

LA RESPONSABILITÀ È DIVERTENTE, IL PROCESSO È ARTE

By Kamelia Sofia El Gaddar

Ti sei mai imbattuto in Olot o La Garrocha ? Prima della mia partecipazione alla formazione K1 Decolonization & Governance, dove mi sono unita a un notevole gruppo di persone dedite alla guarigione e al nutrimento di un mondo fiorente, la mia consapevolezza di luoghi come Mas Franc a Sant Felieu de Pallerols era inesistente . Il risultato principale del progetto è stato rimodellare la mia percezione della Catalogna e della sua essenza poliedrica, scoprendo le sue differenze coesistenti e resilienti. In precedenza avevo collegato la Catalogna esclusivamente a Barcellona, ma il progetto ha rivoluzionato questa prospettiva limitata. Ha esposto la rappresentazione superficiale e orientata al consumatore della Catalogna, facendoci capire la portata della nostra scarsa familiarità con il mondo in cui abitiamo. Al di là delle frenetiche città, intere comunità si sforzano diligentemente di promuovere stili di vita alternativi e relazioni uomo-natura, spingendoci verso una nuova consapevolezza.

L'impatto del progetto ha radicalmente trasformato il mio approccio alla decolonizzazione. A Mas Franch, giustamente chiamato "Casa Libera", i corpi hanno sperimentato la liberazione insieme alle menti. Attraverso il lavoro sul corpo, le tecniche orientate al processo, la comunicazione non violenta, le riunioni in cerchio e le passeggiate contemplative tra l'abbraccio della natura, abbiamo intrapreso un viaggio di riflessione e riconnessione sia con le energie della Terra che con il nostro io interiore. Fondamentalmente, i nostri sforzi sono sempre stati uniti, abbracciando le complessità di ogni partecipante . È emerso un impegno collettivo, sottolineando che la decolonizzazione richiede una vulnerabilità condivisa. L'integrazione del trauma collettivo richiede un processo di guarigione comune in cui riconosciamo le ferite personali, favorendo la crescita e il ripristino come una cosa sola.

La nostra formazione ha svelato il potenziale per la decolonizzazione creativa, dimostrando che la liberazione e la rigenerazione collettiva sono raggiungibili quando onoriamo le nostre diversità. Tra la ricchezza di conoscenze illuminanti, spiccava la Spirale Rigenerativa. Ha presentato un modello di governance tangibile che sfida il percorso degenerativo del nostro mondo, catalizzato da uno sfruttamento insensibile. Questo modello sostiene la comunicazione non violenta, l'impegno sostenibile con la natura, la responsabilità e la cooperazione. The Regenerative Spiral trascende la gerarchia dei bisogni di Maslow, ispirata dalla ricerca all'interno delle comunità quechua, emerse vittoriose sulla colonizzazione. Sottolinea la rigenerazione, la riconciliazione e il ripristino mentre gli esseri umani agiscono in armonia con la natura.

Mas Franch e i suoi dintorni rurali fungono da laboratori per stili di vita pionieristici. Questi sforzi vengono diffusi attraverso una formazione trasformativa, rimodellando le prospettive e promuovendo nuovi modi di vivere. Il gruppo affiatato si è unito rapidamente, con l'ambiente naturale che funge da catalizzatore per una profonda condivisione e autoespressione. Le connessioni formatesi sono persistite a lungo dopo la conclusione della formazione, ispirando opere d'arte, poesie e metodologie di lavoro innovative.

Il partecipante Mattia Bacchetti, attore di talento, attesta l'impatto sostanziale del progetto sulla sua vita. Ha suscitato una profonda contemplazione su uno spettro di argomenti, riaccendendo il suo spirito creativo. Inoltre, lo ha spinto a infondere tecniche di Processwork nelle sue esibizioni e seminari. Gli sforzi di Mattia si sono estesi alla sua comunità, dove l'esperienza di Mas Franch è diventata parte integrante del suo lavoro in corso. Il suo impegno è evidente nello sviluppo di un progetto di formazione e produzione teatrale, dove questi temi sono al centro dell'attenzione.

Sofia, un'altra partecipante, ha riconosciuto il progetto come un'opportunità per approfondire la curiosità e l'empatia. Ha sottolineato che la vera decolonizzazione richiede una comprensione di come il passato coloniale modella la nostra realtà attuale. Le nostre relazioni, le percezioni del corpo e le visioni del mondo sono tutte influenzate. Il progetto ha favorito un cambio di prospettiva, sfatando i pregiudizi e arricchendo le relazioni interpersonali. Un'osservazione accorata di un partecipante ha evidenziato l'influenza trasformativa: "Grazie a te, la mia prospettiva sulle questioni LGBTQIA+ è profondamente cambiata".

Il progetto ha consolidato un legame profondo e autentico tra i partecipanti, alimentando un sincero desiderio di riunirsi e continuare a imparare. Concordo con i sentimenti di Sofia e riconosco l'introduzione nel progetto di territori e stati di cui prima non ero a conoscenza. La mia presunta prospettiva decoloniale è stata umiliata dalla consapevolezza che c'è ancora molto da imparare. L'apprendimento collaborativo attraverso il dialogo, i compiti di gruppo e il gioco di ruolo si è rivelato straordinariamente efficace, consentendo la risoluzione collettiva dei problemi e risposte creative.

Un impatto significativo è emerso colmando il divario tra il regno teorico e quello pratico. Discutere di principi rigenerativi in un ambiente rurale, fondato sulle emozioni piuttosto che su astrazioni teoriche, ha arricchito le mie interazioni universitarie. L'essenza del progetto, il suo focus incentrato sulle persone, ha risuonato con forza.

Il viaggio di trasformazione di Sofia l'ha vista liberarsi dell'ego e del senso di colpa, intraprendendo un percorso esilarante ma impegnativo. L'approccio orientato al processo ha facilitato la crescita psicologica, ponendo le basi per un cambiamento risonante. Ha portato i suoi apprendimenti a uno scambio di giovani, consentendo un più profondo assorbimento degli insegnamenti. Per me, il progetto ha istigato un dialogo all'interno dei circoli accademici, introducendo un approccio radicato incentrato sulle emozioni, un contrappunto arricchente ai quadri teorici. La teoria della Spirale Rigenerativa ha un immenso potenziale per l'integrazione nella vita di tutti i giorni.

L'impegno di Sofia si è esteso ad amici e persone che la pensano allo stesso modo, favorendo discussioni ed espressioni creative, come poesie e talismani personali. La sua opera d'arte evocativa simboleggia la guarigione e la riconciliazione, rispecchiando l'armonia del mondo naturale. I tre pesci che nuotano controcorrente, spinti da un obiettivo condiviso, esemplificano come la trasformazione interiore possa portare a un cambiamento esteriore.



In questo avvincente viaggio, la spirale generativa li riporta alle origini, accompagnata da perle che rappresentano la moltiplicazione. Insieme puntiamo alla massa critica:

" Sarialo sarial sarial sarial
Insieme possiamo cambiare il mondo."

Qui puoi trovare la poesia che ha scritto:

Cercando disperatamente
per una prima persona
plurale

Le mie mani sono ancora sporche
Le mie mani sono ancora sporche
Le mie mani sono ancora sporche fratello
Come posso chiamarti fratello
Quando è il tuo sangue
Non il mio, il tuo sangue
che mi scorreva tra le dita.

lavare lavare lavare
Uno due tre volte
Lavare lavare lavare

Le mie mani sono ancora sporche, figliolo.
Ti ho dato una mano
scalare le montagne,
Ti ho dato una mano
saltare a terra,
L'altra mano
alle mie spalle
Sarà mai pulito?
Lo nascondo, mi nascondo, mi nascondo
Ho indossato la maschera del senso di colpa
Ho indossato la maschera
dell'autocommiserazione
Ho indossato la maschera della guarigione
Le mie mani sono ancora sporche, amico.
Le mie mani sono ancora sporche, madre.
Le persone sono stanche
la gente sta morendo mamma

Al mare, in montagna
tutto intorno.
Le persone sono stanche
La gente sta morendo mamma.
Sedici tonnellate, sedici tonnellate di bugie
pesare sulle spalle.
Sisifo, vieni qui e grida forte
Vaffanculo! Vaffanculo tutti
Sotto il sole
Ovunque tu corra
La tua ombra è in te.
Ipocrita , vieni qui e grida forte
Cazzo io! Fanculo me e io
Sotto il sole
Ovunque io corra
La mia ombra è in me.

In conclusione, questo progetto ha creato connessioni senza soluzione di continuità tra di noi, favorendo un immediato senso di conforto e cameratismo. Ha sfidato le strutture gerarchiche all'interno delle relazioni e ha spostato il nostro approccio verso la natura, per tutta la sua durata. Gli insegnamenti che abbiamo ricevuto non sono stati solo assorbiti; sono stati meticolosamente intrecciati nel tessuto della nostra vita quotidiana e nel nostro viaggio di pratica decoloniale. Un legame profondo, una rete inaspettata che collega la Catalogna, Mayotte e l'Italia, si è materializzata in un arco di tempo sorprendentemente breve. Ogni giorno sembrava una vita, poiché l'intensità della nostra pratica ha istigato un cambiamento trasformativo.

Riconoscere le nostre enormi differenze a volte si è rivelato sconcertante, ma alla fine ha portato alla riconciliazione. Abbiamo abbracciato queste distinzioni, riconoscendole come opportunità di crescita e collaborazione piuttosto che come divisioni. Abbracciare la responsabilità è diventato uno sforzo piacevole e il processo di plasmare il nostro mondo in un posto migliore è diventato una forma d'arte. Un sentito ringraziamento va a Erika, Oscar, Agnes, Genny e Sandra per averci fornito gli strumenti per esprimere la gentilezza attraverso mezzi vibranti e rigeneranti.

By kamelia sofia El Gaddar , Sofia Volpi e Mattia Bacchetti