

## **Arteterapia: perchè e non cos'è.**

Con questo breve scritto non ho come obiettivo un'indagine sull'arteterapia, le sue scuole, le finalità e gli strumenti che essa impiega. Desidero piuttosto proporre una serie di riflessioni, affinché attraverso queste, possa nascere una migliore comprensione intorno al significato del creare. In particolare mi interessa approfondire come, le energie creative presenti in ogni persona, siano da considerare un tesoro "sepolto" che ogni individuo, può ed è in grado di ritrovare. Mi piace pensare a questo tesoro come ad uno strumento capace di "nutrire" quegli aspetti nascosti che tanto possono influire sul nostro stato generale di salute e sul nostro equilibrio psicofisico, ed in particolare sulla capacità del singolo di sentirsi "connesso" con il Flusso vitale ed il Progetto "Creazione" che vive fuori e dentro di noi.

Mi interessa trattare gli impulsi e le tensioni che portano l'individuo a porsi delle domande profonde sulla vita. Sovente molte malattie ampiamente diffuse sul piano collettivo devono essere considerate come delle vere e proprie domande di trasformazione sul piano della coscienza e dei valori collettivi, in cui anche il singolo individuo è chiamato a dare un suo personale contributo.

Una delle domande che mi viene rivolta quando parlo di arteterapia è posta su come si svolge un incontro, in cosa consiste, ma soprattutto di come, fare "arte", possa diventare un momento di cura e di terapia. Sovente rimando alla modalità di conoscenza del mondo che il bambino attua attraverso il gioco. In questa modalità vi è una adesione e presenza globale e totale del bambino a ciò che sta vivendo. Vi è anche presente una apparente dispersività e discontinuità. Ma la cosa più importante che l'azione del gioco mette in evidenza, è la possibilità di prendere confidenza con tutte le ipotesi che la realtà e le potenzialità intuitive presentano all'occasione. Il gioco quindi come prendersi la libertà di entrare in risonanza con le possibilità potenziali non ancora espresse. E' un continuo problema ed il suo relativo superamento quello che il bambino incontra nel gioco in cui l'inatteso e la scoperta sono sempre dietro l'angolo. Qui può venire in mente l'analogia di quanto invece l'adulto faticosi a trovare soluzioni per la vita anche quotidiana e quanto questo trovare soluzioni lo spaventi e soprattutto non lo diverta affatto. Io credo che questo fattore, per una comprensione sul senso di fare arteterapia sia fondamentale, in quanto gli schemi mentali dell'adulto tendono a fissarsi su determinati principi e che una volta innestati tali automatismi comportamentali e caratteriali, sia difficile uscire da una sorta di gabbia che ci siamo costruiti con le nostre stesse mani. Va considerata anche la necessità di sicurezze e di certezze di molti individui i quali sono portati ad impiegare protocolli e procedure che incanalano e contengono l'ansia, salvo a creare grossi scompensi quando per una ragione qualsiasi diventa necessario confrontarsi con l'inatteso ed il nuovo.

In questo senso l'arteterapia ha appreso dal bambino, molte aspetti sul modo di entrare in risonanza con la realtà. Credo che il "bambino" potrebbe insegnarci molte cose sull'aspetto del "vedere con stupore" le cose e gli eventi che ci circondano. Certo, sovente il bambino è sopraffatto da questa modalità e capacità circolare di vedere e sentire le cose. Ma cosa pensare della sovente unica modalità e capacità lineare impiegata generalmente dall'adulto.

Forse per l'adulto di oggi, ieri bambino, sarebbe importante re-imparare ad impiegare la sua capacità circolare sapendo che ha sempre a disposizione la sua capacità lineare del "vedere" le cose. Si potrebbe anche dire portare equilibrio fra cervello sinistro (logico, razionale) e cervello destro (analogico, immaginativo, creativo).

In questa prospettiva l'arteterapia deve essere considerata come un percorso di allargamento degli schemi abituali con i quali l'adulto vede la realtà. La possibilità ci viene offerta in maniera semplice e naturale quando l'adulto si appresta ad osservare le forme presenti in natura. Potrà essere una radice, una foglia, un sasso che attraverso la sua forma ci parla di direzioni e linee che ci rimandano ad un Senso. Siamo profondamente connessi con la Mater-ia ed ogni sua manifestazione ci rimanda ad un disegno Creativo, in cui il nostro essere corpo-mente-spirito può ritrovare uno spazio di "protezione" e di equilibrio. Il passaggio quindi dal piano concreto, corporeo, al piano immaginativo con le sue potenzialità di comprensione e di elaborazione, rappresenta il punto nodale che il percorso di arteterapia offre quale contributo al miglioramento dello stato generale di salute psicofisica.