

# Il giornale dell'ascolto

## Studi e ricerche sulla comunicazione e il Self-help

Periodico della Società dell'Ascolto

Anno XIV, n. 1

settembre 2012

*Direttore responsabile:* Dr. Eugenio Giommi

Registrazione n.5/98 del 30/11/98 presso il Tribunale di Prato

*Direttore:* il Presidente della Società dell'Ascolto

*Comitato di redazione:* Barbara Noci, Marta Sanesi, Isabella Turino, Mariella Pavani, Paola Zipoli

*Editore:* Associazione Società dell'Ascolto, Via S. Giovanni 4, 59100 Prato E-mail: info@ascolto.it www.ascolto.it

Chiuso per la stampa in data 1 Settembre 2012

### Servizio di segreteria e punto di ascolto.

Abbiamo istituito un servizio di segreteria telefonica per il numero 0574.580943 e un punto di ascolto funzionanti con i seguenti orari

Martedì e giovedì ore 10,30 – 12,30

Mercoledì ore 15-17.

Chiunque lo desidera può quindi telefonare in questi orari sicuro di avere una risposta e può anche recarsi direttamente presso la sede in Via Campolmi 5, primo piano (sul campanello Ascolto) e troverà qualcuno a cui chiedere informazioni e con cui comunque comunicare.

Riceverà notizie sulle diverse attività della Associazione attualmente in svolgimento:

**Gruppo di Ascolto Aperto**, il giovedì dalle ore 21 alle 23, ospitato dalla Associazione ARCA sdc, Via Giubilei 18, in Prato (Coiano). Chiunque desideri ascoltare ed essere ascoltato può venire nel gruppo, la partecipazione è libera e gratuita. I membri del Comitato Direttivo e i soci più esperti e formati garantiscono il rispetto dei principi e degli orientamenti dell'ascolto che aiuta, proposto dalla Associazione.

### Gruppo di auto aiuto sul sovrappeso

Si incontra il mercoledì dalle ore 21 alle 23, presso la sede di Via Campolmi 5, la partecipazione è libera e gratuita. Per informazioni e per poter prendere parte al gruppo telefonare alla dr.ssa Valeria Galmacci, cell. 349.5607304.

### Gruppo di auto aiuto sul lutto.

Si incontra nel pomeriggio del sabato presso i locali della parrocchia della Chiesa dei Cappuccini, Via Diaz. La partecipazione è libera e gratuita, per informazioni ed iscrizioni telefonare a Enrica Gallina, cell.339.7219604.

La associazione ha dato il suo patrocinio e la collaborazione ad un Corso di psico-educazione sul sovrappeso e la fame emotiva, organizzato e diretto dalla Associazione Società Italiana di Biosistemica che si terrà presso l'associazione ARCA il martedì alle 21 a partire da martedì 16 ottobre per 4 incontri. Il costo è di euro 60, Iva compresa, per l'intero corso. Docenti del corso dr. Eugenio Giommi, dr.ssa Valeria Galmacci, dr. Antonio Ciccirelli. Per informazioni dr.ssa Valeria Galmacci, cell. 349.5607304.



## Sommario

- Enrica Gallina, Parliamo di loro, Gruppo di auto aiuto sul lutto pag. 2
- Ornella Faggi Vaggi, Il gruppo di auto aiuto sul lutto pag. 2
- Sara Lazzarini, Mi ascolto nella mia prima esperienza di conduzione di un gruppo, pag. 2
- Paola Zipoli, Specchio, specchio delle mie brame... pag. 4
- Claudia Melli, Alcune divagazioni sulle "attività espressive" nei servizi, pag. 6

## “PARLIAMO DI LORO...”

Perché mettere su un gruppo sul lutto?

L'idea di mettere su un gruppo sul lutto non è partita dalla pancia come sarebbe per me normale, ma è esplosa dal cuore.

Mi sono trovata a rigirarmi tra le mani questa idea chiedendomi il perché.

Nel mese di marzo del 2009, dal 19 al 30, ossia in undici giorni, sono morte tre persone.

Il 19, Stefania, figlia di Franco e Leda, per un aneurisma, un attimo e non c'era più!

Il 26 è morta Rossella, amica del cuore da trent'anni, una breve malattia tumorale e non c'era più!

Il 30 marzo, Lorenzo, bello come il sole, lo volevo come genero, un incidente d'auto e non c'era più!

Mi sono trovata a frequentare la chiesa, tre messe solenni e per circa un mese e mezzo, il mio cervello era talmente attonito che mi sembrava di essere perennemente ubriaca.

Ti fai le solite domande che si fanno in queste circostanze, ti domandi perché proprio loro tre? Perché proprio loro che sono così giovani, così belli e che hanno (o avrebbero dovuto avere) tutta una vita davanti?

Non c'è una risposta, è così, punto!

Difficile da mandare giù!

Mi sono trovata faccia a faccia con i genitori di queste tre creature, ho mangiato il loro dolore e una cosa che mi ha fatto riflettere è che tutte si trovavano nella condizione di non avere un luogo dove poter esprimersi in pace.

Eh si: la morte è un tabù, se non se ne parla, non si rammenta, allora forse lei starà lontana da noi!

Non funziona così!

E allora all'idea che mi girava tra le mani ho voluto dare un volto, si mi sono detta, cerchiamo un posto e ..... PARLIAMO DI.....LORO.

Enrica Gallina

## SCRITTO DI ORNELLA

Ho partecipato per la prima volta al gruppo di ascolto sul lutto, più per accompagnare una amica che per convinzione, ero scettica.

Pensavo: ognuno ha il suo dolore, come può essere che capiscano il mio? Il mio stato d'animo, la sofferenza acuta, aspra, che provo?

Mi sbagliai su tutta la linea; ho trovato accoglienza, gentilezza, rispetto per il mio dolore, mi è venuto spontaneo raccontare il mio stato d'animo, la mia sofferenza, mi sono sentita rinata, il dolore condiviso, anche se rimane, è più leggero.

Ho riscontrato la loro bontà nell'accettarmi così

come sono, ascoltandomi con semplicità e serenità. Con gli incontri successivi ho avuto modo di approfondire la nostra conoscenza, ascoltare e capire anche la sofferenza degli altri, scoprire tante cose che ci accomunano, condividendole.

Dopo un anno dal mio primo incontro, sono contenta di far parte del gruppo.

Grazie a loro ho ritrovato un po' di serenità e voglia di andare avanti, consapevole che in qualsiasi momento di sconforto, di caduta di tono, loro sono lì per aiutarmi.....

e insieme possiamo farcela.

Ornella Faggi Vaggi

Corso di Educazione all'Ascolto a Lucca.

## **MI ASCOLTO, NELLA MIA PRIMA ESPERIENZA DI CONDUZIONE DI UN GRUPPO**

Frequento a Prato il secondo anno del corso di Counseling Biosistemico, ed un bel giorno Raffaella, una compagna di corso, mi propone di organizzare un Corso di Educazione all'Ascolto (CEA) a Lucca... cado dal pero, farfuglio, deglutisco, non ho mai condotto nessun corso, nessun gruppo, ma poi mi dico: "perché no? prova ad uscire un attimino dal guscio, Saretta! Tanto c'è Raffa!"

Il CEA si propone di sensibilizzare le persone all'importanza dell'ascolto, sia di se stessi che degli altri, per migliorare le nostre capacità di ascoltare ed anche per riuscire ad ottenere l'ascolto che desideriamo.

Penso che se ognuno di noi imparasse davvero ad ascoltare, se stesso e gli altri, migliorerebbe la percezione e la conoscenza del proprio sé, e migliorerebbero anche le relazioni interpersonali, da quelle più intime e profonde a quelle sociali. Nell'ascoltare l'altro, ad esempio, può succedere che crediamo di ascoltarlo, ma in realtà ascoltiamo solo ciò che dell'altro risuona dentro di noi; così facendo rischiamo però di ascoltare noi stessi attraverso l'altro, mescolando ciò che è suo e ciò che è nostro, ed operando un vero e proprio taglio alla totalità di ciò che invece l'altro

vorrebbe trasmetterci.

Di conseguenza, credo che se ognuno di noi imparasse davvero ad ascoltare se stesso e gli altri, migliorerebbero macroscopicamente tutti i tipi di relazione all'interno della società, della politica, del mondo, e saremmo circondati da più accoglienza e calore umano, e da meno conflitti.

Credo quindi nel valore e nell'efficacia di questi corsi, e l'idea di poter gettare un piccolo seme nel giardino dell'ascolto, non mi è parsa altro che fiorente. Così eccoci al primo dei 5 incontri, arrivo agitata, mi sento frenetica, apro e chiudo le mani, non riesco a star ferma, "stropiccio" un'amica, faccio respironi. All'ora di inizio siamo una ventina, quasi tutti conoscenti miei o di Raffaella, ma appena ci sediamo in cerchio, entra un'altra decina di persone: e chi sono questi? perfetti sconosciuti ad entrambe. L'emozione sale, siamo in 33, mamma mia quanti! dobbiamo organizzarci per far entrare tutti nel cerchio, sorrido, e sfrutto questo tempo per centrarmi e concentrarmi, perché il discorso introduttivo tocca a me. Ci sediamo, cala il silenzio, 62 occhi che ci guardano, vado in apnea, guardo Raffaella, prendo aria e comincio a parlare. Mentre parlo mi ascolto, e mi accorgo di essere un po' tesa, ma tutto sommato tranquilla: le gambe non ballano più, il busto è proteso in avanti verso il gruppo, e con le mani gesticolo leggermente; il respiro è regolare.

Dopo che il gruppo ha esposto le proprie aspettative (per lo più tanta curiosità e voglia di migliorare nell'ascolto), la mia ansia da prestazione comincia a farsi sentire prepotente, mi sento vibrare dentro, come la corda pizzicata di una chitarra che lascia il riverbero, e glop, deglutisco il boccone delle aspettative altrui.

La prima attività che proponiamo consiste nel camminare in silenzio, liberi nello spazio della stanza, ascoltandosi. Visto che la conduce Raffaella, partecipo anch'io, per vedere se mi

sciolgo un po'. Sento la tensione, mi sembra di camminare con un macigno sulle spalle e me lo tengo addosso fino alla fine dell'esercizio, quando oltre ad ascoltarci, possiamo interagire con gli altri: allora mi alleggerisco, abbraccio e vengo abbracciata, sorrido, faccio gesti, e il macigno se ne va.

Nella seconda attività facciamo dividere a coppie, e l'indicazione è di presentarsi all'altra persona. Tutto scorre liscio fino alla condivisione di gruppo, quando V. prende la parola: dice di aver parlato solo lei, perché F. è timido, e che lei glielo ha detto un sacco di volte di "buttarsi", perché così poi si sblocca. Vado in panne, oddio ora che dico? provo con un semplice "ok V., ma tu?" sperando che capisca che sto riportando la sua attenzione su se stessa e su ciò che ha provato lei durante l'esercizio, ma mi risponde: "eh, io glielo dico che deve buttarsi!". Mi si bloccano le parole, ho mille frasi che mi frullano in testa, ma non ne esce neanche una, così lascio che l'intervento di V. scivoli via, non sapendo far altro che incrociare le dita, nella speranza che anche gli altri lo lascino scorrere. Ora capisco che avrei anche solo potuto ripetere le "regole" del parlare solo di se stessi, e del non dare consigli.

Arriviamo ai saluti finali, Raffaella chiede se qualcuno vuole lasciare qualcosa nel cerchio, e portarsi via qualcos'altro: io lascio l'emozione che avevo prima di cominciare, e porto via il calore del gruppo, perché anche se ho poca esperienza di gruppi, mi sembra di essere stata parecchio fortunata con questo.

Prima di andarmene mi do un ultimo ascolto: sono elettrizzata, piena, al contempo leggera, come un palloncino gonfiato con elio; sto davvero bene, ed ora non resta altro che aspettare il feedback del prossimo incontro... in quanti torneranno? e mentre me lo chiedo, faccio un bel respirone.

Sara Lazzarini

## SPECCHIO, SPECCHIO DELLE MIE BRAME...

Esperienza con l'utilizzo dello specchio nel corso di formazione in Counseling Biosistemico di Prato, Maggio 2012

Abbiamo l'intera mattinata per sperimentare e fare esperienza di noi, di quello che siamo, di come ci vediamo, di cosa vedono gli altri e di scendere più in profondità, se lo vogliamo.

Prima di sperimentarci di fronte allo specchio propongo alcuni esercizi corporei che iniziano a dare il senso di noi, del nostro corpo, della nostra forma.

il gruppo si dispone in un grande cerchio, come è la nostra consuetudine poi in modo casuale si formano delle coppie uno di fronte all'altro e iniziamo a fare un piccolo massaggio mentre ognuno dice brevemente come sta, come si sente, cosa si aspetta. Le coppie poi si danno il cambio così che colui o colei che ha ricevuto il massaggio a sua volta lo può restituire al compagno/a.

Poi sperimentiamo l'auto-massaggio, ognuno, libero di decidere se in piedi o sdraiato, entra in contatto con il proprio corpo massaggiandosi come, dove e con l'intensità che desidera e ascoltando cosa accade. Completiamo questo momento con degli allungamenti, piegamenti, stiramenti, insomma siamo pronti per l'inizio del lavoro.

L'esercizio si svolgerà a coppie e scelgo una modalità diversa per trovare il partner con cui lavorare, non ci sceglieremo guardandoci negli occhi o chiedendo a qualcuno di lavorare insieme, questa volta lasciamo che sia il corpo a scegliere, lo faremo ad occhi bendati ed in silenzio.

Le persone si bendano gli occhi e dopo averli un pò "disorientati" li invito ad andare in giro per la sala e quando incontreranno qualcuno potranno toccarsi, esplorarsi e sentire se la persona che hanno incontrato è la persona con la quale vorranno condividere l'esperienza che seguirà. L'invito è ascoltarsi e sentire se il corpo che incontriamo è quello con il quale vogliamo condividere l'esperienza dello specchio oppure se ci va di continuare, alla ricerca di altri corpi.

Camminare bendati è una esperienza molto forte e profonda e se da un lato ci permette di essere meno condizionati dalle regole sociali nello scegliere o non scegliere, dall'altro per alcune persone può essere un motivo di non tranquillità.

C. esprime questa sensazione di disagio e le propongo di non bendarsi, di rimanere ad occhi chiusi, se le va, ed io le rimarrò vicino fisicamente mentre lei gira nella stanza, C. accetta, si sente

rassicurata, fa la sua esperienza e sceglie il suo compagno/a.

Le coppie si sono formate ed ogni coppia sperimenterà il suo essere di fronte allo specchio ascoltando quello che succederà.

Prima di fare questo però propongo un'ulteriore esperienza che è quella utilizzata nel Metodo Feldenkrais: dopo aver deciso tra loro chi sarà il soggetto per primo, l'accompagnatore toccherà il corpo del proprio compagno/a in modo da farle/gli percepire il suo contorno, lo toccherà come se volesse farne il calco, in modo che la persona che riceve possa avere l'immagine del suo corpo evocata dal tocco delle mani del proprio compagno/a.

Dopo questa esperienza chi ha ricevuto il tocco potrà posizionarsi davanti allo specchio e risponderci alle domande: come sono, chi sono, cosa vedo, cosa vedono gli altri? Quando l'esperienza sarà terminata sarà allora il turno del compagno/a di ricevere il "calco" e fare poi l'esperienza davanti allo specchio.

Per fare questo esercizio ho diviso il grande specchio che occupa tutta la parete della sala con delle strisce di carta larghe circa 50 cm in modo che ognuno degli allievi avesse la sua porzione di specchio ed il compagno potesse essere vicino a chi fa l'esperienza con il suo ruolo di sostegno, di accompagnatore, come nel percorso di counseling, come un counselor.

Vengono dati circa 20 minuti di tempo alla persona davanti allo specchio per fare questa esplorazione che, a seconda dei casi, sono stati lunghi o brevi come poi abbiamo appreso durante la condivisione in gruppo che abbiamo fatto al termine del lavoro.

La condivisione è stata molto profonda e significativa, i feedback sono stati emozionanti e coinvolgenti, tutti hanno voluto condividere con i compagni/e quanto è emerso da questo incontro con se stessi tant'è che abbiamo pesantemente sforato l'orario della lezione, saltando la pausa, ma questo non è pesato a nessuno!

Per completare il senso dell'esercizio svolto in questa mattinata trascivo alcuni feedback che sono stati dati e per proteggere la riservatezza delle persone che li hanno scritti, i loro nomi sono indicati solo con l'iniziale.

Feedback di C

C.: " La mattina quando sono arrivata con un carico emotivo già abbastanza elevato, mi sentivo fragile e quando mi sono guardata allo specchio ho visto per la prima volta nella mia vita tutta la mia fragilità di donna, è stato come se mi fossi vista per la prima volta davvero in profondità. All'inizio avevo paura di guardarmi e poi l'ho fatto e ho sentito forza e

fragilità insieme, è stato come aver visto una nuova C. tutta da scoprire e mi sono emozionata.....

Ho sentito profondamente di aver abbandonato una parte grande della mia rigidità, della mia corazza che per lungo tempo mi ha difeso dalle dure prove della mia vita... e che al tempo stesso ha bloccato pesantemente l'espressività di me stessa. Quando sono andata a pranzo sono stata poco bene fisicamente, avevo un dolorino sul plesso solare, proprio nel centro, sopra la bocca dello stomaco, la grandezza era quella della punta di un dito, infatti ce l'ho tenuto e ho provato a spingere e a lasciare per sentire cosa provavo. Dopo questo momento di grande fragilità mi sono sentita diversa... sento che qualcosa dentro di me è cambiato in modo profondo.

Pensandoci ed ascoltandomi, credo che prima, (in passato) ho sempre rifiutato di provare e di sentire questa mia fragilità... questa volta invece è stato diverso perché l'ho ascoltata, l'ho sentita, l'ho vista (con lo specchio) parte di me e l'ho accolta ed amata.

Ti ringrazio per avermi accompagnato in questa bellissima esperienza di me."

Feedback di S.

"Mi diverto a stare bendata, giro per la stanza, sento la tranquillità dentro di me, che invece non mi apparteneva proprio da bambina, quando non volevo giocare a mosca cieca per paura di ritrovarmi a vagare al "buio" per chissà quanto tempo senza trovare nessuno, mi spaventava il buio e pure il dover cercare gli altri da sola.

Girottolo per la stanza con le braccia protese in avanti alla ricerca di corpi da toccare, ne trovo uno, ci esploriamo e alla fine ci salutiamo; ne trovo un altro, sento le sue braccia morbide, mi piace già, credo sia una donna ma ancora non ne sono mica molto sicura, non riesco proprio a capire chi sia, continuiamo nella reciproca "perlustrazione" ma so già che mi piace. Finalmente capisco che è C, sarei contenta di farci l'esercizio insieme e mi fa piacere quando sceglie di restare con me. Decidiamo che sarò la prima ad andare di fronte allo specchio; l'esercizio mi piace e non mi spaventa: lavoro quotidianamente in palestra davanti agli specchi e sento di non avere nessun problema a guardarmi. Per questo non mi proteggero e vado a specchiarmi con le difese calate, nuda direi, tranquilla nell'aver davanti a me la mia immagine. La mappatura che mi fa C mi lascia bene addosso la percezione del mio corpo, ma quando arrivo di fronte a me stessa non riesco a vedermi, è come se fossi davanti ad un quadro tridimensionale con tutti i puntini e non riuscissi a mettere a fuoco l'immagine. Mi sento spaesata, non

capisco perché. La prima cosa che vedo sono le mie mani: le vedo grandi (nonostante sappia bene di avere mani piccole), solide, mi piacciono, mi viene voglia di ringraziarle. Provo ad usare il "grandangolo" e mi accorgo che non riesco a guardare sopra le mie spalle, come se fossi senza testa: ogni volta che mi guardo il viso mi si sfoca l'immagine. Continuo a guardarmi, mi sforzo, voglio vedermi ma davanti a me ho una figura evanescente, ne vedo i contorni ma è sfocata, come se mettere a fuoco il corpo mi distogliesse dal guardarmi dentro e non lo volessi. Mi concentro sul viso, sono testarda e ho deciso che voglio vedermi. Ce la faccio, ma che fatica sostenere il mio sguardo, e all'improvviso mi arriva una domanda: sarà forse che non voglio vedermi per paura di stravolgere l'immagine interiore che ho di me, per paura di vedere ciò che non mi piace di me stessa e che faccio fatica ad affrontare, e non perché vedere il mio corpo mi distoglie dal guardarmi dentro? Ri provo a guardarmi negli occhi, ma proprio non ce la faccio, sento che come incontro il mio sguardo vado in profondità e la prima reazione è distoglierlo.

L'esercizio mi lascia un pò scombusolata, è stata veramente una sorpresa non essere riuscita a vedermi. Nella condivisione con C focalizzo un po di cose, capisco che è proprio che non voglio entrare in contatto con i lati del mio carattere che non mi piacciono, non era paura di vedere il corpo ma ciò che ci sta dentro. Focalizzo, ma resto disturbata, è come se avessi delle macchiette nere in testa, provo a cancellarle ma restano: le macchiette sono il rifiuto di ciò che non mi piace di me.

Grazie alla chiacchierata con F di qualche giorno fa e grazie al fatto che sono in coppia con C che in gruppo condivide sempre, stamani riesco a condividere pure io con tutti quanti.

Sono contenta, sento di aver fatto un passettino in avanti nel mio viaggio di "maturazione".

La voce calda di P mi accoglie e mi accompagna dolcemente e quando mi chiede se ho voglia di provare a riguardarmi nello specchio mi viene subito da dire "no", ma mi prendo un attimo di tempo prima di rispondere. Cosa può succedere se torno davanti allo specchio? al massimo continuerò a non vedermi; così decido di accogliere la proposta. Mi accompagna C e con lei mi sento più protetta, meno indifesa di fronte a me stessa e al mio timore di mettermi a nudo davanti a tutti.

Sono di nuovo davanti allo specchio e stavolta mi vedo, cerco subito gli occhi e appena sostengo lo sguardo mi si apre un'autostrada che mi porta dentro di me: è un tunnel con le pareti nere ma

luminose, scintillanti, che mi fa arrivare a contatto con i lati del mio carattere che non mi piacciono e che normalmente rifiuto; ora però non ho paura di loro riesco a guardarli e ad accettarli, senza l'impazienza di volerli cambiare tutti e subito ma anzi con la consapevolezza di aver intrapreso un bel cammino di maturazione e con la fierezza di aver già fatto passi avanti"

Paola Zipoli

“Nel rendere conto della densità e continuità del mondo che ci circonda il linguaggio si rivela lacunoso, frammentario, dice sempre qualcosa in meno rispetto alla totalità dell'esperibile”.

(I. Calvino, *Lezioni Americane*, Mi, Mondadori, 1993, pag. 82)

*Presentai queste riflessioni a un convegno che si tenne a Modena nel 1998 sulle attività espressive nei servizi. Poiché gli atti non furono pubblicati, mi fa piacere rispondere all'invito di Roberto Giommi riproponendole così come le dissi allora, seguite ora da una breve nota.*

Alcune divagazioni sulle “attività espressive” nei servizi.

*Sogno di vivere una vita bella, vivo bene una vita brutta.*

Forse qualcuno di voi ha visitato la mostra *DISPARTE* che si è tenuta nell'ottobre scorso ai chiostri di San Pietro a Reggio Emilia, “un progetto fra arte e cultura dell'emarginazione”, dove era esposto tra l'altro il contenuto della valigia di Bernardo Quaranta, barbone genovese. La valigia, unica sua proprietà, conteneva tanti foglietti con i suoi scritti, poesie e pensieri.

“*Sogno di vivere una vita bella, vivo bene una vita brutta*” è uno di questi suoi scritti. Chi di voi ha visto lo spettacolo “*Barboni*”, che la compagnia di Pippo Delbono e Pepe Robledo ha messo in scena insieme a barboni ed ex ricoverati del manicomio di Aversa, ha sentito queste parole, dette da Pippo Delbono, che ha costruito questo spettacolo in un periodo critico della sua vita.

Questo pensiero mi ha riportato alla mente un ricordo. Un uomo in cura da tempo presso il servizio psichiatrico, dopo aver partecipato ad un laboratorio teatrale che avevamo tenuto per tre

anni con il regista Alessandro Tognon, mi disse: “La mia vita non è come l'avrei voluta: avrei voluto una famiglia, dei bambini da portare a spasso insieme al cane. Non ho niente di quello che avrei voluto. Ma dopo il teatro, mi accorgo che adesso apprezzo delle cose piccole che ci sono nella mia vita.”

Il filo che mi porta ad avvicinare queste “storie di vita” passa attraverso la semplicità con cui viene detta la nostalgia per una vita bella che non c'è, e il movimento del piacere estetico che rende possibile la vita buona.

Parlo di “movimento” perché sentiamo che c'è un passaggio non detto: uno spostamento del punto di vista e di ascolto, che illumina di una luce diversa tempi e spazi di vita, facendoli sentire diversamente e rendendoli amabili<sup>1</sup>.

Devo a questo punto dichiarare che non sto parlando di “attività espressive” e non sto parlando di servizi.

Sto parlando di “funzione estetica”, se possiamo chiamarla così, e sto parlando di “marginali”: un barbone, che ha vissuto da marginale, al di fuori dei circuiti istituzionali; una compagnia teatrale che ha ricevuto per questo spettacolo il premio Ubu, uno dei premi più prestigiosi del teatro di ricerca, ma è tuttavia marginale rispetto all'istituzione teatrale; un uomo che vive una condizione di marginalità perché malato, e per lo stesso motivo è fruitore dei servizi psichiatrici.

Trovo interessante percorrere questa strada - anche se ci allontana un poco dal tema - perché ci introduce dentro alla questione estetica.

L'estetica - dal greco *αἰσθητική*, *conoscenza sensibile* - ha a vedere con il sentire, il percepire, tocca direttamente il corpo: pensiamo all'emissione della voce, e all'orecchio a cui arriva; al movimento che lascia la traccia della matita o del colore, e allo sguardo che la raccoglie; al gesto dell'attore, e alla visione (ma anche alla postura) dello spettatore, alla mano che scrive, alla voce che legge.

Questi segni - una macchia di colore, un gesto, un suono, la propria nota anche stonata - ci attraversano percorrendo canali sensoriali diversi e ci toccano talora con un'intensità particolare: riconosciamo un frammento di verità, in cui possiamo leggere un piccolo racconto, un piccolo segreto che ci viene mostrato.

Jean Dubuffet, il grande artista informale che raccolse nel corso della sua vita pezzi d'arte di

<sup>1</sup> J.P. Changeux, vedi in proposito: *Ragione e piacere*, Cortina Ed., Milano 1995.

barboni, di schizofrenici, di artisti *irregolari*, al di fuori dei circuiti tradizionali - pezzi che sono andati a costituire il Museo di Art Brut di Losanna - scrisse: "*L'arte è davvero un grande incantesimo per l'uomo. Il bisogno d'arte è per l'uomo un bisogno affatto primordiale, almeno quanto il bisogno di pane, e forse di più. Senza pane l'uomo muore di fame, ma senz'arte muore di noia ... pensate soprattutto alle arti senza nome - fortunatamente sino ad oggi non hanno avuto un nome, non ci si è ancora accorti che è proprio di arti che si tratta e così si sviluppano e proliferano liberamente - dico l'arte di parlare, l'arte di camminare, l'arte di soffiare il fumo della sigaretta con grazia o disinvoltura. L'arte di sedurre. L'arte di ballare il valzer, l'arte di cuocere un pollo. L'arte di dare. L'arte di ricevere.*"<sup>2</sup>

Il suo è un punto di vista radicale: ci aiuta a non nascondere le contraddizioni, a tenere viva la problematicità del nostro tema, e anche a non smettere di cercare l'incantesimo.

Tuttavia questa idea di arte non è la più abituale.

Nei servizi ci siamo detti molte volte che non possiamo parlare di arte: l'arte è del tutto indipendente dal fatto che chi la produce si trovi o meno ad usufruire di un servizio. (Nel manifesto della prima grande esposizione di *art brut* che ebbe luogo a Parigi nel 1949 sta scritto: "*Non esiste arte dei folli (potremmo dire la stessa cosa per i tossicodipendenti o per gli anziani) più di quanto non esista arte dei dispeptici o dei malati di ginocchio.*" D'altra parte possiamo osservare quotidianamente che non ci danno garanzia in proposito neppure i luoghi istituzionalmente deputati alla rappresentazione artistica nelle sue diverse forme.)

Pertanto ci siamo abituati a usare convenzionalmente il termine "attività espressive", che tuttavia rischia di essere riduttivo, in quanto pone fortemente l'accento sul fare: ci parla dell'estrinsecare, del rivelare, senza evidenziare il processo comunicativo, e cioè quello che avviene intorno alla persona che "esprime" e il ritorno alla stessa persona.

Il ritorno può essere di parole, ma non solo: è un ritorno di sensibilità, di ascolto, di sguardo, di posture, di respiro: segni, a loro volta, di una risonanza.

(E Bernardo Quaranta con la sua valigia di scritti? Posso pensare che impreziosisse talora i suoi incontri con la lettura, o che coltivasse un invisibile lettore interno a cui indirizzarle).

I servizi - a seconda della loro impostazione (le

<sup>2</sup> J. Dubuffet, *I valori selvaggi*, Feltrinelli, Milano 1971, pp.27-28.

teorie e le ideologie sono tante) e degli obiettivi che si prefiggono - colorano, accentuano, coniugano diversamente la soggettività e l'intersoggettività, il dentro e il fuori, dentro e fuori la persona, ma anche dentro e fuori l'istituzione; privilegiano la relazione nel gruppo o la socializzazione nei contesti di vita per così dire normale.

La Corale Arcobaleno, al cui decennale dobbiamo questo incontro, può vantare la sua lunga vita grazie anche alla capacità di adattarsi al cambiamento dei tempi e dei servizi, che vuol dire anche cambiamento delle persone che ne fruiscono e cambiamento delle persone che ci lavorano.

Mi fa piacere raccontarvi come nacque. Fu grazie ad alcune casualità a cui mi parve utile, d'accordo con l'équipe di cui facevo parte, dare una forma<sup>3</sup>.

Una signora che stava molto male passava lunghi e frequenti periodi in cui non comunicava: sembrava che si fosse eretto un muro, dietro al quale si muovevano allucinazioni terrificanti. Un giorno scoprii che, benché la barriera sembrasse insormontabile, c'era una materia sottile capace di attraversarla: il canto, alcune canzoni e alcuni pezzi d'opera in particolare.

All'incirca nello stesso periodo un giovane con un handicap mentale mi raccontava il suo desiderio di partecipare a un gruppo musicale. Girava per il centro della città con una valigetta molto professionale, che conteneva almeno una (spesso anche due o tre) armoniche a bocca.

Claudio Cavallini si presentò al servizio in cui allora lavoravo, proponendo la costituzione di un gruppo musicale. Ci parve una buona idea, nonostante i problemi di ordine amministrativo, e da una breve inchiesta informale risultò che le persone che desideravano partecipare erano numerose.

I primi tempi furono molto informali, con un certo andirivieni di persone esterne al servizio: la conduzione artistica di Laura Polato, che lavorò con noi nei primi anni, consentì di governare la situazione grazie alla sua particolare capacità e creatività musicale. Ci trovavamo in una sala della circoscrizione del Centro Storico: il nostro scopo era fare una cosa piacevole e "normale", di carattere culturale, in un ambiente "normale".

Poiché i "normali" sembravano prendere un poco alla leggera questo impegno, decidemmo in un secondo tempo di riservare la partecipazione agli utenti del servizio, dando così maggiore

<sup>3</sup> Sono molto riconoscente a Francois Jacob, biologo e premio Nobel; mi capita spesso di riferirmi al suo pensiero come a una guida epistemologica. Vedi in particolare *Evoluzione e bricolage*, Einaudi Torino 1978

protezione e regolarità al gruppo.

Avevamo cominciato ad affiancare al lavoro di gruppo anche alcuni percorsi musicali individuali. Claudio Cavallini cominciò a tessere una rete di relazioni con altri gruppi musicali, con cui si promuovevano momenti di incontro, talora anche con un piccolo pubblico.

L'epoca della socializzazione come parola d'ordine stava finendo, e chiudevano per tutti, non solo per noi, spazi che erano stati di socialità e di solidarietà. Ci trasferimmo al Centro Diurno che stava aprendo: la Corale Arcobaleno aveva ormai una storia di relazioni e di regole, era in un qualche modo una piccola società; mantenevamo momenti di socialità all'esterno nella circoscrizione di via Viterbo, con cui potemmo per un periodo studiare modi diversi di integrazione per le diverse attività (non c'era più soltanto la Corale: avevamo avviato altre attività, pensando tra l'altro che è bene che il canto, benché molto benefico, non venga prescritto come una medicina).

Da qualche anno mi occupo di altri problemi in altra sede. Sento che la corale ha preso nuove strade, che è andata ad un programma televisivo. Io non condivido questa iniziativa, perché l'aspetto in cui la corale non è cresciuta molto è quello artistico: per questo mi sembrano buoni i momenti di incontro con un piccolo pubblico, che sono soprattutto uno scambio di comunicazione (ricordo occasioni in cui coinvolgevamo il pubblico nel canto), di energia, e di riconoscimento.

Presumo tuttavia che chi ha attuato questa iniziativa, che io considero scarsamente adeguata, ne abbia valutato aspetti positivi che ha trasmesso al gruppo.

Vi ringrazio per avere dato spazio a questi miei ricordi e considerazioni.

Mi piace pensare che questa giornata formale rappresenti la parte più visibile di una rete di scambi che si sta tessendo; mi auguro di rivedervi in maggio al Teatro Dadà di Castelfranco o in giugno al Teatro Storchi di Modena, dove nella rassegna rispettivamente *Teatro per Amore* e *Teatro di classe*, potremo assistere allo spettacolo che nasce dal progetto Teatro e Handicap<sup>4</sup>.

Claudia Melli

<sup>4</sup> Il progetto, che ho elaborato e avviato in qualità di Responsabile dell'Area Handicap Adulto del Distretto di Modena, ASL di Mo, è stato presentato al pubblico con queste parole, che mi sembrano tuttora attuali: *E' possibile che un limite diventi il punto di partenza per una avventura creativa? Quale è il mio limite? E il tuo? I componenti del gruppo sono partiti dai limiti reali di ciascuno, alla ricerca di un'espressività verso un altro esterno al gruppo, lo spettatore.*

Nota

*Il convegno si tenne a Modena nell'aprile 1998, in occasione del decennale della Corale Arcobaleno, cui avevamo dato avvio nell'ambito dell'équipe del Servizio di Salute Mentale, in cui avevo lavorato come psicologa fino al 1995: sono passati quattordici anni, tuttavia penso che queste divagazioni, che anche allora – pur nell'espandersi degli strumenti espressivi nei servizi – erano in qualche modo di nicchia, possano offrire ancor oggi elementi di riflessione.*

*I tempi sono cambiati.*

*La critica alla partecipazione televisiva della Corale, per quanto mi riguarda, permane: preservare la qualità è anche valutare il livello di esposizione sostenibile, e insieme i processi culturali indotti. Lo schermo televisivo degli anni 90, ai cui infelici epigoni assistiamo troppo spesso tuttora, presentava un quadro piatto, azzerava i microprocessi di percorso, esponeva come stupefacente il cantare insieme da parte di persone caricate da diagnosi psichiatrica: difficile in quel contesto evocare le arti senza nome di cui ciascuno di noi può essere portatore, e invitare gli spettatori al grande incantesimo.*

*I tempi sono cambiati: non so se la valigia di Bernardo Quaranta ha conosciuto maggiore notorietà, e forse non molti hanno vissuto la commozione di vederla e il desiderio di toccare i piccoli pezzi di carta scritta; certamente l'hanno conosciuta le sue parole: la compagnia di Pippo Del Bono è entrata a far parte del Pantheon teatrale e ha portato nel mondo i suoi spettacoli, sia nuovi che in retrospettiva.*

*Halle Saint Pierre a Parigi da alcuni anni sta dedicando importanti esposizioni ad artisti brut nel mondo – quest'anno l'esposizione è dedicata ad artisti italiani.*

*Ho lasciato nel testo l'invito conclusivo allo spettacolo del progetto Teatro e Handicap perché mi fa piacere ricordare che, benché dal 1999 io me ne sia andata da Modena, la compagnia Cicabùm, nata nell'ambito del progetto, è tuttora viva e attiva, si presenta tutti gli anni al pubblico modenese con un nuovo spettacolo e ha attivato scambi con compagnie straniere.*