

PICCOLA FARMACIA
DELL'ARTE



Benessere in pillole

Progetto a cura di Cristiana in collaborazione con Alessandra, Sara, Cristina, Laure, Agnese, Teresa, Valentina e Francesca.



1 Cos'è La Piccola Farmacia dell'Arte e a cosa serve

Benessere non è solo l'assenza di malattia, fattore ora più che mai vitale, ma è anche una condizione che coinvolge tutti gli aspetti della persona, in una continua ricerca di equilibrio che segue una visione totale e complessiva del sé.

Proprio in questi giorni è quindi importante nutrire e prenderci cura dei nostri cuori e delle nostre anime e vogliamo farlo insieme a voi con quello che ci è più vicino e che rappresenta la nostra quotidianità professionale, ovvero con l'arte, l'archeologia e tutto quanto appartiene alla cultura e al patrimonio culturale in senso ampio.

Da questo pensiero nasce *La Piccola Farmacia dell'Arte*: piccole pillole di benessere da utilizzare

sempre o ogni volta che sentiamo il desiderio di stare bene con il nostro corpo e con la nostra fantasia, da soli o insieme agli altri.

Naturalmente però, siccome la cultura è un farmaco potentissimo, non solo guarisce ma anche contagia beneficamente e quindi sarà necessario condividere e mettere in comune tutti i modi e le realizzazioni in cui ciascuno avrà trovato la sua personale medicina e vorrà diffonderlo virtualmente agli altri...

E come augurio di buoni auspici in un futuro prossimo, oltre alle attività da fare in casa, vi suggeriamo tutti i luoghi della cultura da noi gestiti, dove la cura potrà continuare, crescere e diventare più forte ed efficace.

PICCOLA FARMACIA
DELL'ARTE



2 Chi può utilizzare *La Piccola Farmacia dell'Arte*

La Piccola Farmacia dell'Arte contiene medicinali per tutti: piccoli medici-pazienti che si vogliono cimentare in giochi, piccoli racconti, realizzazione di piccole opere d'arte e quello che suggerisce la creatività di ognuno e che vogliono coinvolgere genitori, sorelle, fratelli, cani, gatti e tutti gli abitanti della propria casa.

3 Come prendere *La Piccola Farmacia dell'Arte*

Dosi raccomandate: una volta a settimana per quattro settimane di seguito; alla quinta settimana sospendere la cura e iniziare una cura di mantenimento con una nuova terapia, come da istruzioni successive.

Controindicazioni: nessuna.

4 Possibili effetti desiderati

- Miglioramento delle abilità manuali nell'incollare, ritagliare e costruire
- Perfezionamento della capacità di scrittura senza errori (o con errori non gravi)
- Potenziamento del tono muscolare con piccoli esercizi a corpo libero
- Costruzione di non convenzionali legami artistici con tutti i componenti della famiglia

La Piccola Farmacia dell'Arte favorisce e agisce sui fattori che inducono allegria e buonumore.

5 Come conservare *La Piccola Farmacia dell'Arte*

Si consiglia di conservare i medicinali in casa, in luoghi ben visibili ed accessibili a tutti. Possono essere esposti alla luce del sole. Temono la polvere.

6 Contenuto della confezione

Uno. Eccomi: questo sono io
Due. Vi presento la mia famiglia
Tre. La casa che abito
Quattro. Finestre sul mondo
+Uno. Gioca che ti passa!

Scatola n°1

PICCOLA FARMACIA
DELL'ARTE



Descrizione dei sintomi: La prima attività prende le mosse dalla prima parola di #lorestoacasa quindi mette l'attenzione sulla percezione del sé attraverso una piccola e semplice analisi dell'aspetto interiore ed esteriore.

Cura proposta: realizzazione di un “ritratto psicologico” dove il medico-paziente costruisce uno strumento di anamnesi del suo ritratto, a cui possa attribuire elementi positivi e negativi del proprio carattere.

Strumenti chirurgici: cartoncino a due pagine in cui a sinistra si realizza con alluminio una sorta di “Specchio delle Mie Brame” e a destra si interviene sul ritratto.

Medicinali di supporto alla terapia:

- Ritratto di Livia, Palazzo Massimo
- Antonietta Raphaël, Autoritratto con violino
- Mario Ceroli, Caio Mario, Palazzo Merulana

Luoghi consigliati per continuare la cura:

- Museo degli Innocenti, Firenze
- Musei Reali di Torino, Torino
- Palazzo Merulana. Roma
- MNR- Palazzo Massimo, Roma
- Museo Civico Antonino Olmo, Savigliano
- Antiquarium del Palatino, Roma
- Palazzo Reale, Napoli
- Museo Archeologico Nazionale di Napoli, Napoli
- Museo Salinas, Palermo

Eccomi:
questo
sono io



Io sono Antonietta

A. Raphael, Autoritratto con violino

Ciao a tutti, io sono Antonietta!

Peccato non possiate sentire la musica che sto suonando, sono una bravissima violinista, e forse non lo direste mai, ma sono anche una pittrice e una scultrice. Infatti, proprio perché mi diletto con la pittura, guardandomi allo specchio ho fatto questo autoritratto.

Prima di tutto osservate il mio sguardo: sono molto concentrata su quello che sto facendo, non voglio davvero sbagliare neanche una nota! Infatti, per carattere, io sono una persona molto precisa e meticolosa, in tutto ciò che faccio... i miei amici dicono che sono molto brava a suonare, io però non sono mai contenta, e quindi mi esercito tantissimo alla ricerca della perfezione, voi che dite, la troverò mai?

Ho gli occhi grandi di mia madre, di color verde foglia, me lo diceva sempre mio papà quando passeggiavamo tutti insieme nei boschi della lontana Lituania. E' proprio lì che sono nata.

Come potete vedere poi, ho dei lunghi e indomabili capelli rossi, mi piacciono molto perché sono ribelli proprio come me..

Nella mia vita infatti, mi sono trovata spesso in situazioni difficili che ho potuto sempre superare grazie al mio carattere forte e determinato. Sono anche una donna che non si è fatta condizionare facilmente dagli altri, e che ha seguito sempre il proprio istinto e i propri sogni. Queste mie caratteristiche provate a trovarle nel quadro: vedete come vi guardo dritto negli occhi? osservate poi come impugno decisa il violino!

Il violino è lo strumento che sto suonando per voi, e che mi ha fatto compagnia durante il lungo viaggio che mi ha portato fino a Roma. E' proprio in questa bellissima città che ho trovato l'amore, si chiama Mario e ci siamo innamorati subito a prima vista! Mario è stato un pittore, ed è grazie a lui che ho scoperto la mia passione per l'arte, per la pittura prima, per la scultura poi. Ho tanti bei ricordi degli anni in cui la nostra casa è stata un luogo di incontro per molti artisti, nostri amici, che venivano a trovarci. Ora non abitiamo più lì ma se vorrete venire a conoscere me e mio marito, potrete trovarci a Palazzo Merulana!



Io sono Caio Mario



M. Ceroli, Caio Mario

Ave piccoli artisti! Sono Caio Mario, un antico romano. Si lo so, non è facile riconoscermi, perché lo scultore che mi ha fatto questo ritratto ha voluto rappresentarmi così, mostrandovi non la mia vera faccia, bensì i tanti aspetti che caratterizzano la mia personalità, come tutti noi d'altronde, no? Secondo voi com'è il mio carattere? Guardando queste lastre, cosa vedete di me?

Io ero un generale, un uomo molto forte, coraggioso e deciso, un punto di riferimento solido e una guida per tutti i miei soldati. E' per questo motivo che lo scultore (anche lui si chiama Mario, proprio come me) ha preferito usare un metallo per realizzare quest'opera. Lui di solito preferisce il legno, ma nel bronzo ha trovato la durezza che gli serviva per rappresentare il mio carattere. Io però non ero solo

così duro e spigoloso, gli altri aspetti della mia personalità si affiancavano e sovrapponevano proprio come queste lastre. Se nel lavoro infatti dovevo essere rigoroso e severo, con la mia famiglia ero invece dolce e amorevole. Vedete nella parte alta della mia testa che forma stramba hanno le tavolette? Non vi ricordano forse qualcosa? Sono sicuro che già le abbiate viste sulla testa di qualche altra statua. E' una corona, ma non quella di un re, non una di quelle d'oro. La mia corona è fatta di foglie, e l'artista ha voluto metterla proprio sulla mia testa in bella vista per rappresentare il mio coraggio e il valore in battaglia. Se volete sapere di più di me, conoscermi meglio o vedermi da vicino, potete venire a trovarmi nella mia nuova casa.

Oggi continuo ad abitare a Roma ma in un elegante palazzo che non c'era ancora ai miei tempi: siete mai stati a Palazzo Merulana?

Io sono Livia

Ritratto di Livia Augusta

Mi chiamo Livia, anzi, per essere precisi, Livia Drusilla Claudia. Mi avete riconosciuta, vero? Come no! Sono stata la terza moglie dell'Imperatore Ottaviano Augusto, la prediletta, la più amata.. me lo diceva sempre che senza di me si sentiva perso ed in effetti la nostra storia d'amore sembra quasi un romanzo: ci siamo conosciuti ad una cena, in casa di amici comuni (succede ancora così, vero?) ed è stato amore a prima vista! Io ero già sposata e per di più aspettavo un figlio e anche Ottaviano era già sposato ma... fu un vero colpo di fulmine: siamo scappati insieme e ci siamo poi risposati nuovamente...pensate come è stato difficile averlo potuto fare nella Roma di tanti secoli fa! Ma insomma, è successo, e poi dopo sono successe tante altre cose che potete leggere nei vostri libri di Storia e che dovrete sapere o che saprete già, vero? Come dite? Sono troppo severa? Sì, avete proprio ragione: questo scultore mi ha rappresentato proprio come era il mio carattere... Vedete un'espressione seria con grandi occhi immobili, un naso dritto e una bocca che non sorride. Io ero proprio così: per tutta la vita ho sempre voluto essere il modello della donna Romana

tradizionale, una donna che stava spesso in casa (sì, stare in casa era considerato una grande virtù, proprio come ora!), che tesseva la lana per fare i vestiti da sola, che curava personalmente i suoi giardini (ho sempre avuto un pollice verde formidabile: ho inventato innesti e decotti di ogni tipo!) e che non seguiva le mode del momento. Ma fate attenzione alla parte superiore, guardatela bene: i capelli sono tirati lateralmente con due ciocche laterali e al centro c'è come un "nodo", come lo portava la mia nonna e la nonna di mia nonna. Eppure non è un'acconciatura semplice perché guardate in alto: vedete che treccia elaborata? Insomma: elegante e sobria, proprio come me, senza tanti fronzoli e smancerie di boccoli e tinture che tanto sono piaciuti ad altre donne dei miei tempi! Uffa però che tortura per una donna energica e dinamica come me stare ferma in posa tanto tempo per farsi fare un ritratto! Però, che dite, l'artista è stato bravo? A proposito, se passate al Museo di Palazzo Massimo, venitemi a trovare: vi riceverò nella mia bellissima sala da pranzo tutta azzurra dalle pareti dipinte con tutte le piante del mondo! Vi aspetto!!!



1 Ciò di cui avrai bisogno

Per realizzare il tuo autoritratto allo specchio:

- 1 cartoncino (meglio bianco)
- Alluminio (chiedi a un adulto, ti aiuterà a trovarlo)
- Matita, gomma e temperino
- Forbici e colla
- Colori (pastelli, pennarelli, colori a cera, acquerelli, tempere)



3 Ora sei pronto

Per iniziare il tuo autoritratto! Se vorrai, in copertina potrai inserire il titolo dell'opera. Buon divertimento, e non dimenticare di inviarci una foto del tuo capolavoro all'indirizzo di posta: redazione@coopculture.it inserendo #lorestoacasa alla fine di ogni uscita.



2 Per prima cosa

Dopo aver preparato tutto ciò di cui hai bisogno, piega il cartoncino a metà. Ritaglia l'alluminio della stessa grandezza della metà del cartoncino e incollalo sulla metà di sinistra (se sei mancino puoi incollarlo sulla metà di destra).

