

PREFAZIONE

Ai capitoli di Fay Prendergast sulla dramaterapia
Ai capitoli di Elisabetta Ronco sulla musicoterapia

Sono dramaterapeuta da più di 25 anni e scrivo questo libro per divulgare ciò che ho imparato dalla gente che veniva da me per terapia o per formazione. Li ringrazio tutti con umiltà e gratitudine. Sono stata preparata ad essere in grado di apprendere da queste persone dall'insegnamento, per me fondamentale, di Sue Jennings e di Kedzie Penfield e dall'appoggio intellettuale e l'incoraggiamento di Ann Cattanach, a cui sono anche infinitamente grata.

Con la maggior parte dei miei clienti, il primo compito è stato quello di aprire canali di comunicazione.

Ho lavorato con molte persone che non erano in grado di parlare. Alcuni avevano handicap di vecchia data e non erano mai stati in grado di parlare. Altri avevano perso l'uso della parola a causa di malattie degenerative o di incidenti.

Ho anche svolto terapia o tirocinio con persone che non potevano parlarmi direttamente, né io a loro, perché non avevamo un linguaggio comune. Sono stati loro ad aiutarmi a capire quanto influiscano le differenze culturali nell'uso dello spazio e del tempo, oltre che in altri aspetti della vita. Il trovare una lingua che entrambe le parti siano in grado di parlare costituisce solo una metà della comunicazione.

Altre persone con le quali ho lavorato non potevano parlare con nessuno a causa della situazione nella quale si trovavano. Molti di quelli che presentavano questo problema erano in prigione e parlare di sé durante la detenzione poteva essere pericoloso. (1)

In queste situazioni, non posso chiedere agli interessati come procede la terapia e se si sentono meglio; devo osservare per conto mio. Queste osservazioni sono ciò in cui credo anche quando riesco a parlare con una persona senza problemi.

Osservo l'uso dello spazio e del tempo da parte del cliente. Intendo capire se è variabile, se ne possiede un'estensione

adeguata e se l'uso dello spazio e del tempo è adatto. Parliamo anche in termini di dare e di ricevere e molto spesso ciò che diamo e riceviamo è l'energia. Anche in questo campo osservo il raggio d'azione disponibile e l'adeguatezza delle scelte fatte.

Presento quindi questo modo di pensare e organizzare il lavoro di dramaterapia nella speranza che possa rivelarsi utile al terapeuta e interessante al lettore comune.

Presento anche l'arte in se stessa insieme alla terapia. Non sono l'unica persona ad avere questa convinzione. Il musicoterapeuta Jan Van Camp, al Primo Simposio Internazionale di Salute Mentale e Creatività Artistica ad Ankara (novembre 2002) disse: "Se questa attività non è svolta come un'arte, non è arte e non è terapia".

Il giornalista Joel Garreau, (2) raccolse un gran numero di citazioni che penso suggeriscano le ragioni per le quali l'arte è, insieme ad altre cose, terapeutica.

"La bellezza non è marginale e trascurabile, non è solo soggettiva, non è un effetto di qualcosa di diverso, come il potere sociale e la libido e non è in idiosincrasia con l'individuo," scrive Frederick Turner, il docente fondatore della facoltà di arti umanistiche all'università di Dallas, in Texas. Egli dice: "Essa è fondamentale per una vita umana che abbia un significato e degli obiettivi da raggiungere, dà accesso alla realtà oggettiva dell'universo, era un'esperienza indipendente e potente per diritto ed è culturalmente universale... La sua assenza in famiglia, nella scuola e nella vita pubblica è causa diretta dei nostri peggiori problemi sociali".

Il riconoscimento del bello è la guida interiore alla natura umana universale. Anche quando si appartiene a culture differenti e non si comprende l'arte di un altro popolo, si è concordi nel valutare quali opere d'arte siano le 'migliori'.

Il teorico di architettura Christopher Alexander dell'Università di Berkeley, in California, racconta della sua scoperta di un modello di linguaggio nella bellezza. "Insomma, non era così diverso da ogni altro tipo di scienza... Ma facevamo qualcosa di differente. Supponevamo dall'inizio che tutto fosse fondato sulla vera natura delle sensazioni umane e, questa è

la parte sorprendente, la sensibilità umana è pressoché identica nelle varie persone... Naturalmente c'è una parte della sensibilità umana nella quale tutti siamo differenti, ma... il novanta per cento delle nostre sensazioni è fatto nello stesso modo e sentiamo le stesse cose”.

Il più famoso biologo evoluzionista, che vede gli esseri umani profondamente uniti da un filo conduttore, anche nel campo della bellezza, è Edward O. Wilson, l'esimio naturalista di Harvard. Di recente, Wilson ha firmato la controversa *“Consilience: The Unity of Knowledge”*. Egli dimostra che nel corso dell'evoluzione dell'uomo, è trascorso tantissimo tempo perché la selezione naturale potesse giungere a comporre la natura umana. “Certi pensieri e comportamenti hanno maggior efficacia di altri nelle risposte emotive che causano” scrive Wilson. “Essi conducono l'evoluzione culturale verso l'invenzione di archetipi... i nuclei narrativi che sono temi dominanti nelle arti.” Quindi, le arti si sono evolute con i nostri geni e sono giunte a ‘selezionare le parole, le immagini e i ritmi più evocativi... La loro qualità è commisurata alla loro umanità, dalla precisione con la quale aderiscono alla natura umana. A livello eccelso è ciò che intendiamo quando parliamo del bello e del vero in arte”. “Sia nell'arte, sia nella scienza il cervello ben programmato cerca eleganza, che è una descrizione parsimoniosa ed evocativa del modello per mettere ordine nella confusione dei particolari”.

“Aggiustare le cose” è la definizione della bellezza formale creata da Dave Hickey, critico d'arte dell'Università dissidente di Las Vegas, Nevada.

Al risveglio dell'11 settembre, scrive J.C. Herz, il disegnatore digitale del territorio di New York, “si è verificato un fatale tipo di armonia, che lo si avvertisse o meno... Non si può più vincere davvero radendo al suolo. L'estetica della bellezza proviene dalle relazioni fra le cose che vedi inserite nei sistemi”. “Il desiderio di certezze è un vizio intellettuale. La vita è confusa e complicata e, comunque, si continua a viverla, perché è l'unica che si possiede. Può essere coerente, ma non è pura. La purezza è considerata per tradizione un ideale modernista, ma la natura non è pura, è davvero complessa”.

Oppure, come disse Coleridge “La bellezza è la molteplicità nell’unità”.

“I modelli hanno un grande potere,” dice Ray Kurzweil, innovatore dei sistemi informatici del Massachusetts. “Esiste un’intera ed elaborata gerarchia di questi modelli. La bellezza è comunque proprio in cima alla gerarchia dei modelli cui facciamo riferimento nella nostra mente. La bellezza è il principio organizzatore che dimostra il potere di un modello”. “La Bellezza è il principio basilare nella impercettibilità dell’intelligenza umana”.

Quindi il nostro senso della bellezza può guidarci anche nella terapia. Ben lontana dall’essere superficiale, ora è intesa nei geni che modellano la nostra umanità. Quando la cerchiamo nella vita, la bellezza può aiutarci ad ‘agire giustamente’.

Questo libro tratta di tempo, spazio, energia e bellezza.

Devo ringraziare le colleghe che ci hanno permesso di usare le loro foto per questo libro, sapete chi siete. Grazie.

Anni fa incontrai Fay Prendergast, allora io lavoravo con la musica in strutture private e pubbliche, da quell’incontro ad oggi abbiamo condiviso diverse esperienze e insieme abbiamo pensato di scrivere questo libro.

Condivido fino in fondo tutto quello che Fay ha scritto nella sua prefazione, questo è un libro nato dalla pratica, dalla esperienza sul campo. Qui si parla di tempo, spazio, energia e bellezza, quattro aspetti presenti nelle arti e che non possono scomparire nella musicoterapia.

La musica mi ha accompagnato nella vita dall’età di 10 anni, non l’ho mai lasciata e ancora oggi la sento parte viva della mia vita, essa è un aiuto nei momenti difficili, una compagna fedele che ti sta sempre accanto.

La musica è un’arte e quando la utilizziamo nella terapia resta sempre un’arte, ora è espressione non verbale di tutte quelle parole che non escono da noi ma che così si possono esprimere.

La Musica è un’arte che entra nell’uomo lo fa vibrare e massaggia tutte le sue cellule, risvegliando in lui differenti emozioni e stati.

Iniziare il cammino musicoterapeutico attraverso un per-

corso artistico, di sicuro mi ha permesso di comprendere meglio le influenze che il suono ha sul fisico, sull'animo e sulla psiche di una persona.

Aprire i propri orizzonti andare incontro non solo alla musica classica ritenuta musica colta ma a tutti quei generi musicali presenti nel mondo e che fanno parte di diverse culture.

Quando ascolto un'improvvisazione sonora ho solo la mia capacità d'ascolto per percepire i mutamenti presenti, le variazioni e gli strati emotivi che contengono.

Nel linguaggio terapeutico quello che ha importanza è la trasmissione orale della musica, la codificazione scritta non è altro che una forma di memorizzazione di quello che è avvenuto. Nell'oralità della trasmissione, troviamo tutta la bellezza del linguaggio musicale; con il concetto di trasmissione orale intendo, un suono prodotto da voce o da strumento indifferentemente.

Nel mio lavoro la prima cosa che mi capita e quella di cercare di trovare un linguaggio sonoro condivisibile su cui iniziare un dialogo non verbale, uso qualsiasi tipo di musica non chiudo nessuna porta non esiste musica buona e musica cattiva, musica bella e musica brutta ma solo musica. Alcune musiche spesso non ci sono gradite per questioni estetiche, o perché ci rimandano a delle situazioni particolari, o ancora perché le viviamo come dei plaghi di altri autori più famosi o da noi più graditi. Questo non deve però influenzare la nostra scelta, ma dobbiamo esserne consapevoli per gestire all'interno di un setting questo nostro vissuto musicale.

Quando uno si esprime esistono linguaggi più elaborati e altri più semplici tutti e due sono un'espressione dell'essere umano e come tali vanno considerati. Nessun linguaggio ha una prevalenza sull'altro ma essi si intersecano e danno origine alla nostra comunicazione interiore ed esteriore.

La musica fa parte delle Artiterapie, tutte hanno uguale dignità nessuna è più importante dell'altra, a volte si usano combinate e ognuna mantiene la sua dignità e il suo ruolo, non è un servilismo di una in confronto dell'altra.

Ogni arte prende qualcosa dall'altra e l'arricchisce, la

musica deve l'utilizzo della parola nel canto alla recitazione (per restare nel tema del libro), e molto importante conoscere i vari legami perché questo ti permette di poter proporre un lavoro integrato con le altre artiterapie.

Cercherò di condurvi per mano, in quello che per me è un mondo incantato che possiede un suo fascino e una sua porta magica d'accesso.

Ogni capitolo sarà un pezzo di questo mondo, una parte di quello che è stata la mia esperienza; un incontro con la musica che come arte diventa educazione e poi terapia.

Bisogna dire grazie a tutte quelle persone che negli anni hanno dato una svolta a quello che oggi è una tecnica terapeutica usata in molti ambienti sociali. A quei pionieri che hanno voluto in qualche modo sperimentare e ci rendono più facile il lavoro a noi ora. Ma ricordiamo che ora mentre io sto scrivendo questo libro la ricerca non si ferma, io continuo la mia ed altri in altre parti del mondo continuano la loro perché nell'arte non ci si ferma mai nel trovare nuove espressioni.

La musica è dentro di noi e fa parte del nostro bagaglio con cui iniziamo il nostro cammino sulla terra, in alcuni momenti la tiriamo fuori in altri la rileghiamo in un ruolo secondario, ma lei c'è sempre e possiamo in qualsiasi momento riprenderla.

Nel mio percorso con la musicoterapia ho osservato quanto sia forte un suono per uno e sia debole per un altro, ma ognuno trova una sua espressione. Il bambino, l'adulto, il professore, lo studente, il carcerato, l'handicap e il malato psichiatrico, per ognuno la musica diventa un veicolo per comunicare con la propria parte più intima e per dialogare con gli altri.

Ho lavorato e continuo a lavorare con persone che fanno parte di queste categorie e desidero dedicare questo libro a loro, a coloro con cui ho fatto e faccio ancora oggi, tutti i giorni questo cammino.

BIBLIOGRAFIA

- 1 Thompson J (ed), *Prison Theatre*, Jessica Kingsley Publishers, London and Philadelphia, 1998.
- 2 Washington Post, 18 Febbraio 2002.



“L’arte è una garanzia”