua che scorre vigorosa sulle rocce. Qui l'aria è fresca e piacevole. Le emozioni sono tante. Qualcuno è sorpreso da tanta bellezza e fa mille foto e video, altri hanno paura, le vertigini si fanno sentire sul sentiero sospeso tra le pareti rocciose. Le gambe tremano, la testa gira, ma la voglia di stare in compagnia rimane.

Durante la gita in barca i ragazzi ammirano il paesaggio intorno a loro, le case, il lago, gli alberi. Si sentono liberi e completamente immersi nella natura. Si sente il vento sul viso e il sole che batte. Poi mettono la musica e qui il divertimento prende il sopravvento. I ragazzi di Milano non possono fare a meno di pensare che per i ragazzi palestinesi è la prima volta che fanno un giro in barca sul lago. E quando sai che una cosa normale ai nostri occhi, per qualcuno è in realtà una prima volta assoluta, allora anche tu la guardi diversamente.

Al Parco di Monza, infine, le ragazze e i ragazzi palestinesi sono invitati a muoversi con lentezza nei sentieri, lasciandosi suggestionare da forme e colori per "catturare" frammenti di bellezza. Le borse personalizzate si sono riempite di foglie, piccoli rami, funghi, ghiande, bacche... I materiali naturali offrono un'esperienza tattile, visiva e sensoriale interessante, stimolano la curiosità e l'esplorazione; il mondo naturale in tutta la sua semplicità e complessità permette l'accesso ad un gioco ricco, affascinante e creativo.

Dopo la raccolta ragazzi e ragazze sono liberi di inventare, creare, ordinare, usare i materiali non strutturati, legandoli e assemblandoli per mettere in pratica le loro idee.

Collane di piccoli oggetti prendono forma e ogni ragazzo/a si muove alla ricerca di un equilibrio di forme e colori, formando un'opera collettiva in simbiosi con la natura. Il risultato è un "mobile" colorato, una scultura sospesa che vibra nel vento.

Salaam lo sente e lo vede chiaramente che nei loro occhi c'è una consapevolezza in più. Una lezione silenziosa è affiorata: il rapporto uomo natura non è uguale per tutti, la comprensione della diversità passa anche da qui, da cosa consideriamo normale. Fare una gita in barca può essere solo una gita o

*può essere un momento di estrema libertà e pace. Sentire con
mano elementi naturali può sembrare un gesto quasi scontato,
ma avere la serenità e il tempo per farlo può diventare presto
un'esperienza rara, intensa, capace di lasciare un segno
profondo.*

*Non si risolve il dolore così, ma per un momento la pace passa
da lì, dal gioire insieme senza paura.*



LO SGUARDO ECOPSICOLOGICO



*Tra io-individuo e noi-società, noispecie,
noi-viventi, noi-Natura, noi-Terra “c’è la
stessa relazione che c’è tra una foglia e l’albero
di cui fa parte, un’onda e l’oceano sulla cui
superficie corre, una cellula e il corpo intero cui
appartiene.”*

*(Marcella Danon, Introduzione
all’Ecopsicologia, 2014)*

Sono le stesse evoluzioni della nostra cultura, delle scienze, della tecnologia “che stanno ora richiedendo una nuova visione del mondo, un nuovo paradigma, più adatto a comprendere la realtà in cui viviamo e a interagire funzionalmente con essa.” (Fritjof Capra, citato in: Marcella Danon, Introduzione all’Ecopsicologia, 2014).

Oggi può risultare evidente a chiunque che in ogni istante ciascuno è in relazione con tutto il Pianeta.

L’Ecopsicologia mostra che in profondità non può esserci psico-logia senza ‘eco’, né eco-logia senza ‘psico’. Le definizioni stesse di ecologia e di psicologia possono evidenziarle come due ‘scienze delle relazioni’. L’Ecopsicologia può, vuole e deve mostrare la sua essenza come ‘scienza e arte delle relazioni’: relazioni autentiche con se stessi, con gli altri, con il Mondo.

Quindi, l’Ecopsicologia non restringe i confini del campo di esperienza e di relazione e dell’identità stessa dell’individuo alla dimensione intrapsichica e a quella interpersonale: la connessione con se stessi è anche la connessione con gli altri esseri viventi

umani e non umani, con la Natura e con la Terra, e viceversa. Il termine 'Psico' può mostrare che l'impegno fondamentale che l'Ecopsicologia propone è la guarigione e la crescita personale della qualità delle proprie relazioni, con il proprio mondo interiore e con il mondo 'esterno', sempre più caratterizzate da presenza, autenticità, consapevolezza, libertà, creatività, responsabilità, connessione.

Natura e Identità

In fondo, l'essere umano e la Natura sono la stessa Cosa.

Sotto la superficie individuale ogni essere umano si fonde progressivamente con la propria origine: famiglia, comunità, specie, regno animale, Vita, Natura, Pianeta, Divino... In fondo, un solo Essere.

In un momento successivo, l'essere umano può essere concepito come una parte della Natura: quella parte con capacità potenziali (non sempre attuali) di pensiero, di creatività, di consapevolezza di sé, di trasformazione intenzionale. Se l'essere umano è quella parte del sovra-organismo planetario in cui si manifesta in modo evidente la funzione mentale conscia, allora l'inconscio ecologico è la profonda radice della mente terrestre e quindi anche della mente di ogni individuo.

L'inconscio ecologico è gran parte della mente della Natura, presente in ogni essere che ne è parte.

L'Ecopsicologia lavora direttamente e indirettamente, esplicitamente e implicitamente, sul risveglio, nell'individuo e nella società, della consapevolezza di questa dimensione di profonda identità con la Natura. Principio e caratteristica fondamentali dell'Ecopsicologia sono il mostrare le profonde analogie tra la qualità di relazione che l'individuo ha con le diverse dimensioni di se stesso e quella con gli altri e con l'ambiente naturale. In particolare, nell'incontro diretto con l'ambiente naturale incontaminato e selvaggio, l'essere umano è facilitato nello sperimentare il contatto con parti profonde, autentiche ed essenziali di Sé: intensificazione dei sensi, vitalità, emozioni libere, lucidità, ispirazioni e intuizioni, percezioni di energie e forze più sottili, sentimento di compartecipazione, di meraviglia, di

commozione, del sublime, stati di presenza 'al' e 'di unione con' lo Spirito-del-Mondo e lo Spirito-nel-Mondo.

Analiticamente, le relazioni che ho con le diverse parti del mondo interiore riflettono le relazioni che ho con il mondo naturale, e viceversa. Come nella Natura l'uomo può vivere progressivamente il risveglio della coscienza di sé, così nell'uomo la Natura può vivere progressivamente il risveglio della coscienza di sé. Sinteticamente, la dimensione interiore e quella esteriore sono fondamentalmente un unico universo: la Natura si relaziona con se stessa 'attraverso di me' e 'io', relazionandomi con ogni soggetto e manifestazione della Natura, mi sto relazionando con parti di me. Se io sono la Natura e la Natura è me, allora lavorare in, con, per l'evoluzione e la realizzazione del mio 'sé naturale' e autentico è lavorare in, con, per la Natura; e viceversa. L'impegno per la salute, per la comprensione, per la trasformazione di una nuova Coscienza del Mondo sarà l'impegno per le stesse realizzazioni a livello individuale e sociale; e viceversa.

Ecologia Profonda ed Ecocentrismo

La nuova quanto antica visione ecocentrica prende forma anche attraverso il modo di pensare, sentire e vivere il mondo dell'ecologia profonda. L'ecologia profonda (espressa dall'esperienza, dal pensiero e dalle parole del filosofo norvegese Arne Naess) contrappone l'ecologia superficiale - atteggiamento antropocentrico che riconosce la funzionalità di un certo miglioramento nelle modalità con cui trattare l'oggetto-Natura - a un modo di pensare e vivere la natura profondamente ecocentrico: una visione del mondo in cui l'essere umano, il Complesso dei Viventi e ogni ecosistema sono tutti parti interconnesse e interdipendenti dell'insieme complesso che è il Pianeta Terra.

La Natura e la Vita hanno senso, valore, realizzazione in sé e per sé, senza necessariamente essere riferite all'utilità che esse possano avere per l'essere umano. L'essere umano non ha alcun diritto di consumare e violare la tanta ricchezza e diversità in cui la Natura manifesta e realizza se stessa. La Natura è e ha, di per sé,

valore etico ed estetico.

Secondo l'ecologia profonda, la Natura, oltre a essere soggetto e non oggetto, non può essere per l'essere umano "altro da sé"; bensì è l'essere umano stesso che appartiene alla Natura, alla Vita e alla Terra, e che di queste può essere la parte consapevole. L'ecologia profonda sostiene esplicitamente la necessità di un cambiamento di visione, di atteggiamento e di comportamento degli individui nei confronti della Natura. Alcuni dei valori e degli impegni che derivano da questa esperienza e filosofia di vita sono: custodire ampie zone di wilderness e preservare la biodiversità, ricercare e recuperare modi di operare e produrre con un impatto ecosostenibile, valorizzare il singolo individuo e la singola specie tanto quanto l'insieme delle relazioni, creare laboratori esperienziali di educazione all'essere umani-in-Natura, immergersi in e fare emergere il senso del sacro e dello spirituale della Natura che in sé tutto unisce.

Niko

03

Danzare la vita

I ragazzi palestinesi sono dei ballerini, sono venuti qui per mostrare la loro danza tipica, la Dabka, e per condividere la loro cultura e le loro tradizioni. La Dabka, oltre a essere una danza, è un simbolo, il simbolo della loro resistenza. Mostrandola al mondo, stanno comunicando un messaggio potente: noi siamo qui, siamo vivi e resistiamo. Nessuno può portarci via la nostra identità e la nostra cultura.

Quello che però non possono ancora sapere è che anche per i ragazzi del Centro di Aggregazione (cag) "Tempo e il Barrio" di Milano, la danza è da sempre un momento di incontro e condivisione.

Dentro al centro i ragazzi ballano insieme, condividono passi di danza, condividono le loro culture, perché molti di loro hanno provenienze diverse, e "rimесcolano" i significati delle loro danze, per stare bene insieme. Tutto è nato autonomamente, non parte dalla volontà degli adulti di riferimento, da soli

hanno deciso che il loro modo di comunicare sarebbe stata la danza.

Con queste premesse - Salaam lo sa già - la danza non può che essere la chiave di lettura dell'incontro.

Sono molti i momenti e i laboratori corporei: attività di biodanza, giochi di contatto leggero, camminate condivise, giochi cooperativi. Ma quello che più sorprende è la spontaneità di come la danza abbia unito i ragazzi.

Il primo giorno, dopo diverse attività, i ragazzi sono rilassati sull'erba e iniziano a danzare senza pensarci troppo. I ragazzi palestinesi mettono le loro musiche e improvvisano una esibizione per tutti i presenti. In men che non si dica ecco che porgono le mani per invitare i ragazzi di Milano a ballare con loro. I primi passi sono incerti, vengono accompagnati con pazienza, qualcuno non tiene il ritmo, qualcuno inciampa dall'emozione, ma l'imbarazzo lascia in fretta la scena e le risate crescono con l'imbrunire della sera. La danza arriva con un invito accogliente, le distanze smettono di esistere e i ragazzi si incontrano per davvero.

Danzare diventa un modo per comunicare pensieri che non si riescono a esprimere con le parole e per liberare le emozioni attraverso il movimento del corpo. Diventa così un ponte tra due mondi e un linguaggio universale.

I ragazzi palestinesi si esibiscono in diverse occasioni: Cascina Costa Alta nel Parco di Monza, Biblioteca di Vimercate, Teatro Officina e Barrio's a Milano e, in modo informale, persino in Piazza Duomo!

In particolare, il 22 ottobre 2025 si esibiscono al Teatro Officina, proprio sopra il Centro "Tempo e il Barrio". Tutti sono emozionati, i ragazzi palestinesi vogliono dare il massimo e far conoscere la loro danza ai loro coetanei e i ragazzi di

Milano non vedono l'ora di assistere all'esibizione di cui hanno tanto sentito parlare. Il teatro piano piano si riempie di ragazzi giovanissimi e di educatori che cercano dove sedersi, l'aria è calda e l'attesa si sente. Poi finalmente la musica ritmata invade il teatro, le luci della ribalta si accendono e i ragazzi salgono sul palco. Sono bellissimi, vestiti con abiti tradizionali rossi e neri e con l'immane kefiah. Sono tutti sorridenti e con gli occhi carichi di gioia, ecco il primo passo e si parte. I loro movimenti sono in sintonia con la musica ritmata e si muovono all'unisono. Spesso chiedono il coinvolgimento del pubblico, il quale risponde battendo le mani. I ragazzi di Milano non conoscono questo ballo e sono impressionati dalla forza che trasmettono i ballerini, che saltano e ballano instancabili per più di un'ora, senza sosta e senza esitazioni. Alla fine, come consuetudine della loro accoglienza, invitano tutti a salire sul palco a ballare con loro.

La linea che separa palco e pubblico viene così valicata, nasce un momento di unione, forse uno dei momenti in cui c'è stato un legame più profondo. All'inizio qualcuno non vuole salire, qualcuno sale ma con tanto imbarazzo, poi, imparati due tra i passi più semplici, ecco che non si pensa più all'imbarazzo, perché ci si vuole solo divertire. Non è necessario parlare né comunicare attraverso le parole, c'è solo da seguire i movimenti del corpo per imitazione. Tra parlare e muoversi insieme c'è una grande differenza, perché parlando non sempre si dice ciò che si pensa davvero, invece il corpo non può mentire. E poi muoversi insieme crea un legame, un senso di unione, perché è qualcosa di universale.

Se ballando si può comunicare, i ragazzi di Askar ballando hanno dichiarato l'amore per la loro terra.

Hanno mostrato la loro capacità di esprimersi nonostante le difficoltà, dimostrando volontà, coraggio e forza. Forse però un gesto è rimasto più impresso della danza: la mano portata

*al cuore durante i saluti. Un movimento più comprensibile
di mille parole. Un gesto che significa tanto: rispetto, amore,
condivisione, gratitudine,
Un gesto che varca il confine e trova un ritmo comune.*



DABKA

Le ragazze e i ragazzi di Askar association si sono esibiti, in diverse occasioni, nella loro danza tradizionale la dabka (in arabo: **دبكة**), che diventa racconto vivente dei palestinesi della loro cultura.

“Dabka” significa letteralmente “battere i piedi”, infatti i ballerini battono i piedi in combinazioni ad alta energia in linee e cerchi, con movimenti ritmati e giravolte. La Dabka ha origini fenicie: a quei tempi si eseguivano riti per proteggere la crescita delle piante e si danzava per spaventare gli spiriti maligni.

In seguito, veniva praticata nei villaggi e nelle città di Libano, Siria, Palestina, Giordania e Iraq, dove le case venivano costruite con i mattoni crudi che si ottengono battendo terra e fango con i piedi. Dopo la realizzazione dell’opera il popolo festeggiava con danze che ripetevano, appunto, il movimento del piede che batte la terra per lavorare. Con lo sviluppo della tecnologia, questa tradizione manuale è stata tramandata come un canto di lavoro e danza attraverso le generazioni, per ricordare l’importanza della famiglia, della comunità e della tradizione.

Esistono diversi tipi di Dabka che nasce come danza maschile.

In genere un lawweeh, il ballerino con più esperienza, è a capo di un gruppo di uomini che si tengono per mano e formano un semicerchio.

I ballerini sviluppano un movimento e un passo sincronizzati e quando i cantanti finiscono la loro canzone, il lawweeh interrompe il semicerchio per ballare da solo. Dopo di che il lawweeh continua a dare indicazioni ai ballerini sui ritmi di base e, a questo punto, gli ospiti dell’evento si uniranno per prendere parte alla danza.

Questa è la forma più popolare e familiare di Dabka, ballata per le feste come i matrimoni, le circoncisioni, il ritorno dei viaggiatori, la liberazione dei prigionieri e anche per le feste nazionali, in cui la danza diventa una dimostrazione della personalità nazionale.

Dal 1948 un numero cospicuo di palestinesi ha dovuto lasciare il proprio paese e vivere in condizione di rifugiato in qualsiasi altro angolo del mondo.

Da allora la potenza espressiva della Dabka assume una connotazione fortemente politica.

Le compagnie di danza sono spesso oggetto di restrizioni da parte israeliana per le implicazioni di militanza che comportano. Attualmente la Dabka è eseguita parimenti da uomini e donne che indossano costumi in tessuti tradizionali, ma con modelli rivisitati in chiave moderna.

Nel campo profughi di Askar l'obiettivo principale è quello di nutrire e sviluppare i talenti dei/delle giovani, dei bambini e delle bambine del campo, attraverso programmi e attività che incoraggiano la creatività, la scoperta di sé, promuovendo il volontariato e organizzando servizi alla comunità, attività culturali e di preservazione delle tradizioni palestinesi.

Nella visione di Askar, il linguaggio delle arti - siano esse musica, canto, danza - è una delle forme più importanti per coltivare l'aspirazione alla libertà del popolo della Palestina e allo stesso tempo promuovere un messaggio di amore, speranza e dignità.

Lo stesso che i sei meravigliosi ballerini di Askar hanno portato a noi, facendoci sentire parte di un unico popolo.

BIODANZA COME POETICA DELL'INCONTRO UMANO



L'umanità danza.

Felici nella danza, felici nella vita.

Resistenza nella danza, resilienza nella vita.

Cooperazione nella danza, comunicazione nella comunità.

*Danza, alternanza, donne, uomini e donne
conducono la danza.*

Danza, disponibilità e fiducia alla pari nella danza.

Danza, emozionante attraverso l'empatia

Archetipica tra i corpi, i popoli.

*Danza, condivisione, apertura, vicinanza,
mani nelle mani,
unione delle differenze nei popoli.*

Roberto Mandrà

Che cosa rende davvero possibile un incontro autentico tra esseri umani?

Ogni relazione capace di generare crescita, cura e trasformazione prende forma solo quando la persona è coinvolta nella sua interezza: mente, emozioni, corpo, sensibilità. Non esiste apprendimento profondo, né cambiamento reale, senza una presenza incarnata: un corpo che guarda, ascolta, sente, si lascia attraversare dall'esperienza e dalla presenza dell'altro. In un tempo segnato da frammentazione, accelerazione e impoverimento dei legami,

diventa sempre più urgente riscoprire spazi in cui l'incontro non sia soltanto scambio di parole o di contenuti, ma esperienza viva di relazione.

Incontrarsi nella danza significa tornare a considerare il corpo non come semplice supporto dell'esperienza, ma come luogo originario del sentire, del conoscere e del legarsi.

Significa riconoscere che il contatto con sé, con l'altro e con la vita passa anche attraverso il ritmo, il gesto, la presenza, l'ascolto sensibile.

In questa prospettiva, Biodanza non si presenta soltanto come una pratica, ma come una proposta culturale ed educativa capace di restituire centralità alla dimensione affettiva dell'esistenza.

Per comprendere la profondità di questa visione, è necessario entrare nel pensiero di Rolando Toro, ideatore del sistema Biodanza, e nel contesto storico e umano da cui la sua proposta ha preso forma.

La sua idea di educazione, fondata sul Principio Biocentrico, pone al centro la vita e la sua protezione, riconoscendo nella connessione con la vita stessa e nell'affettività la base imprescindibile di ogni processo formativo. Questa visione non nasce in astratto, ma in un tempo storico segnato da profonde ferite: la Seconda guerra mondiale, il nazismo, la bomba atomica, la crisi legata al secondo dopoguerra, l'impoverimento dei legami sociali, la crescente tecnicizzazione dell'esistenza e, in modo ancora più diretto, il clima di violenza e repressione che ha attraversato il Cile negli anni Sessanta e Settanta. In questo contesto, Toro maturò una riflessione radicale sulla sofferenza umana, sull'isolamento e sulla perdita del senso del vivere.

Le prime esperienze della Biodanza nacquero infatti negli anni Sessanta all'interno dell'Ospedale Psichiatrico di Santiago, dove Toro sperimentò il valore terapeutico del movimento, della musica e

della relazione per restituire dignità e presenza a persone profondamente ferite. Da quelle osservazioni comprese che il disagio non riguarda solo la mente, ma investe il corpo, il modo di sentire se stessi, il rapporto con gli altri e con il mondo. In seguito, anche il trauma storico del colpo di Stato del 1973 e l'esilio che ne seguì contribuirono a rafforzare in lui la convinzione che l'essere umano, per non smarrirsi, abbia bisogno di ritrovare legami affettivi profondi, senso di appartenenza e fiducia nella vita.

Per Rolando Toro, la crisi della modernità si manifesta proprio nella tragica dissociazione tra intelligenza e affettività: sappiamo molte cose, ma faticiamo a sentire, a creare legami, a prenderci cura.

Per questo egli parla della necessità di una vera e propria "rieducazione affettiva", capace di contrastare la violenza, l'indifferenza e la solitudine. Ogni azione educativa, infatti, risulta sterile se priva di un fondamento affettivo: non basta trasmettere contenuti, nozioni o competenze se manca un'esperienza relazionale significativa che renda vivo ciò che si apprende. Senza nutrimento affettivo, non può esserci vera intelligenza, perché conoscere non significa soltanto capire, ma entrare in relazione.

In questa visione, assume un ruolo decisivo anche il rapporto con la natura, intesa non come semplice oggetto di osservazione, ma come realtà viva con cui ristabilire un legame profondo.

Ritrovare il contatto con gli elementi naturali, con i ritmi del corpo, con il movimento, il gesto, il gioco, il canto, la cura di sé e dell'altro significa restituire alla persona la possibilità di sentirsi parte di un tutto più grande.

È in questo intreccio tra affettività, corporeità e appartenenza al Vivente che l'educazione può diventare esperienza di consapevolezza, responsabilità e felicità.

In questo orizzonte, *il movimento e la danza assumono un significato che va ben oltre l'espressione estetica o l'attività corporea: diventano linguaggi originari dell'incontro umano.*

Nella prospettiva della Biodanza, il corpo non è un semplice strumento che esegue, ma il luogo vivo attraverso cui la persona

sente, comunica, entra in relazione e si riconosce parte di una trama più ampia di vita. Muoversi insieme, condividere un ritmo, uno sguardo, una presenza nello spazio significa riscoprire una forma di comunicazione profonda, spesso più autentica delle parole.

La danza rende possibile un incontro che non passa anzitutto per il controllo o per la prestazione, ma per l'ascolto reciproco, la sensibilità, la fiducia e il rispetto dei tempi dell'altro.

Attraverso il movimento condiviso, la Biodanza propone un'esperienza concreta di riappropriazione di sé. Il gesto, il ritmo, la vicinanza, il respiro e la musica diventano strumenti capaci di favorire l'espressione delle potenzialità più profonde della persona, rafforzando la parte sana, vitale e creativa che abita ciascuno. In questo processo, il movimento aiuta a ritrovare fiducia nel proprio sentire, a dare valore alla propria presenza e a riconoscere quella dell'altro, in una relazione fondata sull'ascolto, sulla reciprocità e sulla possibilità di esserci pienamente.

In un mondo che spesso separa il corpo dalla mente e l'individuo dalla comunità, la danza riporta l'essere umano a una dimensione più integra, sensibile e vitale. Essa educa alla presenza, alla reciprocità, al contatto rispettoso, alla possibilità di lasciarsi toccare - emotivamente e simbolicamente - dall'esistenza dell'altro.

Per questo, nella proposta di Toro, la Biodanza non è evasione né semplice tecnica di benessere: è un atto profondamente umano e trasformativo. È un'esperienza che insegna ad abitare il proprio corpo come luogo di verità, ad aprirsi alla relazione senza paura, a riconoscere che vivere significa, prima di tutto, incontrare: come possiamo tornare a costruire spazi di incontro reale, in cui il corpo, l'affetto e il movimento tornino ad avere un posto centrale?

Monica Tironi

04

Incontrarsi attraverso il movimento

Salaam è pensieroso. Pensa a come sia difficile, a volte, potersi permettere di essere liberi. Liberi di essere se stessi, di vivere la propria età. Il contesto ci cambia, a volte fa crescere più in fretta di quanto sia auspicabile. Ma, dentro di sé, una forza, uno spirito, un'energia bambina rimane. E spinge per uscire. Salaam si gira e vede i ragazzi palestinesi correre, saltare, giocare. Il gioco è sempre la prova più sincera. Puoi coprire il cielo di nuvole, ma la luce del gioco trova sempre un varco nel cuore dei ragazzi.

È bastato un prato su cui correre, un albero su cui arrampicarsi, una palla che rotola per far tornare tutti bambini. Non importa da dove si viene, musica e gioco, danza e sport coinvolgono tutti. E così, nelle varie esperienze fatte dal gruppo di ragazzi, ecco spiccare quelle a Cascina Costa Alta,

con giochi “rompighiaccio”, Cascina Rapello, con i giochi cooperativi, e Fair Play Arena, con i tornei inclusivi della No League, insieme ai ragazzi di vari Centri di Aggregazione Giovanili e Centri Diurni Minori delle periferie milanesi.

A Cascina Costa Alta si è giocato per conoscersi. È bastato iniziare da giochi semplici, come “cartaforbice- sasso” per ridere e scherzare sulle differenze linguistiche e imparare nuove parole in italiano o in arabo. E ancora, giochi di movimento, giochi di parola, giochi di ruolo. Da una parte semplici passatempo, ma dall'altra vere e proprie occasioni di incontro. Nel gioco i ragazzi sono stati in contatto vero, genuino, visivo, stando di fronte l'uno all'altro, esponendosi in gesti comuni: i primi veri momenti di vicinanza. I giochi sono stati pensati e condotti da Clement e Sofia, due volontari europei provenienti da Francia e Ucraina. Le nazionalità presenti sono tante: Albania, Perù, Ecuador, Italia, Palestina, Lituania... Un intreccio di culture continuo ha portato i ragazzi ad entrare in sintonia.

E fin da subito i ragazzi di Askar riportano di essersi sentiti parte del gruppo, parte della squadra.

Salaam ha osservato a lungo il linguaggio dei corpi nei momenti di esitazione: eppure i giochi sono sempre continuati, tra gesti, sguardi, risate. Wael, il mediatore culturale, ha aiutato a superare le situazioni di difficoltà dovute alla lingua. Ma non è stato il solo a tradurre. Salaam sorride, pensando che le mani, le dimostrazioni, la pazienza sono stati ulteriori alleati. La voglia di conoscersi e stare insieme non ha fatto sparire le difficoltà, ma ha dissipato i blocchi iniziali.

Anche a Cascina Rapello, ospiti della Cooperativa Liberi Sogni, si è giocato a lungo. Ma con giochi differenti, quelli cooperativi. Giochi dai nomi strani: il "Ragno", "Floor is lava", il "Nodo umano". Salaam ha notato come, attraverso questi giochi, i ruoli si sono lentamente mescolati, fino a confondersi: chi è ospite e chi ospitato? Chi spiega una regola, poco dopo ne sta imparando un'altra, nuova. Il gruppo di ragazzi ha imparato a collaborare, includere, accogliere, fidarsi.

Alla Fair Play Arena, casa della No League a Milano, zona Gorla, si sono ritrovati più di cento ragazzi e ragazze, dalle varie periferie milanesi: Dergano, Lambrate, Giambellino, Ponte Lambro, Niguarda... e altrettanti bambini hanno conosciuto i ragazzi nel vicino parco di Villa Finzi, durante la festa della scuola. Un quartiere pronto ad accogliere.

L'evento della No League Social Games è servito per stare insieme e conoscere nuovi amici. A Gorla il linguaggio del gioco ha preso la forma dello sport, nella sua espressione più sana. Competizione e cooperazione viaggiano insieme, in un equilibrio tanto sorprendente, quanto complesso. Un equilibrio fragile, che richiede costante lavoro, confronto, ascolto, capacità di stare insieme, proprio come in quei mondi dove convivere è una sfida continua e ogni passo richiede attenzione. Mondi non lontani, dove avvicinarsi può significare scontrarsi e trovare spazio toglierlo agli altri. Dove troppo spesso si ricerca chi ha ragione e non quali sono le ragioni in campo.

Salaam riflette. I suoi pensieri portano alla possibilità di essere squadra senza "gridarselo addosso".

A creare momenti veri aiutandosi l'un l'altro, non in gesti eroici, ma nei piccoli dettagli: spiegando una regola, rallentando il passo, incoraggiando il compagno, calmando i nervosismi, abbracciandosi facendo gol, dandosi il cinque facendo punto.

Entrare nel gruppo, allora, non dipende da cosa sai fare, ma da quanto sei disposto a restare vicino all'altro, finché ... non ci si "riconosce".



MOVIMENTO È APPRENDIMENTO



Giocare con il movimento e fare sport rappresentano molto più di un'attività fisica o ricreativa. Per bambini, adolescenti e giovani può diventare uno spazio educativo, relazionale e sociale attraverso cui costruire identità, sperimentare appartenenza, sviluppare competenze emotive e creare legami significativi con gli altri. In particolare, durante l'adolescenza, fase della vita caratterizzata dalla ricerca di sé, dal confronto con il gruppo dei pari e dal bisogno di riconoscimento, l'esperienza sportiva può assumere un ruolo fondamentale nella promozione del benessere e nella prevenzione di forme di isolamento, esclusione o disagio sociale. Lo sport viene spesso raccontato come uno spazio naturalmente educativo e inclusivo. Nella realtà, però, non sempre è così. Dinamiche competitive esasperate, difficoltà economiche, esclusioni culturali o sociali e modelli performativi rischiano di allontanare molti adolescenti dai contesti sportivi tradizionali, soprattutto nelle periferie e nei contesti di maggiore fragilità.

Per questo motivo diventa importante interrogarsi su quale idea di sport si voglia promuovere e su quali valori esso possa realmente trasmettere.

Il progetto No League: una risposta possibile

Il progetto No League Social Games nasce dalla volontà dell'ASD Sportinzona Melina Miele e di UISP – Comitato di Milano di creare e coordinare una comunità educativa sportiva composta da enti con competenze diverse che lavorano con ragazzi e ragazze tra gli 11 e i 22 anni circa. Il lavoro di rete svolto dagli enti che aderiscono al progetto dell'ASD Sportinzona Melina Miele prevede la realizzazione

di una metodologia cooperativa in costante aggiornamento grazie agli incontri periodici previsti durante tutta la stagione sportiva. Le attività promosse hanno previsto la realizzazione di tornei di calcio e volley, fortemente connotati da un approccio educativo allo sport, visto come tramite di trasmissione di valori, competenze e di espressione dei ragazzi. In particolare, l'intento è quello di dare voce ed opportunità, attraverso gli sport di squadra, a quei ragazzi che per motivi culturali o socioeconomici rimangono esclusi dai circuiti sportivi e aggregativi tradizionali e sono pertanto a rischio drop out sportivo e, più generalmente, esclusione sociale. Grazie ai momenti sportivi, i ragazzi hanno la possibilità di svolgere visite mediche sportive, conoscere educatori e tecnici sportivi che li accompagnano sia verso servizi educativi (centri di aggregazione giovanili, sportelli lavoro, servizi di supporto e orientamento formativo, etc.), sia verso opportunità sportive co-organizzate. I ragazzi più grandi (dai 18 anni) possono sperimentare, dopo appositi corsi di formazione gratuite, le proprie competenze da co-organizzatori di eventi, aiuto-allenatori, arbitri. Inoltre, i ragazzi, grazie alla metodologia utilizzata dal progetto, hanno potuto partecipare a eventi di sport, aggregazione e socializzazione, durante i quali stringere nuove amicizie, rapportarsi con i pari età, conoscere nuove figure educative e nuovi servizi, crescere insieme attraverso lo sport.

Il "No" di No League

Il progetto No League, come si evince già dal nome, è un Non-Campionato, in cui la priorità non è vincere, ma giocare, crescere, divertirsi e socializzare con l'altro da sé attraverso pratiche sportive portatrici di valori come rispetto, confronto, accettazione e riconoscimento dell'altro e delle componenti normative.

Il "NO" di No League introduce il senso stesso della proposta.

Una negazione sentita sulla propria pelle, in particolare dai partecipanti alla prima edizione, che hanno voluto rendere esplicito un vissuto quotidiano fatto più di esclusioni (educative, aggregative e sportive) che di opportunità. Un NO che si è deciso di non

cancellare, nonostante i successi delle attività proposte, proprio per testimoniare il costante investimento di risorse e competenze a favore di chi si trova ancora troppo spesso a partire in condizioni di svantaggio nel complesso percorso della propria vita.

Ma cosa si può imparare da questi "NO"? A trasformarli in "NO" positivi e generativi.

Quindi, NO alla discriminazione, NO all'esclusione dallo sport, NO all'esclusione sociale.

I "non-campionati" hanno visto la partecipazione nelle ultime stagioni sportive di 20 squadre tra calcio e pallavolo e di circa 200 giovani atleti. Il progetto culmina con l'esperienza della No League Day, giornata conclusiva che vede, ogni anno, la partecipazione di oltre 300 tra ragazzi, ragazze, operatori, arbitri UISP e organizzatori.

Nella definizione di obiettivi generali e specifici del progetto si tiene conto di alcune suggestioni mutate dal modello ecologico dello psicologo Bronfenbrenner, secondo il quale lo sviluppo dell'individuo avviene attraverso cerchi concentrici di relazione. Le teorie ecologiche hanno messo in luce come il contesto - inteso come spazi, tempi, attività e relazioni - e gli individui nelle loro interazioni reciproche si influenzano vicendevolmente. Un contesto, inteso come intreccio tra microsistemi con i quali gli individui hanno un rapporto diretto, ma anche come legame con il mesosistema ed il macrosistema, è fondamentale per lo sviluppo degli individui e della società: l'interazione tra questi contesti, curata nei dettagli e sostenuta nella prassi quotidiana, può promuovere benessere psicofisico e relazioni per ragazzi e giovani e pari opportunità d'accesso a percorsi educativi, di successo formativo e di inclusione sociale.

Gli obiettivi generali sono i seguenti:

- Promuovere lo sport come pratica educativa e di crescita personale e sociale (microsistema che ruota intorno all'individuo)
- Favorire integrazione e inclusione sociale, attraverso esperienze sportive (mesosistema in cui ragazzi possano all'interno del proprio gruppo di appartenenza conoscere, accogliere ed incontrare altri

gruppi)

- Promuovere il lavoro di rete al fine di potenziare l'empowerment di adulti e giovani (macrosistemi, come il tavolo di rete tra partner e stakeholder del progetto).

La metodologia della No League si fonda su un approccio educativo che intreccia dimensione relazionale, sportiva e comunitaria, con un'attenzione particolare alle risorse e alle potenzialità dei ragazzi più che alle loro fragilità. In questa prospettiva, il diritto allo sport si collega al concetto di capabilities di Martha Nussbaum: ogni ragazzo deve poter trovare uno spazio in cui esprimere competenze, desideri e possibilità personali, indipendentemente dal proprio punto di partenza. La metodologia prende forma soprattutto nel lavoro di campo. Le partite e le attività sportive non vengono vissute come semplici momenti competitivi, ma come spazi educativi in cui allenare relazione, cooperazione, gestione delle emozioni e riconoscimento reciproco. Prima dell'inizio delle partite viene dedicato un "tempo zero": un momento condiviso di riscaldamento, conoscenza e circle time, durante il quale i ragazzi si presentano, condividono il proprio stato emotivo ("Mi chiamo Ahmed e oggi mi sento agitato") e conoscono le figure presenti sul campo. L'avversario non viene presentato come nemico da battere, ma come compagno dello stesso gioco; l'arbitro non come figura punitiva, ma come riferimento essenziale senza il quale la partita non può neanche iniziare; gli educatori non appartengono a una sola squadra, ma si prendono cura della relazione complessiva tra tutti i partecipanti.

Anche durante le partite vengono previsti momenti di sospensione e rielaborazione. Accanto ai classici time-out tecnici trovano spazio "time-out educativi", utilizzati per abbassare tensioni, gestire conflitti, rileggere quanto sta accadendo e favorire processi di autoregolazione e co-regolazione emotiva. Quando necessario, il gioco può fermarsi per lasciare spazio a momenti di confronto in cerchio, aiutando i ragazzi a nominare emozioni, frustrazioni e

difficoltà.

Fondamentale è anche il "terzo tempo", pensato come spazio informale di incontro attraverso merende, fotografie, giochi e momenti di socializzazione. È spesso proprio fuori dalla competizione che i ragazzi riescono a costruire nuove amicizie, consolidare relazioni e riconoscersi reciprocamente oltre il risultato sportivo.

Grande attenzione viene inoltre data alla valorizzazione dei ruoli e delle responsabilità. Ogni ragazzo può trovare il proprio spazio in base alle proprie capacità e inclinazioni: non solo come giocatore, ma anche come arbitro, allenatore, aiuto-allenatore, organizzatore o supporto agli eventi. In questo senso, la peer education assume un ruolo centrale: i ragazzi più grandi o con maggiore esperienza diventano punti di riferimento per i più giovani, trasmettendo competenze, atteggiamenti e modalità relazionali attraverso l'esperienza condivisa.

Lo sport diventa così uno strumento di self expression e empowerment, capace di offrire ai ragazzi occasioni concrete per esprimersi attraverso il corpo, il movimento, il tifo, l'incoraggiamento reciproco, la gestione della sconfitta e la costruzione di legami. Allo stesso tempo, il lavoro educativo si estende oltre il campo attraverso un approccio di community work, coinvolgendo servizi, enti, educatori, allenatori e realtà territoriali nella costruzione di contesti accoglienti e opportunità accessibili per i giovani delle periferie milanesi.

Accanto all'attività sportiva vengono proposti, durante eventi comunitari e giornate condivise, laboratori specifici sulla gestione delle emozioni condotti dagli psicologi della rete No League e così, attraverso attività esperienziali, momenti di confronto e giochi cooperativi, i ragazzi vengono accompagnati nel riconoscimento e nella condivisione delle proprie emozioni.

Tomaso Cimino

Per gli adulti, nelle successive giornate di condivisione, “incontrarsi attraverso il movimento” ha previsto anche la possibilità di sperimentare il Metodo Feldenkrais.

Moshe' Feldenkrais nasce il 6 maggio 1904 in Ucraina e muore il 1° luglio 1984 in Israele.

È stato un fisico ingegnere e judoka sovietico, noto per aver sviluppato un metodo di auto-educazione attraverso il movimento, conosciuto come Metodo Feldenkrais - Consapevolezza attraverso il movimento.

Feldenkrais considera il movimento come la *capacità umana di agire nel mondo* e crede nella possibilità di miglioramento ed autodeterminazione.

Attraverso lezioni di gruppo e movimenti lenti ed insoliti risveglia la capacità di ascolto profondo e percezione di sé.

L'obiettivo del metodo è rendere più consapevole il movimento anche nella quotidianità, poiché trovando maggior benessere ed equilibrio in se stessi, diviene possibile agire con più consapevolezza e creare relazioni migliori nella propria vita.

Laura De Vecchi

05

L'espressione è... vita!

È il 16 ottobre 2025 ... è una bellissima giornata di sole e l'attesa si fa sentire dentro lo studio di ceramica Studio And. Abbiamo sistemato tutto sui tavoli: pennelli, argilla, tornielli e tutti gli attrezzi. Una stanza è dedicata ai ragazzi di Askar, mentre l'altra è già piena di clienti abituali.

Avvisiamo i clienti: "Oggi sarà una giornata particolare per noi, perché nell'altra stanza ospitiamo sei ragazzi palestinesi e due loro educatori". Le reazioni sono confuse e mi immagino quante domande si saranno fatti nella testa. Cosa ci fanno qui sei ragazzi palestinesi in pieno periodo di occupazione?

Come mi devo comportare? Sono pronto per questo? Perché i proprietari dello studio sono così agitati?

Cosa dobbiamo aspettarci?

Ma le domande sono solo appese nell'aria, nessuno osa dire niente.

Poi il furgoncino guidato da Aurora, la tutor italiana, sfreccia nella via e li salutiamo dalla porta.

L'emozione sale.

Finalmente entrano dalla porta a vetri e invadono di un'ondata di energia tutto lo studio.

La loro presenza si sente, sono calorosi e accoglienti anche se sono loro gli ospiti.

Non facciamo in tempo a fare le presentazioni che loro si sono già presentati a tutti i presenti. Danno la mano e sorridono alle persone. Rimaniamo tutti travolti da questo calore e gli occhi della gente, dentro lo studio, cambiano per il resto della giornata.

Lo studio è finalmente nel pieno dell'attività, pieno di gente, di parole intrecciate e di voglia di dare il massimo.

Così iniziamo la lezione.

Una ragazza, passata di lì per caso, conosce l'arabo palestinese e si offre subito di darci una mano.

La lezione si fa un po' in inglese, un po' in arabo e un po' in italiano, ma che importa, con l'arte serve solo l'avvio e poche precisazioni tecniche, dopo è tutto più immediato.

I ragazzi si danno subito da fare, hanno voglia di sperimentare e creare. Hanno tutti una tazza in terracotta davanti e devono dipingerla con gli smalti, poi forme e colori li scelgono loro.

Ci chiedono il verde, il bianco, il nero e il rosso.

I colori della loro bandiera, i colori simbolo di libertà.

D'altronde questi ragazzi sono venuti in Italia come ambasciatori della loro cultura, sono ballerini e si sono esibiti già diverse volte per mostrare la Dabka, la loro danza.

La scelta di questi colori è chiara: siamo qui per raccontarvi la nostra storia, la nostra identità e la nostra cultura. Una cultura che NON vuole essere spazzata via e la forma di resistenza che hanno trovato è quella di raccontarsi al mondo, di farsi conoscere.

Ce lo ripetono spesso: "Siamo qui per mostrare la nostra danza, le nostre tradizioni". La loro resistenza parte dalla voglia di mantenere viva la loro cultura e la loro identità, far vedere al mondo che loro esistono e vivono.

Definire la propria identità e raccontare al mondo la propria storia sono tra gli strumenti più forti di pace.

Con il racconto, con la danza, con l'arte permettono di creare un ponte, uno spazio di frontiera con gli altri, che rimangono in questo spazio ad ascoltare.

Nel pomeriggio facciamo un giro per Milano. La stanchezza dei ragazzi inizia a farsi sentirsi.

Rimangono divertiti da tante cose: un cane al guinzaglio e persino un signore cinese.

Spieghiamo loro che Milano è la città italiana più interculturale di tutte, qui abbiamo persone da tutto il mondo. "Ne siete orgogliosi?" Mi chiede Amjad, presidente dell'associazione Askar Association e loro educatore. Rispondo di sì, ma che non è un'idea condivisa da tutti i cittadini. Passiamo nei vicoli dei navigli, cerchiamo di mostrare la bellezza di Milano, ma una cosa è rimasta davvero impressa nei cuori dei ragazzi: si fermano davanti a ogni finestra con appesa la bandiera palestinese.

Rimangono ogni volta sbalorditi, occhi sgranati e mano sul cuore. Tutte le volte ci ringraziano, sorpresi dalla solidarietà che ricevono.

Salaam capisce che attraverso i colori avviene una comunicazione e una connessione molto potente.

Il rosso, il nero, il bianco e il verde non sono semplici tinte, ma espressione della lotta per la propria libertà.

E le bandiere dei balconi sono segni di solidarietà, vogliono dire "noi vi vediamo", "noi siamo con voi".

*Ecco perché la mano viene portata al cuore, un ringraziamento
semplice per dire: **qui non siamo invisibili, loro ci vedono.***



L'ANTROPOLOGIA EDUCATIVA ARTISTICA COME SPAZIO DI INCONTRO



L'arte è uno strumento narrativo potente. Ci permette di creare uno spazio dialogico con l'altro, uno spazio di condivisione, in cui è possibile uno scambio di universi e prospettive. Per questo nasce la metodologia Antropologia Educativa Artistica (AEA), una metodologia antropologica e pedagogica, con un'applicazione diretta ai mondi dell'arte. Il fine di questa metodologia è educare e guidare le persone alla capacità di narrare se stesse e le proprie culture, mantenendo un dialogo attivo con il resto del mondo. Attraverso l'arte posso rendere comprensibile la mia storia, le mie emozioni e le mie idee, posso davvero definire la mia identità e raccontare la mia personale visione del mondo.

La complessità che si mette in campo durante l'azione del raccontare, a patto che l'ascoltatore sia attivo e propenso all'immaginare, permette di evitare semplificazioni eccessive o di ridurre tutto in schemi troppo rigidi.

Siamo noi che diamo voce a noi stessi, dando la chiave di lettura ai nostri ascoltatori: in quest'ottica la narrazione diventa uno strumento per ridurre le stigmatizzazioni o le emarginazioni.

Nell'arte, come in molte altre sfere della nostra vita, narrazione e immaginazione si intrecciano.

Per questo l'Antropologia Educativa Artistica si basa sull'idea che la narrazione sia un diritto.

Allo stesso tempo porta avanti anche il concetto di immaginazione come un dovere. Più siamo in grado di comprendere e di immaginare la vita di chi abbiamo davanti, meno siamo portati a un pensiero etnocentrico ed escludente. La forza dell'immaginazione permette

di comprendere vissuti che non ci appartengono, perché riusciamo a immaginare e dunque a condividere delle realtà lontane da noi. È l'immaginazione che rende possibile la capacità di cambiare prospettiva e di sviluppare empatia. Se impariamo la predisposizione verso l'altro davanti a un'opera d'arte e attraverso di essa, sarà forse poi possibile portare questa capacità nella vita di tutti i giorni. Solo così il confine può diventare frontiera e, citando Todorov, sarà possibile affermare che "gli altri vivono in noi, e noi viviamo in loro" (Todorov 2011).

La metodologia AEA, partendo dall'arte, vuole insegnare a sviluppare nella vita di tutti i giorni una propensione verso la pace.

L'Antropologia Educativa Artistica utilizza un'applicazione pedagogica di una serie di strumenti dell'antropologia culturale, che sono anche strumenti di pace, all'interno dei mondi dell'arte. Serve ad aiutare le persone a comprendere da più prospettive il nostro mondo contemporaneo e ad agire al suo interno, in modo da creare nuovi significati, nuovi modi di esprimersi e rappresentare il proprio mondo attraverso i linguaggi dell'arte. La base teorica presenta una serie di concetti chiave:

- il concetto di cultura dell'antropologia contemporanea
- la nozione di identità come costruzione in divenire
- l'ibridazione culturale
- la thick description
- le somiglianze di famiglia
- la narrazione e l'immaginazione
- la giustizia poetica
- la terra di frontiera, il dialogismo e l'approccio ermeneutico.

Questo metodo vuole essere interdisciplinare e aggiornabile, per adeguarsi al contesto di lavoro e per analizzare, di volta in volta, i bisogni del territorio, creando connessioni e collaborazioni sempre nuove. I destinatari di questo metodo sono, in potenza, tutti: bambini, adolescenti, adulti e anziani di qualsiasi contesto sociale e culturale. L'AEA nasce all'interno della scuola d'arte Studio And

Milano, in questa sede lo strumento artistico principale è l'argilla, ma la metodologia è applicabile a tutte le forme d'arte e a tutti i laboratori pensati appositamente per l'AEA.

"Spesso le persone fanno arte, ma non se ne accorgono".

Questa citazione di Vincent Van Gogh è scritta sulla saracinesca di Studio And Milano.

È un inno all'arte, che ci ricorda come la creatività spesso risieda in noi.

A volte, per colpa delle priorità della vita e della sua frenesia, la dimentichiamo per strada e ce ne allontaniamo. Tuttavia, l'arte, che è una forma di espressione potente, ad un certo punto torna a bussare alla nostra porta. Ed è proprio qui che l'AEA intercetta questo bisogno e permette alle persone di riscoprire la propria creatività.

Questo metodo, proprio perché rivolto a tutti, ha un approccio interculturale. Quando si parla di intercultura si pensa spesso solamente al rapporto con lo straniero, ma le differenze esistono tanto tra individui di origine diversa e lontana, quanto tra individui cresciuti nella stessa città.

L'AEA vuole valorizzare pensieri, azioni e produzioni umane in tutte le loro varie forme e trasmettere l'idea che non esista un'unica "realtà" o "verità", perché ne esistono molteplici.

Ogni espressione artistica di una persona racconta implicitamente la sua cultura, subcultura e l'interpretazione che dà del suo mondo. L'AEA vuole far emergere la cultura delle nuove generazioni con un occhio rivolto al passato e uno al futuro, facendo esplorare e sperimentare aspetti culturali locali e confrontandoli con aspetti artistici e culturali altri, che forse così "altri" non sono.

Ogni artista deve diventare consapevole della natura ibrida della sua identità, della sua cultura e quindi della sua arte. Le culture, infatti, non sono altro che il risultato di continue ibridazioni culturali, scambi e connessioni, che avvengono nel tempo e nello spazio.

L'ibridazione avviene di continuo, ogni giorno, non solo da una parte all'altra del mondo, ma nella quotidianità di ciascuno di noi.

È un processo inevitabile, per questo non ha senso parlare di

appropriazione culturale, perché le culture sono tutte già mescolate e la bellezza risiede proprio in questo. Nel momento in cui mi approprio più o meno consapevolmente di un elemento di un'altra cultura, non sto che reiterando un processo già noto.

L'importante è farlo sempre nel rispetto e in nome di ammirazione e amore per le diversità.

In un mondo fatto di molteplici visioni della realtà, la narrazione diventa uno strumento cardine.

Attraverso la narrazione, l'artista può resistere all'omologazione e al conformismo (Mantegazza 2021), strumenti pericolosi perché usati per schiacciare le diversità e silenziare gli "altri".

La narrazione permette di rivendicare il diritto di esprimere l'interpretazione del proprio mondo.

Solo attraverso di essa posso raccontare la mia verità e definire la mia identità.

Il ruolo dell'insegnante dell'AEA è quello di guida che aiuta a comprendere i propri codici di significato, per poterli "mettere in arte", a sviluppare il proprio processo creativo, a trovare il proprio stile artistico, a fare emergere la propria espressività senza giudizi. L'arte diventa così uno strumento per non essere "barbaro", balbuziente (dal greco "βάρβαρος" bárbaros), cioè colui che, non sapendo parlare la mia lingua, rimane inavvicinabile perché incomprensibile.

Grazie all'arte possiamo dialogare con una lingua comune, capace di superare i confini, che siano quelli degli Stati-nazione o quelli che dividono due vicini di casa.

L'AEA ha il compito di creare una terra di frontiera che permetta di evitare un "dialogo tra sordi" (Zoletto 2007), un dialogo che non fa veramente interagire due alterità, ma che permetta di dialogare, interpretare e ridefinire significati insieme.

Ricordando che, se la narrazione è un diritto, l'immaginazione è un dovere: il dovere, per colui che si colloca nella terra di frontiera, di accogliere con empatia e ascolto l'altro e la sua rappresentazione.

Lavorare con argilla

Un'altra sfida che ci pone il mondo contemporaneo è l'iperdigitalizzazione delle nostre vite. Il mondo reale e quello virtuale sono ormai estremamente interconnessi. Con l'invenzione dell'intelligenza artificiale questo processo sarà sempre più evidente e un cambiamento culturale è già in atto.

L'AEA non vuole contrastare questo andamento, ma studiarlo e comprenderne le dinamiche per andare incontro ai bisogni delle persone. Così se l'invenzione delle intelligenze artificiali affascina e permette di affacciarsi al futuro, dall'altra parte emergono bisogni, sempre più pressanti, di trovare respiro nel mondo reale e di fare esperienze dirette, coinvolgendo il corpo.

Nel laboratorio di Studio And si lavora molto con l'argilla.

L'argilla è un elemento naturale che riporta a ritmi a cui non siamo più abituati. Impone infatti dei tempi lenti.

Anche solo le tecniche di creazione di un'opera in argilla richiedono tempo e dedizione, inoltre l'asciugatura e la cottura in forno pretendono giorni di attesa.

Essendo un elemento naturale, l'argilla ci insegna anche ad accettare il fallimento di una possibile rottura. Un'opera di argilla, infatti, può creparsi in diverse fasi di lavorazione, sia in asciugatura sia in cottura. È un elemento naturale e non sempre abbiamo il controllo su di esso. Questo nasconde grandi insegnamenti, che permettono di fermarsi e riflettere: ci insegna che l'apprendimento richiede tempo e pazienza, ci insegna ad accettare la frustrazione di non poter avere pieno controllo su tutto il processo di creazione e, infine, ci insegna che dobbiamo imparare ad apprezzare il processo creativo piuttosto che il risultato finale.

L'arte, per l'AEA, è anche un pretesto per creare uno spazio comunitario, uno spazio dove condividere le proprie passioni e le proprie idee, ma anche uno spazio dove poter semplicemente stare insieme, raccontarsi, conoscere e dialogare con persone altre.

Vuole essere uno spazio comunitario non giudicante, per permettere l'espressività di una molteplicità di voci e rifuggire l'intolleranza razziale, l'odio, il pensiero etnocentrico e la violenza.

L'AEA vuole rispondere a questo bisogno comunitario e vuole contribuire così alla creazione di un mondo con più empatia e pace, partendo dal presupposto che l'umanità non esiste indipendentemente dall'essere umano e, quindi, come tale, tutti noi possiamo coltivarla quotidianamente e consapevolmente.

Giulia Cerri e Gianmarco Grugnetti

06

Fare comunità

Salaam segue i ragazzi in ogni situazione. Vede le loro esperienze, gioisce dell'opportunità, si rattrista alla sera nel vederli malinconici. Capisce che i loro pensieri vanno a quel chilometro quadrato in cui hanno lasciato, seppur per qualche giorno, i propri amici, parenti e i 7000 abitanti del campo. Hanno paura di perderli, di non poterli rivedere. Fanno fatica a concedersi del tutto al divertimento, quando i propri cari sono costantemente in pericolo. Salaam legge dentro di loro questa preoccupazione, ma vede che il viaggio accende la speranza e alleggerisce. Come quando ballano. I ragazzi parlano di se stessi, hanno voglia di raccontare la propria storia, di far conoscere al popolo italiano cosa succede.

Sentono il popolo italiano vicino. Lo sentono e lo vedono. Nei giorni in passati in Italia, hanno girato diversi territori, diversi quartieri. Hanno visitato la Brianza, da Vimercate a Monza. Hanno visitato Milano, da Gorla ai Navigli passando per il Giambellino. Hanno conosciuto luoghi diversi tra di loro, ma con una costante che ricercano anche a casa loro, faticando

a trovarla: spazi e luoghi sicuri per bambini e giovani.

Li hanno trovati, e vissuti, nei Centri di Aggregazione, nei Centri Sportivi, nelle Scuole di Musica, nell'Ostello. Spazi dove giocare, conoscersi, imparare... vivere. Spazi che si trasformano in luoghi, dentro quartieri e territori differenti tra loro, ma comunque diffusi, prossimi e facilmente accessibili.

E il pensiero corre ai luoghi originali della Palestina, la loro terra.

Il mare dista 30 km da dove vivono loro. Come la distanza tra i Navigli e Cascina Costa Alta. **Ma è irraggiungibile.**

Milano è una città di quartieri, o vuole diventarlo. Non più una città divisa tra centro e periferie, ma un insieme di 88 quartieri (quelli che ora chiamiamo NTL - Nuclei di Identità Locali) riconosciuti, nominati e valorizzati. D'altronde, Milano ha avuto un'espansione tra gli anni Cinquanta e Settanta sia sul piano demografico sia su quello edilizio, che ha inglobato vecchi borghi e quartieri esterni al centro, portando con sé uno spostamento progressivo della popolazione dal centro verso le periferie. La città è diventata negli anni città-luogo e città-flusso, mantenendo da un lato radici territoriali, dall'altro organizzandosi attorno a reti, mobilità, relazioni globali e terziario avanzato. Accanto alla crescita economica sono emerse nuove vulnerabilità, legate non solo alla disuguaglianza, ma anche all'esclusione sociale e alla fragilità dei legami comunitari. Un quartiere come Gorla, seppur con tutte le sue contraddizioni (tra Nolo e periferia povera), mostra anche trame di relazioni, attività, presidi e persone che rendono il territorio una comunità, mostrando che c'è bisogno di luoghi resilienti anche nella metropoli, nei quali si può crescere insieme, giocare, fare sport, danzare, creare, attraversare le differenze senza cancellarle.

I ragazzi hanno visto anche questo. Quartieri fragili, ma con

forme di convivenza possibili e comunitarie, come quella che raccontano intorno ai presidi della Charitable Askar Association. E forse si sono sentiti un po' a casa, in quella dimensione comunitaria, quando alzando gli occhi tra le vie di Milano hanno visto sventolare dai balconi e dalle finestre tante bandiere palestinesi.

La Brianza ha caratteristiche differenti, essendo composta da diversi centri medio-piccoli, con una buona qualità della vita ma una forte disomogeneità nell'accesso alle opportunità culturali, minori occasioni diffuse di aggregazione e una presenza più debole di spazi giovanili. Il territorio si compone sia di una parte di popolazione con disponibilità economica e, quindi, accesso a opportunità sociali, culturali, educative per lo più private e spesso costose, ma anche di una parte consistente che non vi partecipa o ne rimane esclusa per motivi economici e socio-culturali. Mancano presidi educativi e spazi di aggregazione continuativi per adolescenti e giovani, con i soli oratori e luoghi tradizionali come punti di riferimento importanti, ma meno attrattivi di una volta. Allo stesso tempo, il territorio dispone di risorse significative – biblioteche, ville storiche, fondazioni – spesso però poco accessibili o intercettate dai più giovani. Ne emerge un contesto in cui la prossimità fisica non sempre si traduce in reale possibilità di partecipazione.

I campi profughi palestinesi nascono dopo le guerre del 1948 e del 1967 per accogliere popolazioni costrette a lasciare le proprie terre, e nel tempo si trasformano in veri e propri contesti urbani. Oggi ospitano milioni di persone, poiché lo status di rifugiato si trasmette anche alle generazioni successive.

Dal confronto con i ragazzi palestinesi e i loro accompagnatori emerge che le condizioni di vita sono segnate da sovraffollamento, disoccupazione e spazi abitativi molto limitati, con forti ricadute sulla qualità della vita e sul benessere delle persone. Il sogno è creare un centro sportivo,

ma lo spazio disponibile - oltre alle risorse - ne limita la realizzazione. A queste difficoltà si aggiungono restrizioni nei movimenti e nell'accesso ai servizi, aggravate dalle tensioni politiche e militari.

Nonostante ciò, nei campi si sviluppano forme di organizzazione comunitaria e reti sociali attive che cercano di rispondere ai bisogni quotidiani della popolazione.

Salaam riflette che nei territori italiani la sfida è trasformare la prossimità in partecipazione; nei campi palestinesi è rendere vivibile ciò che è imposto e non scelto.

A Milano e in Brianza si parla di "invisibili" che non accedono alle opportunità; nei campi, intere generazioni vivono una condizione di marginalità strutturale ed ereditaria.

Eppure, in tutti e tre i contesti emerge una dimensione comune: le relazioni, le reti comunitarie e le pratiche dal basso trasformano gli spazi in luoghi. Così, se nei quartieri si prova a costruire comunità, anche nei campi - nonostante tutto - nascono forme di organizzazione sociale e resistenza quotidiana.



STORIA DI UN QUARTIERE ...ATTRAVERSO MECENATISMO, GUERRA, COOPERAZIONE SOCIALE, SPORT, CITTADINANZA ATTIVA



Per secoli quello che adesso conosciamo come il quartiere milanese di Gorla costituì un piccolo comune autonomo stretto tra i comuni di Greco ad ovest, Precotto a nord, Crescenzago ad est e Turro a sud. Fino a fine '800 era meta della villeggiatura dei ricchi milanesi che abitavano le sponde del Naviglio nelle meravigliose ville, tuttora esistenti, che la rendevano "la piccola Parigi di Milano".

Nel 1920 il comune di Gorla Primo annesse il limitrofo comune di Precotto cambiando il nome del municipio in Gorla-Precotto.

Il 23 dicembre 1923 quindi, Gorla-Precotto fu annessa alla città milanese insieme ad altri dieci comuni.

Alla fine degli anni '30, il territorio di Gorla venne scelto per ospitare in un'area di edilizia residenziale popolare, fra Viale Monza e il Parco di Villa Finzi, la Fondazione Crespi-Morbio, nata con il proposito di costruire un nuovo quartiere per dare alloggio ad alcune delle famiglie più numerose della città.

Le spese furono sostenute dalla famiglia Crespi, noti imprenditori tessili milanesi.

I nuclei familiari che arrivarono in quartiere avevano almeno cinque figli, ma ci ricorda Michele, storico abitante del quartiere, alcune ne avevano anche ventidue!

La bella notizia delle nuove case popolari venne purtroppo oscurata dalla *Strage dei Piccoli Martiri di Gorla: 184 piccole vittime del bombardamento* della scuola Francesco Crispi che il 20 ottobre 1944, morirono insieme ad altri 400 milanesi, in quell'infame giorno di guerra. Anche le case popolari furono colpite durante quella tragica mattina: morirono 9 inquilini, tra cui 5 bambini.

Tornando alla Fondazione, la sua nascita ed esistenza imprime una svolta popolare al quartiere. Il concetto di *caseggiato popolare* della Fondazione è innovativo e visionario, sulla falsariga del Villaggio Operaio di Crespi d'Adda.

Tra i palazzi che hanno case con metrature importanti, alcune delle quali oltre i 100 metri quadri, ci sono scuole, asili, aree gioco con piste per le biglie in cemento, campi da gioco per calcio, basket e ben due teatri, il Teatro Officina tuttora protagonista della scena off milanese e il Teatro del Sole, abbandonato da anni e luogo dei "sogni" dei giovani del quartiere, che vorrebbero vedere realizzata una palestra con co-working, un ostello o altre strutture a loro dedicate.

Franz ricorda alcune sensazioni di quando era bambino in Fondazione, "...immagina un caseggiato popolare con all'interno due teatri, una cosa mai vista... si mischiavano le persone e i gruppi più diversi, dando vita a un mix sociale inedito, curioso e stimolante...". La Contessa Crespi è protagonista nei primi tempi in Fondazione di un mecenatismo d'altri tempi, che rende il Natale e le vacanze dei bambini delle esperienze incredibili, ci racconta sempre Michele: " ...il Natale era il momento dei regali e delle visite alle case dei nobili, che ospitavano le decine di bambini della Fondazione a cene e pranzi con annesso regalo, spesso per molti l'unico ricevuto a Natale".

Tutto questo, inoltre, vede i bambini della Fondazione coinvolti nelle vacanze estive nella casa della nobile in montagna, garantite dalla generosità della Contessa, fino a quando, narrano le "leggende" del cortile, alla Contessa non fu rubato un anello prezioso...quel gesto più che per il valore dell'anello colpì la Contessa per la mancanza di

rispetto verso la sua generosità e, secondo alcuni, fu uno dei motivi per cui la Fondazione venne ceduta al Comune di Milano.

Il Comune, a sua volta, cede il luogo all'ente di gestione dell'edilizia popolare, iniziando una fase di declino che è contenuta soltanto dagli sforzi degli abitanti e di chi inizia a investire nella "Fondazione" con progetti sociali.

Gli anni '70 e parte degli '80 sono gli anni in cui "la Fondazione" diventa da luogo ammirato a luogo temuto, in cui l'eroina fa strage dei figli delle famiglie che diventano sempre meno numerose.

Si narra di alcuni periodi in cui la criminalità era tanto radicata, che la polizia stessa non riuscisse ad entrare se non con grandi spiegamenti di forze, camionette e assetto antisommossa.

A fine anni '80 un'associazione, nata al Centro Sociale Leoncavallo per fare pronto intervento con i minori bisognosi della città, porta nella ex-scuola materna ormai abbandonata, il progetto di un centro diurno per minori, a cui poi si aggiungeranno un centro di aggregazione giovanile, una nuova scuola materna per bambini senza documenti in regola e altri servizi di supporto alla cittadinanza, tuttora presenti e protagonisti della vita del quartiere. Questa associazione, nel tempo, diventa la cooperativa sociale Tempo per l'infanzia.

Fuori dagli edifici della Fondazione, troviamo il Parco Finzi che costeggia il Naviglio Martesana, luogo iconico e suggestivo con i suoi piccoli templi pagani e una collinetta che è accesso ai vecchi bunker e rifugi antiaerei costruiti durante la Guerra. Si narra che proprio da quei rifugi, partissero le azioni di sabotaggio dei partigiani di Giovanni Pesce, descritte in "Senza Tregua", ai treni dei nazisti in sosta e in transito dietro al parco nello scalo ferroviario, in zona Greco.

Nel Parco ha sede la scuola che ha visto protagonisti i bambini della Fondazione di diverse generazioni.

Michele ci ricorda che i ragazzi più agitati venivano responsabilizzati dalle insegnanti e "vestiti" da vigli con tanto di paletta e nastro, diventando i responsabili dei giochi nel parco. Una pedagogia di

strada ante litteram che si dimostrò efficace.

Franz invece ricorda di come era complicato gestire i conflitti e di come una rissa a scuola diventasse, fuori da scuola, una sommossa popolare, che coinvolgeva tutti i fratelli, le sorelle, i cugini che accorrevano in aiuto, generando spesso scene vivaci e colorite, non solo nel linguaggio.

Dietro la Fondazione sul lato nord c'è ancora, da sempre in simbiosi con le case popolari, il Centro Sportivo Cameroni, una volta sede della ex Associazione sportiva Crespi Morbio, adesso sede di Fair Play Arena, progetto di una "casa" dello sport popolare milanese, grazie a ASD Sportinzona, che gestisce la No League, Fc Sant' Ambroeus e Stella Rossa Rugby.

Il centro sportivo è oggi un altro dei motori della comunità, che oltre ai corsi della scuola calcio, del rugby e della pallavolo offre ed è protagonista del quartiere con festival, volontariato, cittadinanza attiva, attivismo attraverso lo sport di base, facendo un grande lavoro di inclusione e garantendo anche a chi non può permetterselo l'accesso ad attività sportive agonistiche.

Gorla e la Fondazione sono al momento al confine della città "sostenibile" e ormai investite anche loro dall'onda della gentrificazione che dal centro, via "Nolo", piano piano espelle le persone per fare posto a fondi d'investimento, che comprano case a scatola chiusa sicuri del loro profitto, togliendo le case a chi vorrebbe abitarle, ma è costretto dal mercato a migrare in altri quartieri o addirittura in altre città.

Essere Gorlese è per molti più importante che essere milanese, il senso di appartenenza al quartiere è tuttora fortissimo in diverse generazioni, che si distinguono e si riconoscono nel motto in traducibile "Gorla Nà!!!"

David Vezzoni

07

Attivare reti di solidarietà

Due settimane di attività, ma soprattutto due settimane di incontri. E quante realtà hanno voluto partecipare!

I ragazzi palestinesi sono stati ospiti di strutture differenti: servizi educativi, palazzi istituzionali, teatri, luoghi ameni, centri sportivi, ostelli, ristoranti e social house. Luoghi diversi, con ritmi diversi.

Eppure, Salaam, nel guardarli da lontano, si accorge che qualcosa li tiene insieme.

Una forza, un'energia: volontà, passione, determinazione, principi morali e obiettivi comuni, dignità e indignazione, solidarietà.

E dietro ognuno di questi luoghi c'è un'organizzazione, un ente che, nelle proprie modalità e possibilità, ha scelto di esserci e contribuisce per costruire un mattoncino di solidarietà e supporto.

Educatori, volontari, operatori, allenatori, artisti, cittadini, ragazzi. Ognuno ha deciso di dare il proprio tempo, offrire le proprie competenze, mostrare il proprio quotidiano, mettersi in relazione.

Salaam si nutre di questa energia e apre le braccia al cielo, come per accogliere questa boccata d'aria fresca. Nutrirsi di trame concrete di relazioni per costruire insieme.

Ognuno per quel che può: si soggiorna alla Cascina Costa Alta di coop. Meta, si gioca nei centri di aggregazione giovanile di coop. Tempo per l'infanzia e impresa sociale Il Carro. Un buon piatto di cibo è offerto da Residenza Cantalupo e si va a conoscere gli amici di coop. Cascina Biblioteca, grazie ai quali i ragazzi hanno un pulmino con cui spostarsi. A Vimercate si suona e si balla da APS Sbaraglio e ci si esibisce alla Biblioteca civica, ma anche a Milano al Teatro Officina e al Barrio's. Ci si diverte alla Fair Play Arena di Gorla e si crea a Studio And. Ci sono anche incontri istituzionali al Comune di Monza o presso la Sala del Camino di Via Gerardo dei Tintori con i Consorzi CCB, CSSL, Consolida e la Fondazione di Comunità Monza e Brianza. Si balla e si festeggia con il presidio proPal in Piazza Duomo e si gioca grazie alla disponibilità di artisti circensi ed esperti di laboratori naturali.

E in questa rete, qualcosa accade anche tra gli adulti.

Salaam nota la sintonia fatta di riconoscimento reciproco, fiducia operativa, concreta, che si costruisce facendo.

Amjad, responsabile della Charitable Askar Association, tesse e si muove con naturalezza tra le reti.

È uno di quelli che i fili li vede prima degli altri! Sa come tenerli insieme, come far incontrare persone, luoghi, possibilità. Come

dialogare con le persone e come farle dialogare. È un uomo di rete: non forza le connessioni, ma le accompagna.

E mentre i ragazzi costruiscono legami tra loro — giocando, ballando, camminando insieme — gli adulti fanno lo stesso, su un altro livello. Due reti che crescono in parallelo, si sostengono, si rispecchiano.

Dopo 15 giorni, questo di certo rimane saldo, oltre ai ricordi. Le reti e le persone che scelgono di esserci, anche quando non si vedono. Anche quando non fanno rumore.

LA RETE CHE RENDE POSSIBILE

E ora è arrivato il tempo di condividere la nostra *Mappa del tesoro...*

LA RETE CHE RENDE POSSIBILE

Insieme per costruire opportunità, relazioni, comunità.



TERRITORIO E COMUNITÀ

- Charitable Askar Association
- Cascina Costa Alta di Meta
- Tempo per l'infanzia
- Il Carro
- Residenza Cantalupo
- Cascina Biblioteca
- Sbaraglio
- Biblioteca di Vimercate
- Liberi Sogni
- Studio And
- Comune di Monza
- Comune di Vimercate
- Teatro Officina
- Barrio's



UN PROGETTO CHE È DI TUTTI



SPORT E MOVIMENTO

- FairPlay Arena e ASD Gorlese Calcio
- ASD Sportinzona Melina Miele
- Bios



RETE NO LEAGUE E REALTÀ SOCIALI

- Rete No League:
- Tempo per l'infanzia
- Amico Charly
- Fondazione Aquilone
- Fondazione Maria Anna Sala
- La Giostra
- Spazio Ireos
- Casa di redenzione sociale Villa Clerici Onlus
- Macchine celibi
- La Lanterna Onlus



RETI E ASSOCIAZIONI

- Uisp Milano
- CCB
- Consorzio CS&L
- Consolida
- Fondazione di Comunità Monza e Brianza



SOSTEGNO E FINANZIAMENTO

- Fondazione di Comunità Monza e Brianza



CITTADINANZA ATTIVA E DIRITTI

- Presidio proPal



08

Essere soggetto di diritti

Che cosa sono i diritti?

Sono davvero garantiti a tutti?

Cosa vuol dire proteggere i propri diritti?

Queste domande si fanno strada con forza durante questi quindici giorni passati insieme e sono molti i momenti in cui i ragazzi hanno riflettuto sui diritti. Per i ragazzi i diritti sono fondamentali e riguardano tutti, dalla nascita alla morte. Non devono essere tolti a nessuno, né ai bambini, né ai ragazzi, né agli adulti, né agli anziani, perché ci appartengono dalla nascita. Servono per vivere felici e in pace con sé e con gli altri. Non si possono negare, perché sarebbe come togliere a un individuo la possibilità stessa di vivere.

D'altronde poi a scuola si impara bene che i diritti sono le libertà e le tutele che ogni persona deve avere per vivere in modo dignitoso. I diritti sono universali, perché valgono per tutti senza distinzione di sesso, origine, religione o opinione. Sono inviolabili e nessuno può toglierli all'altro. Sono inalienabili

e non si possono cedere. Sono indivisibili e interdipendenti e non si può averne solo alcuni. Questa è la lezione classica che si impara a scuola studiando la Dichiarazione Universale dei Diritti Umani.

Ma forse questi quindici giorni hanno reso più intenso il significato di questa lezione teorica e astratta.

Sedersi in cerchio e ascoltare storie di paesi in guerra o sotto occupazione cambia il modo di vedere il mondo.

Mentre siamo seduti in cerchio, qualcuno chiede ai ragazzi quali siano state o siano le loro aspettative e paure per questa esperienza da vivere insieme.

I ragazzi di Milano hanno paura di non essere abbastanza accoglienti, di non sapersi esprimere bene e di non poter comunicare adeguatamente con i ragazzi palestinesi.

Le paure dei ragazzi palestinesi però sono un po' diverse. La prima paura dichiarata è quella di perdere il passaporto, senza di quello non si torna a casa, oppure vuol dire non avere un documento per tantissimo tempo e non avere il diritto di muoversi. Ma la paura più forte è il pensiero dei propri familiari. Mentre i ragazzi sono in Italia, rischiano di perdere dei cari per colpa dell'occupazione.

Viaggiare è un'opportunità, ma ti allontana dalla famiglia e il pensiero resta con loro.

Le aspettative invece si assomigliano molto, hanno tutti voglia di conoscersi e di scambiarsi storie. I ragazzi palestinesi hanno una grande voglia di mostrare la loro cultura e il loro ballo tipico, la Dabka.

I ragazzi di Milano hanno voglia di conoscerli meglio, di accoglierli nel loro centro e mostrare il loro quartiere.

Il dialogo continua e i racconti di vita prendono forma. "Alcuni giorni non possiamo andare a scuola", raccontano i ragazzi palestinesi. "Se l'esercito ti trova in giro può picchiarti e nessuno esce di casa".

“Prima di andare a scuola, la mattina bisogna ascoltare la radio per sapere cosa farà l'esercito quel giorno. Una mia amica, una mattina, non aveva ascoltato la radio e uscendo di casa ha capito che doveva scappare. Si è rifugiata a casa mia. Abbiamo fatto colazione insieme e abbiamo aspettato diverse ore prima di poter riuscire di casa”. “Le lezioni a scuola non sono costanti e l'istruzione è interrotta continuamente”.

Salaam vede che in questo momento prende forma una nuova consapevolezza.

Il diritto alla scuola, il diritto alla danza, il diritto di giocare, il diritto di fare sport, il diritto di stare in Natura, il diritto di esprimere la propria opinione, il diritto di libertà non sembrano più tanto universali e inviolabili.

Quando i diritti vengono a mancare, si capisce quanto siano importanti e quella lezione di scuola che sembrava un'ovvietà, ora sembra un lusso. Ora i diritti non sono più qualcosa di astratto e impalpabile, ma se ne comprende il senso passando dalle cose più semplici.

I ragazzi palestinesi mostrano coraggio e voglia di battersi per i propri diritti.

Sono in Italia per questo, per farsi conoscere, per mostrare la Dabka e con lei tutta la loro cultura. Sono orgogliosi della loro identità e non vogliono rimanere passivi davanti a tanta ingiustizia. La loro resistenza passa da qui, dalla volontà di mostrare al mondo chi sono e di continuare a ballare, perché tutti possano conoscere e sapere cosa succede nelle loro terre. Solo raccontandosi non si può essere cancellati dal mondo.

“Cosa possiamo fare noi, invece?” si chiedono i ragazzi di Milano.

L'emozione della rabbia e della paura lasciano un senso di impotenza e la volontà di fare qualcosa emerge nei loro pensieri: “Tutte le persone dovrebbero lavorare insieme per

tutelare e difendere i diritti di tutti". "Bisogna protestare, dare voce ai nostri pensieri e alle nostre idee". "Noi giovani possiamo mandare messaggi importanti, attraverso i mezzi di comunicazione, per sensibilizzare gli adulti sulle ingiustizie che accadono nel mondo come la guerra e il cambiamento climatico. Spesso loro non si rendono conto quanto per noi sia importante avere un futuro".

Allora Salaam pensa che i diritti sono una cosa strana, quando ci sono non si vedono e non si percepiscono, ma quando te li tolgono senti la tua vita in pericolo. Sensibilizzare quella parte di mondo dove i diritti sono più garantiti è importantissimo, perché fa capire che purtroppo non sono così inviolabili e universali. Da questa consapevolezza nasce la voglia di battersi per i diritti degli altri e di riflesso nasce una maggiore attenzione anche per i propri. Così si costruisce una società attenta e consapevole, che non guarda passivamente, ma vuole comprendere, lottare e resistere.



CRESCERE, NONOSTANTE TUTTO.



Fiumi di parole sono stati spesi per descrivere le disgrazie del popolo palestinese dal 1948 a oggi: 78 lunghi anni segnati da violenza, terrorismo e furti, in nome della colonizzazione di un territorio promesso ai fedeli di religione ebraica di tutto il mondo. Da allora, la storia della Palestina è stata un susseguirsi di soprusi e di tenace resistenza.

Siamo nel 2026 e la colonizzazione è ormai quasi compiuta. In Cisgiordania resistono città palestinesi più o meno grandi, densamente popolate, difficili da raggiungere, perché circondate da check-point, insediamenti e avamposti armati.

La Striscia di Gaza è stata ulteriormente ristretta: oggi è un brandello di terra gialla, fatto brillare da tonnellate di esplosivo made in U.S.A. con tutti i suoi abitanti dentro, e poi abbandonato a se stesso.

Una distesa di macerie e desolazione di vite umane, costrette a sopravvivere sole con il proprio ingegno.

Non è facile crescere in Palestina. Eppure, centinaia di bambini e bambine continuano a nascere ogni giorno: in casa, in ospedale, o nelle condizioni più disperate. Alcuni sono venuti al mondo sotto i bombardamenti, altri tra le macerie di una casa appena sbriciolata.

L., ad esempio, ha sedici anni e sogna di diventare avvocatessa forense. Non porta il velo, balla con entusiasmo e la sua famiglia organizza feste di matrimonio. È concentrata, determinata, non perde tempo a guardare le vetrine dei negozi.

Le diciamo, quasi per dovere, che dovrà studiare molto per diventare avvocatessa. Ma non aggiungiamo altro. Penso che frequentare la

scuola solo tre giorni a settimana - quando i soldati non sono nel campo - sia già un ostacolo notevole. Ma non glielo diciamo. A sedici anni si potrà ancora essere liberi di sognare, no?

Nel 2026 le scuole palestinesi aprono solo tre giorni a settimana. Gli insegnanti, dipendenti pubblici stipendiati dall'Autorità Palestinese, grazie ai fondi di donatori internazionali, Unione Europea e UNRWA - dichiarata illegale da Israele, i cui dipendenti a Gaza sono stati presi di mira dai cecchini come nemici belligeranti - guadagnano troppo poco per garantire un servizio stabile. Scioperano spesso e, come tutti gli altri concittadini, lottano ogni giorno per la sopravvivenza della propria famiglia.

Si dice anche che l'Unione Europea stia modificando il contenuto dei libri di testo palestinesi per ammansire l'orgoglio arabo e rendere più accettabile l'occupazione.

L., nell'ultimo anno, quindi, è andata a scuola solo tre giorni a settimana.

Prima ancora, durante il genocidio iniziato l'indomani dell'attentato del 7 ottobre 2023, era tempo di guerra e a scuola non ci è proprio andata, nessuna risata nei cortili.

Dal 2020 al 2022 invece la pandemia ha colpito anche la Palestina: lezioni da remoto, compagni di classe chiusi in casa e connessioni internet instabili. Tutto è diventato elettronico, freddo, distante.

Come se L. stesse imparando da dietro il vetro della vita, senza viverla davvero. È stato difficile e ora i soldati si fanno vedere ancora più spesso.

Ogni mattina le famiglie palestinesi non si svegliano con la luce del sole o con la sveglia, ma con sirene, droni e il rumore dei bombardamenti, poi accendono la radio. Ogni notizia può riguardarli: un posto di blocco chiuso, uno aperto, soldati all'inizio della strada, arresti o detenzioni arbitrarie, talvolta un morto oppure una casa demolita. Così non è affatto scontato che L. riesca ad andare a scuola nei tre giorni previsti: se i soldati sono nei dintorni, è troppo pericoloso uscire.

R. ha sedici anni, è intelligente, le piace studiare, sa disegnare e fa parte del gruppo di pittura del Centro di Askar. Prima di andare a letto, con i suoi familiari, si lavano i piatti, si spegne la televisione, si stendono i materassi a terra, si chiude la porta d'ingresso di ferro con due chiavistelli. Si va a dormire presto, perché la notte potrebbe essere breve. Dormire, in Palestina, non è mai garantito.

Il ronzio dei droni è un suono metallico che resta sospeso nell'aria per ore, incurante di chi cerca riposo. È così vicino da non poter essere ignorato e ricorda a tutti che l'occhio dell'occupante non si chiude mai.

Di notte i soldati "fanno sentire la propria presenza": arrivano con le camionette, la tuta mimetica, i fucili spianati. Iniziano le incursioni. Cercano giovani uomini, i fratelli di qualunque R.: forse membri della Resistenza, forse futuri membri della Resistenza. Ragazzi che crescono sapendo di essere in pericolo ogni giorno, solo per il fatto di essere nati maschi e di essere adolescenti nel 2026.

I soldati bussano forte alla porta a qualunque ora. Se non si apre subito, la sfondano. Il capofamiglia apre tremando; dietro di lui la famiglia in piedi, testa bassa, donne e bambini già in lacrime per il terrore. Questa notte i soldati sono certi che in casa ci sia materiale clandestino e vogliono andare a fondo: ribaltano i materassi, svuotano armadi e cassetti, trovano un computer e lo distruggono. È l'alba quando se ne vanno, lasciando la famiglia esausta in mezzo al caos, senza alcuna possibilità di denunciare l'accaduto, senza speranza di essere risarciti o anche solo ascoltati da un'autorità. Cicli continui di distruzione lasciano la popolazione sempre più povera.

M. ha tredici anni. È timido, un po' insicuro, sta diventando un uomo e non sa bene come muoversi.

Si è arrabbiato moltissimo quando il suo migliore amico lo ha chiamato "pazzo": hanno litigato, si sono picchiati, è spuntato un coltello e si sono feriti seriamente. Ora M. ha una lunga cicatrice sull'avambraccio.

Quando non va a scuola lavora nel negozio del padre, fa il

fruttivendolo. Si alza presto, scarica cassette di frutta e verdura israeliana e le dispone nel vicolo. A fine giornata tiene la contabilità, conta gli shekel incassati e non si domanda perché la valuta palestinese non esista.

C'è anche un altro M., sempre tredicenne, nel pieno della vita: alto, flessuoso, esuberante. Ride sguaiatamente, osserva le ragazze che non può avvicinare, sogna di sposarsi, di avere due mogli e molte amanti. Del lavoro dice: "Qualcosa farò, ma non oggi". Gira per le strade con gli amici, ridacchiando, dando soprannomi a tutti.

È in giro anche quando arrivano i soldati, a bordo di pick-up impolverati, con lunghe antenne satellitari. M. abita lontano e tutto ciò che può fare è rispondere alle loro domande, in ebraico. Prende schiaffi e calci, viene minacciato, ma non reagisce. Resta immobile finché i soldati se ne vanno.

Anche oggi è andata bene.

Raneen invece ha trentotto anni e quattro figli. Pensa a sua sorella, che ha sposato un ragazzo di Gaza più di quindici anni fa... e non l'ha più vista.

I palestinesi sono sempre lì, ad aspettare, a resistere e credere che il domani porterà qualcosa di diverso, per quanto tempo ci voglia.

Sopravvivono alla vita ogni giorno, in un silenzio che sfinisce il cuore ma con forza tangibile, luminosa che si manifesta nei sogni di L., nella pazienza di R., nella vitalità dei due M. e nella tenacia di Raneen. È una forza che costruisce, educa, cura e che tiene insieme comunità intere nonostante tutto.

Guardare alla Palestina significa riconoscere le violazioni dell'occupazione israeliana e la dignità di chi continua a vivere con coraggio, a immaginare un futuro diverso, a difendere la propria umanità. In questo, la loro resistenza non è solo un atto di sopravvivenza: è un esempio per tutti noi.

Aurora Capizzi

09

Il ritorno: un'eredità preziosa

E poi c'è il ritorno e il momento più difficile sono i saluti, carichi di emozioni e significati diversi.

Siamo ancora sul molo del lago di Lecco, siamo scesi dalla barca, la gita è stata strepitosa, ma dobbiamo salutarci. Anche se la giornata splende, il cuore per un momento è triste e la mente carica di domande: "Perché tornano a casa loro? Come affronteranno il loro futuro? Come fanno ad essere così spontanei e sorridenti, nonostante quello che stanno vivendo?". Questi sono i pensieri che aleggiavano nella testa dei ragazzi di Milano.

I ragazzi palestinesi sorridono, sono grati di questa esperienza, eppure il loro pensiero è sempre per le loro famiglie. Ogni giorno di salvezza per loro, è un giorno di incertezza per i loro cari.

Noi siamo qui, ma la nostra vita e i nostri familiari sono là. Ci salutiamo tutti, questa volta con un bell' abbraccio, siamo in tanti e sembriamo danzare tutti insieme.

Vogliamo abbracciarci tutti e, nella confusione, cerchiamo l'ultimo che ci manca.

In questo vortice di movimenti ripercorriamo tutti i giorni passati insieme.

Il primo saluto incerto, il gesto della mano sul cuore, tante volte poi ripetuto, i sapori diversi che abbiamo assaggiato, i passi di danza fatti insieme, i giochi che abbiamo fatto in gruppo, i prati, il vento in barca, i balconi con le bandiere palestinesi.

Per il momento dei saluti nessuno è davvero pronto, perché non si salutano solo delle persone, ma delle persone che hanno reso possibile un vero incontro. Un incontro che ha cambiato tutti: i ragazzi palestinesi, i ragazzi di Milano, ma anche gli educatori e tutte le persone che hanno lavorato per questo progetto.

Nessuno è più come prima.

Il vero ritorno è sapere che non si ritorna mai come si è partiti, si ritorna a casa tutti un po' diversi.

Con un bagaglio un pochino più grande. Non solo perché ci siamo scambiati regali e piccoli doni, ma anche perché ci portiamo dietro tutte le esperienze fatte insieme.

Quello che rimane sono le cose più semplici: i ragazzi di Milano hanno scoperto che la libertà non è scontata e che la pace non è solo un'idea astratta, ma è fatta di piccole cose come poter andare a scuola, giocare, ridere, danzare. Hanno imparato

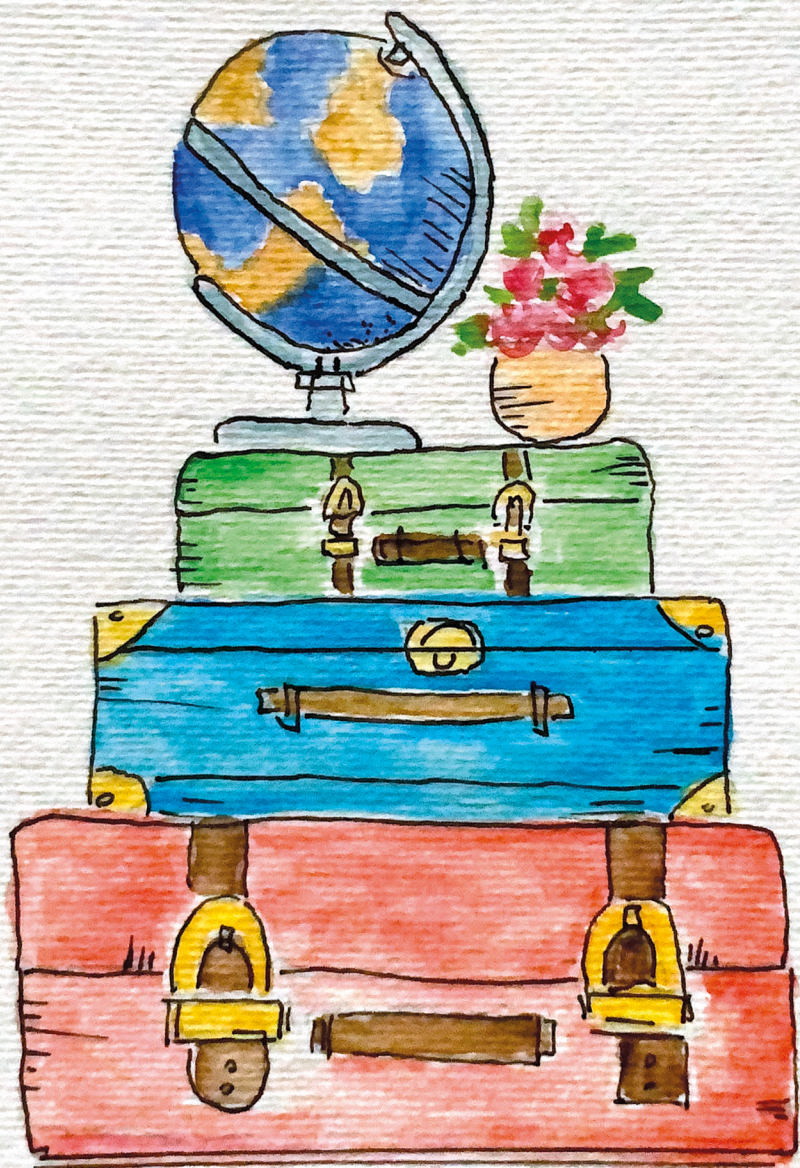
ad apprezzare il posto in cui vivono e le cose che fanno. Hanno capito quanto sia importante conoscere storie di vita diverse. Solo così si può capire quanto la normalità sia un concetto relativo e i diritti non siano garantiti ovunque.

Sentendo le testimonianze dei palestinesi, hanno provato rabbia e paura e hanno scoperto il desiderio di conoscere cosa accade nel mondo "fuori dalla loro cameretta".

Hanno riflettuto su cosa possono fare per aiutare gli altri, per dare il loro contributo perché le cose nel mondo possano cambiare. Hanno fatto esperienza dell'energia dei ragazzi palestinesi e di come la mettano nelle loro vite ogni giorno: nel ballo, nel gioco, ma anche nella lotta per i loro diritti.

Salaam lo sa che l'immagine che rimarrà impressa negli occhi dei ragazzi di Milano sarà proprio quella di sei ragazzi sempre sorridenti e pieni di energia, che ridono e si divertono con spontaneità, nonostante tutto, nonostante le difficoltà e nonostante l'occupazione del proprio Paese.

L'insegnamento più grande di questo incontro è stato quello di condividere, comprendere e vivere insieme questa resistenza.



CHE COS'È LA PACE E COME OTTENERLA



"Ecologia del cuore" è un progetto di amicizia e fratellanza con altri popoli e con altre culture, una dimostrazione di cosa significa "essere umani", inteso come bisogno di restare vicino a chi soffre di più, in particolare, per mano dell'uomo.

Questo progetto, insieme a mille altri, vuole rafforzare quella trasformazione del mondo iniziata circa 150 anni fa con i primi pacifisti e con i primi obiettori di coscienza.

"Ecologia del cuore" è uno dei tanti cambiamenti legati al processo di civilizzazione che si prefiggono di cancellare l'idea della guerra dal mondo. Dopo aver tolto negli anni passati il mito della guerra dal regno degli ideali e dei miti condivisi collettivamente, oggi si tratta di cancellarla anche dal mondo della politica.

La pace non è solo esperienza di immersione nel silenzio e nella Natura: è soprattutto saper stare bene nel mondo, nella complessità delle culture e dei diversi punti di vista personali, imparando a gestire pacificamente i conflitti, a mediare e a rinunciare alla pretesa di affermare sempre e solo le nostre idee. È questa, dunque, la pace: una molteplicità di emozioni e di affetti positivi, unita alla capacità di ascoltare davvero il punto di vista degli altri, riconoscendo ciò che c'è di buono in ciò che dicono e dando loro un contributo chiaro del nostro pensiero.

Perché non si può vivere sempre così?

Beh, è facile a dirsi: a volte è colpa del vicino di casa che fa rumore fino alle due di notte e magari, quando provo a chiedergli di abbassare il volume della musica, mi risponde male; altre volte, quando dialoghiamo con delle persone polemiche, costoro alzano subito la voce e arrivano anche ad insultarci; per qualcuno di noi, poi, ci sono situazioni ancora peggiori, come quando, ad esempio, passiamo diverse ore al giorno sul luogo di lavoro dovendo convivere

con delle persone che ci hanno offeso e ferito e naturalmente quello che proviamo verso di loro non ci fa certo stare in pace.

Ci sono, infine, le brutte notizie che ogni giorno ci arrivano dal mondo e che ci rimandano a una terribile realtà del pianeta che non è certo in pace. Si parla di crisi climatica, di danni all'ambiente e agli animali, di specie in via d'estinzione e, più che in passato, ogni giorno ci arrivano immagini dolorose da Paesi che si fanno la guerra, immagini che mostrano un'assoluta mancanza di pietà verso uomini, donne e bambini.

Anche le emozioni, gli affetti, le immagini della violenza e della guerra, purtroppo, fanno parte della nostra esperienza quotidiana. Come mai è ancora così diffusa la violenza e perché la guerra accompagna la storia del mondo da così tanto tempo?

Eppure, la violenza fa davvero piacere solo a poche persone; si tratta, inoltre, di un "piacere malato" che ha soltanto il sapore della vendetta o del piacere egoistico e sadico di chi domina e umilia un avversario.

Da parte nostra, ignorare queste situazioni violente non rappresenta certo una buona soluzione per darci pace, anzi, la negazione o scotomizzazione di ciò che succede fuori dal nostro spazio tranquillo e pacifico è una scelta pericolosa, perché produce proprio il risultato opposto: rafforza sempre di più la posizione di coloro che amano "fare la guerra".

Costoro, infatti, anche grazie a noi, propongono di aumentare le spese per le armi, interpretando il nostro silenzio come complicità e compiacenza.

Le armi oggi sono sempre più potenti, tecnologiche e costose ed è così che le nostre risorse economiche se ne vanno in strumenti di morte invece che in asili nido o in risorse per la sanità.

E che dire delle conseguenze psicologiche delle guerre?

Nelle popolazioni coinvolte dalle guerre rimangono traumi fisici e psicologici che non si rimarginano facilmente e che spesso vengono trasmessi alle generazioni successive, alimentando in loro il bisogno di vendicare le sofferenze e i soprusi subiti dai loro genitori o dai loro nonni.

Tutte le ricerche ci dicono che la grande maggioranza della popolazione mondiale vorrebbe cancellare definitivamente queste emozioni negative, soprattutto le guerre: ma perché questo non accade?

Come possiamo liberarci definitivamente delle guerre e della violenza?

Qualche risposta possiamo ipotizzarla.

Molti sembrano sapere perché nel mondo c'è ancora così tanta violenza e perché nel terzo millennio si fanno ancora le guerre. C'è chi parla dei "poteri forti" che hanno interesse a proseguire le guerre, chi incolpa la "lobby delle armi", che effettivamente guadagna un sacco di soldi con le guerre.

C'è poi chi incolpa il sistema capitalistico o i sistemi autocratici e chi, invece, fa accuse precise a capi di Stato senza scrupoli.

Tutte queste cause descrivono una parte del problema, ma non offrono una soluzione definitiva. A noi non interessa asciugare la perdita d'acqua sul pavimento del bagno e nemmeno asciugare il soffitto da cui sgocciola l'acqua, vogliamo capire invece qual è il tubo rotto per poterlo cambiare.

Se la guerra è un danno che rischia di mandarci tutti sott'acqua, come si fa a eliminarla? Qual è il tubo rotto?

Nel corso della storia, il nostro benessere su questo pianeta è migliorato individuando i giusti rimedi per contrastare ciò che limitava la nostra sopravvivenza (malattie, violenze, pericoli naturali, ecc.).

Le scoperte della medicina, le leggi istituite per limitare la violenza e il crimine, le strategie per la prevenzione di catastrofi ambientali sono tutti esempi di conquiste concrete che hanno permesso alla nostra specie di evolversi lasciandosi alle spalle secoli bui di epidemie, ingiustizie e terrore.

Le "trasformazioni decisive" in tutti questi campi, tuttavia, sono venute solo quando sono state individuate le "soluzioni giuste"

per affrontare e possibilmente debellare un determinato fenomeno negativo. Per risolvere la peste, il vaiolo o il colera, ad esempio, non è stato sufficiente capire quali fossero le modalità di contagio e neppure è bastato proporre l'isolamento dei malati, ma è stato invece necessario individuare con precisione l'elemento patogeno all'origine di queste malattie, sviluppando poi una strategia curativa efficace, capace di debellarlo definitivamente.

Come scrive Luis Cozolino, uno dei padri delle neuroscienze affettive, "i cervelli sono organi sociali fatti in modo da connettersi gli uni con gli altri". Gli studi più recenti dei neuroscienziati confermano che negli esseri umani ci sono circuiti mentali per la sessualità e altri per creare una socialità positiva, ma non esiste dentro di noi una sorta di istinto violento, esiste solo un'emozione, la rabbia, utile come tutte le emozioni, ma che in certe condizioni può diventare violenza.

La rabbia in situazioni normali serve a difenderci, da bestie feroci e da qualche malintenzionato che vuole aggredirci oppure a darci la carica prima di una gara sportiva. Ci aiuta a sviluppare adrenalina e cortisolo, neurotrasmettitori che ci sostengono nella lotta primitiva per la sopravvivenza.

Ma come mai questa emozione, utile solo in quelle circostanze, può degenerare così tanto?

Ed ecco qui l'origine del problema. Gli esseri umani non sono uguali agli altri mammiferi. Sono più intelligenti e più consapevoli, ma sono anche più fragili emotivamente.

Quello che fin qui abbiamo trascurato, infatti, è una realtà che è sotto gli occhi di tutti: quando nasce un cucciolo di umano, a differenza degli altri mammiferi, possiamo osservare che si tratta di un esserino fragile e spaventato. Ci vuole molto tempo e ci vogliono molto amore e molto accudimento da parte dei genitori per toglierli di dosso buona parte di quella paura che ha alla nascita e per permettergli di entrare nel mondo, con quel particolare istinto sociale positivo, alimentato da una ritrovata voglia di vivere che

chiamiamo amore.

Quando i genitori sono inadeguati rispetto a questo compito (le statistiche parlano di circa il 30% di genitori fragili e inadeguati al ruolo) il bambino vedrà ridotta solo in parte la sua paura. Il suo bisogno di difendersi e di reagire a un mondo da lui percepito come pericoloso lo porterà facilmente a diventare depresso o violento. Il suo bisogno di essere risarcito per ciò che non ha ricevuto durante l'infanzia lo porterà ad intaccare i principi di base di una buona socialità ed egli tenderà facilmente a prevaricare gli altri, a reagire con troppa rabbia nei confronti di chi non lo rispetta o semplicemente. Quando i genitori sono inadeguati rispetto a questo compito (le statistiche parlano di circa il 30% di genitori fragili e inadeguati al ruolo) il bambino vedrà ridotta solo in parte la sua paura. Il suo bisogno di difendersi e di reagire a un mondo da lui percepito come pericoloso lo porterà facilmente a diventare depresso o violento. Il suo bisogno di essere risarcito per ciò che non ha ricevuto durante l'infanzia lo porterà ad intaccare i principi di base di una buona socialità ed egli tenderà facilmente a prevaricare gli altri, a reagire con troppa rabbia nei confronti di chi non lo rispetta o semplicemente nei confronti di chi gli propone un'idea diversa dalla sua.

Anche gli esseri umani più fortunati, quelli cioè che hanno ricevuto abbastanza amore e benessere, tuttavia, mantengono una certa soglia di paura e per darsi più sicurezza cercano di aggregarsi in gruppi sociali allargati. In genere ci si associa con persone che si riconoscono come simili a noi per cultura, valori e mentalità. Questa appartenenza, basata anche su uno stesso linguaggio e simbolizzata di solito da una bandiera, sembra davvero poterci rassicurare e suscita in noi un sentimento fraterno verso chi appartiene al nostro stesso gruppo, sentimento che verrà poi rafforzato dalla storia comune di questo gruppo.

Ma è proprio qui che ritorna la paura. Quando un gruppo che ha costruito una sua solida cultura, delle sue tradizioni e dei suoi sacri riti incontra un gruppo differente, quel precario senso di sicurezza viene meno e scatta la paura che l'altro gruppo possa prevaricarci

imponendoci altri valori e un'altra bandiera. Non importa che si tratti di altri esseri umani molto più simili a noi che diversi.

La paura dell'uomo, che non è stata cancellata dall'appartenenza a un gruppo ma soltanto nascosta, riemerge sotto forma di paranoia. A quel punto, quando incontriamo un altro essere umano che appartiene al gruppo avversario, magari una persona molto buona e più simile a noi del nostro vicino di casa, egli diventa un "nemico" e improvvisamente viene spogliato di tutte quelle caratteristiche umane che normalmente ci impedirebbero di fare del male a qualcuno e diventa bersaglio della nostra violenza più feroce.

"Paranoia. La follia che fa la storia" è il titolo di un bel libro di Luigi Zoja, un bravo psicoanalista che si è occupato spesso dei temi sociali, che spiega come gli esseri umani siano spesso guidati inconsapevolmente da questa emozione distorta che li porta verso la follia della guerra.

Se è questo il "tubo rotto", la paura non accudita, che facilmente si trasforma in rabbia violenta, in paranoia e in guerra, come si fa a ripararlo? Come si fa, come dice il fisico Carlo Rovelli, a "trasformare il nemico in amico"?

Le strade sono solo due.

La prima strada è quella che va ad intaccare la paranoia, a scardinare la dicotomia "noi contro loro", l'idea stessa del nemico.

È una strada che ci porta a costruire un sentimento di identità sociale non più nazionale ma collettivo e planetario.

Dobbiamo imparare a riconoscere tutti gli esseri umani come fratelli, costruendo un'identità sociale basata sulla nostra comune appartenenza, non a una singola nazione, ma a tutta la Terra.

Tutti noi, insieme agli animali e alle piante, condividiamo l'appartenenza a un pianeta fragile, a un madre natura che ci nutre e che ci chiede, altresì, di essere preservata.

Nel frattempo, però, noi umani stiamo facendo proprio l'opposto: ogni anno consumiamo molto di più di quello che la natura può offrirci, finendo così per intaccare le risorse di base del pianeta. Gli

studiosi hanno calcolato che noi umani rappresentiamo il 40% del volume di tutti gli animali del pianeta. Siamo così tanti, non perché ci riproduciamo di più degli altri, ma solo perché abbiamo fatto fuori molte specie e ridotto ai minimi termini numerose altre.

L'appartenenza di tutti a un unico sistema economico, con la globalizzazione, è già nei fatti. E anche la lingua comune, l'inglese, almeno tra la maggioranza dei giovani, è ormai una realtà acquisita a livello mondiale. L'appartenenza politica, invece, ancora no. Grazie alla Nazioni Unite, tale possibilità è stata intravista poco più di 80 anni fa, ma concretamente viene continuamente rinviata a causa della stupidità e dell'arretratezza della maggioranza dei regimi politici delle diverse nazioni.

La seconda strada è altrettanto importante.

Quando riceviamo amore, siamo portati a fare azioni buone e a far circolare a nostra volta gesti di amore e gentilezza.

È così che si sconfigge la paura e con essa l'uso sbagliato della rabbia.

L'amore, tuttavia, come abbiamo visto, tende a sparire dal nostro orizzonte esistenziale quando siamo fragili o troppo spaventati dal mondo. In questi casi, ci chiudiamo in piccoli gruppi di appartenenza con i nostri familiari e i nostri amici e solo tra costoro facciamo circolare l'amore che ancora ci resta.

Aumentare la nostra capacità di amare significa innanzitutto riconoscere la violenza che è presente dentro di noi per poterla superare. La violenza e la guerra, infatti, sono qualcosa che ci riguarda tutti personalmente, ed è soprattutto sull'autoconsapevolezza psicologica di ognuno di noi che è necessario agire.

Poi si tratta di far crescere quelle che possiamo definire le "competenze psicologiche della pace": l'empatia, la capacità di ascoltare gli altri con attenzione e con il cuore aperto, la gentilezza, la gratitudine, la compassione e la resilienza.

Lo sviluppo di queste capacità non dipende solo dalla famiglia, ma anche da tutto il sistema educativo. Vanno quindi formati a questo fine gli operatori dell'educazione e vanno previsti come materia

obbligatoria nelle scuole corsi di intelligenza emotiva, cosa che già avviene in alcuni Paesi del nord Europa.

La nostra mente produce spontaneamente un "pensiero affettivo" sul mondo orientata da codici affettivi filogenetici predisposti naturalmente per garantirci la sopravvivenza.

Questi codici affettivi nel corso della crescita si trasformano in valori, ma, se non siamo capaci di ragionare in un'ottica di pace, non riusciremo mai a realizzare quella che la psicologia definisce come "democrazia affettiva", cioè, una piena condizione di salute mentale basata sull'integrazione e l'armonizzazione di tutti i valori dentro di noi.

Così, prima di viverlo fuori, rischiamo di vivere un conflitto violento dentro di noi radicalizzando i diversi codici affettivi: il codice paterno, quando è militarizzato, non riconosce il disagio di chi è più debole e bisognoso, il codice materno e radicalizzato soffoca le esigenze di autonomia e libertà di chi cresce e il codice del bambino, quando domina la scena dei nostri vissuti affettivi, prenda il sopravvento nella nostra vita portandoci a una situazione esistenziale di caos e di follia.

Un'azione di promozione della pace, quindi, non è una questione che dovrebbe riguardare solo i cosiddetti "guerrafondai", ma riguarda anche e soprattutto le cosiddette "brave persone".

Senza un'azione seria e parallela sulla formazione psicologica delle persone, infatti, l'azione politica, che dovrebbe rappresentare la via maestra per il cambiamento sociale, si riduce a diventare solo l'espressione impotente di una "falsa coscienza etica debole e immatura" di chi, cioè, facendo politica, anche quando sembra parlare di pace, collude inconsciamente con la cultura della guerra. I vari movimenti contro la guerra, politici, culturali e religiosi, ma anche la semplice azione di singoli cittadini che si battono nelle piazze in tutto il mondo contro il genocidio in corso in Palestina e per promuovere la pace rappresentano una risorsa preziosa per provare a svegliare la maggioranza delle persone dalla propria

passività e dal proprio conformismo su un tema come questo che sicuramente riguarda tutti, nessuno escluso.

Da solo, tuttavia, tale approccio nel tempo è destinato purtroppo ad ottenere soltanto risultati parziali e provvisori rispetto all'obiettivo di un cambiamento rapido, profondo e definitivo delle condizioni culturali e sociali che alimentano la violenza e la guerra, è necessario, invece, l'impegno di tutta la pedagogia per favorire la crescita di nuove generazioni pacifiche. L'esperienza che abbiamo presentato in questo libro è stata orientata proprio da questi principi: abbiamo provato ad accogliere con amore un gruppo di ragazzi che a loro volta ci hanno portato in dono aspetti preziosi della loro cultura e a cui abbiamo voluto testimoniare la nostra fratellanza e la nostra vicinanza per la situazione difficile e dolorosa di cui essi soffrono e che in una certa misura ci riguarda tutti.

Diego Miscioscia

CONCLUSIONI

Nel corso dello sviluppo progettuale di Ecologia del cuore, l'incontro con il progetto "Passi di Pace" ha trasformato e ampliato profondamente le azioni inizialmente previste, aprendo una dimensione internazionale, interculturale e comunitaria.

Tutte le persone coinvolte nel progetto hanno saputo e voluto "mettersi a disposizione" per accogliere il gruppo di giovani palestinesi e i loro accompagnatori, dando vita a scambi educativi, laboratori espressivi, momenti di convivenza, uscite sul territorio e pratiche narrative condivise.

Un grazie di cuore a tutti coloro che ci hanno accompagnato, sostenuto e aiutato e continuano a farlo! Ed ecco quanto ricevuto da Lu., una delle giovanissime danzatrici.



Mi chiamo Lu..., ho 14 anni e vengo dal campo di Askar Al-Jadid a Nablus, in Palestina.

Sono una piccola ambasciatrice che rappresenta il suo Paese attraverso la Dabka con un gruppo del Centro per lo Sviluppo Comunitario. Oggi voglio raccontarvi del mio viaggio in Italia... un viaggio che non dimenticherò mai!

Quando ho sentito la notizia del viaggio in Italia sono rimasta scioccata perché la situazione nel nostro Paese non era facile a causa dell'occupazione e delle incursioni dell'esercito israeliano nel campo e nelle zone vicine.

Nella mia mente giravano tante domande:

Davvero viaggerò?

Vedrò come vivono i ragazzi e le ragazze negli altri Paesi?

Hanno diritti come tutti gli altri giovani del mondo?

In Palestina non abbiamo aeroporti, quindi andiamo in Giordania in macchina, passando attraverso molti controlli dell'esercito israeliano, persino sul ponte tra Palestina e Giordania.

Tutto questo riempiva i miei pensieri, insieme a una domanda strana ma vera:

"Il cielo lì è uguale al nostro?"

Perché il nostro cielo, purtroppo, è pieno di missili e droni.

Viviamo ogni giorno con il rumore delle bombe, degli spari e delle urla dei soldati.

Noi siamo ragazzi e ragazze... perché dobbiamo dormire con la paura?

Perché non ci sentiamo al sicuro nemmeno nelle nostre case?

Quando siamo arrivati in Italia per la prima volta mi sono sentita come un uccellino che vola libero nel cielo. Aurora ci ha accolti all'aeroporto e la prima notte lì è stata una delle più belle della mia vita, perché non c'erano bombe né spari, solo il suono tranquillo del vento che entrava nel cuore.

Il giorno dopo abbiamo conosciuto Marina e Aurora, due persone dal cuore gentile che cercavano sempre di renderci felici. Poi abbiamo incontrato un gruppo italiano e abbiamo scambiato le nostre culture. Con noi c'era anche il nostro caro amico Wael dalla Siria, che ci ha fatto amare l'Italia ancora di più. Abbiamo conosciuto anche Giulia e suo marito, e siamo andati nel loro laboratorio dove abbiamo creato una tazza di ceramica colorata. Ancora oggi, dopo 8 mesi, la conservo con amore.

Siamo andati anche nella bellissima piazza Duomo di Milano, dove abbiamo ballato la dabka.

La gente era solidale con la Palestina e abbiamo incontrato persone di tante nazionalità diverse che ci hanno mostrato affetto e sostegno.

Abbiamo vissuto le due settimane più belle della nostra vita.

L'Italia non è stata solo un Paese da visitare, ma un luogo dove abbiamo potuto parlare liberamente dei nostri diritti e creare ricordi indimenticabili.

Mi mancano tantissimo Wael, Giulia, Marina, Aurora, Tomaso e tutte le persone che abbiamo conosciuto lì.

Vi voglio tanto bene e spero di rivedervi un giorno ♥

E grazie ad Amjad Rifai, alla nostra allenatrice Doaa, a R.Z., M.S., M.A., L.Z, R.A.S, perché avete condiviso con me i momenti più belli di questo viaggio.

Amici per gli anni a venire... vi voglio tanto bene ♥



DA QUESTA ESPERIENZA SONO NATI

- nuovi legami
- nuove reti e collaborazioni territoriali
- eventi pubblici per sperimentare pratiche di pace
- percorsi di formazione interna sulla costruzione di una pedagogia che possa crescere generazioni pacifiche
- e... questa pubblicazione partecipata, che raccoglie storie, riflessioni ed esperienze emerse durante il percorso!

In questa evoluzione, "Ecologia del cuore" vuole proporsi come un laboratorio permanente di educazione alla pace, democrazia affettiva e partecipazione comunitaria.

Questa esperienza ha già favorito la nascita di nuove progettualità e connessioni internazionali, tra cui "R2F – From the River to the Field", finalizzato a supportare le comunità palestinesi di Burin e Askar.

Contiamo sull'aiuto di tutti coloro che incontreremo!



CONTATTI

Mail: noleaguemilano@gmail.com

info.r2fproject@gmail.com

Instagram: [@r2f_project](https://www.instagram.com/r2f_project)

Questa è la storia di un'apertura. Apertura di un progetto a un altro, apertura a incontrare persone, storie, progetti e pratiche di pace.

un'apertura di cuori, che ha lasciato esperienze, racconti, ricordi, ma soprattutto **legami**. Ogni capitolo di questo libro testimonia, sotto forma di racconto, un momento del viaggio e dell'incontro dei ragazzi palestinesi e dei loro accompagnatori con i ragazzi e gli operatori che vivono in Italia. Ogni capitolo di questo libro si apre, dopo il racconto, a una seconda parte che aiuta a riflettere, approfondire e continuare a seminare pratiche di pace.

