

Pensieri e Parole Contatto...

A cura di Livia Castellini

liviacastellini@infinito.it



“Nella mia attività sono continuamente a contatto con le persone e perciò con gli stati d'animo, le parole, lo spazio, la relazione, il rispetto, l'ascolto. L'arte teatrale ha bisogno di questo e infatti il lavoro di formazione che svolgo coincide con un percorso, non solo di apprendimento, ma anche e soprattutto di evoluzione e di consapevolezza di sé e degli altri. Una ricerca e un approfondimento del 'sentire' che viviamo insieme, allievi e insegnante. Che vergogna e che orrore se me ne stessi sulla cima del colle guardando laggiù cosa succede (e magari pure spazientita)!”

Credo valga la pena chiederci che cosa significa e a cosa serve educare, formare - perché vogliamo educare - che tipo di educazione vogliamo. Bisognerebbe partire da un progetto. Un progetto di società. Un progetto di società umano. Ognuno di noi è unico e irripetibile, non esiste una vita/storia uguale all'altra. Generalizzare, non solo è offensivo della nostra DIGNITÀ, ma ci rende invisibili, ci annulla e ci annienta. Possiamo cambiare queste parole con RISPETTO, pazienza, ASCOLTO, attenzione. Anche la malattia è un evento personale, intimo ed esclusivo, che spesso si presenta come il passaggio verso un cambiamento. Dalle origini la medicina scelse come simbolo il dio Asclepio, il serpente, che con la perdita della vecchia pelle e la comparsa di una pelle nuova, rappresenta la rinascita. Ma a che serve il simbolo di un dio se non crediamo nei suoi poteri?”

Mi capitò di stare "ricoverata" in ospedale per curare una malattia, che aveva chiaramente un'origine psicosomatica (il dolore per la morte di mio padre) e fui trattata come un oggetto da riparare, una cavia su cui sperimentare, scrutata da innumerevoli occhi di medici, professori, tirocinanti, infermiere/i e nessuno che mi chiedesse come mi sentivo. Ero dolente, nervosa, estenuata dal persistere del male, era difficile rimanere tranquilla e paziente; quando vidi come andavano le cose lì dentro, mi sentii arrabbiata, offesa, esasperata. In breve, le parole accoglienza, rassicurazione, fiducia, speranza, conforto, cambiarono nome. Morale: "...non ci si può fermare alla cura di una patologia, dimenticandosi di chi ce l'ha" (Lucia Fontanella "La comunicazione diseguale").

ESSERE UMANI, una composizione di corpo/mente/spirito, che dovrebbe essere amata, curata, nutrita, elevata, accettata e ritenuta tale nella sua complessità, nel mondo è spesso offesa, vituperata, derisa e violentata.

Quando abbiamo 3 settimane si forma il nostro primo organo: il sangue. Quello che diventerà il cuore, è attaccato alla testa e il diaframma è nel collo; quando la testa si alzerà, cuore e diaframma scenderanno. La nostra vita prenatale ci racconta che cuore e cervello si sono formati insieme e insieme hanno vissuto le prime esperienze sensoriali: tatto e vibrazione. I pensieri, dunque, hanno le loro radici nelle emozioni. Meraviglioso. Invece ci definiamo esseri razionali e consideriamo un limite e una debolezza ascoltare l'istinto, "ciò che ci dice il cuore" e ci sforziamo di tenere separati cervello ed emozioni, la nostra più grande ricchezza!

L'emozione si concretizza in gesto, il gesto si trasforma in intonazione: nasce il linguaggio. La parola è una mano che esegue una stessa funzione, ma che può arrivare più lontano. Si dice che le parole scoccano dall'arco dei denti di Garuda, l'uccello divino e volano di bocca in bocca, portando il loro messaggio. Le parole, come i gesti, non sono neutre, esse distruggono o edificano, inevitabilmente modificano e muovono le situazioni intorno a noi. Attraverso esse noi modifichiamo il mondo. Con le nostre Parole/Azioni possiamo accogliere o rifiutare; se si accoglie occorre farlo con le parole, il corpo, il cuore. Una parola generosa, un gesto delicato, un sorriso ospitale.

ACCOGLIERE e fare con amore amplia e stabilizza le relazioni; RIFIUTARE e fare con freddezza o prepotenza le spezza e le separa. La voce ha un potere guaritore straordinario. Lo diceva Orfeo e fortunatamente anche nel nostro buio tempo molti sono d'accordo: "La comunicazione è già terapia."

*Propongo dunque il PUC, un progetto da tradurre in azioni in ogni ambito relazionale, sia esso lavorativo, educativo o personale. Nello specifico campo sanitario e infermieristico un **Progetto Umano Comune per migliorare il rapporto infermiere/medico/PERSONA e paziente/malato/PERSONA**, che metta fine ad un comportamento e una comunicazione diseguale. Se lo vogliamo veramente, sicuramente accadrà”.*

Livia Castellini inizia l'esperienza teatrale sotto la Direzione Artistica del professor Emo Marconi, matematico, docente e profondo studioso di Storia del Teatro e Scienza della Comunicazione. Impara l'Ascolto, l'Attesa, la Meditazione. La voce è la sua passione. Ha studiato canto lirico, incontrato Moni Ovadia, ascoltato Maria Callas, gli Inti Illimani, Demetrio Stratos, Yma Sumac, i Cori di montagna. Per la sua formazione e ricerca di ascolto, spazio, risorse creative, libertà e unità, considera fondamentale il percorso di approfondimento offerto dalla Psicofonia di Elisa Benassi e dalla Terapia Craniosacrale Biodinamica (nella quale è diplomata). Spazia tra generi teatrali diversi: drammatico, comico-brillante, per ragazzi, commedia musicale e d'impegno civile; perciò collabora con vari gruppi e registi. Realizza recital tematici con l'accompagnamento di solisti o piccole formazioni musical-teatrali. E' commentatrice di documentari culturali (anche per Rai 3 e Rai Sat), doppiatrice di telefilm e cartoni animati; lettrice presso il Centro Nazionale del Libro Parlato dell'UICI. Insegna Dizione, Recitazione, Lettura Espressiva e Interpretativa allo Spazio H.Vox - Accademia di formazione teatrale di Brescia e presso Associazioni Culturali, Biblioteche e come aggiornamento per insegnanti.