

Maggio 2021

NUMERO IX

# FILART

RIVISTA ON LINE DI ARTITERAPIE A ORIENTAMENTO FILOSOFICO  
WWW.ARTETERAPIAFILOSOFICA.COM

ISSN 2532-5221

ARTETERAPIA

+ARTE

Arte, arteterapia e  
sciamanesimo

RECENSIONI

## Sull'alterità

# EDITORIALE

FILART: LA NOSTRA RIVISTA  
GRATUITA E ACCESSIBILE ON LINE.

**RESPONSABILE: MARICA COSTIGLIOLO**

**RIVISTA SEMESTRALE SU PIATTAFORMA  
WORDPRESS.COM**

[www.arteterapiafilosofica.com](http://www.arteterapiafilosofica.com)

Nel nono numero di FILART: l'articolo presentato al Convegno internazionale RSA da Marica Costigliolo "Martin Buber and Nicholas of Cusa on Alterity", qui tradotto in italiano.

Segue il contributo di Alice Canevello sul lavoro di Emma Adbåge.

Luca Ferroggiaro ci introduce nel mondo dello sciamanesimo con un articolo che indaga le relazioni tra arte, arteterapia e la pratica sciamana.

Un altro articolo di Ferroggiaro ci parla invece del Counseling espressivo; la rubrica Libri vede una recensione, sempre di Ferroggiaro, di un libro di Giovanni Stanghellini.

Nella rubrica musicale Merimaailmasta, uno spazio in cui avete la possibilità di ascoltare brani musicali (basta cliccare sul link), pubblichiamo un brano del Maestro Agostino Trotta.

Buona lettura e buon ascolto!

Se volete partecipare con un vostro contributo scrivete a: [associazioneprimaradice@gmail.com](mailto:associazioneprimaradice@gmail.com)

pagina 2: Sull'alterità

di Marica Costigliolo

pagina 7: +ARTE

a cura di Alice Canevello

pagina 9: L'arte, lo sciamanesimo e l'Arteterapia

di Luca Ferroggiaro

pagina 11: Il Counseling espressivo

di Luca Ferroggiaro

pagina 13: Libri

a cura di Luca Ferroggiaro

pagina 15: Merilmaailmasta

a cura di Michelangelo Giuseppe Pala

# SULL'ALTERITÀ

## MARTIN BUBER E NICOLA DA CUSA

*DI MARICA COSTIGLIOLO*

Nel mio libro "The Western Perception of Islam" ho esaminato le affinità esistenti tra alcune opere di Nicola da Cusa, in particolare il "De concordantia", "De docta ignorantia" e "De pace fidei", per dimostrare che il tema della differenza è tematizzato in tutte queste opere ed è continuamente sotteso da profonde istanze ireniche. La mia linea di ricerca è basata su un approccio ermeneutico al dialogo interreligioso, poiché un approccio esegetico a un testo volto a evidenziarne la continuità e anche l'uso delle fonti, può portare alcuni significativi contributi per una corretta comprensione di un dato sistema di pensiero. Nel caso dell'analisi delle opere di Cusano sono importanti i temi dell'alterità e della differenza religiosa: su questi temi Nicola da Cusa concentra la sua "Cribratio Alkorani".

La lettura di Cusano da parte di Martin Buber sembra confermare pienamente la tesi del mio libro, perché Buber traccia i temi della differenza e dell'individuazione come fondamentali nell'opera di Cusano, un'opera che è profondamente legata al tema dell'identità e dell'alterità e perché, come afferma Inigo Bocken nel suo saggio "Warheit der Dialog", Buber sembra essere interessato a Cusano, proprio perché nelle sue opere Nicola da Cusa ha cercato di ridefinire il rapporto tra esperienza e pensiero, tra pratica e teoria.

Secondo Buber l'esperienza interiore non può essere semplicemente delimitata dal pensiero scientifico "oggettivo" attraverso il termine "soggetto". In questo senso Buber afferma che Cusano riuscì gradualmente a pensare a una differenza individuale e a una conseguente particolarità di "individuum".

Le affinità tra l'opera di Cusano e l'opera di Buber sono: il principio di individuazione e differenza, il tema del dialogo, l'aspetto politico delle loro opere.

### *Il "Tu"*

Per rapportarsi al mondo, secondo Buber, ci sono tre sfere: natura, relazione ed essenze spirituali. La relazione è prima di tutto reciprocità.

In qualche modo abbiamo in noi stessi, come a-priori, la possibilità di fare esperienza del "tu": ma riconoscerlo e poterlo connotare con la parola fondamentale "Tu" è un percorso che richiede una messa in discussione del soggetto. L'alterità ci costituisce nella nostra esistenza, ed è ciò che ci porta ad esplorare il mondo, ma anche a creare, a rendere concreto attraverso il linguaggio, o l'istinto creativo, il "tu innato". Nella contemporaneità, secondo Buber, l'uomo non è consapevole dell'alterità fondamentale che lo costituisce.

Buber indica con "Esso" il rapporto con il mondo che è indipendente dal "Tu": possiamo infatti



# SULL'ALTERITÀ

conoscere il mondo come rappresentazione, attraverso l'individuazione.

Solo attraverso il rapporto con il "Tu" sospendo i rapporti del mondo dell' "Esso" e accetto l'universalità del Tu. Buber afferma che attraverso l'alterità è possibile non solo comprendere la realtà, ma anche trasformarla.

L'alterità, il rapporto con il "tu" può dare senso alla realtà, aiutandoci quindi a trovare consapevolezza, a comprenderne i limiti e le imperfezioni, a cercare di trasformare e cambiare il mondo. Secondo Sarah Scott: "Buber riprende il modello di Nicola Cusa su come si può conoscere Dio come "altro" attraverso "la dotta ignoranza" e lo applica alle modalità del conoscere".

Secondo Cusano, tutte le cose del mondo partecipano all'unità, che risplende allo stesso modo in tutti gli individui. Identità significa ricerca della diversità, ed è unità nella pluralità: l'arte della congettura permette di armonizzare il principio di unità con il principio di alterità. All'interno della "complicatio" divina, tutte le cose coincidono senza alcuna differenza.

Se è vero che tutte le religioni insegnano che Dio è uno, anche se in aspetti diversi, è vero che l'ignoranza dotta, cioè la saggezza speculativa, può insegnare l'unicità di Dio. La terza parte del "De docta ignorantia" sviluppa alcuni temi del "De pace fidei", in particolare il rapporto tra macrocosmo e microcosmo, in cui il rapporto tra identità e differenza raggiunge il suo culmine speculativo. La natura umana abbraccia l'intero universo; è l'unione tra singolare e plurale e può essere compresa attraverso la dottrina della dotta ignoranza. È necessario comprendere il rapporto che esiste tra ragione e fede per avere accesso alla dottrina. Solo la fede permette di stabilire i principi fondamentali e,

riconoscendo la nostra ignoranza, possiamo riconciliarci con la verità che gli uomini non possono rifiutare, perché tutti gli uomini sono dotati di ragione e capacità di intuizione intellettuale.

## *Dialogo e vita dialogica*

Un'altra affinità tra Buber e Cusano è l'attenzione al tema del dialogo. Partendo dal significato della parola responsabilità, Buber arriva a definire la vita dialogica, con la quale intende indicare esattamente la risposta ai "segni" in cui viviamo. Buber spende numerosi esempi per chiarire questo concetto: l'esistenza dialogica è la capacità di accogliere e rispondere.

Secondo Buber è indispensabile avvicinare l'altro nella sua concretezza, avvicinare la sua persona, il suo pensiero, in una prospettiva dialogica.

Il tema centrale del dialogo - il problema della differenza e della diversità - emerge già nel primo capitolo del primo libro del "De pace fidei" di Cusano. La differenza nei riti e nelle confessioni genera conflitti e guerre, il che ispira l'interesse di Nicola nel comprendere l'origine e i meccanismi delle differenze. La modernità di Cusano consiste nella sua analisi della diversità da un punto di vista sociale e politico. Infatti, non solo sviluppa il suo discorso da un punto di vista teologico e filosofico, ma include anche diversi livelli semantici nella propria esposizione. Secondo Cusano, il concetto di diversità e differenza nella realtà sociale può essere espresso dalla seguente relazione: diversità e differenza sono necessarie per la comunità, e "varietas" non è altro che la conseguenza della "diversitas". Questi due aspetti della comunità

# SULL'ALTERITÀ

hanno origine nella creazione di gruppi, perché l'essere umano ha bisogno di unirsi ai suoi simili per garantire la propria sopravvivenza. "Che cosa cerca un essere vivente se non vivere? E che cosa cerca l'esistente se non esistere?". Cusano fa riferimento a questo principio di base, piuttosto che alla "natura sociale" dell'uomo, per guidare i suoi lettori a comprendere il significato di "varietas". Gli uomini sono una moltitudine: la loro proliferazione sulla terra (la loro capacità di riprodursi nonostante guerre, calamità e malattie) è resa possibile dall'istinto di sopravvivenza.

La "diversitas" è inevitabile e di fatto necessaria. Si realizza sia all'interno che all'esterno della comunità, o tra comunità diverse, perché - a parere di Cusano - Dio ha inizialmente posto a capo del suo popolo diversi re e reggenti, nei quali ha infuso il dono della profezia. Molti di loro, nell'esercizio dell'ufficio loro assegnato, avevano il compito di educare le persone incolte e di far accettare alle persone le leggi loro imposte.

Secondo Buber per accettare la diversità devo essere consapevole che la mia persona, la mia "anima" è stata nell'essere del multiplo e si è materializzata attraverso l'individuazione: l'individuazione è all'origine dell'essere nel mondo. L'animale percepisce il mondo e rimane ancorato a questa percezione, mentre l'uomo è nel mondo per trasformarlo. Questa, secondo Buber, è l'intuizione sintetica, ovvero l'atto e il lavoro di entrare in relazione con il mondo: l'intuizione di un esistente come totalità. La totalità è propria dell'esistente perché l'esistente riceve l'unità nel suo essere percepito dal mondo.

Attraverso il principio di individuazione è anche possibile che ci siano incontri autentici; attraverso incontri reali il soggetto può avere un accesso alla verità e realizzare l'umanità. La realizzazione dell'umano è ciò che Buber chiama "presenza", una "fantasia reale": i desideri, le percezioni, le emozioni dell'altro.

È necessario intuire l'altro, nella propria individualità e differenziazione dalle cose del mondo, nella dimensione dello spirito.

Per capire cosa intende Buber per dimensione dello spirito in relazione all'essere personale, è utile fare riferimento alla sua tesi di dottorato su Cusano, in cui affronta la questione della differenziazione individuale e l'unicità dell'individuo nel suo modo di essere (Einzigkeit). Come afferma Buber, per il misticismo medievale, l'individuazione è semplicemente non-essere: Eckhart, ad esempio, identifica l'essere con l'intero essere, e l'individuo è solo una negazione del tutto.

Per Cusano l'individuo ha un valore positivo, e ciò emerge quando il filosofo affronta il problema della differenziazione assoluta, affermando che l'individuo rimane nella sua particolarità. Tutto ha in sé un'armonia assoluta, ed è quello che avviene attraverso il principio di individuazione, perché la realtà è fatta di differenziazione e identità. In questo senso, la realtà è conflittuale, in quanto consiste in un confronto costante tra identità e alterità. Il soggetto sperimenta sia la natura conflittuale sia l'armonia dell'esistente, in quanto essere creaturale: per Cusano l'uomo è infatti un microcosmo. Buber

# SULL'ALTERITÀ

riprende questa concezione cusaniiana per affermare il grande valore del potenziale umano.

## *Filosofia pratica*

In questo senso l'opera di Buber e l'opera di Nicola da Cusa sono orientate verso una forte valenza etica: ad esempio, Nicola sottolinea con fermezza che il dialogo e lo "scambio reciproco" si basano su una discussione intellettuale incentrata su questioni teologiche, attraverso la quale, grazie all'interpretazione delle fonti e alla conoscenza reciproca di usi e costumi, è possibile riconoscere affinità teoriche e, di conseguenza, pratiche comuni. Cusano infatti, pur riconoscendo le difficoltà di un accordo di "conversione" su riti diversi, consolida la sua idea che sia possibile porre i fondamenti per la pace nella fede, attraverso la tolleranza delle abitudini religiose di ogni rito. Il nucleo concettuale del discorso di Nicola è sempre concentrato sulla rilevanza della fede, che deve essere formata, o plasmata, dalla carità che spinge l'uomo all'azione.

Il filosofo tratta questo argomento nel "De docta ignorantia". I riti sono, per Cusano, segni che possono cambiare, ma la verità espressa da questi segni è immutabile. Usa anche questo argomento nella "Cribratio Alkorani": per realizzare la promessa di felicità eterna, dobbiamo avere la stessa fede di Abramo e dobbiamo fare affidamento incondizionatamente su Dio. Solo attraverso la fede si può ottenere la vita eterna.

Così come scrive Sarah Scott: "Per Buber e per Cusano l'altro incommensurabile non è mai totalmente altro, ma qualcosa con cui siamo in relazione. La presenza di questa relazione ci permette di conoscere l'altro, anche se non possiamo dire in modo definitivo cosa sia l'altro. Inoltre, poiché la conoscenza è legata a modalità di relazione, si può affermare che le forme di conoscenza possiedono valore non solo cognitivo ma anche etico".

Buber riprende i temi fondamentali della filosofia di Cusano: alcuni di questi temi, come il principio di individuazione, sono all'origine della filosofia dialogica di Buber, e della sua filosofia dell'alterità. Nella filosofia di Nicola da Cusa il principio dialogico è presente ed è rilevabile nella sua disamina del Corano: proprio l'uso di Martin Buber di alcuni principi cusaniiani mostra come nella filosofia di Nicola sia centrale la domanda sull'altro, e come questa domanda sia orientata verso un tentativo di dialogo e di confronto.

# + ARTE

A CURA DI ALICE CANEVELLO

## “LA BUCA” DI EMMA ADBÅGE: UN RACCONTO SEMPLICE ED AUTENTICO

“La Buca” è un eccezionale albo illustrato di Emma Adbåge che racconta una storia semplice, senza fronzoli, che contiene però un importantissimo messaggio educativo per bambini, ma anche e forse soprattutto, per adulti.

La storia è raccontata in prima persona dalla protagonista, una bimba che frequenta probabilmente la scuola elementare. Il registro lessicale scelto da Adbåge è semplice e la sintassi è scarna e genuina, proprio per imitare il modo di parlare della piccola protagonista.

Anche i disegni, che riempiono le pagine e avvolgono il testo rappresentano un mondo bidimensionale che sembra visto dagli occhi del bambino.

I volti dei bambini sono caratterizzati perfettamente, si percepisce la noia che provano quando gli adulti impongono loro le regole, ma anche la concentrazione, l'entusiasmo e l'eccitazione di quando possono divertirsi nella Buca. Tutto è in perfetta armonia, sembrerebbe una storia raccontata e illustrata da una bambina, espediente narrativo che conferisce al racconto un'efficacia pazzesca.

“Nel cortile della nostra scuola, dietro alla palestra, c'è una buca. Noi la chiamiamo la Buca”, così ha inizio la storia.

All'interno della Buca, rigorosamente scritto con la lettera maiuscola, vi crescono arbusti e cespugli. Ci

sono salite e discese, rami e sassi. C'è fango che non finisce mai, ci sono radici grandi e piccole, ci si può rotolare e anche fare i salti.

Le descrizioni dei giochi e dei luoghi sono essenziali, ma Adbåge riesce a scegliere i dettagli giusti da raccontarci per trasmetterci l'emotività dei piccoli personaggi. Si percepisce perfettamente quanto i bambini amino quel posto, perché la Buca rappresenta un luogo di evasione, un luogo quasi fatato in cui ogni gioco e ogni attività possono uscire dai noiosi e monotoni confini della realtà.

I grandi odiano la buca perché credono che sia pericolosa e vogliono impedire ai bambini di giocare, ma questi protestano dicendo di essersi fatti male molte volte anche quando non si trovavano nella Buca.

Il ragionamento non fa una piega: ci si può fare male in qualsiasi momento, in qualsiasi luogo, ma questo non deve impedirci di fare esperienze.

E' interessante come, in questo passo, i bambini riescano a dimostrarsi di gran lunga più lucidi degli adulti, che sono invece annebbiati dalla paura.

Gli insegnanti non li stanno ad ascoltare e decidono che i bambini non potranno più giocare nella Buca. D'ora in poi potranno andare a giocare sulle altalene, ma rispettando un sacco di norme e divieti: non si può stare in piedi, né saltare né dondolarsi forte. Dopo poco tempo i bambini si annoiano a morte, così tornano alla loro amata Buca e stanno sul bordo inventando nuovi giochi.

Gli adulti e gli insegnanti, troppo preoccupati, decidono di coprire totalmente la Buca in modo da eliminare ogni pericolo.

Quando i bambini tornano a scuola il lunedì e non trovano più la buca sono completamente increduli "è tutto piatto e duro [...] si può solo camminare dritto!" dice la protagonista. Le parole sono semplici, ma esaustive: gli adulti, ossessionati dalla loro apprensione, hanno distrutto un luogo che per i bambini era molto importante. Ma i piccoli non demordono poiché la loro fantasia non ha limiti e con una velocità che caratterizza proprio l'infanzia, trovano un'altra attrazione: una montagna di sassi, ghiaia, arbusti. E il gioco riparte immediatamente.

Le immagini hanno una spontaneità molto particolare, i molteplici dettagli che si notano dopo qualche lettura rendono la scena realistica, seppur deformata da una prospettiva volutamente distorta.

Vi sono guanti per terra che i bambini si sono tolti per poter giocare meglio, dimostrando di non curarsi minimamente del clima freddo. Quando una delle bambine cade e si fa male Adbåge non censura il sangue, ma al contrario lo rappresenta in modo del tutto crudo, reale.

Non c'è nulla di lezioso nelle immagini, ma nemmeno di favoloso: rappresentano la realtà e nulla di più. In un'intervista Adbåge racconta che la Buca esiste realmente nel suo paese di origine, ma che, per fortuna, non è mai stata coperta. È un luogo che ha fatto parte della sua infanzia e che l'ha ispirata moltissimo, tanto da affermare di non avere avuto bisogno di fantasia per scrivere il racconto, ma di aver semplicemente osservato la realtà e di averla trascritta graficamente.

L'autrice, notando l'iperprotezione dilagante tra i genitori ha immaginato quanto sarebbe stato tragico per lei se le avessero tolto quella fonte di divertimento e libertà che era la Buca.

Quest'ultima, nel libro rappresenta il luogo del gioco libero: è lo spazio del pensiero divergente, dell'esplorazione, della scoperta e della socialità. Ma Emma Adbåge non è l'unica artista ad aver trattato la tematica dell'iperprotezione. Pau Faus, un regista e artista spagnolo, ha dato vita ad un'installazione artistica intitolata "Happy Bunker". L'opera d'arte rappresentava un parco giochi colorato, ma recintato come fosse una prigione. L'immagine, molto suggestiva per il terribile ossimoro creato tra infanzia e reclusione, denunciava l'eccessiva schematizzazione del gioco del bambino, ma anche del divertimento in generale. I giochi "finiti", come li definiva Bruno Munari, non lasciano la libertà di interpretazione ai bambini. C'è bisogno di giochi e attività stimolanti, che possano essere completate dal bambino affinché cresca con un approccio attivo a ciò che lo circonda.



# L'ARTE, LO SCIAMANESIMO E L'ARTETERAPIA

Di Luca Ferroggiaro

Molti secoli fa, in un tempo così lontano che sfugge alla percezione umana, qualcuno iniziò a tracciare alcuni segni, con carbone e argilla rossa, sulla parete di un'oscura caverna. Illuminate solo dai bagliori di luce irregolare di un fuoco, le pareti di pietra sembravano vibrare e le figure di animali e di altri esseri parevano sprigionarsi dalla roccia stessa. Tutto ebbe inizio circa 40.000 anni fa: l'espressione artistica nacque prima della scrittura, prima delle società e forse anche prima del linguaggio stesso; nessuno sa esattamente come sia andata ma è possibile che l'arte sia nata come atto sciamanico, forse per rappresentare l'invisibile e il trascendente. Da allora l'Arte ha cambiato molte forme, ma è sempre rimasta un mezzo per raffigurare il sacro, i mondi interiori e le emozioni dell'artista.

Nello sciamanesimo, termine che indica un insieme di conoscenze, credenze e pratiche riscontrabili in varie culture (tra le quali quella andina e quella siberiana), l'impulso interiore parte dal desiderio di conoscere e di partecipare ad una dimensione trascendente, ad una via spirituale, capace di poter far trovare il senso reale della propria esistenza assieme a strumenti utili per realizzare un buon benessere e una sana armonia di vita. Anche l'arte nasce dall'impulso interiore dell'artista che scaturisce da un bisogno di ricerca e di scoperta, che ha a che fare con una sua profonda indagine personale nei confronti di se stesso e con il soffio interno della sua parte non manifesta, animica e spirituale, interrogando la quale anch'esso ha modo di

sondare le radici del senso del proprio viaggio terreno, occupandosi di avvicinarsi alla realizzazione di un proprio benessere personale.

L'arteterapia coglie la naturale tendenza dell'uomo ad esprimersi inconsciamente attraverso produzioni creative e quindi attraverso forme e simboli, proponendo anch'essa di occuparsi di una ricerca interiore che ha a che fare con qualcosa di invisibile che sta dentro di noi, che nella cultura sciamanica si chiama anima, in riferimento alla psicologia freudiana ha a che fare con l'inconscio, e che rimane comunque una condizione sottile ed intima che abita le vie misteriose, ricche e spesso sconosciute della nostra interiorità. Da bambini, mentre giocavamo con fogli e colori, iniziando a fantasticare di mondi e personaggi immaginari, in fondo stavamo compiendo un atto di autoterapia spontanea, raffigurando l'invisibile e rendendolo manifesto attraverso un'immagine, e quindi un simbolo, potendo così dare forma ai nostri bagliori interiori e alle nostre emozioni, cosa che accade anche all'interno delle sessioni di arteterapia dove il paziente, in connessione con il suo mondo interno, in uno spazio di non giudizio, può trasportare e trasformare il suo sentire utilizzando i vari materiali artistici messi a disposizione.

Sia nello sciamanesimo che nell'arteterapia tutto ciò avviene tramite un rituale che prevede un incontro con lo sciamano o con il terapeuta, in un luogo adatto, accogliente e spesso ricco di simbologia, ad un certo orario e all'interno di una temporalità sacra che si predispone ad accogliere un momento intimo e speciale di riflessione e connessione con e attraverso se stessi.

# L'ARTE, LO SCIAMANESIMO E L'ARTETERAPIA

Lo sciamanesimo è figlio di un pensiero magico, che purtroppo molte persone oggi hanno represso, che guida l'esperienza sulla scia di danze sacre che diventano teatro grazie all'accompagnamento di ritmo e musica, pitture rituali, utilizzo di oggetti sacri, comprendendo molte arti che entrano in sinergia tra loro per poter essere utili al percorso di guarigione. L'arteterapia si propone di solcare tale percorso utilizzando la magia del gioco, come ben ci ricorda e ci spiega Donald Winnicott (pediatra e psicoanalista britannico) nel suo interessante libro "gioco e realtà", cercando di riprendere all'interno del setting arteterapeutico la dimensione giocosa e creativa del bambino, che è innata e che si va ad accostare all'altro istinto umano imprescindibile alla vita, che è quello relativo alla cura, incarnato sia dallo sciamano che dall'arteterapeuta.

L'arte nutre l'anima e crea un ponte con l'invisibile, con pensieri e sentimenti profondi, così come con la percezione di energie sottili, che spesso giungono a noi sotto forma di immagini, suoni o emozioni, figlie di un "sentire" che può essere espresso a parole, nello sciamanesimo grazie al colloquio con lo sciamano che avviene successivamente al rituale, e nell'arteterapia grazie ad uno spazio di relazione successivo alla creazione del prodotto artistico, nel quale si manifestano una serie di proiezioni, molto utili al percorso terapeutico, tra il soggetto prodotto (ad esempio un'immagine), il paziente e l'arteterapeuta.

Quello di cui stiamo parlando, che ha attinenza sia con lo sciamanesimo che con l'arteterapia, è il tema dell'aspetto simbolico che è imprescindibile per l'essere umano; Carl Gustav Jung, psicoanalista che più di ogni altro si è occupato di simboli nella storia della psicologia del profondo,

scrive che "il simbolo non è qualcosa di già noto, ma è un'espressione che è la migliore possibile in un determinato momento della vita di una persona o di un popolo". Nell'arteterapia abbiamo a che fare con una continua produzione di simboli da parte del paziente sotto forma di prodotti artistici e nello sciamanesimo, oltre a trovarli insiti nella radice culturale dalla quale proviene la pratica, ne possiamo cogliere le produzioni più svariate attraverso canti e danze improvvisate durante il rito: tutto ciò, inevitabilmente, va a collegarsi con l'inconscio collettivo, con le forme immaginative dell'arte, con la poesia, la mitologia, la narrativa e con la cultura di origine della persona.

E' interessante osservare come la creatività e l'idea di cura siano due impulsi imprescindibili, due predisposizioni originarie e innate nell'essere umano, e come questi due movimenti "obbligatori" siano utilizzati molto adeguatamente dallo sciamanesimo e dall'arteterapia in riferimento all'archetipo del viaggio, che proiettato verso la propria interiorità, può favorire un percorso evolutivo molto profondo a vantaggio di ogni essere umano che abbia voglia di abbracciare l'idea speciale di voler finalmente conoscere se stesso.

# Il counseling espressivo

## LA DIMENSIONE ESPRESSIVA AL SERVIZIO DELLA RELAZIONE D'AIUTO ED IL SUO DIALOGO CON L'ARTE

Di Luca Ferroggiaro

Il counseling nasce e sviluppa sull'idea di poter fornire un ascolto empatico centrato il più possibile sulla valorizzazione delle risorse positive del cliente, nuotando all'interno del vasto e prezioso mare che abbraccia il tema della relazione d'aiuto. L'ascolto prevede necessariamente l'abitare una relazione ed il generarsi di un campo relazionale tra i soggetti coinvolti, che vive dell'energia comune nata e co-creata dall'esperienza dell'incontro, la quale ha bisogno di essere curata ed accudita essendo anch'essa soggetta, come tutto in questa esistenza, al flusso impermanente della vita. All'interno del colloquio di counseling quindi, si genera uno scambio empatico che ha a che fare con una dimensione di profonda e di delicata fiducia che il cliente ripone nel counselor, il quale è tenuto ad avere un atteggiamento consono al suo ruolo, che però deve saper cogliere ed esprimere aspetti creativi e soggettivi rispetto alla propria persona, così da poter incorporare l'idea che l'ascolto sia una pratica legata alla bellezza e alla creatività soggettiva del singolo, volendo iniziare ad osservare la pratica dell'ascolto come un'opera d'arte.

Scrivo Platurco: "in ogni opera d'arte, si sa, la bellezza deriva, per così dire, da molteplici fattori che per una conoscenza misurata e armonica provengono a una proporzionata unità, mentre basta una semplice mancanza o un'aggiunta fuori posto per dare subito via alla bruttezza: analogamente quando si ascolta, non solo sono sconvenienti l'arroganza di una fronte corrugata, la noia dipinta sul viso, lo sguardo che vaga qua e là, la posizione scomposta del corpo e le

gambe accavallate, ma sono da censurare, e richiedono molta circospezione, perfino un cenno o un bisbiglio con un altro, un sorriso, gli sbadigli sonnacchiosi, lo sguardo fisso a terra e qualunque altro atteggiamento del genere".

Possiamo quindi notare come quasi in maniera naturale e spontanea, l'intervento di counseling, non avendo l'obiettivo di addentrarsi in uno spazio analitico, possa tendere facilmente la mano ad una delle forme di bellezza più espansa sul nostro pianeta prodotta dall'uomo che è l'arte in tutte le sue forme, sfaccettature e manifestazioni che scorrazzano giocose danzando tra gli schizzi di pittura dell'astrattismo sino alla carezza delle arti figurative di varia tipologia e genere, passando dall'incanto innato della musica, alle delizie della danza e all'incontro con l'occhio curioso del teatro, fino a farci sperimentare l'osservazione dello spazio nella scultura, lo stupore onirico che possiamo incontrare assaporando una poesia, per poi scioglierci nella lacrima che può regalarci un film fino a proporci di addentrarci in quell'infinito oceano della letteratura nel quale forse si potrebbe rischiare di annegare. E' proprio da questo incontro di mani, da questo abbraccio, che nasce il counseling espressivo, che si sviluppa come forma creativa ed intima tesa a contattare quella dimensione inventiva e di scoperta che soggiorna dinamica dentro ad ognuno di noi, portando in sé il valore profondo che riguarda il diritto di espressione di ogni singolo ed il contenuto evolutivo che questo principio può portare in seno alla relazione d'aiuto, relazione questa che ha a che fare con la dimensione della cura e con il prendersi cura di sé e dell'altro.

# IL COUNSELING ESPRESSIVO

In questa reciprocità passeggia un rapporto, una relazione appunto, che si sviluppa nell'insieme di quel campo relazionale generatosi tra chi chiede aiuto e chi lo offre il quale auspica, nonostante la differenza di ruolo, che il cliente prenda consapevolmente in considerazione di essere parte attiva e responsabile del proprio possibile cambiamento. Il counseling espressivo inserisce dentro a questa dinamica di co-creazione l'arte e l'elemento espressivo come strumenti di connessione all'altro, mettendolo al servizio della relazione d'aiuto in funzione di un ascolto che parta da una estensione maggiore, legata proprio all'esperienza della produzione artistica, inserendo quindi la possibilità di accedere, talvolta anche attraverso la dimensione della sorpresa, ad un potenziale più ampio rispetto alla possibile e rivelatrice scoperta di sé, e per farlo utilizza proposte relative ad esperienze che si rifanno alla musicoterapia, all'arteterapia, al teatro d'improvvisazione, alla scrittura creativa, alla danzamovimentoterapia, e ad altri e vari elementi d'improvvisazione artistica.

A questo punto possiamo osservare come nel counseling espressivo sia presente, vitale e profondo un collegamento tra la dimensione espressiva, l'arte e la relazione d'aiuto e come tra questa sinergia di elementi esista una relazione, che come tale è soggetta ad un campo che ha al centro il soffio sottile che si genera all'interno del legame relazionale vivo nel momento presente tra il professionista ed il cliente, condito dal rapporto che questi ultimi hanno con l'arte e la dimensione espressiva. Queste connessioni, anch'esse impermanenti e quindi in divenire hanno bisogno, come tutte le convivenze, di essere nutrite anche accostandosi all'idea di cura e di bellezza, così da poter aprire, all'interno delle sessioni, spazi di scoperta di significato e attivazioni di senso rispetto all'esperienza accaduta in una dimensione protetta (setting), che poi avrà inevitabilmente influssi positivi sulla vita sia del cliente del counselor.

Questo flusso, che da un certo punto di vista si potrebbe definire magico, se vogliamo inscrivere in questo termine le danze del non materialmente manifesto, mai statico e vissuto intensamente all'interno del campo relazionale che vibra tra questi tre elementi (dimensione espressiva, relazione d'aiuto

e arte), mi riporta al concetto di bellezza esposto da Umberto Eco: "parliamo di bellezza quando godiamo qualcosa per quello che è, indipendentemente dal fatto che lo possediamo"; infatti gli aspetti esponenzialmente possibili che potrebbero svilupparsi grazie a questa sinergia, non hanno a che fare con il possesso ma con la condivisione umana che è anch'essa una fine, graziosa e amorevole forma di espressione del bello che va a stimolare proprio quella bellezza interiore che ogni essere umano ha dentro di sé: quest'ultimo aspetto, che possediamo tutti, in un intervento di counseling espressivo ben riuscito può lasciarsi condividere, nel caso in cui il cliente ne fosse già in contatto, può evidenziarsi nel caso in cui nella persona questa via si fosse affievolita e potrebbe rinascere se nell'individuo in questione si fosse quasi del tutto spenta.

Considerato il fatto che in alcune persone dimora un qualche serpeggiante timore pregiudiziale socialmente sostenuto rispetto al lavoro introspettivo a livello generale, e forse ancor di più in accostamento alla figura del counselor, ritengo che la via della bellezza abbracciata al counseling espressivo possa favorire un interessante approccio al lavoro di consapevolezza, capace di determinare in una persona l'affievolirsi di quella limitante paura iniziale, lasciando così spazio ad una fiducia creativa e piacevole utile alla scoperta di risorse personali ed elementi di senso trasformativi utili al cambiamento rispetto al proprio, intimo, unico e originale cammino di crescita personale.

## **Luca Ferroggiaro**

Mi sono diplomato come counselor espressivo presso l'Associazione Progetto Espressione di Genova e al momento sto concludendo un percorso formativo in arteterapia; pratico il massaggio e la meditazione come forme di connessione all'altro e mi occupo di Comunicazione Non Violenta.

Credo che la vita sia come un tavolino a tre gambe: cura del corpo, cura dello spirito e cura della mente, se una di queste manca, il tavolino cade...

Titolo: Noi siamo un dialogo.  
Autore: Giovanni Stanghellini  
Editore: Raffaello Cortina, 2017

Giovanni Stanghellini è uno psichiatra e psicoterapeuta, insegna Psicologia all'università di Chieti – Pescara e dirige la scuola di Psicoterapia fenomenologico – dinamica di Firenze.

Il testo snoda la sua trama attraverso tre parti che iniziano il loro riflettere partendo da tre interrogativi: "che cos'è un essere umano? Che cos'è la patologia mentale? Che cos'è la terapia?"

Al centro dello sviluppo dell'essere umano, dell'essere persona, vi è il dialogo con l'alterità, intesa come l'altro da noi ma anche come parte di noi; da qui si sviluppa l'idea della necessità evolutiva che scaturisce dal prendersi la responsabilità del proprio dialogo interiore, portando a consapevolezza anche le parti più nascoste e oscure del nostro essere, attraverso la piena presa a carico dei messaggi che affiorano dal nostro mondo emotivo. L'inevitabile lotta con l'alterità è la ragione per cui siamo e dobbiamo divenire persone. Fare esperienza di noi stessi come persone è fare esperienza della fragilità della nostra autonomia; l'essere persona è caratterizzato dall'incessante e indefinibile divenire che rende ciascuno la persona individuale che è, divenendo il chi siamo attraverso l'alterità, che sfida la nostra vita non solo dall'esterno ma anche dall'interno, nella forma del sedimento oscuro della nostra identità. Il dialogo è il

mezzo che rende possibile per la persona il divenire consapevole dei propri pregiudizi e, di pari passo, consente alle cose stesse di manifestarsi; siamo umani perchè possiamo dialogare, il dialogo non è una semplice chiacchiera, non è meramente uno scambio verbale, uno scambio di informazioni, nel vero dialogo qualcosa accade, ci si muove in direzioni imprevedibili per esperire qualcosa che è nuovo per entrambi; il dialogo quindi ha l'ascolto come presupposto di base alla sua base, perchè esso possa accadere. L'assenza del dialogo o la sua malsana gestione quindi, secondo Stanghellini, sarebbe alla base della patologia mentale: "la patologia mentale è la crisi del dialogo della persona con l'alterità che la abita e con l'alterità incarnata nelle altre persone".

Infatti è dalla dialettica tra la persona e le sue esperienze perturbanti che si originano i sintomi, i decorsi e gli esiti della patologia. L'incontro con l'alterità è il motore della dialettica dell'identità narrativa, cioè della fabbrica del proprio sé, quindi il sintomo sarebbe l'espressione della crisi della capacità di integrare l'alterità all'interno di un racconto coerente. Il sintomo è un disturbo, al tempo stesso però è l'ultima opportunità per la persona di riconoscere l'alterità in se stessa; il sintomo è il grido dell'alterità che invoca di essere riconosciuta, e quindi ascoltata attraverso un dialogo; i sintomi psicopatologici sono l'esito di tentativi falliti o sfortunati di conferire un senso all'incontro con l'alterità. Di conseguenza a questa affermazione possiamo osservare la cura come un tentativo di ristabilire il fragile dialogo dell'anima con se stessa e con le altre persone.



# LIBRI

La terapia, la cura e l'auspicato intraprendere una via verso la guarigione, avviene attraverso un approccio dialogico centrato sull'essere umano e sulla sua unicità, concentrandosi sull'esperienza soggettiva della persona come punto di partenza di ogni incontro clinico, incoraggiando il paziente a riflettere sulle proprie esperienze per esprimerle in un formato narrativo identificando un nucleo di significato o organizzazione di senso, supportandolo nel rendere esplicito il suo personale orizzonte eidetico e di significato.

All'interno di questa dinamica, che è una dinamica di relazione, il clinico propone uno scambio reciproco di emozioni e di prospettive con il proprio paziente, nonché l'impegno comune di co-costruire una narrativa dotata di senso che includa, e se possibile integri, i contenuti di entrambe le prospettive.

Ho trovato questo testo molto profondo, a tratti rivelatore, figlio di una visione molto umana e delicata che a mio avviso abita la concezione fenomenologica del mondo e che in questo scritto mette al centro il dialogo come forma indispensabile di relazione, che viene vista come un mutuo processo maieutico che nasce dalla visione democratica della fenomenologia ermeneutica che vede lo spazio del dialogo come uno spazio orizzontale che necessita di chiarezza, di trasparenza non ambigua nel linguaggio, di amorevolezza e di un felpato sforzo nell'avvicinamento del fenomeno dell'alterità propria e altrui, in un

tentativo di cooperazione sorretto da un'atmosfera accogliente e priva di giudizio.

Recensione di Luca Ferroggiaro



# MERIMAILMASTA

*SPAZIO MUSICALE A CURA DI MICHELANGELO GIUSEPPE PALA*

**In questo numero ospitiamo il brano del Maestro Agostino Trotta:**

DEEP RIVER, Negro Spirituals, Brano registrato "a distanza" durante la quarantena.

Clicca sul link sottostante per ascoltare il brano:

[https://youtu.be/l5OOS8e1\\_Pc](https://youtu.be/l5OOS8e1_Pc)

AGOSTINO TROTTA, Controttenore, Musicoterapeuta, Musicologo.

Dopo un'intensa attività concertistica in Italia in qualità di controttenore e direttore di coro, Agostino Trotta approda a Parigi nel 2015 per dedicarsi alla ricerca musicologica e musicoterapica. È laureato in Canto lirico e teatrale, in Musica antica, e in Musicologia. Ad Assisi acquisisce un'alta formazione in Musicoterapia che lo caratterizza nel suo percorso professionale. Ideatore del Centro di Musicoterapia "Il canto di Amore e Psiche", referenza nel Centro Sud d'Italia, ha un'esperienza terapeutica nella cura e riabilitazione di differenti patologie psichiatriche. Professore di Educazione musicale, di tecnica vocale e di canto corale, la sua professionalità si spinge fino alla critica musicale lavorando con l'equipe redazionale di una importante testata giornalistica online.







[WWW.ARTETERAPIAFILOSOFICA.COM](http://WWW.ARTETERAPIAFILOSOFICA.COM)

FILART  
PROGETTO EDITORIALE  
A CURA DI MARICA COSTIGLIOLO, GENOVA