

# PREMESSA

Cos'è una Fiaba? E cos'è una Favola?

C'era una volta ed ancora c'è... eccoci pronti ad entrare in un "campo" energetico assolutamente flessibile e accogliente, una terra meravigliosa incantevole ed incantata... la terra della Creatività, del "Vissuto Reale" che si trasforma, del "Vissuto Probabile/Possibile" che diventa realtà. In questo un luogo tutto da scoprire, in una terra sempre inesplorata, chiunque, volendo, può iniziare il viaggio, perlustrare, e conoscere; e mentre questo accade ecco che si trasformano i problemi e le problematiche consce o inconsce. Mentre scorrono, le parole e le scene di una storia inventata prendono vita... quello che si inventa ci trasforma tutti: chi passa di là non può più essere quello di un tempo. Per sempre sarà qualche cosa di diverso, ovvero, ciò che era, più ciò che si è aggiunto.

Essere persone nuove si può, è possibile, sempre, con incredibili modificazioni del pensiero offerte da nuove occasioni. Come si fa ad entrare nel "campo" di consapevolezze diverse? Si fa un passo, con consapevolezza, e si accede allo spazio del sogno... un sogno che allo stesso tempo è immerso in astratti paesaggi interiori ed insieme aderisce al presente. Si è, così, contemporaneamente presenti nella realtà comune, quella che viviamo più o meno consapevolmente, e nel sogno creativo. È qui che nasce e si espande il Sé Generativo.

Ogni "c'era una volta" è un "fatto" assolutamente indispensabile, voluto da qualche cosa più grande di noi. Mai casuale. L'effetto più significativo e terapeutico delle favole risiede proprio nella possibilità di uscire dal quotidiano, là dove le cose hanno (o devono avere obbligatoriamente) un senso, una logica, lasciando al bambino o alla bambina che è in noi la possibilità di spaziare in quel mondo immaginario più consono alla propria natura. I bambini e le bambine grazie ad una fiaba spesso possono così entrare a contatto con temi complessi e difficili come la bontà d'animo, l'amore, la morte, le paure, l'abbandono, la separazione ed anche la rivalità fraterna. Anche problematiche come l'iperattività, l'enuresi notturna, la balbuzie, gli stati ansiosi o le fobie possono scomparire grazie ad una storia, una fiaba, una favola o una filastrocca. I Simboli e le simbolizzazioni che occhieggiano nascostamente nelle rappresentazioni fantastiche sono un toccasana per andare direttamente a modificare quell'imprinting dal quale dipendono gioie e dolori del nostro vivere quotidiano. Proprio, per il suo carattere simbolico e per il fatto che il racconto è un'opera aperta, si può usare per diverse necessità e per disagi di origini diverse. Spesso accade che un bambino "in difficoltà", grazie all'utilizzo di una favola, usata in modo mirato proprio come metodo terapeutico, ristrutturati una sua visione di sé, del mondo, della vita e si ponga in maniera diversa rispetto al "già vissuto".

Quello che accade si chiama "riparazione" o "riprogrammazione del vissuto"; si entra così nelle convinzioni e credenze limitanti che si ristrutturano attraverso nuovi apprendimenti traslati dalla storia inventata. La capacità da parte del bambino di ascoltare ed immaginare nuove rappresentazioni positive all'interno di una fiaba/favola (che magari sembrava cominciare male ma poi...) gli consente di accettare come parte della realtà naturale, le sue paure e di modificarle affrontando le difficoltà con occhi nuovi, apprendendo che è possibile cambiare e seguire



i propri sogni. Credere nelle proprie capacità e potenzialità, che ci sono sempre anche se nascoste, vuole essere un lavoro a favore dell'autostima.

“Cento storie per cento disegni” nasce da qui: fare in modo che i bambini e le bambine che hanno “inventato” i disegni per questo libro possano sentirsi sempre più importanti e soddisfatti di se stessi.

È con queste premesse che ci poniamo quando scriviamo in modo terapeutico e mirato, con queste premesse e sempre con infinito amore.

Prof.ssa Daniela Poggiolini

*Psicologa, esperta in autobiografia narrativa, Costellatrice Sistemica Familiare,*

*Trainer in PNLt. e Direttore Didattico di IKOS*



# Cristal l'arcobaleno piu bello che c'è

Alessandra Myria Mirizzi

per Elena, 7 anni, di Altamura





C'era una volta e ancora c'è, un'isola incantata di nome Magisola.

Su quest'isola abitavano piante fatate, fiori colorati e magici; nell'acqua azzurra e brillante vivono due bellissimi pesci rosa che passavano le loro giornate nuotando fra rossi coralli e acque birichine.

Su quest'isola viveva anche Cristal l'arcobaleno che vi si era rifugiato dopo che nessuno durante una sua apparizione, si era accorto di lui. Tutto triste e sconsolato si era promesso che mai più nessuno avrebbe potuto rivedere i suoi splendidi colori: il suo verde, il suo viola, il suo rosa, il suo fucsia e il suo giallo sarebbero stati solo suoi. Non capiva perché non era stato visto, eppure i primi anni tutti si accorgevano di lui.

Un giorno Sole e Nuvola, passeggiando, sentirono qualcuno che singhiozzava, ma non vedevano nessuno. Cominciarono a chiedersi chi fosse, e di colpo una vocina timorosa rispose: "Sono io, Cristal!". "Cristal? Cristal chi?" domandarono in coro Sole e Nuvola "Cristal! L'arcobaleno!".

"Non vedo nulla. Di solito l'arcobaleno è sempre pieno di colori belli e vivaci, perché tu sei invisibile?" chiese Nuvola.

"Perché nessuno mi vede più, nessuno vede quanto io sia bello, così ho pensato che se fossi stato invisibile nessuno avrebbe sentito la mia mancanza", disse Cristal.

"Tutti sentono la tua mancanza Cristal" rispose Sole. "Non si può vivere senza l'arcobaleno perché è la cosa più bella che ci sia! Aiuta gli umani a sognare. Sono certo che tu sei bellissimo con i tuoi colori vivaci e che rallegri le giornate di tutti. Io che sono il Sole vorrei tanto essere un po' come te, vorrei lasciarmi coccolare dai tuoi colori, vorrei vedere con i tuoi occhi il mondo che tu guardi ogni giorno".

"Dite davvero?" chiese Cristal sorridendo timidamente e apparendo dolcemente nel cielo. Sole rimase a bocca aperta: quello che stava vedendo era l'arcobaleno più bello che avesse mai visto.

Nuvola chiamò gli amici pesci e tutti rimasero incantati a guardare Cristal l'arcobaleno più bello che ci sia!