

Ludovica Danieli* e Donatella Messina**

Mnemosyne

*La scuola delle scritture autobiografiche, biografiche,
d'invenzione*

Siamo nell'agosto del '97. Di ritorno da un seminario in Umbria organizzato dalla mia rivista *Adulità* passiamo da Anghiari e Saverio (Tutino) ci dà appuntamento in piazza Baldaccio [...] andiamo a casa sua, conosco sua moglie Gloria e si decide di ripartire per Milano con lui che avrebbe dovuto essere a Lugano il giorno dopo. Quel viaggio, di fatto, fu l'inizio della fondazione della Libera. In sei ore di tragitto ci raccontammo reciprocamente la nostra vita, gli spiegai che cosa l'autobiografia avrebbe potuto essere oltre il lavoro di archiviazione, che mi interessavano le memorie non da archiviare, ma da far rivivere come spettacoli, libri, narrazione in piazza. [...]. Erano i giorni di Natale '97. Doveva essere il 29 o il 30. Ci incontrammo ad Anghiari alla trattoria "La pergola" e definimmo i punti chiave del progetto. Stendemmo insieme in quella sera indimenticabile la traccia essenziale del "Manifesto della Libera Università" [...]. Questa traccia poi nei mesi successivi, grazie al lavoro infaticabile di Saverio, alla sensibilità del Sindaco Maddalena Senesi, diede vita a una serie fitta di mie discese ad Anghiari. [...] Un momento esaltante, sentivo che qualcosa stava accadendo. Io tornavo ad Anghiari dopo oltre trent'anni, l'avevo conosciuta da solitario liceale che in Val Tiberina veniva per studiare Piero della Francesca [...]. Da quell'incontro fatale con Saverio nacque poi tutto il percorso [...]. Organizzammo il primo laboratorio nel mese di luglio 1998. Per le vie del borgo apparvero i primi depliant di propaganda autobiografica. [...] Fra l'altro negli stessi mesi si andava fondando la Facoltà di Scienze della Formazione dell'Università Milano-Bicocca. Tra la nascita della Libera e la Bicocca il rapporto fu subito strettissimo. [...] la Libera non si limitava ad essere un centro di formazione come tanti altri [...]. Per chi sarebbe giunto sin qui avrebbe dovuto apparire come una città educativa. [...] Il cammino che mi condusse ad inventare la Libera Università dell'Autobiografia è riconducibile ad un processo lungo fatto di scoperte progressive, maturate lentamente. [...] Il mio sogno riguardo alla Libera è naturalmente che continui.

Il frammento di testimonianza è tratto dall'intervista rilasciata da Duccio Demetrio e raccolta nel libro *La storia, le storie* a cura di Anna Noferi¹. Nel 2009,

* Laureata in Scienze Sociali, Direzione Scientifica LUA, analista biografica a orientamento filosofico.

** Laureata in Filosofia, Vicepresidente LUA e docente LUA.

¹ A. Noferi (a cura di), *La storia, le storie*, Grafiche Borgo, San Sepolcro (Ar) 2010, pp. 25-41.

a dieci anni dalla nascita della Libera Università dell'Autobiografia, il Gruppo di ricerca territoriale della LUA (acronimo di Libera Università dell'Autobiografia) promuove e realizza il progetto che raccoglie le testimonianze di chi ha dato l'avvio ideativo e curato la formazione della Libera Università dell'Autobiografia. La LUA nasce dall'incontro fra Duccio Demetrio e Saverio Tutino – fondatore dell'Archivio Diaristico di Pieve Santo Stefano – e da numerosi e importanti altri incontri e collaborazioni che, insieme, in quegli anni, danno forma ad una realtà che diverrà punto di riferimento nazionale per quanto riguarda gli studi inerenti la memoria e la scrittura di sé. La Scuola di Scrittura Autobiografica e Biografica, sin dal suo inizio, ha fatto una scelta che vede nella valorizzazione del soggetto umano il principio fondante.

La scuola si svolge ad Anghiari, splendido borgo medievale, denominato anche “Città dell'Autobiografia”, che rappresenta il segno evidente del radicamento che la Libera Università ha costruito nel tempo. È un luogo raggiunto da persone provenienti da più parti d'Italia per trovare un ambiente idoneo a ripercorrere la storia della propria vita attraverso la scrittura autobiografica.

La Libera Università dell'Autobiografia è un'associazione culturale senza scopo di lucro ove si pratica la scrittura di sé, ma anche luogo di didattica, di ideazione e di pensiero. Attiva ormai da 20 anni offre, all'insegna di una metodologia unica, la possibilità per molte persone di realizzare il desiderio, con motivazioni, diverse, di raccontarsi, non tanto per fare un bilancio, quanto per riscrivere la propria storia, in una sorta di rinascita. Non solo stimolo alla scrittura di sé, ma anche sollecitazione verso la maturazione di un interesse nei confronti delle biografie e quindi della dimensione sociale della narrazione e della scrittura. La Libera Università dell'Autobiografia può essere considerata una comunità di persone, autobiografi prima di tutto e, solo successivamente, biografi, che si riconoscono nel valore della scrittura quale “arte di vivere” che offre forma e parole alle memorie personali e delle comunità nelle quali i soggetti vivono.

Un nucleo concettuale costruito negli anni, anche a seguito di confronti con teorie e prassi nell'ambito delle scritture di sé, riguarda il principio di cultura o di culture autobiografiche. Siamo in presenza di cultura autobiografica anche quando non c'è scrittura, in quanto intendiamo cultura autobiografica l'esperienza di riconoscimento dell'esserci, della possibilità di raccontarsi, della libertà di farlo. La cultura autobiografica ha un senso e un significato che riportano al diritto e al dovere della narrazione individuale e sociale. Essi implicano il riconoscimento del soggetto singolo che in tale contesto di riflessione possiamo circoscrivere alla parola “io”, pronomi personale, espressione della modernità e della contemporaneità. Se una cultura autobiografica è apparentemente guidata da un io narrante, scrivendo, il soggetto si accorge, pur avvalendosi dell'io per narrarsi, di essere “noi”.

Una molteplicità individuale, un prisma autobiografico, che si narra attraverso la relazione con altri individui, ma non solo. Pensiamo al rapporto fra il soggetto umano e il mondo animale o vegetale; la relazione con il paesaggio abitato. Una scrittura autobiografica è sempre dunque una “scrittura corale”,

dando voce ad un molteplice nel quale il singolo è immerso. Se consideriamo l'origine della scrittura come un bisogno degli esseri umani di comunicare tra loro, la scrittura autobiografica, con tale portata collettiva, diventa anche un gesto politico che trasforma colui o colei che scrive e con essi il mondo circostante.

La scuola Mnemosyne. Un percorso che si snoda in tre anni.

Alla LUA si intraprende il cammino dell'autobiografia per incontrare con la scrittura il valore formativo della propria storia di vita, e della biografia intesa come coltivazione dell'interesse verso la storia dell'altro. Nel progetto formativo ed etico della scuola, la dimensione individuale si intreccia con quella sociale. Una dialettica che costituisce un circolo ermeneutico. La vita della LUA è sempre stata caratterizzata da una elevata dinamicità, ed è per questo motivo che, in ormai vent'anni di storia, numerosi sono i progetti e le attività promosse dalla Libera sul territorio nazionale. Progetti a valenza locale, nazionale ed internazionale che hanno visto la LUA come protagonista o fra i principali co-protagonisti. Fra i più recenti, quelli di maggior rilievo nazionale, sono sicuramente il progetto 'Nati per scrivere' (rivolto agli studenti della scuola primaria e promosso in collaborazione con l'Associazione Italiana Biblioteche, che ha già coinvolto più di 800 ragazzi in 20 città italiane) e il progetto 'Storie senza dimora', promosso congiuntamente al Gruppo Abele di Torino. A questi si affianca, lo storico 'Circolo di scrittura autobiografica a distanza' che è stato avviato già all'indomani della nascita della LUA. Nel 2017 nasce il Centro Nazionale di Ricerche e Studi Autobiografici della Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari che intende creare occasioni di confronto scientifico tra sedi universitarie, centri di ricerca, fondazioni, associazioni – nazionali e internazionali – per lo sviluppo in diversi campi del sapere delle conoscenze inerenti le multiformità dei generi autobiografici. Ma è all'interno dei diversi percorsi della Scuola di scrittura autobiografica e biografica, denominata Mnemosyne, che la scrittura di sé e dell'altro viene avvicinata e approfondita. La scuola si articola su tre anni.

Il primo anno Gràphein, è a cura di Barbara Calaba, Stefania Bolletti, Donatella Messina e per la prima volta, dal 2020, di Marina Biasi.

Gràphein prevede quattro laboratori formativi – gennaio, febbraio, maggio e settembre – nel corso dei quali i partecipanti sono avviati alla conoscenza delle teorie e pratiche in ambito autobiografico e accompagnati nella scrittura dell'autobiografia.

Gràphein non rappresenta solo il primo anno che apre l'intero percorso della scuola Mnemosyne, ma anche l'avvio, per i partecipanti, di un tempo di riflessione esistenziale riguardo al rapporto con la scrittura come spazio vitale, cercando le radici, i mutamenti, le possibilità evolutive della propria storia.

Dalla fondazione ad oggi, al corso Gràphein (giunto alla XX edizione) si sono iscritte e hanno frequentato 1083 persone di cui 833 femmine e 250 maschi. La loro provenienza ricostruisce la mappa delle Regioni italiane e anche se, dai dati,

emerge una maggiore presenza di allievi che arrivano dalle regioni dell'Italia del Centro – Nord, va, tuttavia, notato che gli iscritti che giungono dalle Regioni del Sud hanno una presenza costante negli anni. Per quanto riguarda la professione delle persone partecipanti, se nei primi anni si è vista una maggiore frequenza da parte di insegnanti, pedagogisti, educatori professionali, nel tempo, il target si è modificato e ora partecipano alla formazione persone con curriculum professionali e di studio eterogenei.

La Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari si rivolge a tutte le persone che sentono una forte motivazione a dare forma scritta alla propria storia come occasione esistenziale auto-formativa indipendentemente dal titolo di studio. L'eterogeneità è qui considerata una leva formativa importante da un punto di vista dell'esperienza educativa e didattica.

Nei diversi corsi il gruppo classe è composto da non più di venti persone. Per quanto riguarda Gràphein, dal 2009, da due si è passati a tre gruppi, contemporaneamente in formazione: Sole, Luna e Aurora; quest'anno, per la prima volta, abbiamo visto la nascita del quarto gruppo: Cometa. Ogni gruppo è seguito da un docente e da un diarista. I giorni di ciascun seminario prevedono, oltre alle lezioni nei singoli gruppi, momenti in plenaria. Una didattica che si svolge in aula ma anche, attraverso camminate, nel contesto del paese e nei dintorni di Anghiari. Nel corso dei vent'anni di vita la Libera Università dell'Autobiografia ha costruito con il Comune di Anghiari, inteso non solo come Istituzione ma anche come territorio e relazionalità sociale, buone pratiche collaborative e di reciprocità. In quest'ottica il Comune di Anghiari offre, a titolo gratuito, le sale di Palazzo Testi come aule per la scuola. La LUA rappresenta, nel paesaggio anghiarese, un luogo nel borgo. Un luogo fisico e anche simbolico.

Gràphein rappresenta l'incontro con la dimensione formativa, introspettiva, ricostruttiva della proposta autobiografica della LUA. Con il gesto di depositare le orme della propria vita sulla superficie della pagina bianca, si avvia un percorso di messa in ricerca della propria storia, in un'ottica trasformativa. È la prima iniziazione alla scrittura di sé e consente di entrare in un clima di pensiero chiamato "pensiero autobiografico", che non comporta soltanto la scrittura di sé e delle proprie memorie, bensì l'acquisizione di un vero e proprio atteggiamento e *habitus* mentale.

La pratica di scrittura si attua in situazione di gruppo ma, nello stesso tempo, il gruppo si ritrae sullo sfondo perché i protagonisti sono le persone in quanto singole unicità. Il senso è di acquisire consapevolezza che ogni vita è unica e speciale, ogni vita merita un romanzo, come ricorda Erving Polster nel suo bel libro. Scrivere la propria storia di vita è un processo che si realizza per fasi, prendendosi cura e risignificando la storia che appartiene a ciascuno sin dalle origini.

L'avventura anghiarese di Gràphein dura nove mesi, simbolo di gestazione, suddivisi in quattro laboratori che prevedono e rispettano una gradualità nel recupero della memoria; un tempo nel quale le persone entrano in contatto con inedite parti della propria storia. Si inizia a ricordare attraverso un movimento de-costruttivo, di smontaggio della memoria, nel quale si tenta di sbriaciolare,

frantumare il terreno dei ricordi. Ogni ricordo merita di essere scritto lentamente o vorticosamente, con la mano, esercizio fisico, corporeo, che obbedisce a forti pulsioni e istintualità e consente l'attivazione di un dialogo tra corpo, mente e spirito.

Nelle giornate del primo laboratorio di Gràphein, a gennaio, l'invito è di abbandonarsi al piacere della scrittura. Si tratta di una fase ancora aperta, di pura rievocazione, per il momento indeterminata. Appaiono ricordi di emozioni, sensazioni, figure, immagini, in modo spontaneo.

Si producono scritture piccole, frammenti di memoria, indizi; la scrittura in questa fase è 'engrammatica' – l'engramma è l'unità mnemonica più elementare, un'immagine singola che appare quando compare il ricordo che affiora alla memoria relativamente ad un particolare momento della vita –. Le scritture vengono sollecitate da stimoli, evocatori di memoria, attraverso la lettura di brani significativi, "prestiti narrativi" scelti per incoraggiare la scrittura del tema prescelto. Sono memorie talvolta sollecitate dalla scrittura automatica, volte a far emergere scene e immagini che per il momento non si riconfigureranno in modo strutturale; sono principalmente memorie "di radice", ovvero a carattere sensoriale, che concernono le situazioni, i corpi, il rapporto con la fisicità e la percezione, spesso racchiuse nella prima stagione dell'esistenza, l'infanzia.

A Gràphein si usa paragonare la scrittura della propria storia al processo di dissodamento della terra. 'La scrittura dissoda le memorie' scriveva Roland Barthes, nel senso che, quando si scrive di sé, ci si muove come un aratro che svolge diverse attività. Una prima attività consiste nell'individuare, all'interno della terra, le vecchie impurità, le vecchie radici, per setacciarle e decidere, in un secondo tempo, se vale la pena utilizzarle o metterle da parte. Potremmo dire che la penna svolge una funzione di aratura nei propri confronti e nei confronti delle memorie. Caratteristica del primo movimento della scrittura è infatti inserire il rastrello nelle superfici interiori per poi setacciare ciò che, attraverso la memoria potrà, in seguito, riapparire. Scrivere autobiograficamente significa dunque individuare alcuni nodi della propria esistenza, talvolta dolorosi, resistenti anche al lavoro della vanga. Un secondo movimento rappresenta il momento in cui ci si appresta alla semina, tempo che rispecchia il processo di aratura indispensabile per ossigenare il terreno, metafora che aiuta a comprendere il compito della scrittura, ovvero offrire nuovo ossigeno ai processi cognitivi ed esistenziali. Scrivendo si possono irrorare di aria fresca i momenti del passato, così come, nel processo di dissodamento, le zolle hanno bisogno di spaccarsi per poi essere ossigenate nuovamente.

Vi è anche un terzo movimento, costituito dal fatto che non occorre arare ogni anno un terreno, poiché la terra necessita di riposo dopo aver elargito generosamente i suoi frutti.

In una prospettiva autobiografica, la memoria ci è di ausilio per conservare i ricordi, non inanellandoli gli uni agli altri secondo una successione temporale, ma al fine di sentire cosa accade nel momento in cui i ricordi compaiono e generano risonanze nuove, che possono mettere in forse le modalità usuali di cui ci si avvale per ricordare. In un certo senso la scrittura autobiografica permette

di mantenere il pensiero retrospettivo friabile e, continuando con la metafora della terra dissodata, ad uno stato di pulviscolo leggero, per evitare che le zolle si solidifichino e non possano più essere spaccate.

Il primo laboratorio si svolge nel mese di gennaio, tempo invernale che accoglie la nascita delle prime scritture e che ben si presta ad una postura introspettiva, con il gesto del reclinarsi su di sé per ritrovarsi.

Nel secondo laboratorio, a febbraio, si inizia la ricomposizione della propria storia transitando dalla memoria impressionistica e frammentaria dell'inizio ad una tensione sceneggiatrice. Prende forma un lavoro di tessitura dei frammenti, dei singoli episodi per iniziare a intravedere una trama, ovvero una continuità, una coerenza, una plausibilità connettiva tra gli eventi e i passaggi, immaginando una forma di significato del testo autobiografico. La sceneggiatura deve prevedere sfondi, primi piani e momenti dialogici tra i personaggi rappresentati. Un passaggio, una trasmutazione verso le regole costitutive della scrittura autobiografica in cui si impara a donare senso e valore a quanto vissuto. Una tessitura che ricomponga i singoli accadimenti in una larga trama dilatando il tempo della memoria.

A maggio si prosegue affrontando temi esistenziali, dubbi, desideri di fuga, resistenze, rinnovati piaceri legati allo scrivere, avendo la possibilità di confrontare la scrittura della propria storia con le autobiografie lasciate dai corsisti che hanno seguito Gràphein negli anni precedenti.

Settembre è il tempo dedicato alla cura del testo, alle riflessioni sulle dimenticanze, sulle omissioni, sulle rimozioni, sull'epilogo, la quarta di copertina e su come si potrà continuare la scrittura autobiografica attraverso i corsi avanzati della LUA.

In tutti i laboratori di Gràphein, da gennaio a settembre, il movimento sarà triplice; dal contatto con la parte più profonda di sé – dall'interiorità -, alla retrospezione, guardarsi alle spalle verso un passato che viene di volta in volta rivitalizzato, proiettandosi verso un orizzonte futuro, attraverso la riscrittura della propria storia. Gràphein rappresenta dunque un viaggio nel tempo; si cammina, si passeggia nei ricordi, si graffia, si incide il sentire, il pensare. Dal presente al passato verso un possibile futuro concepito come nuova apertura al progetto di vita.

Si entra, attraverso tutto il percorso, in un rapporto soggettivo con la scrittura tra piacere e conflitti, momenti di scoramento, di impossibilità a dirsi e scriversi, a momenti di esaltazione, di scrittura che trascende, con la possibilità di immaginare e immaginarsi altrimenti, facendo emergere tutto l'invisibile sottaciuto che fa parte di ogni esistenza. La memoria autobiografica è un processo multifaccettato, è il risultato di un'integrazione tra diverse dimensioni della memoria, dalle memorie di iniziazione caratterizzate dal coinvolgimento dei sensi, a quelle topologiche legate ai luoghi indelebili, dalle memorie corali che ripercorrono episodi collettivi e rituali, a quelle episodiche, che raccolgono gli eventi del passato in una cornice spazio-temporale, per non dimenticare la memoria semantica, riconducibile al significato attribuito

a un'esperienza nel momento in cui si svolgeva, di cui comprendiamo ed elaboriamo il significato solo in un secondo tempo. La scrittura è un gesto "per riprendersi nelle mani"; ogni volta che si trova una forma alla propria storia, si ha la possibilità di ri-nascere. Scrivere autobiograficamente è un esercizio di prolungamento esistenziale nel momento in cui si moltiplica la propria storia attraverso lo sguardo della ricerca. Ricerca che è teleologica, in quanto si esplora il senso della vita attraverso la responsabilità e la cura di sé, della propria storia e della vita come esercizio dell'essere nelle sue diverse manifestazioni. La memoria autobiografica ha una natura connettiva, attribuisce significati, trova forme e nessi agli e fra gli eventi. Garantisce il senso di continuità che fa sentire la persona sé stessa nonostante i cambiamenti nelle stagioni di vita. Essa non è mai una pratica autoreferenziale soltanto; conoscere sé stessi non sollecita a tracciare di sé un ritratto compiuto e definitivo ma, al contrario, incoraggia a mettersi in divenire riaprendo al desiderio di continuare ad apprendere.

Per quanto riguarda un accenno alla struttura inerente gli aspetti metodologici e di pratiche proposte, vale la pena ricordare in particolare:

– *Scrivere "individualmente insieme"* – si offrono sollecitazioni¹ di scrittura (nel senso di spronare la persona con stimoli, incipit per dare avvio alla scrittura della propria storia) e ciascuno scrive in silenzio.

– *La condivisione* – ciascuno, se vuole, legge il proprio scritto, lo condivide; il gruppo si fa cassa di risonanza silenziosa e partecipante. Silenzio e ascolto sono due attraversamenti importanti nella didattica della LUA, secondo la pratica filosofica antica dell'*epoche*.

– *La lettura* è una pratica fondante del percorso. Si leggono incipit di scrittori, poeti, filosofi, i corsisti leggono i loro brani e si rileggono ad alta voce. Scrivere la propria vita è rileggerla.

– *Si lavora anche a coppie* per incoraggiare la modalità dell'ascolto che verrà sperimentata nei percorsi avanzati, nel passaggio dall'autos-me stesso-, alle bios-vite- altrui.

– Ogni autobiografia dovrà contenere *prologo, epilogo, lettera al lettore, quarta di copertina*.

– *Lettera di restituzione* – ai corsisti verrà spedita una lettera, da parte di uno dei membri della Commissione lettori, momento formativo importante di restituzione del proprio lavoro, come rivitalizzazione della scrittura stessa. Cosa può ancora regalare la scrittura?

– *Consegna del proprio "romanzo autobiografico"* al termine del percorso.

¹ Sollecito dal latino sollicitus composto da *sollus* tutto, intero e *citus*, pronto; si dice di qualcosa di propriamente commosso, interamente eccitato. Nella forma generale ha un significato di fare presto, fare pressione, chiedere insistentemente, ma significa anche stimolare, spronare, nel senso di offrire stimoli.

Nel secondo anno gli indirizzi sono quattro: Morphosis-Mnemon (I livello), Koinonia, Ta Eis Heauton e Mimesis (I livello). Diversificati sono i contenuti: dalla cura della propria storia alla cura della storia dell'altro; contributi professionalizzanti in pratiche autobiografiche da proporre in contesti socio-sanitari, educativi e culturali; approfondimenti sulla scrittura autobiografica e autoanalitica e il loro rapporto con una narrazione "altra", d'invenzione.

La via di Morphosis Mnemon è a cura di Caterina Benelli, Anna Maria Pedretti, Sara Moretti, con la partecipazione di altri docenti.

Morphosis è una proposta nella quale le dimensioni formative ed auto-formative delle scritture di sé che si sono sperimentate con la frequenza a Gràphein – portando i corsisti alla stesura della propria storia di vita – producono il desiderio di far germogliare quanto appreso in ambiti di interesse personale o professionale. Il *focus* del corso è, infatti, sulla progettazione, la realizzazione e la conduzione di laboratori autobiografici in tutti i contesti di vita e nelle varie realtà sociali, e, al contempo, professionisti esperti nella progettazione di raccolte di biografie sociali. Una competenza che garantisce professionalità e cura nel processo formativo di percorsi autobiografici.

Il percorso Morphosis da alcuni anni si è intrecciato a quello di Mnemon che è rivolto alla raccolta delle storie di vita e di comunità, per gli evidenti nessi tra le due formazioni.

Il progetto Mnemon, ideato da Duccio Demetrio alla fine degli anni Novanta, promosso dalla LUA, si è diffuso in tutto il territorio nazionale con lo scopo di formare volontari che si dedicassero alla raccolta e alla trascrizione di storie di vita, in particolare delle storie di coloro che sono nell'impossibilità o nell'incapacità di vedersi riconosciuto il diritto al racconto della propria storia. I progetti rivolti alla raccolta di biografie di comunità si chiamano Mnemon, con riferimento alla figura del Mnemon che nella società orale custodiva le narrazioni collettive. Il presupposto di questo tipo di formazione è che ogni storia di vita e soprattutto le storie di coloro che non hanno voce, possano essere raccolte al fine di restituirle al proprio autore o autrice che, "re-incontrandosi", avrà l'opportunità di "conoscersi nuovamente" e ritrovare la propria identità. In questo percorso è indispensabile co-costruire un'intenzionalità narrativa-progettuale al fine di costituire una comunità di pratiche autobiografiche tese a generare la possibilità emancipativa del "darsi voce".

I progetti Mnemon riflettono l'impegno e la responsabilità di restituzione al singolo e/o alla comunità, attraverso una "negoiazione condivisa" dal momento che raccogliere e tradurre storie di vita significa, oltre che essere aperti e disponibili all'incontro con l'altro, collocarsi sulla soglia della reciprocità, spazio in cui si è chiamati a rimanere aperti all'infinito gioco dei rispecchiamenti e delle risonanze, dal primo momento di incontro con il narratore, fino al lavoro di ri-scrittura e quindi di restituzione. La restituzione stessa è curativa poiché le persone hanno la possibilità di entrare in contatto con parti di sé ancora inedite.

Il primo movimento prevede la ricerca di indizi, tracce che incoraggino all'ascolto di sé. Una fase in cui le persone "abitano la propria storia", nel senso di

possederla. “Abitare le storie” è ciò che nutre e costruisce comunità. Da un primo momento di riconoscimento di sé e della propria storia, si passa all’ascolto dell’altro. Prendersi cura dei germogli, dare nutrimento e coltivare, presuppone una cornice concettuale e metodologica.

Occorre costruire una traccia di intervista, indagare il tema del passaggio dall’oralità alla scrittura, avere un’attenzione metodologica verso il concetto di co-costruzione. Narrazione e cura trovano un terreno fecondo nella nozione di “accompagnamento”. L’accompagnare richiama alla relazionalità dell’incontro biografo-narratore, alla dinamica Io-Tu, alla dimensione dell’ascolto attraverso il colloquio biografico. Divenire custodi di memorie vuol dire prendersi cura di una storia nel senso di proteggerla, custodirla per far crescere e rendere possibile la nascita di una nuova storia. Il biografo e il narratore sono in una relazione di scambio, dove colui che ascolta è in conversazione con colui che narra, in una dialettica continua tra ascolto e parola. Il lavoro di raccolta di biografie è sempre un lavoro di auto-apprendimento reciproco, di meta-riflessione e quindi di produzione di nuova conoscenza. Ascoltare e ri-ascoltare il racconto e ciò che di invisibile passa tra il biografo e il narratore, tra il detto e il non detto, è il compito del raccoglitore di storie al fine di restituire “testi vivi”, in una relazione nella quale è possibile cogliere un’intimità. In questo delicato ascolto si viene investiti di un compito creativo che intreccia la dimensione estetica, pedagogica e politica per giungere al compimento di un racconto che resterà al narratore e quindi alla comunità.

Dal 2019 Morphosis-Mnemon si suddivide in due anni: un primo muove dal sollecitare il pensiero nell’ideazione di un laboratorio, approfondisce il fare esperienza di conduzione e intreccia questi saperi all’acquisire competenze per la raccolta di storie di vita, il secondo conduce a maggior consapevolezza nella progettazione, sia di laboratorio che di raccolte biografiche, riflette sulle diverse possibilità di restituzione alle comunità, permette di raggiungere una maggior completezza nel divenire formatori auto-biografi.

La competenza dell’ascolto biografico, della raccolta, della trascrizione, della realizzazione, della progettazione e divulgazione/restituzione delle autobiografie o dei frammenti emersi in un laboratorio, fa parte della “cassetta degli attrezzi” del formatore auto-biografo esperto.

La via di Koinonìa è a cura di Giampiero Comolli, Mariagrazia Comunale, Antonio Zulato.

Koinonìa, farsi persona per creare comunità. La proposta si inserisce nella prospettiva di formazione che da sempre persegue la Libera Università dell’Autobiografia di Anghiari, secondo la quale prima di occuparsi delle storie di vita degli altri, di farsene carico (sia in situazioni professionali, che familiari o personali) è indispensabile fare esperienza di quali possano essere le modalità e le pratiche del prendersi cura della propria storia, della propria persona, delle proprie fragilità esistenziali e in questo modo aprirsi al mondo per una fraternità attiva con gli esseri umani, la natura, il paesaggio. Se con Graphein la pratica della scrittura autobiografica ha permesso un nuovo sguardo sulla propria soggettività e la propria

storia personale, il percorso di Koinonìa apre all'incontro con l'altro, al sentirsi parte di un tutto e alla responsabilità verso quanto ci circonda. Si tratta quindi di un cammino ulteriore verso il *farsi persona per creare comunità*.

Le parole chiave che caratterizzeranno la ricerca del percorso sono: presenza, relazione, corpo, parola. Nella consapevolezza che occorre aprirsi alla relazione profonda con l'altro, alla scoperta e consapevolezza del corpo, del respiro, delle mani, dei volti, dei passi, dei gesti, delle parole e dei linguaggi, si sviluppa un più intimo e profondo rapporto con la lingua e le parole.

Koinonìa è articolato in quattro laboratori teorico-pratici (tra gennaio e giugno), le tre vie maggiori in cui si sviluppa il percorso riguardano la pratica della parola filosofica e consapevole; la pratica del linguaggio corporeo e meditativo; le pratiche teatrali e l'arte della parola che da scritta si fa voce, suono, ritmo, gesto, danza, coralità. Il percorso offre esercitazioni in grado di problematizzare i tanti aspetti dell'essere in relazione poiché la proposta è tesa a sperimentare e agire l'assunto per il quale ciascuno di noi è responsabile dell'altro e non ci si salva mai da soli.

La via di Ta eis Heauton è a cura di Savino Calabrese e Ludovica Danieli.

Ta eis heauton (Pensieri su di me), dal titolo del celebre diario filosofico dell'imperatore Marco Aurelio, è un percorso di formazione particolarmente consigliato a coloro che intendano approfondire i temi esistenziali già presenti e narrati nella propria autobiografia. L'accesso a tale esperienza, che vede alternarsi i momenti di scrittura autoanalitica con i momenti dedicati alla lettura dei testi, alle lezioni frontali, alla visione di film, richiede di conseguenza il possesso di questo indispensabile requisito. I testi autobiografici sono infatti ripresi e riesaminati, a livello individuale e collettivo, alla luce del pensiero e delle pagine di alcuni autori (classici e non) appartenenti alla tradizione filosofica, psicoanalitica, letteraria e poetica. Il corso però non si limita a questo esame, gli incontri hanno lo scopo di problematizzare aspetti anche non presenti nelle storie personali, oppure soltanto adombrati, che possono emergere progressivamente. Il tragitto si articola in quattro sessioni, ciascuna delle quali è dedicata ad un tema-guida che consente di costruire strada facendo un lessico autoanalitico supportato da approfondimenti teoretici e critici.

La peculiarità di Ta eis è inoltre costituita, grazie alla formazione di coppie estratte a sorte che restano stabili, dalla condivisione delle scritture autobiografiche. Il che comporta, nella coppia autoanalitica, l'avvio di attività di reciproca lettura e analisi testuale. A queste fa seguito la stesura di una lettera di restituzione che viene redatta da ognuno e indirizzata al proprio partner, entro il termine del percorso e monitorata grazie alla supervisione personalizzata dei due docenti.

La proposta si prefigge di offrire agli iscritti queste opportunità formative:

- il miglioramento delle capacità introspettive e autoanalitiche, nonché in merito alla tematizzazione dei contenuti;
- la libera narrazione dei propri vissuti sia in coppia, sia nel gruppo;
- la capacità di stabilire una correlazione tra gli aspetti culturali degli argomenti trattati e la loro pregnanza umana;

– la capacità di riesaminare il proprio testo autobiografico, di scrivere a se stessi e al proprio interlocutore una lettera di restituzione secondo criteri e modalità suggeriti;

– la capacità di elaborare testi brevi ad orientamento filosofico, poetico, letterario, connessi con le sollecitazioni settimanali (parole, massime, citazioni, ecc), che vengono inviate dalla tutor a ciascuno, ogni lunedì, via internet;

– la capacità di applicare la tecnica autoanalitica ai vissuti del presente, in relazione a particolari atteggiamenti e comportamenti; i quali richiedono un auto-monitoraggio scritto “quasi” quotidiano avvalendosi di un diario personale in seguito condiviso ad ogni incontro;

– la capacità di accrescere le attenzioni per tutto ciò che possa affinare la sensibilità alla meditazione, alla contemplazione, all’ ascolto e al rispetto delle parole dell’altro.

Ogni seminario, scandito da momenti teorici e momenti di pratica di scrittura e da altre proposte intese come ulteriori vie di autoanalisi (ascolto della musica, rapporto con l’immagine, la poesia) è contraddistinto da un tema:

1. la scrittura autonaltica e cura;
2. le scritture d’amore;
3. le scritture del distacco;
4. le scritture della felicità.

Le pratiche di *Ta eis heauton* sono riconducibili al concetto di esercizio quale spazio autoriflessivo e trasformativo (P. Hadot; M. Foucault).

Le parole del lunedì. Ogni lunedì mattina, per l’intero percorso, viene inviata agli allievi, tramite e-mail, una sollecitazione nella forma di o una parola, o un frammento, o un’immagine. Gli allievi sono così stimolati e invitati a proseguire la pratica della scrittura autoanalitica quale esercizio di approfondimento su se stessi e della relazione con il mondo circostante.

Queste microscritture andranno a comporre il libro dei pensieri. Non un compito, piuttosto, la testimonianza di un processo, di un percorso. Gli allievi – in base alla soggettiva sensibilità e intenzione di indagine – decidono come comporre e costruire il testo. Si tratta, ancora una volta, di comprendere il senso di questo lavoro.

Una seconda pratica riguarda il *lavoro in coppia*. Si costituiscono coppie che rimangono fisse fino alla fine del percorso. Nella coppia si fa esperienza *dell’IO-TU*, un “soggetto” che abita il mondo, che sta in relazione. Si fa abitudine ad auto osservarsi nella relazione. Il lavoro in coppia, nel percorso *Ta eis Heauton*, promuove l’attenzione verso quella qualità della scrittura autobiografica che sa fuoriuscire dai confini della narrazione dell’IO ponendosi consapevolmente in una pratica relazionale tra il soggetto e l’altro dal soggetto. Le coppie sono invitate a mantenere una corrispondenza epistolare nella libertà di sperimentare modi soggettivi di comunicazione. La

scrittura epistolare come uno spazio per conoscerci e per conoscere l'altro, di riflessione, di meditazione. Lo sguardo dell'altro restituisce al soggetto la possibilità di ampliamento del punto di vista. È foriero di ulteriorità.

Una ulteriore pratica è la *lettera di restituzione*. La coppia è chiamata allo scambio delle autobiografie, alla loro lettura e alla scrittura di una lettera di restituzione. Un passaggio formativo è dunque dedicato al significato e al senso della lettura di una scrittura autobiografica.

Durante l'ultimo laboratorio gli allievi sono invitati ad una scrittura che sarà consegnata ai due docenti che a loro volta, a partire dalla lettura del lavoro ricevuto, scriveranno una lettera di restituzione all'allievo/a.

La via di Mimesis è a cura di Gianluca Barbieri e Vincenzo Todesco.

Il percorso nasce nel 2014; dal 2020 si struttura in corso base e corso avanzato seguito rispettivamente da Gianluca Barbieri e da Vincenzo Todesco. L'intenzione del percorso riguarda l'esplorazione di un processo molto interessante: quando il *pensiero autobiografico si apre alla fiction*. Come scrive Cesare Musatti:

Tutti i personaggi di un racconto fantastico sono aspetti, o momenti parziali dell'autore: non come egli è realmente nella vita, ma come egli avrebbe voluto o pensato di essere, se la vita non lo avesse costretto ad essere diversamente.²

L'approccio formativo, rivolto a persone che abbiano già elaborato una propria autobiografia, si propone di utilizzare alcuni segmenti del loro testo per trasformarli in nuclei di una narrazione "altra", d'invenzione. I nuclei tematici selezionati vengono così sganciati dal vissuto e dalla storia del loro autore e si aprono al possibile, all'immaginazione, alla creatività, diventano componenti di trame dotate di statuti semantici, emotivi, narrativi diversi, animati da altri personaggi e altre identità. Il percorso, ludico e allo stesso tempo ambizioso, consiste nell'alleggerire la propria autobiografia dei suoi tratti di definitività e di chiusura, e, pur conservandone gli aspetti psicologicamente rilevanti, richiede di usarne alcuni frammenti come materiale per realizzare un testo narrativo in cui personaggi e situazioni "note" vengono messe in gioco con libertà, alla ricerca di nuovi significati e di percorsi di senso inediti. Variando il genere narrativo, il narratore, lo stile, la focalizzazione, la struttura, il sistema dei personaggi, lo spazio, il tempo, si può ritrovare la propria identità trasposta in un'altra storia e in altre forme, come sosteneva Freud nel suo testo "Il poeta e la fantasia".

Dunque esplorazione dell'immaginario e non solo quanto accaduto nelle singole storie, ma anche quanto sarebbe potuto accadere e dunque la prospettiva di apertura all'invenzione.

La prospettiva focalizzata sull'io dell'autore viene decentrata, entrando in una dimensione di gioco, aprendo lo sguardo e il pensiero al possibile e alla

² C. Musatti, *Freud, (con antologia freudiana)*, Bollati Boringhieri, Torino 1970, p. 36.

creatività. Si persegue un approccio a sé e alla propria storia ispirato alla “leggerezza pensosa” di cui parla Calvino. Nello stesso tempo gli allievi sono sollecitati alla riflessione teorica e a sperimentare la coniugazione della conoscenza delle tecniche di scrittura con l’osservazione delle ricadute che i giochi narrativi producono sulle proprie emozioni e sull’immagine di sé.

Gli obiettivi di questo progetto, a livello psichico, consistono nella conquista della capacità di osservare il proprio percorso autobiografico (inteso sia in senso esistenziale che testuale) da un punto di vista diverso, da una prospettiva distaccata, rendendola meno monolitica, dotandola di elasticità, considerandola traccia, più che storia, proposta possibile più che architettura definitiva, con le conseguenti ricadute di duttilità e dinamicità nella considerazione della propria soggettività e della propria storia personale e relazionale.

È un progetto che richiede il desiderio di rimettersi in discussione dopo il traguardo impegnativo costituito dalla strutturazione della propria autobiografia e il coraggio di affrontare la sfida consistente nel ripensare il proprio “Io” dopo una sorta di giocoso esproprio narrativo.

Il corso procede con un secondo livello formativo dove il tema in ricerca riguarda la *parola creatrice: l’immaginazione, la narrazione, la scrittura*. Per scrivere occorre saper vedere. Vedere tutto ciò che altrimenti resterebbe invisibile. La verità molteplice e una che sta sotto ogni apparenza dell’universo visibile. Questa fase del percorso accompagna alla scoperta della creatività, proponendo l’uscita dal già noto, dalle vie che altri hanno già percorso: educare come e-ducere, “portare altrove, in un altro luogo, porre di fronte al nuovo, all’inaudito, all’imprevisto, al diverso” (R. Massa). Mantenendo l’intreccio fra riflessioni teoriche ed adeguati esercizi di scrittura, si esplora l’argomento secondo una doppia articolazione: una prima parte relativa alla teoria del daimon di J. Hillman, allo sguardo, alla tecnica della scrittura per tracce e per indizi, alla parola; una seconda parte che si richiama all’Odissea, come esempio di struttura narrativa, e dei temi tutti della esperienza umana, dal viaggio alla alterità, dalla nostalgia all’amore, dall’altrove alla narrazione, sotto l’ordine suggestivo del *telghein* odisseo.

Il terzo anno prevede due percorsi di specializzazione: *Biblos* e *Kliné*. Il primo si configura come una proposta volta a favorire e ad incoraggiare il desiderio di leggere, di ascoltare voci in lettura, di conoscere maggiormente scrittrici e scrittori del presente e del passato al fine di promuovere, al contempo, il piacere di scrivere di sé. Il secondo, *Kliné*, segna il passaggio dalla cura di sé al prendersi cura dell’altro; è aperto a coloro che abbiano concluso, a prescindere dall’edizione, i corsi avanzati *Ta eis Heauton*. In *Kliné*, le formule e i contenuti delle metodologie autobiografiche, non più autodirette (*Gràphein*) o volte all’autoanalisi (*Ta eis Heauton*), sono rivisitate secondo il focus della relazione d’aiuto.

La via di Biblos è a cura di Duccio Demetrio e Ivana de Toni

Biblos porta l’attenzione ai testi nella loro complessità: ne scopre i diversi generi (dal romanzo alla saggistica, dalla poesia al documento memorialistico o alla *fiction*, ecc.), per comprendere come noi leggiamo e quali possano essere

i significati che le narrazioni lasciano dentro di noi. Un percorso che pone l'attenzione sulla relazione individuale, di gruppo e collettiva che si instaura con il libro e la sua lettura; sui luoghi e le modalità attraverso le quali avviene l'incontro con il libro; su come la promozione del libro e della lettura ci offrano ogni volta suggestioni per scrivere di noi stessi, per sperimentare altre forme letterarie e stilistiche. All'avvio del primo seminario di Biblos (marzo 2016), Duccio Demetrio³, coordinatore e docente del percorso, sollecita i partecipanti intorno ad una questione centrale: *Perché ci piace leggere?* e la riflessione e la scrittura autobiografica viene risvegliata dall'ascolto di alcuni brani letterari letti ad alta voce dal formatore. Il libro è incontro, presenza che provoca la nostra stessa esistenza⁴. La forza del libro, scrive Recalcati rileggendo l'installazione di un artista messicano che mette in scena un muro di mattoni di cotto alla cui base, piccolo e leggero, un libro provoca una fessura, è di "generare un'incrinatura nel muro"⁵. Un libro può dunque avviare il lettore ad un confronto con se stesso che provoca smottamenti benefici, aperture, domande di senso. Se questi sono i tratti dell'esperienza della lettura e se ci immaginiamo la stessa come un movimento spiraliforme, il libro ci interpella in più modi rispetto alla nostra stessa vita: resistenza, rifiuto, identificazione, piacere, sentimenti ed emozioni di diverse sfumature, scelte, etiche e molto altro.

Il libro "ci riapre all'esperienza e in questo caso ci avvicina al desiderio di scrivere come apertura all'esperienza, facendo tesoro di quanto abbiamo accumulato dentro di noi"⁶.

Nei laboratori sono affrontati argomenti quali: filosofia e letteratura, i generi letterari, la biblioterapia, l'econarrazione, la voce come portatrice di parole, la poesia, letteratura e psicoanalisi, il gesto della lettura, l'interpretazione dei testi con particolare riferimento ai generi autobiografici. Si costruisce una biblioteca autobiografica, viene dato spazio a esercitazioni per presentare e promuovere libri, sono simulate situazioni di promozione alla lettura, promosse indagini conoscitive delle diverse realtà territoriali. Si legge e si scrive di noi e di altri. Si discute, sulla base di esperienze significative, come portare lettura e scrittura nelle carceri, nei servizi sanitari, a domicilio, nelle case di riposo, ecc., in funzione anche della creazione di Circoli di scrittura e cultura autobiografica della LUA.

La via di Klinè è a cura di Maria Gaudio.

Klinè, nella prospettiva culturale della LUA, segna il passaggio dalla cura di sé all'aver cura dell'altro, nella dimensione individuale. Propone una specifica formazione "all'accompagnamento autobiografico" rivolto a persone di ogni età

³ D. Demetrio, intervento formativo in *BIBLOS. Corso avanzato a cura di Duccio Demetrio con la collaborazione di Francesco Cappa, Andrea Merendelli, Martino Negri. Diarista e tutor Ivana De Toni*. Materiale didattico LUA Anghiari.

⁴ M. Recalcati, *A libro aperto. Una vita e i suoi libri*, Feltrinelli, Milano 2018.

⁵ Ivi, p. 31-32.

⁶ D. Demetrio, intervento formativo in *BIBLOS. Corso avanzato a cura di Duccio Demetrio con la collaborazione di Francesco Cappa, Andrea Merendelli, Martino Negri. Diarista e tutor Ivana De Toni*. Materiale didattico LUA Anghiari.

che si trovino in situazioni di fragilità esistenziale, di difficoltà, di marginalità, di sofferenza, le quali intendano – ma ne siano impedito, impreparate o incapaci senza un aiuto – scrivere la loro storia di vita, per lasciare traccia di sé, per riprendere parola in prima persona, per lenire il dolore nel presente, dare senso e significato al passato, volgere sguardi verso il futuro.

La costruzione e decostruzione della propria storia, il darsi forma accentuando la precarietà, l'indagare le proprie zone d'ombra per affrontare i disagi o potenziare i talenti, che si sperimentano nel corso propedeutico Gràphein e in altri percorsi alla LUA, si spostano e incontrano la storia dell'altro.

Klinè – reclinarsi al letto del malato – indica una forma di cura personalizzata, prolungata nel tempo, intima, vigile, attenta alla storia dell'altro; trae ispirazione dal greco *klínein*, reclinarsi, proprio per sottolineare il gesto generoso e umile di offrire agli altri una possibilità di cura attraverso la scrittura.

Nell'accompagnamento autobiografico il conduttore si mette in gioco in prima persona, creando risonanze narrative con l'altro attraverso scambi mnestici e scritture congiunte; si parla dunque di narrazione e co-narrazione, che diviene scrittura in una relazione dia-grafica che è sempre co-implicazione e richiede una predisposizione alla costante autoanalisi, all'affinamento della propria postura esistenziale.

L'accompagnamento autobiografico trova due distinti campi di applicazione. Il consulente si può rivolgere a singole persone in situazione di fragilità esistenziale, in ambito professionale o di volontariato, più specificamente “consulenziale” oppure intervenire – in autonomia o in affiancamento ad altri operatori della “cura” – con gruppi ristretti di persone che si trovino ad affrontare, condividere, attraversare criticità esistenziali ove gli elementi autobiografici possono trovare conforto, aperture e nuove “direzioni di senso” nel rispecchiamento di una comune esperienza.

L'itinerario formativo prevede incontri laboratoriali teorico-pratici volti a introdurre i partecipanti alla definizione della cornice teorica e metodologica dell'accompagnamento autobiografico, indagandone, da una prospettiva umanistico-filosofica, il significato etimologico, pedagogico, storico e antropologico, attingendo alle molte suggestioni che sul tema ci propongono le filosofie dell'esistenza e quelle tematizzanti l'alterità, la fenomenologia, la psicoanalisi, la pedagogia.

Particolare spazio viene dedicato alla formazione dello “sguardo clinico”, all'attenzione al contesto, a rafforzare capacità di ascolto e di cura della relazione, ad affinare sensibilità nell'accogliere la nozione di fragilità che è in noi, prima che nell'altro.

Accanto alla scuola Mnemosyne, sono presenti da numerosi anni altre opportunità formative che si propongono obiettivi diversificati.

I seminari brevi sono proposte che intendono avvicinare chi sia interessato alla cultura e scrittura autobiografica ma anche approfondire alcuni temi di interesse esistenziale, sociale, culturale. Si prefiggono di approfondire i temi con-

nessi con i saperi e le pratiche della cultura autobiografica, nelle sue più diverse accezioni. In diverse sedi regionali decentrate vengono poi avviati *Laboratori autobiografici* di durata limitata ad alcuni incontri, finalizzati generalmente alla sensibilizzazione autobiografica.

La Settimana Estiva è un'esperienza di formazione intensiva e propedeutica, che, dal 2009, si svolge durante una settimana al centro dell'Estate. Si rivolge a quanti desiderino avvicinarsi alla scrittura autobiografica nella dimensione più strettamente laboratoriale, proponendo ogni giorno un'esperienza diversa, dentro o fuori dall'aula. La settimana offre ai partecipanti la possibilità di sperimentare, in prima persona, i momenti pedagogici salienti che promuovono autonarrazione, secondo le metodologie del laboratorio di autonarrazione. Si tratta di un percorso propedeutico alla scuola, che avvicina alla scrittura autobiografica, attraverso strade differenti.

Nel 1999 è stato istituito ad Anghiari un *Circolo di Scrittura Autobiografica a Distanza* promosso da un gruppo di persone di varie nazionalità, residenti ad Anghiari. Il Circolo propone a corrispondenti in tutta Europa tre temi autobiografici all'anno: alle lettere viene risposto individualmente e il materiale raccolto e archiviato. La documentazione è fornita in tre lingue: italiano, inglese e tedesco. Dal 1999 sono state ricevute e lette oltre 3.800 lettere; a tutte è stata data risposta e sono state raccolte in un archivio.

Il circolo Thoreau. Con il circolo si è voluto dare ulteriori prospettive alle esperienze di ecologia narrativa realizzate in precedenza. Il Circolo si è costituito nel 2018 presso la LUA ed ha assunto la denominazione "H.D. Thoreau", dal nome del filosofo americano autore del celebre "Walden ovvero vita nei boschi", con l'intento di promuovere esperienze ed attività tese a coniugare la scrittura con il camminare nel territorio e nella natura. Per ritrovare noi stessi – scrive V. Lingiardi in *Mindscares* – all'esplorazione del mondo interno dobbiamo affiancare quella dei nostri paesaggi: si tratta dunque di camminare il paesaggio.