

Prefazione¹

di Pat Patfoort

antropologa e biologa, formatrice alla nonviolenza e scrittrice

Ho incontrato Carlo circa venticinque anni fa in qualità di partecipante a un seminario che tenevo a Cagliari. Da allora, ha organizzato regolarmente per me dei corsi in Sardegna e con altri ha fondato, sempre a Cagliari, un'associazione che utilizzava il sistema MmE (Maggiore-minore-Equivalenza), tenendo corsi di formazione basati su questi modelli. Via via è nata tra noi, così come con sua moglie Angela, una bella e solida amicizia.

So bene che Carlo ama i bambini e ama occuparsene, ama la natura e gli animali, ama la nonviolenza, ama le storie, ama scrivere e ama ridere. Con questo libro è riuscito a riunire tutte queste cose per lui così importanti: narra con vivacità favole per bambini nelle quali sono gli animali a insegnarci, sempre con un pizzico di umorismo, i diversi elementi e le varie tappe necessari per lo sviluppo della nonviolenza e per la gestione nonviolenta e costruttiva dei conflitti. Tratta, dunque, un tema serio e vitale con un tono coinvolgente e gioioso. Nelle sue storie, inoltre, integra un ritmo, una musica, che piace ai bambini e che rende per loro il libro ancor più facile e attraente. Alla fine di ogni storia, poi, propone momenti di riflessione e giochi collegati al tema trattato. Gli uni e gli altri permettono di approfondire i testi e di comprenderli meglio: le riflessioni a livello mentale, della riflessione; i giochi a livello più profondo, del vissuto. Dopo le storie della seconda parte del libro ci sono anche esercizi da fare per imparare meglio a mettere in pratica

¹ Traduzione dal francese di Caterina Carta.

Non so come sia da voi, ma da noi è così

la nonviolenza. In definitiva, dunque, i disegni rendono la lettura e la riflessione ancor più leggere e gradevoli.

Il fatto che il suo libro sia dedicato a Maria Bonaria Porcu mi tocca molto. L'ho conosciuta grazie a Carlo e a sua moglie. Maria Bonaria è stata la mia interprete per molti anni, ogni volta che facevo dei viaggi di lavoro in Sardegna, e anche quando si è spostata a vivere sulla penisola tornava apposta per me in Sardegna. Maria Bonaria ha tradotto dal francese all'italiano il mio voluminoso libro *Difendersi senza aggredire. La potenza della Nonviolenza* in modo meticoloso e rigoroso. Dopo tutti i nostri viaggi e i tanti scambi era diventata un'amica. Mi ha fatto profondamente male quando ho appreso che, a seguito di un incidente d'auto, era entrata in coma e successivamente è venuta a mancare.

Amo molto il titolo di questo libro. Innanzitutto trovo che abbia una risonanza gradevole e musicale, ma soprattutto c'è già nel titolo un elemento molto importante della nonviolenza: la forza e la fiducia in sé, anche se si è diversi dagli altri. Vale a dire che anche se da voi è diverso rispetto a noi, da noi è così e non è un problema il fatto che sia diverso a casa nostra da casa vostra: non vuol dire che a casa nostra si stia meno bene che da voi.

Carlo chiarisce e illustra passo passo nel suo libro la teoria e i modelli del metodo MmE e lo fa attraverso una serie di favole nelle quali, come dicevamo, gli attori sono degli animali. Comincia guardando più da vicino le differenze tra gli animali e ciò che può portare al modello Maggiore-minore e alla competizione, ma anche all'Equivalenza, alla cooperazione e alla solidarietà. Ci fa anche osservare che non è sempre necessariamente il più forte fisicamente a essere in posizione Maggiore. Poi ci fa scoprire i tre meccanismi della violenza che derivano dal modello Maggiore-minore (l'*escalation*, la catena della violenza e l'*interiorizzazione*), così come gli strumenti utilizzati nel modello Maggiore-minore: gli argomenti. Tutto ciò attraverso l'espedito delle favole con gli animali. Scopriamo poi come un'*escalation*, un litigio, possa diventare una guerra. Ma notiamo anche che, al contrario, è possibile, per

evitare una guerra, mettersi nei panni dell'altro, ascoltarlo con apertura e rispetto, e che questi può influenzare l'altro a fare lo stesso. Vediamo inoltre che non ascoltare può avere effetti nefasti non solo per gli altri, ma anche per se stessi.

Progressivamente Carlo arriva, sempre per mezzo delle favole, a illustrare gli strumenti del modello dell'Equivalenza: i fondamenti e come essi si differenziano dagli argomenti, gli strumenti del modello Maggiore-minore. Carlo dimostra come, utilizzando i fondamenti, si può uscire dalla posizione minore, senza mettersi peraltro nella posizione Maggiore. A seguire spiega, grazie a molte favole, mettendo in scena diversi animali, come, a partire da due punti di vista contraddittori in una situazione di conflitto, si possano redigere delle liste di fondamenti per le due parti per costruire una soluzione del conflitto, per meglio comprendersi e accettarsi, per sentirsi più vicini l'uno all'altro e perché ognuno si senta meglio. Non dimentica poi d'illustrare quanto sia importante la creatività nell'elaborazione di una soluzione nell'Equivalenza e la forza interiore per costruire la pace. Termina con un bell'esempio con dei draghi e delle scimmie che attraverso il dialogo, la gestione della paura e lo sviluppo della forza interiore, arrivano a elaborare una soluzione per un problema che sembrava del tutto irrisolvibile.

Credo che questo libro sia un ottimo strumento da usare con i ragazzi e con le scuole, per permettere loro d'imparare come passare da una mentalità basata sul giudizio, sul bullismo e sulla sofferenza a una che si fonda sul rispetto, sulla tolleranza e sull'autentica amicizia.