

Dalla danza al Teatro della maschera

(la mia esperienza con Laura Sheleen, danzatrice, arteterapeuta di formazione junghiana)

Ho conosciuto Laura Sheleen, danzatrice e psicoterapeuta americana di origine svedese, oggi vicino agli ottant'anni, in occasione di una serie di Stages sul movimento, organizzati da Paola De Vera D'Aragona, a metà degli anni '80, con Riza Psicosomatica a Milano sul tema Spazio-Tempo.

In quel periodo la metodica di insegnamento di Laura era estremamente diretta e rigorosa. La tecnica di movimento proposta era come uno spartito da seguire, con le sue regole da apprendere per consentire l'esecuzione di un "brano" disegnato dal corpo del danzatore nello spazio. Il lavoro tecnico si presentava come un'apprendere ed affinare un codice basato sulla suddivisione dello spazio e del tempo in grado di aiutare "l'allievo" nelle varie discipline del movimento. Sempre all'interno del training formativo proposto, trovava spazio il lavoro pedagogico sul corpo dove a partire dal semplice camminare, si arrivava ad organizzare il movimento nelle direzioni e nel ritmo con una logica di disponibilità continua al cambiamento¹. Padroneggiare la tecnica per liberarsene.

Su un altro piano, quello psicologico, il training corporeo proposto da Laura, era orientato al superamento del proprio labirinto interiore rappresentato dalle proprie emozioni, dalla poca autostima che ognuno si porta dentro e dalla forza che blocca, la forza "medusante" come la chiama Laura (da Medusa – una delle Gorgoni in grado di pietrificare chi la guardava). Spesso Laura sottolineava, come a partire da un "casuale" errore, ad esempio: un passo all'indietro invece di un passo in avanti, potesse significare una fatica nel "crescere" e nell'andare incontro alla vita. Lavorare con Laura sul corpo nel gesto vuol dire lavorare anche con i miti perché i miti abitano nel corpo e nella concezione simbolica dello spazio. Un po' come ritrovare il cammino dell'eroe descritto da Erich Neumann in Storia delle origini della coscienza. Il controllo sul corpo e sul gesto nello spazio, appare nell'ottica di Laura Sheleen non come un evento esteriore, piuttosto come un avanzamento sul piano della coscienza dove all'inizio tutto ci è oscuro, siamo inconsci a noi stessi, poi sbagliando e ancora sbagliando troviamo sempre più fiducia nei nostri gesti, maggiore luce nella nostra consapevolezza.

Così il danzatore che all'inizio del suo processo affronta con molta incoscienza il gesto e le direzioni, attraverso questo graduale lavoro di conoscenza di sé e del mondo, trova un senso a partire dal qui ed ora per dialogare con un tempo ed uno spazio denso e carico di simboli e significati. Nel libro scritto da Laura "Teatro per diventare....altro", Laura parla di come la scena del teatro rappresenti un focus, un centro, nel quale viene separato lo spazio profano da quello sacro, luogo di elevazione e trasformazione, passaggio nel quale l'istinto attraverso una sorta di distillazione alchemica, si trasforma in coscienza.

¹) per approfondire l'argomento sulle direzioni e sullo spazio c'è un capitolo dedicato a Laura Sheleen, sul libro "Il corpo e il gruppo, vedi bibliografia).

Rimasi pertanto molto colpito da questo modo così diretto ma nello stesso tempo profondo di lavorare che decisi di approfondire la formazione con Laura. Nella visione di Laura il danzatore-attore compie innanzitutto un lavoro di trasformazione su se stesso diventa cioè, consapevole dei propri gesti e dei propri atti, si mette al servizio dell'Arte, lascia da parte il suo ego. Per poterlo fare però deve lavorare in profondità, deve scoprire il grande uomo dentro di sé, accettare la sfida della vita e abbandonare il piccolo uomo con le sue insicurezze ed incertezze. Da queste basi è nato il desiderio da parte di Laura di mettere a punto una tecnica di confronto con se stessi e con l'inconscio attraverso la maschera.

Negli anni settanta ha avuto luogo in Francia, dove Laura risiedeva e risiede tutt'ora, un notevole lavoro di ricerca in campo pedagogico e terapeutico intorno alle esperienze dello psicodramma di Moreno. Laura in quegli anni collabora con il Gruppo Francese di Sociometria fondato da Anne Ancelin Schutzenberger. In questo modo ha la possibilità di esplorare ed elaborare un suo particolare percorso verso l'individuazione attraverso un teatro del gesto, denominato in seguito mitodramma. È un teatro essenziale fatto di maschere, silenzio, luce, buio ed improvvisazione fondata su regole precise e rigorose. Quello che descriverò a grandi tratti, è l'esperienza del Teatro del gesto, sviluppato da Laura dagli anni settanta ad oggi. Questa esperienza fa riferimento ad un teatro povero in cui non esiste un copione ma un "progetto" dell'uomo globale da cui scaturiscono immagini di vita, di incontro, di trasformazione, di morte e rinascita. Si tratta di piccoli ed intensi ciak della durata che può variare, da qualche minuto a svariati minuti; queste scene nascono dal profondo e dalla capacità di mettersi in gioco dei partecipanti. Il gioco all'inizio nasce dalla presentazione della propria maschera costruita artigianalmente durante i primi giorni del seminario che dura in genere una settimana. Questa prima presentazione viene attuata da tutto il gruppo, ma con una modalità individuale nel senso che si svolge una persona per volta. La persona apprende in questo modo le prime regole di scena del teatro del gesto: indossare la maschera, trovare un drappo colorato o un vestito semplice da indossare, entrare nello spazio della rappresentazione stando almeno tre secondi tra lo spazio reale e quello della rappresentazione e poi entrare, prendere spazio al centro della scena, assumere una postura che accompagni la maschera, mantenere questa postura qualche istante, voltarsi, dirigersi verso l'uscita di scena, stando altri tre secondi, togliersi la maschera e chiudere il gioco. Ma prima di tornare veramente nello spazio reale è necessario dare e trovare la parola alle immagini ed alle emozioni profondamente vissute. Vi è uno spazio per la parola che non è più, né lo spazio di rappresentazione ma non ancora lo spazio reale, è uno spazio di confine, di passaggio. Questo spazio della parola sarà così per tutti i giochi sia individuali che collettivi; si parlerà in ordine di apparizione, in caso di più persone sulla scena e ognuno dirà cosa ha vissuto, perché ha sentito l'impulso di entrare con questo e quel personaggio e cosa ha incontrato. Una parola va spesa per il lavoro di creazione della maschera che avviene attraverso un procedimento particolare in quanto la maschera prende forma a partire dalle immagini che provengono dal mondo interno di ognuno. Il contatto con la creta e la successiva manipolazione guidata, danno la possibilità ad ogni

partecipante di incontrare l'immagine di un volto che prenderà veramente forma, nella maschera composta da strati di carta morbida e spessa e colla. Alla fine del procedimento costruttivo viene dato il colore bianco su tutte le maschere. Bianco come colore del nuovo e di ciò che ha inizio. Ma perché la maschera è così evocatrice? Essa suscita da sempre interesse e curiosità in quanto evoca con la sua capacità di stupire, il nuovo e l'inatteso. Da tempo memorabile e in tutte le culture del mondo, la maschera è portatrice di quei segni che parlano nei tratti e nelle espressioni, di quel desiderio umano profondo, di entrare in contatto, attraverso l'immaginario, con le forze vitali della natura (istinto, creatività, forza spirituale). La maschera è anche un volto sul quale possiamo trasferire e leggere i nostri sentimenti, le nostre emozioni ed il nostro desiderio di essere e di divenire. Il mascheramento è un atto rituale, individuale e collettivo al tempo stesso. Il suo significato ci rimanda al mai sopito impulso dell'essere umano, di incontrare le nuove forze del rinnovamento, interne ed esterne, per esserne risanato e trasformato, per divenire Altro e nuovo.

Segue la fase del gioco: protagonista/antagonista. E' il gioco delle polarità che si incontrano e si scontrano. Sulla scena arriva un determinato personaggio; se il gioco è aperto qualcuno dei partecipanti, si sentirà chiamato a rispondere, "fecondato" come dice Laura, chiamato a portare un proprio personaggio (antagonista) che inizia un dialogo con il primo personaggio (protagonista). Il partecipare al gioco, avviene attraverso la scelta di una delle maschere disposte a terra fra il gruppo dei partecipanti e la scena. Un tessuto velocemente indossato copre la persona reale e allora nasce qualcosa di nuovo, un personaggio che porta sulla scena il proprio desiderio di essere, l'unione, l'alleanza, la lotta o entrambi. Questo personaggio non usa dialoghi o parole, usa il gesto, la postura, a volte suoni o versi con la voce.

Il gioco è chiuso quando il personaggio (protagonista) riempie lo spazio da solo, ha un tratto, o troppo definito (monologo) o troppo poco definito e quindi poco interessante, non c'è spazio per un altro (antagonista).

La luce tenue all'inizio dei giochi sembra richiamare quanto il prendere coscienza di chi siamo, arriva il più delle volte lentamente a partire dal buio. I personaggi nascono dal buio, prendono corpo nella penombra. L'immaginario del partecipante-spettatore, vive di fronte a questo apparire, una propria dimensione di dialogo interno su ciò che accade in scena. Vi è una scena fuori, ma ve ne è una anche dentro di ognuno sulla quale porre attenzione e prendere coscienza. Questa è una grande ricchezza perché nel momento della parola, dopo che tutti i partecipanti al gioco hanno parlato, arriva il turno degli spettatori cioè di quella parte di gruppo che è rimasta fuori dal gioco ma ha partecipato come osservatore. Ed ecco allora che il gioco si arricchisce di nuovo. Un teatro virtuale rinasce dalle parole delle persone che hanno visto questo piuttosto che quello in quel personaggio o passaggio. Ci si rende conto che la realtà è complessa ed ognuno vede e vive veramente il mondo con i propri occhi e dalla sua dimensione. In questo modo di intendere la globalità della persona non c'è qualcuno che ha ragione o qualcuno che ha torto, si impara a rispettare la visione che ognuno ha dei vissuti e della situazione, arricchendosi con nuove immagini di identità che ognuno porta dentro di sé. Dopo la fase del protagonista/antagonista il gioco si apre alle varie possibilità in quanto sulla scena arriva il terzo, portatore di nuove funzioni (alleanze e/o

dipendenze) utili allo sviluppo della piccola/grande storia in corso sulla scena. Ma poi arriverà il quarto, il quinto ecc. La scena si arricchisce con toni e colori nuovi. Nel teatro del gesto trova spazio tutta l'umanità e la sua gamma di istinti/sentimenti al seguito, senza mai che il confronto possa diventare realmente pericoloso in quanto vige la regola severa del non passaggio all'atto e che collera e rabbia possono essere espressi sì ma i mezzi devono essere indiretti quali la voce o il gesto ma senza contatto.

Il teatro del gesto diventa quindi un mezzo di confronto e di integrazione con le diverse "parti" che compongono la globalità della persona. La visione dell'essere umano si estende a questo livello alla mitologia ed agli archetipi, in quanto portatori di senso e significato in relazione alla complessità della psiche. Nel teatro del gesto, il riferimento teorico alla psicologia Jungiana è costante in quanto Persona, Ombra, Animus, Anima e Sé sono aree e luoghi di sorgente delle immagini di identità del teatro stesso. Rendere possibile l'incontro e lo scambio fra queste diverse "parti" significa arricchire ed ampliare il proprio orizzonte verso l'equilibrio e la globalità dell'individuo.

Note Bibliografiche

Il corpo e il gruppo di Anne Ancelin Shutzemberger (1977) Astrolabio a pg.199.

La danza terapeutica di Elena Cerruto (1994) - Xenia Edizioni a pg. 45.

Théâtre pour devenir....autre di Laura Sheleen - (1983) Hommes et Groupes - épi éditeurs

n° 61 Riza Psicosomatica Marzo 1986 - Il corpo tra spazio e tempo - di Paola DeVera D'Aragona - Riza Editore.

Riza Scienze n°13 - Ottobre 1986 - Curarsi danzando - Il movimento come psicoterapia - di Paola DeVera D'Aragona - Il movimento e la sua simbologia, pg. 42.