

# **Arti-Terapie-Espressive come sinonimo di dialogo.**

**Romeo Lucioni**

L'arte ha sempre avuto, nella storia dell'uomo, un grandissimo valore e spessore, non solo per elaborare una lettura della realtà, ma anche per comunicare impressioni e sentimenti, per "rendere felici" con la visione di una "cosa bella", per sviluppare quelle forze propiziatriche capaci di fare ottenere un gran "successo o risultato" (per es. una buona battuta di caccia), per inneggiare e celebrare la "grandezza" di un personaggio e/o un popolo.

L'espressione artistica non è però nata con i "progenitori" (vedi l'australopiteco che non ha lasciato "oggetti" tra i suoi resti ossei), ma sembra che proprio dobbiamo farla risalire al genere Homo-Neandertalensis o Cro-Magnon, dimostrando così che "l'animus artisticus" richiede un certo grado o livello di funzionamento psico-mentale.

Da queste osservazioni, si può comprendere come l'idea di utilizzare l'arte per creare benessere o, ancor meglio, per recuperare il soggetto (nel nostro caso l'uomo) abbia raggiunto un adeguato sviluppo affettivo, cioè timologico e valorativo.

Non si può capire il senso del concetto base dell'arte-terapia se prima non si è sviluppata la comunicazione, la socializzazione e la sussidiarietà.

Nel percorso della storia dell'uomo, si è andata così sviluppando l'idea che l'arte-terapia dovesse interessare non solo il mondo rappresentativo (il disegno, la scultura, ecc.), ma anche tutte quelle attività che portano ad uno scambio, comunicativo, integrativo, collaborativi e finalmente di "relazione interpersonale". Nella logica dunque delle "arti-terapie" il fulcro dell'esperienza è quello di creare un "momento di incontro" nel quale "raccontare il proprio quotidiano". Questo si basa su un "principio di scambio" di interessi, di esperienze, di vissuti, di pensieri, di elaborazioni immaginarie.

Proprio per questo, possiamo dire che le "arti-terapie" presuppongono l'organizzazione di una "comunicazione" che però deve strutturarsi come "dialogo" cioè come comunicazione a doppio canale, a doppia mandata.

Il "dialogo" è il fondamento di tutte le espressioni terapeutiche proprio perché questo è sufficiente ed indispensabile per creare una "tensione" che è attesa e che si traduce in "desiderio".

Se nell'espressione artistica l'oggetto viene posto o sottoposto all'osservazione, nella arte-terapia, al contrario, l'oggetto diventa "scambio" cioè "quel qualcosa ci cui si parla", nella logica del quale si deve creare un linguaggio che circola, cioè un "dialogo".

Le Arti-Terapie-Espressive hanno in sé la dimensione profonda dei legami tra immagine e linguaggio, che permettono al soggetto la scoperta di un mondo intimo, spesso sconosciuto, addormentato, non ancora sviluppato.

In questo "territorio" si trovano i tesori più grandi dell'essere umano che riempiono il quotidiano ed i sogni, dando senso alla creatività ed alla dimensione immaginaria.

In questo ordine di idee le Arti-Terapie-Espressive si leggono come un "percorso tracciato nel linguaggio" per raggiungere il benessere personale, ma anche quell'equilibrio tra corpo, mente ed affetti che è espressione di "salute".

L'incontro con le dinamiche sconosciute del Sé porta a interrogarsi sul senso della vita, delle cose ed anche dello stesso Sé, ponendo l'attenzione su dettagli, su particolari che spesso neppure scorgiamo. Tutto questo "curarsi di sé in mente e corpo" porta a dimensionarsi non solo nel qui e ora, ma anche in quelle relazioni dinamiche con il tempo e con lo spazio, che aprono la mente al divenire.

Il cammino esistenziale diventa allora "terapeutico", portatore di salute proprio perché il soggetto comincia a dare importanza ad ogni monade di cui è composto, sia quelle fisiche, che biologiche, che psicologiche, che conoscitive, che trascendenti.

Proprio in questo cammino, che è in parte catartico ed in parte trascendente, si struttura il senso profondo della "espressione nel linguaggio", della scoperta, della relazione tra le parti del sé e le interazioni di queste con il mondo, con gli altri, con la vita, con la salute, con le soddisfazioni, i traumi ed anche con la felicità.

È in questo modo che il soggetto arriva ad apprezzare il senso di sé, a valorizzare il proprio corpo che funziona in ogni sua parte, a scoprire quella "parcella di divinità" che lo riempie di conoscenza e di affetti, ad immaginare le sue "esperienze interessanti, nuove ed insperate" come il *vento che riempie le vele per un viaggio nel destino che è anche destino programmato e desiderato*.