

PSYCHOMEDIA

Psycho-Conferences

DANZAMOVIMENTOTERAPIA E CORPO CONTEMPORANEO

Convegno Nazionale APID

Roma, 26-28 Marzo 2010

Corpo sociale, corpo individuale.

La missione sociale dell'arte, delle arti terapie, della danza-terapia.

Carlotta Basurto

La danza-terapia ha una missione sociale: riportare il corpo alle persone, riportare il corpo nella società. E con essi: il movimento alle persone ed il movimento nella società.

L'equilibrio, nella postura, è dato da continui piccoli aggiustamenti: l'equilibrio è *dinamico*, è una questione di movimento. Il movimento è vita, mentre la perdita di dinamismo vitale porta alla patologia, ovvero alla stasi, al blocco, alla contrattura, alla crisi della creatività.

L'equilibrio dell'*organismo sociale*, è anch'esso un equilibrio che per essere tale dev'essere dinamico. Le contratture, le rigidità, portano man mano a compensazioni in altre parti della struttura, e via via ad una concatenazione di dolorose e poco funzionali rigidità.

Il movimento è NECESSARIO. Il movimento CREATIVO lo è, ovvero: "LA DANZA !!!"

La danza ha rappresentato per secoli un'importante valvola di sfogo e fonte rigenerativa di una società, in cui canalizzare tensioni, esprimere emozioni, ricaricare l'energia vitale della comunità.

In alcune culture del mondo questo esiste tuttora. Un esempio che mi sta a cuore è Salvador de Bahia: una città che soffre di enormi tensioni sociali ed episodi di violenza, e che ciò nonostante, è considerata la capitale dell'allegria, insieme a tutto il Brasile. Lì il cuore pulsante della musica non smette mai di battere, ed il calendario della città segue un ritmo cadenzato da eventi collettivi di festa. Ovunque e sempre c'è musica, movimento, vitalità, i bambini corrono, saltano, si sperimentano in capriole in aria, ed ogni occasione è buona per ballare: una ricorrenza religiosa, un matrimonio, un compleanno, un funerale...

Non voglio dire che la società o la cultura brasiliana siano migliori delle nostre, ma solo che sono forti laddove la nostra cultura è invece molto debole. Il popolo brasiliano è un popolo vitale, mentre faccio fatica a dire la stessa cosa di quello italiano.

La nostra società è fatta di non corpo, non danza, non festa, non celebrazioni di vitalità ed allegria. La nostra società non si prende la briga di alimentare e rinnovare le proprie energie vitali. E infatti, in questo senso, è una società morente. Prova ne è che non si riproduce, non si perpetua (credo che il calo delle nascite e la fuga all'estero dei giovani brillanti ne siano una prova!)

La danzaterapia ha un missione sociale. Ha il compito di riportare la danza nelle trame del tessuto sociale: di arrivare, in modo capillare, alle sue varie cellule per nutrirlo di creatività, di movimento, d'immaginazione, di poesia, di gioia di vivere!

Ha la missione di restituire alle persone la possibilità di essere padroni del proprio corpo in quanto strumento di esperienza e di espressione; di coltivare un sé psico-corporeo integrato, di condividere socialmente emozioni, piacere, ritualità; di danzare!

I poteri “taumaturgici” della danza risiedono secondo me essenzialmente in quattro suoi aspetti:

- gli effetti benefici del movimento sulla persona in quanto essere psico-emotivo-corporeo-relazionale (=movimento)
- gli effetti benefici della condivisione rituale ed emotiva sulla società in quanto organismo collettivo(=relazione, comunità, appartenenza)
- gli effetti benefici dell'esperienza creativa (=creatività, integrazione, ri-generazione: creare=generare)
- gli effetti benefici dell'esperienza artistica (=arte)

Mi soffermo ora su quest'ultima: l'Arte.

L'arte ha sempre rappresentato il riflesso di un'epoca e al tempo stesso uno strumento di provocazione del cambiamento, e pertanto ha sempre avuto un'importantissima funzione sociale. **E' importante che le arti terapie non dimentichino il loro legame con l'arte. Entrambe comprendono enormi potenzialità per provocare trasformazione, consapevolezza, un atteggiamento vigile, vitale.**

E' per ricordare questo che ho scelto di ospitare all'interno del mio intervento il lavoro di un'artista, Manuela Macco, la cui opera mi ha particolarmente colpita in quanto intervento sociale. Mi riferisco ad un suo lavoro del 2008 dal titolo *The weight of the head*.

“Mi colpisce la frequente assenza di connessione nella nostra vita e nella nostra società tra l'elemento “pensiero” che viene collocato a livello della testa, e l'elemento “corpo” che, a sua volta, comprende la testa, sede della mente.” M. Macco

Si tratta di un progetto complesso, della durata di un mese, articolato in più fasi, che ha visto coinvolte trentasette persone. Una di queste fasi, intitolata *Carpet Experience*, consisteva nel presentarsi ad un appuntamento stabilito, restituendo il lembo di stoffa che lei aveva consegnato nel fare l'invito. L'artista a quel punto proponeva alla persona di accomodarsi su un tappeto e di posare il peso della testa a terra. Un video riprendeva l'azione mentre lei, in un secondo momento avrebbe ricucito i vari lembi di stoffa per ricostruire la forma originale da cui erano stati tagliati: la sua sagoma corporea.

Ciò che presento in questa sede, è un piccolo estratto del video che mostra alcune delle persone mentre svolgono l'azione. Trovo che, a proposito di “corpo contemporaneo” questa sia una testimonianza sbalorditiva del *peso che ha la testa* nella nostra cultura!!

Sono due gli aspetti che mi colpiscono maggiormente. Il primo, è l'evidente predominanza del pensiero, che si frappone tra un'indicazione molto semplice ed un'azione che potrebbe esserlo altrettanto. Le persone si soffermano prima di muoversi, per poi intraprendere spesso percorsi complessi, che riflettono un pensiero complicato. L'azione, che potrebbe essere semplice e immediata, diventa

complessa e mediata.

Il secondo aspetto evidente di questo video è rilevante per il nostro argomento, riguarda *il modo* in cui le persone scendono verso terra: è raro l'uso degli appoggi, è raro vedere *un corpo integrato nelle sue parti* e nell'uso funzionale, organico di queste.

Tornando al progetto nel suo insieme, questo comprendeva anche una fase in cui ai partecipanti veniva offerta l'opportunità di partecipare ad un laboratorio di movimento, in cui, utilizzando principalmente tecniche di danza sensibile, venivano accompagnate nel ricostruire un'organicità nell'azione del portare il peso della testa a terra. Si trattava dunque di andare verso l'uso integrato e funzionale delle varie parti del corpo, nonché del *sentire* al posto del *pensare*.

Quest'opera è nel suo insieme un ottimo esempio di arte come testimonianza ed espressione di un momento storico e culturale. E' al tempo stesso una provocazione, che stuzzica nelle persone coinvolte un interrogativo, e dunque un'inquietudine, uno stimolo a *cercare* elementi nuovi. Infine, è anche un intervento sociale, a tutti gli effetti *terapeutico* attraverso l'uso dell'arte, e dunque in qualche modo *arte-terapeutico*, in quanto interviene per colmare una lacuna, trasmettendo degli strumenti per favorire una maggiore e più completa espressione e realizzazione di sé.

Per concludere, prenderò in prestito le parole B. Warren:

A differenza di molte società che ci hanno preceduto, la nostra società industriale e tecnologicamente avanzata ha operato una netta separazione tra arte e vita. [...] ed è brillantemente riuscita ad isolare gli individui dalla creazione artistica. [...] Perché, dunque, l'arteterapia? In sostanza perché la reintegrazione dei processi artistici all'interno di un contesto sociale può favorire la crescita di una persona sana in una società sana. Questo è essenziale non soltanto per il benessere del singolo, ma anche per quello della società.

Carlotta Basurto è psicologa, psicoterapeuta, danza-movimento terapeuta e supervisore Apid, insegnante certificata di Danza Sensibile®, danzatrice contemporanea.
carlotta.b@gmail.com, www.conilmovimento.it