La proposta **dell'Associazione Voce di vento APS di Napoli**, di fare un laboratorio di lettura dedicato ai ragazzi autistici e con disabilità psichica, con il metodo Fahrenheit **dell'Associazione Donne di carta** integrato con lo **Yoga della risata**, arriva come coronamento degli incontri di formazione per adulti che accompagnano i bambini alla lettura.

Come APS Donne di carta abbiamo tenuto questi incontri di formazione nell'ambito del progetto "La Napoli-Bari della lettura: noi vogliamo leggere" cofinanziato dal Cepell.

Proprio in quel percorso parlavamo di come supportare l'avvicinamento alla lettura con attività che rendano concreto il senso del leggere, e di come lo Yoga della risata potesse essere uno strumento importante per dare fisicità alla lettura, per rendere i libri esperienza emotiva e sociale, per trasformare le parole dei libri in soddisfazione dei propri bisogni primari, per aprire le porte della mente attraverso il corpo.

Un riconoscimento del lavoro svolto, quindi, ma anche un'importante sfida: soprattutto per lo Yoga della risata. Stimolare la risata, la respirazione, in questi ragazzi speciali mi appariva davvero difficile, certo per poca esperienza mia, ma anche per la consapevolezza della potenza della risata e della sua capacità di far risuonare corde emotive profonde. Cosa che con i ragazzi destinatari di quella attività mi sembrava particolarmente delicata: pensavo che il rischio di rompere il confine che la loro condizione segnava così nettamente fosse un rischio grosso, e che fosse necessaria una delicatezza di approccio enorme, forse al di là di quanto mi sentivo di poter tranquillamente agire.

Ma Maria Rosaria, la responsabile dei progetti della Associazione Voce di vento, e Teresa, l'amica e collega di Donne di carta, mi solleticano, puntano sulla mia curiosità di sperimentare nuove sfide, e mi rassicurano: **ce la puoi fare.**

Il primo incontro è di "studio", e il ricorso alla lettura è certamente un campo più tranquillo e un buon metodo per conoscere i ragazzi e chi li accompagna: genitori (soprattutto mamme), fantastici operatori e volontari. La coperta sotto la quale ci rifugiamo come sempre con Donne di carta per creare intimità e condivisione, prima immaginata e alla fine resa reale dal colorato paracadute ludico, ci mette in contatto. E alla fine, una bella risata ce la possiamo permettere. I ragazzi rispondono positivamente, gli accompagnatori non aspettavano altro.

Le mie paure sulla possibilità di relazione sono ridimensionate già da subito: grazie al lavoro paziente e costante **dell'Associazione Voce di vento** i ragazzi sono abituati alle attività e all'incontro. Valeria, Valerio, Pasquale, Aisha si avvicinano a Teresa e a me con curiosità e voglia di conoscerci e farsi conoscere. Con Giovanni, Annalisa, Francesco all'inizio sembra un po' più difficile, ma anche loro partecipano alla lettura, si muovono con noi dando vita alle parole che leggiamo e ci aiutano ad inventare possibilità a partire dagli stimoli che il libro **"La sedia blù"** ci sollecita. Un primo timido ma soddisfacente avvio.

Ma ora che ci conosciamo, il secondo incontro è diverso: manca Annalisa, manca Valerio, ma si è aggiunto Michele e altre mamme si fermano, curiose e contente di poter condividere con i loro ragazzi.

Una rapida lettura, per portare nella storia chi non c'era e ravvivare il ricordo a chi la conosce già, ma dopo un mese…. : per la verità, Aisha e Pasquale la ricordano meglio di me! Ora il libro è nostro, siamo i proprietari del racconto e spalanchiamo le porte delle fantasia che le parole stampate ci hanno disegnato. Non importa se la sedia del libro è blu e noi ne abbiamo una verde, di blu abbiamo una panchina, che pure è utile: siamo noi a decidere il colore che ci serve nella NOSTRA storia, e ci ridiamo su. Se i protagonisti del libro vedono nella sedia un'auto, o un camion dei pompieri: noi li

trasformiamo in movimento, ridendo, e poi vediamo aeroplani che volano, e atterrano su un bacio che Valeria mi stampa su una guancia; in un treno, che ci mette in fila una dietro l'altro e ci fa correre per tutta la sala ridendo, tutti insieme ragazzi, genitori, operatori, volontari. E magari ci cantiamo anche su, ridendo: facciamo capodanno!
Ancora un luna park: sulle sedie che sono vagoncini delle montagne russe, ci alziamo e pieghiamo ridendo. Poi siamo una canoa, tutte e tutti a remare, mentre alcuni squali girano intorno a noi e ridiamo. Al circo, ciascuno fa il suo numero: Pasquale l'equilibrista, Francesco il saltatore, Giovanni – che oggi non ha tanta voglia di fare -lo mettiamo alla guida di una sedia con le rotelle e guida per la sala. E ridiamo, ridiamo. Ridiamo tutti insieme, e sperimentiamo altre possibilità ridenti. Ogni tanto sono da una mamma o da una volontaria parte la richiesta: "MOLTO BENE, MOLTO BENE, yeah!". E' liberatorio, dà soddisfazione, fa star bene. Se dobbiamo respirare, raccogliamo un fiore, ne inspiriamo il profumo, espiriamo sonoramente di felicità!

E' rilassante, è un modo attivo di meditare, mi fa notare Sara in un suo post.
E' successo molto altro. Abbiamo inventato altro, con il libro davanti, e la sedia di ogni colore che volevamo al centro. Chiudiamo con un grande respiro, battendo i piedi e urlando e ridendo. Liberi tutti: i ragazzi, che mi abbracciano e mi baciano; gli operatori e i volontari con le mamme, rilassati e felici di aver trascorso un'ora occupandosi con i ragazzi e senza troppe preoccupazioni per loro; io, che ancora una volta sento di aver ricevuto più di quanto posso aver offerto (anche se di energia ne ho messa tanta, confesso. Tanta che un po' di stanchezza fisica la sento, eh!).

Come sempre a Napoli, si conclude con caffè e pasticcini: è' sempre una festa stare insieme, e come tale va celebrata.
Ci rivediamo il mese prossimo, con Teresa e Donne di carta, con me e lo Yoga della risata, con mamme, operatori, volontari, ragazzi della Associazione Voce di vento trascinati da Maria Rosaria e Peppe. **Dire parole di carta e ridere: una sinergia magica che abbatte muri e fa star bene insieme.**

Giovanna Marrone
Teacher dell'Associazione Yoga della risata e Oltre
Socia di Donne di carta

Il libro citato è: La sedia blu, di Claude Boujon, ed. Babalibri, 2016