



Sostieni una Borsa di Studio in E.C.E.L

Empathic Care of the End of Life





1

A te che leggi...

So che il tema della morte e del morire è spesso evitato, perché non si sa che fare o che dire, ci spaventa e non sappiamo come aiutare. Tuttavia, nulla è più certo da quando nasciamo. E credo che questo tu lo sappia in fondo, anche se nessuno dei tuoi cari è mancato. Spero, dopo aver letto questa lettera, che sentirai nel tuo cuore che anche il momento della morte ha un valore e che coglierai il nostro invito ad agire.

La missione della nostra ODV (Organizzazione Di Volontariato), infatti, è accompagnare gratuitamente le persone alla fine della vita, le loro famiglie e persino i loro curanti, secondo un metodo empatico, rigorosamente scientifico e insieme spirituale, ed è così universale da poter accogliere i morenti di tutte le credenze oltre ai laici. Tuttavia, le richieste di accompagnamento aumentano ogni giorno e ne prevediamo molte di più nel 2023, per cui ci serviranno nuovi volontari, che siano uniformemente preparati con una formazione completa.

Spesso, si rivolgono a noi persone con un'inclinazione naturale e una fortissima aspirazione a prestare la loro opera all'intero della nostra Associazione, ma prive dei mezzi economici per sostenere la formazione necessaria allo svolgimento di un efficace e sereno accompagnamento. Per loro, ogni anno finanziamo delle borse di studio presso l'Università Popolare In Corde Scientia di Torino per il corso in ECEL (Empathic Care of the End of Life, ossia l'accompagnamento empatico della fine della vita e del lutto, eticamente orientato alla compassione).

Perché tu conosca nei particolari il progetto a cui ti invito a partecipare, ecco la storia di chi ha ricevuto e messo a frutto una borsa di studio, e ora accompagna con noi:

Vi racconto la mia storia...

«Avere la possibilità di accedere alla formazione ECEL attraverso la borsa di studio di Tonglen è stato un grandissimo dono: ho scoperto "per caso" questo approccio durante la pandemia, e in esso non solo ho trovato una guida per elaborare lo stato di confusione e sofferenza profonda in cui mi aveva catapultata un duplice lutto, ma anche la motivazione per mettere al servizio di altri quello che questa formazione ha regalato a me.

Quello che è accaduto, è che ho potuto sciogliere anche tutti i lutti e le perdite che negli anni di volontariato animalista avevo rimosso, nascondendoli a me stessa perché ero priva di mezzi per accompagnare e per elaborare la sofferenza. La borsa di studio di Tonglen mi ha aperto le porte dei moduli che l'associazione prescrive ai propri accompagnatori, e poi, un po' come per le ciliegie, una tira l'altra... ho finito per seguire tutto il percorso dei 16 moduli; poi ho iniziato gli accompagnamenti con supervisione, e fra qualche mese conto di presentarmi agli esami.

ECEL è un approccio fortemente esperienziale, fondato sulle neuroscienze e su tecniche contemplative (meditative) raccomandate dalla tanatologia tibetana. Il metodo richiede rigore e costanza, ma fa nascere nel tempo un gran senso di gratitudine per ogni esperienza della vita, persino quelle più dolenti; una serenità, una gioia e una compassione che, come semi, vanno annaffiate e curate ogni giorno praticando, finché diventano incontenibili: non riesci a tenerle per te! Vedere la sofferenza che si trasforma mi riempie ogni giorno di meraviglia, e constato con i miei occhi non solo che oggi le mie molte perdite, se riecheggiano negli accompagnamenti del lutto di umani e animali in cui sono impegnata, lo fanno in una forma lieve, come se fossero sempre stati lì, in attesa dell'accoglienza profonda che le tecniche contemplative tibetane insegnate in ECEL mi permettono di mettere in campo. E vedo la sofferenza delle persone che accompagno decrescere pian piano, le vedo aprirsi nuovamente alla vita. Provo una profonda e infinita gratitudine per l'Associazione Tonglen, includendo tutti coloro, accompagnatori e accompagnati, che ne fanno parte, per questa grande opportunità».

(R.)

Unisciti a noi, investi in una borsa di studio!

Grazie di cuore per quello che farai, fosse anche solo una goccia.



Daniela Muggia

Presidente Tonglen ODV Torino

DONAZIONE CON BONIFICO BANCARIO

Intestato a: Tonglen ODV

Iban: IT05R0200830520000005194398

Banca: UniCredit Agenzia di Giaveno (TO)

DONAZIONE CON PAYPAL

Causale: Borse di studio

Lo scorso aprile abbiamo ricevuto una telefonata da parte di S., che chiedeva il nostro aiuto per sostenere il nonno nei suoi ultimi giorni di vita: un uomo molto anziano che, sebbene da 20 anni soffrisse grandi pene fisiche ed emotive a causa di una malattia, era sempre rimasto lucido e con il cuore aperto. Non apparteneva ad alcuna tradizione religiosa, né si era prefigurato un senso del “dopo morte”, sapeva di dovere (e persino volere!) lasciare questa vita e si sentiva solo nell’affrontare un viaggio tanto complesso. S. ci ha chiesto di accompagnarla ad... accompagnare. Eravamo in pieno lock-down, non era immaginabile un accompagnamento a casa di quest'uomo morente. Ma avendo attivato, fin dall'inizio del Covid, una forma di accompagnamento online, dove un team di 4-5 volontari sostiene ogni singolo caso, lo abbiamo proposto a S., che ha accettato subito.

Una borsa per S.!

Dopo pochi giorni S. ci ha detto che le sarebbe piaciuto approfondire, perché la rete di amore che aveva toccato con mano, e che malgrado le distanze geografiche avvolgeva lei e suo nonno, era una esperienza concreta e trasformativa, e lei sentiva di volerne essere parte, per dare, oltre che ricevere.

L'intento di S. era molto forte, e l'abbiamo indirizzata al corso ECEL, perché iniziasse a formarsi. In questi mesi S. ha cercato di mettere da parte il necessario per iniziare quel corso di studi, ma non sempre la vita ci sorride, soprattutto in questo delicato periodo storico.

Noi vogliamo investire su persone che hanno questa stessa motivazione, nel suo caso sbocciata dall'aver goduto di un accompagnamento ECEL totalmente gratuito, fino alla fine, durante il quale ha imparato pratiche meditative per *essere pace* lei stessa affinché il nonno morisse in pace, altre per accompagnare l'ultimo respiro, e ha acquisito altri strumenti ancora per "leggere" le fasi del morire e adeguare la comunicazione con il nonno man mano che l'avvicinarsi della morte la trasformava. **Noi desideriamo poter nutrire il suo bisogno di “esserci” per altri morenti, e consentirle di accompagnare con la consapevolezza, il calore e la competenza con cui lei e il nonno sono stati accompagnati.**

Abbiamo detto a S. che riceverà una borsa di studio, gettando il cuore molto oltre l’ostacolo, perché siamo certi che in te, e in altre persone come te, troveremo il sostegno economico necessario per realizzare questo sogno (che non è solo di S.!).

Prima che questo anno termini, ti chiediamo di gettare anche il tuo cuore insieme al nostro, oltre l’ostacolo, e di sostenere le nostre quattro borse di studio. Se continuerai a leggere, troverai tutti i dettagli e i costi di questo progetto.

Tra qualche mese ti racconteremo i risultati che i borsisti stanno conseguendo, sarai parte della loro storia e delle tante persone che questi nuovi volontari accompagneranno.

La loro storia...sarà anche la tua storia...



Come operiamo

Operiamo in equipe, per assicurare alla persona accompagnata e ai suoi cari la nostra presenza anche quando, essendo volontari, possiamo essere individualmente meno disponibili. I nostri non sono gruppi di auto-mutuo-aiuto, ma incontri dove il rapporto numerico è invertito: 4 o 5 accompagnatori preparati circondano la persona morente o in lutto, o che sta affrontando la perdita di un essere caro, umano o animale, come il famoso mantello (il "pallium", da cui deriva il nome delle "cure palliative"!) che avvolge perfettamente ciascun individuo, adeguandosi alla sua forma.

In questo ultimo anno abbiamo accompagnato più di cento casi, il che significa un numero significativamente più alto di persone: non solo il morente, ma i suoi cari, non solo l'animale, ma i suoi umani... oltre a innumerevoli casi di lutti gravi, determinati dalla pandemia, in cui non era concesso accompagnare i propri cari, che morivano da soli dentro agli ospedali o nelle RSA.

Gestiamo inoltre molte chat di elaborazione dei lutti, a cui le persone vengono indirizzate a seconda della tipologia dei medesimi: perdita di un figlio, lutto perinatale, perdita di un animale, lutto Covid... Qui le persone stanno imparando a mettere in comune le risorse e non solo il dolore, e anche da qui partono i nostri accompagnamenti.

Facciamo tutto questo e molto altro con pochissimi volontari effettivi, una trentina soltanto. Abbiamo bisogno di TE per formare altri volontari e garantire questo prezioso servizio, totalmente gratuito, a più persone. Potremo aiutarle INSIEME a TE!

[Approfondisci visitando la pagina del partner Università Popolare in Corde Scientia](#)

[Approfondisci i contributi all'esterno del metodo E.C.E.L](#)

Quanto valgono le nostre borse di studio?

Negli ultimi due anni accademici, Tonglen ha erogato a 8 aspiranti-accompagnatori borse di studio individuali per un valore complessivo di 3900 euro, garantendo la frequenza dei 5 moduli fondamentali per le basi della loro formazione, prescelti nel percorso professionalizzante E.C.E.L. (legge n. 4/2013) costituito da 16 moduli in totale. Sono peraltro fra i moduli più costosi, perché prevedono un monte ore maggiore e sono in buona parte svolti esclusivamente in presenza o addirittura in residenziale. Offriamo inoltre ai nostri futuri volontari, a seguito di quella formazione, ulteriori 50 ore di tirocinio in accompagnamento con la supervisione di accompagnatori Tonglen più esperti in collaborazione con i tutors forniti dall'Università Popolare In Corde Scientia. Questi 5 moduli sono al momento affidati a 6 docenti, tutti con lunga esperienza nell'accompagnamento della sofferenza.

Analisi dei costi

TESSERAMENTO ANNUALE OBBLIGATORIO (i moduli si svolgono a cavallo di due anni)	40 euro
Modulo n. 1 - in presenza: Basi scientifiche e basi tradizionali dell'accompagnamento empatico dalla separazione all'empatia...	160 euro
Modulo n. 3 - online: Il segreto della nostra resilienza e le antiche tecniche della compassione	210 euro
Modulo n. 6 - residenziale: Elaborare le proprie perdite secondo l'approccio empatico, per evitare che ogni nuova perdita scateni i lutti non elaborati	260 euro
Modulo n. 9 - residenziale: Il processo della morte nella visione tibetana: la dissoluzione degli elementi e la dissoluzione interna	260 euro
Modulo n. 14 online: L'accompagnamento empatico degli animali alla fine della vita	100 euro
TOTALE	1030 euro

1030 euro x 4 Borse di Studio = 4120 euro

Sostieni una Borsa di Studio!

Regolamento per l'accesso alle Borse di studio

- le borse di studio sono riservate ai soci Tonglen in regola con il tesseramento 2022 e poi 2023
- la selezione dei borsisti verrà effettuata ad insindacabile giudizio del Consiglio Direttivo di Tonglen ODV
- ogni borsista si impegnerà a frequentare i 5 seminari nell'anno accademico in corso e nel monte ore complessivo. Non saranno ammesse frequenze incomplete. In caso di particolari necessità legate alla contingenza della pandemia, si accoglie la possibilità, per chi non è riuscito a frequentare il Modulo 1, di frequentare al suo posto il Modulo 4
- ogni borsista si impegnerà a prestare 50 ore/anno per 2 anni di volontariato in mansioni associative varie, che siano in linea con le proprie attitudini e capacità, da concordare direttamente con il Consiglio Direttivo di Tonglen ODV
- in caso di impedimenti, il borsista si impegna a restituire a Tonglen ODV la borsa di studio per intero, così che possa essere interamente erogata ad un altro aspirante, fatto salvo il potere di Tonglen di decidere altrimenti
- il borsista si impegna a RISPETTARE IL CODICE ETICO della disciplina E.C.E.L. e quello dell'Università Popolare In Corde Scientia, di cui diventa socio (la quota associativa universitaria è inclusa nella borsa di studio).

Non aspettare, dona ora
per una Borsa di Studio!

DONAZIONE CON BONIFICO BANCARIO

Intestato a: Tonglen ODV
Iban: IT05R0200830520000005194398
Banca: UniCredit Agenzia di Giaveno (TO)

DONAZIONE CON PAYPAL

Causale: Borse di studio





TONGLEN ODV | Via Massena, 82 - 10128 Torino (TO) |

Tel: +39 339 44.05.961

Mail: segreteria@tonglen.it

C.F. 95569940018