

“Dalla crosta al centro della terra verso il mare”

di R. Quarzi, Dmt-Apid

Lo scritto che ora vi presenterò, è un lavoro di riflessione, che nasce dalla raccolta di memorie corporee, di vissuti emotivi e di immagini significative che hanno caratterizzato il mio percorso di avvicinamento e d'incontro dell'altro, avvolto ed isolato in un nucleo autistico.

Attraverso un racconto, ho tentato di descrivere i luoghi psichici, il vuoto, l'isolamento, l'angoscia, il terrore e l'abbandono che ho dovuto attraversare per trovare un piccolo bambino nascosto e congelato in un guscio.

La metafora del “viaggio” è stata la guida che mi ha permesso di scrivere questa storia utilizzando un linguaggio evocativo fatto di simboli, immagini, narrazioni con coloriture teatrali che volutamente si mescola con un lessico proprio della clinica e della Danza Movimento Terapia.

L'incontro profondo con questo stato psichico primitivo, è stata l'esperienza necessaria per trovare la strada che mi permettesse di entrare in relazione con quel bambino, riportandolo gradualmente alla vita.

La danza e il movimento sono stati la guida, la bussola che mi hanno permesso di affrontare il viaggio, di descriverlo e raccontarlo, consentendomi prima di sentire e poi di capire cosa stava avvenendo nel corpo, nell'anima e nella relazione. Come direbbe Laban: “pensare in termini di movimento”, mi ha permesso di orientarmi nel mio mondo interiore e di scoprire quello dell'altro.

Dal corpo sono nate le immagini descritte nel viaggio ed il corpo è stato il luogo d'incontro delle proprie e altrui sensazioni, emozioni, difese.

Nella relazione terapeutica, il movimento e la danza sono state lo strumento attraverso il quale contenere e dare forma all'espressione motoria primitiva, unica possibilità per afferrare ed espellere emozioni intollerabili.

Il corpo di ogni persona racchiude in sé segni, tracce, memorie che raccontano una storia; così, il corpo delle persone incontrate durante il viaggio portava con sé i segni della sofferenza psichica, che prende forma in posture, movimenti, ritmi riconoscibili e accomunanti.

Ad avvalorare ciò, M. S. Whitehouse (1997) disse: “il corpo è l'aspetto fisico della personalità e il movimento è la personalità resa visibile”.

La Danza Movimento Terapia e i suoi strumenti mi hanno concesso la possibilità di fare un'esperienza d'integrazione e di formazione indispensabile, per accompagnare l'altro là dove necessitava di arrivare.

La storia che vado a raccontare, mi ha permesso di scoprire il contributo e le possibilità terapeutiche che la Danza Movimento Terapia offre per la comprensione e la cura degli stati psichici primitivi, dandomi l'opportunità di essere testimone del potere trasformativo del corpo e del movimento.

Premessa

Perché l'autismo?

Un giorno incontrai Francesco, un bambino di quattro anni che, intrappolato dentro una corazza autistica chiedeva di essere visto.

Fu così che conobbi la “fortezza vuota”, un luogo isolato e desolato che da qualche parte esisteva anche dentro di me.

Mi calai in quel mondo e così iniziai a cercare la strada che portava alla fortezza; incontrando molte difficoltà penetrai in quella terra che apparentemente pareva sconosciuta, ma che in realtà nascondeva scenari e colori echeggianti storie già vissute.

Questo è il punto di partenza.

Dentro ognuno di noi può esistere un luogo dove sono state congelate ed esiliate immagini, emozioni, parole, pensieri, vissuti e movimenti, un luogo di confine, fortificato e fortemente difeso; la relazione con Francesco me lo fece incontrare, offrendomi un importante occasione di riflessione.

Il Viaggio

La strada che si percorre per andare ad incontrare l'altro spesso è un viaggio che inizia senza ben conoscere la destinazione, la direzione, i pericoli, gli imprevisti, quindi, ci si riempie lo zaino d'ogni cosa che possa sembrare utile: mappa, bussola, guida, viveri... Durante il cammino capita di sbagliare strada, di fare nuovi incontri, di scoprire e conoscere, ma soprattutto ci si rende conto di essersi portati dietro troppe cose inutili che occorre abbandonare lungo il sentiero ed è così che, quasi nuda, usando il cuore e l'anima come bussola, mi capitò d'incontrare l'altro nel buio.

Ripensando all'incontro con i pazienti autistici e all'evoluzione del processo terapeutico, dopo una lunga riflessione, mi sono resa conto che esistono degli elementi che accomunano tutte queste storie. Essi non sono solo dati dall'aver sintomatologie patologiche comuni, ma dalla strada che io ho dovuto percorrere per cercare di entrare in relazione con loro.

Queste persone richiedono al terapeuta di "attivarsi" e come dice A Alvarez (1993): "Così, cominciai ad avere la sensazione che io, come madre e padre transferale, dovevo muovermi alla sua ricerca, non perché egli si nascondesse, ma perché era profondamente perduto."

Quando incontrai Francesco aveva quattro anni ed era stato segnalato alla N.P.I. dalle insegnanti della scuola elementare perché incapace di relazionarsi con l'altro, isolato e racchiuso dentro rituali di gioco. Io allora stavo svolgendo il tirocinio post-laurea presso la suddetta A.S.L. e seguí il caso fin dall'inizio. A distanza di tempo mi fu destinato per svolgere il tirocinio di specializzazione in Danza-Movimento Terapia.

Da allora sono passati molti anni; una lunga ed emozionante storia paragonabile ad un'arrampicata estremamente faticosa verso la vita, verso la nascita.

L'immagine di salita verso l'alto mi fa pensare ad un percorso che parte da un luogo piccolo, buio lontano, freddo verso un posto luminoso e caldo; questo luogo sperduto, probabilmente, è il posto dove si trovano questi bambini.

Il fondo di un pozzo oscuro è il luogo dove diceva di trovarsi il paziente descritto da A. Alvarez (1993) ne "Il compagno vivo"; ella scoprì che l'emergere del suo paziente R. avveniva quando lei riusciva ad entrare in comunicazione con lui, quando faceva qualche movimento per raggiungerlo nel luogo sperduto in cui si trovava.

La discesa verso questo posto oscuro è stato l'inizio della strada che ho dovuto percorrere per entrare in contatto con l'altro, che qui chiamerò: Francesco.

Un posto "vuoto"

Mi trovo in uno piazzale deserto e gigantesco con un enorme zaino ai miei piedi; non si scorge nulla e nessuno a distanza di migliaia di chilometri, non ci sono segnaletiche ed io devo decidere da che parte andare. Un profondo senso di desolazione e di sconforto mi assale, ho paura di non riuscire a caricarmi sulle spalle il peso del mio zaino e mi sento sola. Ho la sensazione di avere i piedi cementati al pavimento eppure so di dovermi muovere, di fare qualche cosa, di prendere qualche decisione, ma continuo a rimanere immobile di fianco al mio zaino.

Io so che da qualche parte c'è qualcuno che devo assolutamente raggiungere, ma non so dove, non lo vedo, non lo sento, è lontanissimo. Il vuoto mi circonda ed è l'immagine di ciò che provo in quel

preciso momento; il vuoto ci separa, io sono sola e lui è solo, lui non può farsi vedere e riconoscere perché è immobile ed io devo liberarmi dal cemento che blocca i miei piedi.

Questa è l'immagine che sono riuscita a trovare per descrivere le sensazioni, le emozioni, i pensieri che mi hanno attraversata nella fase iniziale del processo terapeutico.

Lo spazio che sentivo intorno al mio corpo era talmente esteso che mi faceva perdere i contatti con il mio centro, riduceva le dimensioni del mio corpo e sfuocava i suoi confini; mi sentivo lontana da tutto, compresa me stessa.

Quella stanza in cui incontravo Francesco era da me inizialmente vissuta come uno spazio "sconfinato", perché il vuoto che egli portava con sé e che io percepivo aveva le dimensioni di una voragine che ogni volta lo inghiottiva, facendolo scomparire.

Sentimenti d'impotenza e d'abbandono costituivano i blocchi di cemento ai miei piedi ed ogni sforzo per raggiungerlo sembrava vano.

Dopo numerosi tentativi di "fare" ed escogitare strategie di viaggio, stanca come se fossi arrivata alla fine di un percorso ancora da iniziare, decisi di sedermi di fianco al mio zaino e forse in quel momento scoprii una cosa importante: l'immobilità.

Dovevo fermarmi e stare ad ascoltare che cosa voleva dirmi il vuoto che mi circondava e la voragine che si era creata sotto i miei piedi sul cui ciglio stavo seduta.

L'immobilità mi fece scoprire l'assenza di tempo: ero capitata in un luogo senza tempo, o meglio in un luogo in cui le lancette dell'orologio rimanevano ferme per molto ed ogni tanto, invece, si muovevano con molta rapidità, a volte andando avanti e spesso tornando indietro.

B. Bettelheim (1987) scrive: "Tutti i bambini autistici vogliono che il tempo si arresti. (...) Il tempo distrugge l'identità statica, e perché essa rimanga intatta il tempo si deve fermare. Per questa ragione nel mondo del bambino autistico è presente solo lo spazio. Né il tempo, né la causalità possono esistervi, dato che la causalità implica di per sé una sequenza temporale, nella quale un evento succede ad un altro. I bambini autistici si sono così profondamente alienati dall'esperienza del tempo, che per loro rimangono solo lo spazio e il vuoto".

Ancora, scoprii che "stare" significava mettersi in ascolto del proprio corpo, il quale attraverso l'immobilità diventava una calamita di sensazioni, emozioni, immagini dell'altro che abitava lo spazio insieme a me.

Francesco allora si trovava al fondo del cratere della voragine, quindi la distanza era molta, ma il permettermi d'entrare in contatto empatico e chinestetico con lui, vivendo ciò che lui mi portava in quel momento, rappresentò il mio primo passo "verso".

Sentii che tutto ciò era importante e dovevo portarlo con me; cercai qualche cosa che potesse ricordarmelo e, senza esitazioni, fui attratta da una pietra che presi ed infilai in tasca.

Fu allora che scoprii l'importanza delle pietre, o meglio ciò che simboleggiavano per me, ed Francesco in questo mi fu di grande aiuto.

Una pietra può essere piccola o grande, liscia o ruvida, preziosa o grezza, leggera o pesante, sopra o sotto la terra.

Ciò che mi attraeva di più della pietra era il peso. Essa è solida, ha confini precisi, è un frammento di qualcosa d'altro, si muove se è mossa, è passiva ma può sostenere, è sulla terra, nella terra ma si può elevare anche da essa.

Il peso della pietra mi aiutò a soddisfare un bisogno importante di quel momento: il bisogno di sentire meglio il peso del mio corpo, i confini, la consistenza, il suo pieno.

La sensazione di schiacciamento che provai all'inizio e che mi fece sentire di avere dei blocchi di cemento ai piedi - quando in realtà il desiderio era quello di saltare, camminare, muoversi - forse era legata ad un eccesso di peso che tendeva a comprimermi; esso deformava il corpo facendomi perdere la sensazione della sua forma, della sua consistenza.

Sentii che avevo bisogno di riequilibrare il peso, distribuirlo equamente nel corpo per affrontare quel viaggio. Era molto importante che io mi sentissi radicata, consistente, piena, solida perché ciò ridonava “l’essere” ed io dovevo assolutamente esserci, anche per l’altro che desideravo incontrare. La pietra sta, è immobile per sua natura ed io, allora, provai a mettermi in questa condizione fisica e psichica; capii che era importante per comprendere dove l’altro si trovava e permettermi di lasciarmi andare, di affidarmi, abbandonarmi alla sensazione di vuoto che stava sotto i miei piedi, fiduciosa della terra sulla quale stavo seduta.

Dunque, quella piccola pietra in tasca fu la mia compagna di viaggio ed uno stimolo a cercare continuamente la definizione dei confini del mio corpo, del suo e della relazione.

Sentire il proprio corpo dà la sensazione di percepire lo spazio circostante come definito e dunque ci permette di individuare dove si trova l’altro, a quale distanza e quanta strada occorre fare per raggiungerlo; così la sensazione di spazio si trasformò da sconfinata in “confinata”.

La definizione del setting, in modo particolare per questi pazienti, è fondamentale come strumento per creare le basi di un saldo aggancio terapeutico.

L’obiettivo iniziale d’ogni processo terapeutico credo sia quello di creare ciò che W. Winnicott (1989) chiama: “holding environment”, ossia un ambiente contenitivo che faciliti il riecheggiare dei bisogni e dei desideri del bambino attraverso la relazione con il terapeuta, che diviene uno specchio, come fa la madre con il neonato, “fornendo un riflesso esatto dei suoi gesti e della sua esperienza, nonostante siano frammentati ed informi”.

Ma prima che siano in grado di usare questa situazione di holding dice F. Tustin (1991), “i bambini autistici devono essere saldamente al centro dell’attenzione di una persona viva e sollecita, dunque lo stato d’animo del terapeuta e l’atmosfera emotiva del setting sono i fattori fondamentali nel trattamento di bambini autistici”.

Il mio corpo doveva essere vivo, presente affinché io potessi creare le condizioni per gettare una corda nella voragine e calarmi nel vuoto e nel buio.

Avevo capito finalmente dove guardare: verso il basso; e per la prima volta vidi la sagoma di un corpo.

Un corpo “vuoto”

Immediatamente mi ritrovai in un luogo buio, freddo e angusto. Assomigliava ad un carcere sotterraneo di una fortezza disabitata e dimenticata. Ebbi la sensazione che quel posto, per qualche ragione, non mi fosse totalmente sconosciuto; fu il mio vissuto legato all’abbandono - che a quel tempo stava emergendo - a trascinarci direttamente là, senza usare scorciatoie.

Rannicchiato in un angolo c’era un piccolo bambino con il viso rivolto verso la parete che, con le braccia sollevate sopra la sua testa, faceva cadere dalle mani un mucchio di carte sul pavimento, senza mai fermarsi.

Guardandolo ripetere in continuazione quel gesto rimasi ammaliata dalla forza che esso racchiudeva in sé: era una forza ipnotica, concentrica che mi portava a desiderare di mettere quel ritmo nel mio corpo. Senza accorgermene, come incantata dalla melodia del flauto di un ipnotizzatore di serpenti, mi ritrovai a fare quel gesto insieme a lui.

Scoprii che quella sequenza di movimento evocava la stessa qualità di ritmo che possiede un movimento che spesso è associato al comportamento autistico, ossia quello di far oscillare la schiena sul piano sagittale avanti e in dietro.

Il flusso di tensione nel corpo era molto tenuto ed ogni volta che portavo le braccia sopra la testa unendo le mani, avevo la sensazione che si chiudesse un cerchio intorno a me e che tutte le parti del corpo entrando in contatto e irrigidendosi creassero una corazza. Quest’ultima, immediatamente, si

frantumava cadendo in pezzi, proprio come le carte scivolavano sul pavimento; dunque nasceva l'urgenza di ricominciare tutto da capo senza mai fermarsi.

Il ritmo ossessivo che accompagnava il movimento di Francesco e che io mi ritrovai a rispecchiare, mi fece scoprire l'alienazione, l'estraneità e la presa di distanza dalla realtà.

Questo ritmo è l'arma che Francesco usava per allontanare da sé l'angoscia di cadere nel vuoto, un'arma così potente e ipnotica che prima di ogni altra cosa allontana da se stessi.

La Tustin usa il termine "incapsulamento autoprodotta" per descrivere la caratteristica diagnostica psicodinamica che appartiene unicamente ai bambini autistici.

L'incapsulamento è simile a un guscio duro che non permette al bambino di distinguere fra persone vive ed oggetti inanimati e, come dice Kanner (1969), "queste sensazioni di durezza autoprodotta sono d'importanza fondamentale per questi bambini, la loro concentrazione sulle sensazioni derivate dal loro stesso corpo li rende inconsapevoli delle sensazioni che possiedono una più normale rilevanza obiettiva".

L'incapsulamento serve come rifugio da esperienze insopportabili, che paiono minacciare la vita stessa; è un modo particolare di proteggersi, che risulta disastroso, in quanto arresta quasi completamente lo sviluppo psichico.

Molti di questi bambini sviluppano corpi duri, muscolosi, come ha descritto Ester Bick (1986). Sono bambini contratti, che vivono in un mondo bidimensionale, dominato dalle sensazioni di duro e soffice. Queste sensazioni estreme tolgono l'attenzione dalle sensazioni tipiche delle situazioni quotidiane e che possono essere condivise con altri esseri umani.

L'attenzione dei bambini autistici è a tal punto concentrata su queste sensazioni autoprodotte che essi sembrano sordi e ciechi. L'uso degli oggetti che offrono sensazioni di durezza - come le carte per Francesco - sono funzionali alla produzione di forme soggettive dominate dalle sensazioni, che hanno una funzione anestetizzante e sedativa, la Tustin (1990) le chiama "forme sensoriali autistiche". Si tratta di forme accidentali informi, che non hanno alcuna relazione con le forme vere e proprie degli oggetti. Di conseguenza, sono forme classificabili e non condivisibili, che vengono percepite sulle superfici corporee o su altre superfici assimilate a quelle del corpo. Si tratta di spirali di sensazioni autoprodotte, che attenuano la consapevolezza; così un'inimmaginabile esperienza traumatica infantile viene esclusa dalla coscienza.

Sono seduta di fianco a lui ed insieme a lui ripeto il suo movimento rituale per un tempo che vivrò come eterno. Mi sento testimone di un incessante rituale, "privata di ogni significato già noto e senza la prospettiva di una conclusione, con la sua orribile tolleranza all'atemporalità, penso che mi sentivo come la Tamina di Kundera, nauseata, disperata, con lo stomaco svuotato" (A. Alvarez, 1992, p.54). "Sono piccole cose senza peso quelle che nauseano Tamina. In realtà, quel senso di vuoto allo stomaco è provocato dall'intollerabile assenza di peso" (Kundera, 1981, p.188).

Ed è proprio quello che stavo incontrando in quel luogo: un corpo molle, senza scheletro, muscoli, connessioni, avvolto in una corazza, con un movimento ripetitivo ed anestetizzante che lo faceva apparire ai miei occhi un corpo etereo, ma soprattutto privo di peso, un'intollerabile assenza di peso e di significato e senso di quel che stava facendo.

Come dice Tustin (1981) : "non rimane neanche la fantasia, solo macerie".

Un corpo vuoto, il corpo di un mollusco che ha perso il suo elemento naturale e nella non-azione trova una forma di adattamento ad un ambiente che è stato percepito come inadatto a viverci.

Una domanda: "Essere o non essere?"

"Essere o non essere, questo è il problema. E' forse più nobile soffrire, nell'intimo del proprio spirito, le pietre e i dardi scagliati dall'oltraggiosa fortuna, o abbracciar l'armi, invece, contro il

mare delle afflizioni, e, combattendo contro di esse metter loro una fine? Morire per dormire. Nient'altro. E con quel sonno poter calmare i dolorosi battiti del cuore e le mille offese naturali di cui è erede la carne!" (W. Shakespere, 1995).

Un piccolo Amleto "confinato in un guscio di noce", ma con un corpo fatto di "questa troppo solida carne che se potesse sciogliersi, svaporare e tramutarsi in rugiada" potrebbe fargli credere di essere "il re di uno spazio senza limiti" (W. Shakespere, 1995).

Questa domanda amletica attraversò il tempo e mi raggiunse nel posto in cui stavo, era come se echeggiasse in quello spazio vuoto, proiettandosi su quel corpo visibile ed invisibile allo stesso tempo.

Ebbi la sensazione che anche quel piccolo bambino si trovava di fronte ad un bivio, esattamente come Amleto: restare, "morire per dormire" o "imbracciar l'armi contro il mare delle afflizioni".

Iniziai a muovermi disperatamente cercando una via d'uscita, perlustrai con le mani tutto il pavimento alla ricerca di una corda per risalire e le pareti sperando di trovare una porta, una botola, un cunicolo. Non trovai nulla.

Un profondo senso di disperazione mi assalì; mi sentivo in trappola, impotente, inerme: come potevo portare via con me quel bambino, tanto deciso a lasciarsi morire? Piansi e mentre le lacrime solcavano il viso, scendendo silenziose, mi accorsi del loro calore; era la prima volta che provavo quella sensazione in quel luogo, era piacevole, era ciò di cui avevo bisogno.

Il dolore diventa un'emozione fluida e si trasforma in pianto e le lacrime, scaldando il volto, ci danno la sensazione d'essere vivi. Mi accorsi che il calore e la ricerca di un fuoco erano la meta da perseguire.

Tornai a sedermi di fianco a quel bambino e a muovere il mio corpo insieme al suo con una nuova consapevolezza: sarei dovuta restare lì con lui ed il suo movimento, fino a quando il mio essergli accanto, vivo e consapevole avesse destato la sua attenzione.

Mi misi in ascolto di quel corpo che oscillava di fianco al mio ed imparai a stare lì per molto tempo; fu faticoso perché il vuoto nascondeva una ferita sanguinante e un dolore che pareva sconfinato. Rimasi e lo sforzo più grande fu quello di non farsi inghiottire dalla seduzione della danza della morte, che con il suo ritmo ipnotico ti addormenta l'anima e ti rapisce il corpo.

"Lo psicoterapeuta è testimone della battaglia per diventare sani e degli strenui sforzi per rimanere nella condizione di sofferenza; la forza d'attrazione della malattia mentale può essere tremenda. E può esserlo anche per il terapeuta. Il processo attraverso il quale il bambino diventa più vivo è spesso doloroso..." (A. Alvarez, 1993).

La comprensione di ciò che significasse per lui "non essere" m'indicò la strada verso "l'essere" ed io, per prima, avrei dovuto "essere" ed "essere viva".

Come c'insegna A. Alvarez (1997), i terapeuti che lavorano con bambini autistici devono essere dei compagni amorevoli, solleciti, vivi, svolgendo così una "funzione di richiamo per aiutarli a scoprire che la vita può essere degna di essere vissuta".

Il mio stargli accanto fu un richiamo che portò ad un primo segnale di vita. Improvvisamente la sua schiena cessò di oscillare e una luce nella stanza si accese.

Finalmente potei veder quel posto nel quale eravamo stati per molto tempo al buio, ma soprattutto potei vedere meglio quel bimbo: il suo viso mi era familiare come quel luogo che ormai apparteneva ad entrambi.

Era successo qualcosa di veramente importante; mi sentii emozionata e allo stesso tempo disorientata. Si era creato uno spazio intorno a noi che definiva il nostro stare insieme, la nostra relazione.

Lo spazio vuoto si trasformò in silenzioso e l'abisso prese una forma più riconoscibile: era l'inizio del lento percorso verso la luce, la risalita.

Lo spazio silenzioso

Era avvenuta una trasformazione: la percezione dello spazio era cambiata, quello stesso vuoto sconfinato, angosciante, fastidioso, nauseabondo, era stato inglobato, assimilato e trasformato. Ora l'assenza di suono, di movimento dell'altro aveva acquistato significato, aveva trovato un senso e si era trasformata in silenzio.

Il silenzio è un vuoto ricco di significato, il silenzio è lo stare nell'attesa, in ascolto. Riempire il vuoto con parole e gesti perché non si è in grado di tollerare l'angoscia vuol dire colludere con la difesa di chi si è creato il vuoto in torno.

L'immagine è quella del monaco vestito d'arancio che chiude gli occhi, incrocia le gambe ed intona un mantra. La meditazione, ossia l'ascolto del profondo ci mette in contatto con la memoria arcaica, con il collettivo e l'universale che ridona significato al particolare, all'individuo, alla memoria soggettiva.

Il silenzio riempie lo spazio vuoto con una melodia antica che consola, rassicura e ridona l'essere; il ritmo ossessivo si arresta, l'isolamento trova un momento di tregua e lo sguardo tenuto fisso nel vuoto per molto tempo si dirige verso l'altro che coabita quello spazio. Un solo attimo, una sospensione che riattiva il respiro rimasto bloccato per molto tempo.

Il respiro è il primo movimento del nostro corpo che parte dal centro e si espande, raggiungendo le estremità; è un flusso costante continuo, è il ritmo che ci accompagna e che sta alla base d'ogni nostro movimento. Ma quando ci allontaniamo dal mondo e smettiamo di abitare il nostro corpo, perdiamo la consapevolezza anche di possedere un respiro, tutto si congela, si svuota e si condensa, il flusso diviene trattenuto e si vive in uno stato d'apnea costante.

Come quando si tira fuori la testa dall'acqua dopo essere stati immersi per molto tempo e si ritorna a respirare, così è avvenuto quando il ritmo ossessivo si è bloccato e lo sguardo si è direzionato verso l'altro, accorgendosi di essere riemerso da un mondo sotterraneo e di non essere da soli: c'erano due persone che stavano respirando.

Fu importante per quel piccolo bambino iniziare a fare esperienza di quel respiro che improvvisamente era tornato ad attraversare il suo corpo restituendogli la sensazione di essere vivo. Ma ogni cambiamento porta con sé il caos, la paura di perdere il controllo; fu quindi necessario accompagnarlo in un recupero graduale del suo respiro. Nacque un ritmo fatto di sospensioni-apnee e d'inspiri sempre più profondi, come quando ci si prepara a tuffarsi in acqua, immergersi ed emergere, stare sotto e stare sopra, riempire la pancia e svuotare la pancia, stare insieme e stare da soli.

Di questi elementi era costituito il ritmo che sostenne la nostra prima danza insieme.

Lo spazio intorno a noi iniziò a riempirsi di respiro ed era come se esso avesse il potere di modificare la forma di quel luogo, che divenne ai nostri occhi più grande, più luminoso, dalle alte pareti e soprattutto "caldo", il calore che arriva dall'unione di due corpi che s'incontrano in un respiro.

Eravamo riusciti a creare uno spazio accogliente, un luogo dove sentirsi protetti, un luogo che può essere riconosciuto come proprio; quel luogo, la sua forma, i suoi contorni, la sua essenza si concretizzarono prima nella mia anima e nel mio cuore e come un riflesso di ciò che stava accadendo dentro di me, il fuori si trasformò.

Lo spazio abitato

Cosa accadde dentro di me? Com'era il mio spazio interiore e le energie che lo abitavano?

Dopo aver vissuto la sensazione di essere stata rinchiusa per molto tempo in un barattolo, con braccia, gambe e testa ripiegate verso il centro, il desiderio fu quello di allungarmi, alzare la testa, srotolare la colonna e respirare. Il centro del corpo riprese vita e la consapevolezza di possederlo mi permise di attivare le gambe e le braccia come germogli alla ricerca di spazio intorno.

Scoprii che il mio spazio era tondo, plasmato e disegnato dal movimento del corpo; dal centro nasceva la forza che tendeva a svilupparsi nella verticalità. L'energia che abitava questo spazio era diretta, nasceva dalla terra, era veloce e penetrava lo spazio per poi recuperarlo incanalandolo, sostenendolo e scolpendolo. L'anello che congiungeva questi due elementi era il centro del corpo, dove abitano le emozioni che arrivano alla coscienza passando attraverso il canale dei sensi. Il centro è il luogo dove gli elementi si compenetrano, le linee rette si completano con quelle curve e trovano spazio, espressione, sintesi, armonia.

Come dice Robbins (1998), ogni terapeuta deve conoscere qual è lo "spazio" terapeutico che possiede e che natura ha "l'energia" che lo abita.

Quel bimbo che mi stava accanto e che ora, ogni tanto, mi guardava con la coda dell'occhio aveva bisogno di uno spazio tondo, caldo, confortevole e di un angolo dove potersi rifugiare ogni qual volta ne avesse sentito la necessità.

Un tondo e un angolo, il tuo spazio il mio spazio, dove inizio io e dove finisci tu, A. Robbins (1998) sostiene che la terapia è come una relazione amorosa dove c'è energia, erotismo, stagnazione, perciò è importante capire quanto l'uno è vicino all'altro, perché se non c'è scambio non si crea lo spazio della relazione.

L'aver potuto ascoltare, agire gli opposti dentro di me mi permise di comprendere l'importanza di trovare un luogo dove essi potessero dialogare e trovare forma; fare esperienza di uno spazio accogliente, di un "Holding environment" è un'occasione per recuperare la parte mancante, per integrare la nostra parte ombra.

Fu importante accogliere nel tondo gli angoli e i buchi vuoti, gli aspetti più primitivi del Sé di quel bimbo, dando così a quel luogo d'incontro confini solidi, come fanno le braccia della mamma che stringendo a sé il corpo del proprio bambino gli restituiscono la sensazione di avere un corpo.

L'energia trattenuta dentro il barattolo aveva bisogno di trovare una via d'uscita; non si poteva svitare semplicemente il tappo perché, probabilmente, sarebbe uscita violentemente come gli zampilli di lava dal vulcano, perciò fu necessario fare un piccolo foro, uno sfiato.

Ora che esisteva un luogo dove accogliere l'energia e il primo fiato era stato emesso, sentii l'esigenza di muovermi e di danzare la "danza dello specchio".

La danza dello specchio

Il mio corpo divenne specchio dei gesti del piccolo bambino, il suo braccio iniziò a muoversi dall'alto verso il basso come un direttore d'orchestra che segna il tempo e dà il ritmo alla musica.

Il mio braccio seguiva il suo ed incorporava il ritmo ossessivo che caratterizzava la musica di quel momento, il braccio cadeva verso il basso come una goccia cade dal rubinetto: rapida, pesante ed incessante.

Il mio braccio divenne il suo braccio.

Le sue mani iniziarono a battere contro il muro e le mie accanto alle sue come due uomini in preghiera davanti al muro del pianto. Mani: tese, aperte, insistenti.

Le sue mani divennero le mie mani.

La cornice dello specchio costituita dai muri e dal pavimento ci permise, essendo il confine dello spazio, di iniziare a sentire i confini del nostro corpo.

Le sue ginocchia iniziarono a flettersi e ad estendersi e così le mie; tutto il corpo venne coinvolto nel ritmo di ricerca di definizione: urgente, intermittente, bidimensionale.

Le sue ginocchia divennero le mie ginocchia.

Il suo corpo ed il mio corpo divennero l'uno l'immagine riflessa dell'altro: due corpi in movimento e un'immagine condivisa che permise a quel piccolo bimbo di vedersi ed essere visto, forse per la prima volta.

Lui Narciso, io immagine riflessa nello stagno.

In quel ritmo sentii il ricordo del buio ed il freddo che ci aveva circondato fino a poco tempo prima e che aveva costretto il mio piccolo amico a chiudersi nella solitudine; ma con sé portava anche il presagio della liberazione di una forza sconosciuta, racchiusa e congelata dentro uno scrigno.

“L'oggetto inanimato non esprime impulsi autonomi...questa vitalità ritmica del movimento è la prima identificazione di un compagno vivo” (Trevarthen,1978).

Il corpo prese vita nel ritmo ed iniziò il suo cammino verso la definizione; il mio essere specchio rappresentò “una propensione ad entrare nel suo mondo, a sospendere il giudizio critico e a riflettere su ciò che viene offerto al momento; l'essere rispecchiato è l'essere compreso, il sentire che qualcuno segue empaticamente i nostri pensieri, sentimenti, esperienze...” (Schwartz-Salant, 1982).

La relazione con una “madre sufficientemente buona” (W.Winnicott,1994), rappresenta la base delle rappresentazioni corporee, dell'immagine del corpo e tutto ciò costituisce il nucleo dell'idea di Io, il centro intorno al quale cominciano a strutturarsi e organizzarsi tracce mnestiche, sentimenti e idee.

Secondo Robbins (1998): “l'atto creativo in terapia è rispettare ciò che c'è ed offrire delle possibilità di cambiamento”.

Danzammo per molto tempo la “danza dello specchio”, imparando a conoscere i nostri corpi in movimento ed a modulare il ritmo improvvisandoci in danze. Esse da lente divenivano sempre più rapide e da leggere sempre più pesanti; si svilupparono nello spazio a partire dall'alto e arrivando in basso ed io mi trovavo sempre al suo fianco. La sensazione corporea che provai era quella di essere prima neve, poi pioggia, poi grandine che cade dal cielo, fino a quando, un giorno, il ritmo s'interruppe e la punta del suo dito sfiorò la mia pelle.

Fu molto emozionante ed ebbi la sensazione che il tempo della pioggia fosse terminato e che un altro elemento avrebbe occupato il suo posto: la scoperta del fuoco.

Il mio essere specchio permise ad Francesco di vedersi e riconoscersi; il ritmo fu uno strumento di definizione dei confini corporei, ma solo dopo molto tempo fu possibile iniziare a relazionarsi come due individui distinti, e come dice Robbins (1987), solo allora: “il terapeuta può offrire se stesso come oggetto transizionale”.

Prima è necessario fare esperienza di una buona simbiosi perché, come sostiene la Mahler (1978): “aiuta a stabilire una maggiore integrità corporea che dovrebbe trasmettere un maggior senso dell'entità e dell'identità, consentire il contemporaneo sviluppo delle relazioni con l'oggetto e reintegrare le funzioni di maturazione e di sviluppo dell'Io mancanti o alterate”.

Tu ci sei? Tu ci sei!

Ti avvicini e ti allontani da me per cercare di trovare la giusta distanza che non ci faccia sentire né fusi né lontani: come due moschettieri danziamo nello spazio e il nostro fioretto pone la necessaria distanza tra i due corpi.

Durante il viaggio ti ho potuto ascoltare nel buio, sentire il tuo odore; dopo molto tempo ho potuto guardarti. Chissà quando potrò toccarti?

Tu dirigi il tuo dito verso la mia pancia fermandoti ad un centimetro dalla mia pelle ed in quel gesto io sento la paura mescolarsi all'eccitazione.

In quello spazio microscopico che divide la mia pancia dal tuo dito, sento l'attrazione e la repulsione; il contatto con la mia pelle è vissuto come pericoloso.

Due corpi che si toccano, s'incontrano, producono calore come due pietre focaie che, strofinandosi, generano una combustione; ma il fuoco dell'emozione è temuto, la paura di confondersi con l'altro è insopportabile.

Il fioretto può essere un tramite per raggiungermi, senza ferire ed essere ferito, perché tu lo possa fare io indosso una morbida protezione che mi protegga, proteggendoti.

Avanzi verso di me per la prima volta: il tuo movimento è diretto, unidirezionale, rapido ma con la stessa velocità indietreggi; io sono ferma, la mia pancia è come il centro di un bersaglio, tu ti avvicini e ti allontani ed io sento di dover rimanere lì e la mia pancia risponde gonfiandosi e sgonfiandosi.

Espandersi e restringersi, procedere, indietreggiare sono gli elementi che caratterizzano la nostra danza, che racchiude in sé sensazioni ed emozioni ambivalenti.

L'aggredire, ossia andare verso, è il motore che ti guida verso di me e il mio accogliere, proteggendo, è la possibilità di trovare un punto di contatto che ci permetta di fare esperienza di un fuoco che scaldi e non bruci.

Ho la sensazione che la mia pancia sia per te il fuoco.

Come l'uomo primitivo scoprì il fuoco inaugurando una nuova era, anche noi c'incamminammo per un cunicolo che ci avrebbe portati verso un luogo nuovo, dove abita il fuoco: il centro della terra.

Al centro della terra

Percorriamo un lungo cunicolo stretto e basso, io sono davanti, tu dietro; è molto buio ma io ho una piccola lanterna in mano. Mi sento nuovamente in viaggio, ma questa volta tu sei con me ed abbiamo una piccola luce a guidarci nell'oscurità. Sta per accadere qualcosa di molto importante e sento i nostri corpi, per la prima volta, attraversare lo spazio.

Camminiamo per molto tempo, il nostro passo è rapido; nei nostri piedi si è risvegliata l'urgenza di arrivare ed è come se conoscessero la strada: i miei piedi seguono un sentiero immaginario che ha la forma di una spirale, che so mi guiderà ad un centro.

Lo spazio che percorriamo è circolare ma si restringe a poco a poco; man mano che ci avviciniamo al centro sento il mio cuore battere sempre più forte, un'intensa emozione che nasce dalla mia pancia mi pervade ed irradia di calore tutto il mio corpo.

Ti sento dietro di me, il mio corpo protegge il tuo da quel "terrore che prova il bambino autistico quando improvvisamente si rende conto di quello che chiamiamo "spazio" a causa della consapevolezza di essere separato dalla madre" (Tustin, 1997).

Come due danzatori Dervisci, dopo aver girato ipnoticamente su noi stessi per molto tempo, velocemente cadiamo a terra in uno stato di trance e solo in quel territorio troviamo il fuoco.

Al centro della terra pulsa una palla calda ed incandescente, il suo calore ci attrae ma la sua forza ci spaventa; sento l'urgenza di trovare un modo di avvicinarmi ad essa senza permettere che ci bruci.

Il sassolino che ho portato con me fin dall'inizio del viaggio, come se fosse una bussola, mi guida a raccogliere delle altre pietre che, insieme, disponiamo intorno alla palla ardente. Solo dopo aver compiuto questo gesto sentiamo di poterci sedere a guardare cosa accade.

Lentamente il magma cambia forma e si trasforma in un fuoco: tu sei seduto di fronte a me e sento i tuoi occhi penetrare nei miei; improvvisamente sento quella palla di magma pulsare nella mia pancia ed un ritmo di tamburo arrivare da lontano. Il suono si fa sempre più vicino e pervade il tuo

corpo, i piedi e le mani battono sulla terra; gradualmente ti alzi ed inizi a danzare intorno al fuoco come un guerriero tribale.

Provai molta paura, mi sentii sopraffatta dalla tua rabbia, la sentii esplosiva, incontenibile ed avrei avuto voglia di fuggire: non sapevo più chi avevo davanti.

Il mio corpo era impietrito, congelato ed ebbi la sensazione di perdere il controllo.

Tu ti avvicini sempre più ed io sento le forze venire meno, il cuore battere all'impazzata ed improvvisamente tutto si offusca. Per un attimo perdo la coscienza e quando mi risveglio mi trovo a danzare insieme a te intorno al fuoco.

Incontrarti al centro della terra mi permise di entrare in contatto con la potenza della rabbia, rimasta racchiusa nelle viscere del tuo corpo come un vulcano addormentato.

L'imprevedibilità dell'eruzione fu l'esperienza più spaventosa che io feci durante il lungo viaggio insieme a te: sentii il mio corpo pietrificarsi, esattamente come fa la lava quando incontra tutto ciò che sta fuori dalla pancia del vulcano.

Insieme a te incontrai la paura della distruttività, la paura di cadere in mille pezzi e la pericolosità dell'esplosione; un'esperienza che sentii inevitabile, un rito di passaggio dall'isolamento all'incontro con l'altro percepito come separato da sé.

Furono il corpo e la sua memoria a suggerirci la strada da percorrere: i nostri corpi di lava infuocata e incontenibile, danzando si trasformarono in falò, un cerchio di fuoco contenuto ma ardente, che illumina e scalda.

La rabbia, canalizzandosi in una forma non distruttiva, ci permise di fare esperienza di un fuoco che scalda, ci permise di andare nello spazio percorrendolo, ci permise di separarci e di ritrovarci l'uno di fronte all'altro.

La danza del fuoco

La danza del fuoco nacque come evoluzione dell'esperienza di ciò che io vissi come "imprevedibile", ossia, l'emergere della potenza della rabbia che, con la sua forza, disorienta ed offusca la coscienza.

Stare nel buio della coscienza mi permise di sentire il terrore che ti aveva avvolto per tanto tempo e, solo dopo, compresi che la paura che incontrai in quel momento era il tuo terrore che aveva fatto riecheggiare in me fantasmi lontani.

La tua unica possibilità di venirmi incontro fu quella di "aggredirmi" (Aggredior significa sia assalire sia andare verso, avanzare, cominciare) ed io non potei sottrarmi. Furono il corpo e la sua memoria a fare da guida invocando i nostri spiriti guerrieri che, entrando nei nostri corpi, ci fecero danzare intorno al fuoco.

Nietzsche (1909) dice: «"Corpo io sono e anima" - così parla il fanciullo. E perché non si dovrebbe parlare come i fanciulli? Ma il risvegliato e sapiente dice: corpo io sono in tutto e per tutto, e null'altro; e anima non è altro che una parola per indicare qualcosa del corpo. Il corpo è una gran ragione, una pluralità con un solo senso, una guerra e una pace, un gregge e un pastore. Strumento del tuo corpo è anche la tua piccola ragione, fratello, che ti chiami "spirito", un piccolo strumento e un giocattolo della tua gran ragione. Dietro i tuoi pensieri e sentimenti, fratello, sta un possente sovrano, un saggio ignoto- che si chiama Sé. Abita nel tuo corpo, è il tuo corpo. Vi è più ragione nel tuo corpo che nella tua migliore saggezza.»

Così danzammo sfidandoci, senza mai toccarci; più il ritmo dei tamburi cresceva, più il fuoco si alimentava, mentre i nostri occhi rimasero gli uni negli altri per tutto il tempo.

La danza della lotta ci fece sentire forti e potenti, i nostri piedi erano ben saldi e il nostro busto collegava le estremità del nostro corpo; la paura si trasformò in vigore vitale e la sfida divenne un'esperienza possibile.

In quel momento eravamo “due persone” che danzavano intorno al fuoco, che, guardandosi, si avvicinavano ed allontanavano e, per la prima volta, sentii l'esistenza di uno spazio definito intorno a noi che ci separava e differenziava.

Si erano creati due spazi intorno a noi mentre l'incontro degli sguardi ne creava uno nuovo: quello della condivisione, della relazione.

Stare sulle proprie gambe, sentire la forza ci permise di far scemare l'angoscia provocata dal timore di essere inghiottiti dall'orbita dell'altro, rischiando di perdere la percezione dei propri confini corporei.

“L'aggressività è come il fuoco, con essa si possono devastare intere città o distruggere se stessi. Si può, invece accendere un fuoco in un luogo e in una forma adeguata e utilizzarlo come fonte di calore ed energia” (R. Sorti, 1992, p.9).

L'incontro con il fuoco al centro della terra ci permise di scoprire che “un impulso aggressivo potenzialmente devastante e distruttivo può essere trasformato in energia vitale ai fini della sopravvivenza dell'individuo, nella definizione dei propri confini e della propria individualità” (R. Sorti, 1992, p.8).

Scrivendo Winnicott (1975): “Il bambino malato riorganizzerà le sue relazioni in modo da concentrare il buono dentro di sé e il cattivo all'esterno. Egli vive nel suo mondo interno e si può affermare che è diventato introverso. Guarire dell'introversione patologica significa un nuovo dirigersi verso quello che, ad un bambino introverso, appare un mondo esterno popolato di persecutori. E' a questo punto della guarigione che il bambino diventa regolarmente aggressivo”.

Lo scontro aggressivo è la prima esperienza evolutiva necessaria di rapporto con l'altro da sé, di un io con un tu, che permette di identificarsi come realtà separata (Withomont, 1982).

Danzammo il fuoco che era dentro di noi, il quale ci permise di sentire il nostro corpo attivo e creativo, guidandoci verso un nuovo sentiero che aveva come meta l'autonomia e l'autoaffermazione.

Le energie vigorose della danza, a poco a poco, si consumarono ed i nostri corpi lentamente si adagiarono al suolo l'uno accanto all'altro; il fuoco si trasformò nuovamente, divenendo come le braci di un focolare domestico ed i nostri corpi poterono riposare avvolti dal suo caldo abbraccio.

Il focolare domestico

Le nostre membra riposarono l'una accanto all'altra e quando il risveglio sopraggiunse scoprii che i nostri corpi erano vicini e che la loro sagoma disegnava sulla terra due cerchi, che intersecandosi generavano uno spazio comune.

Il mio corpo adagiato su un fianco era un guscio che avvolgeva e proteggeva il suo contenuto, ossia un piccolo bambino bisognoso di essere tenuto tra le braccia e nutrito da un “seno buono”.

Sentii il bisogno di restare a guardarti in quella posizione e che il mio sguardo era quello di una madre che si prendeva cura di un piccolo essere, non ancora in grado di chiedere, se non con la sua presenza.

Fu il calore della mia pelle vicino alla tua a nutrirti e a trasformare quel luogo in una casa con un grande camino, davanti al quale potemmo vivere l'esperienza di scaldare ed essere scaldati, di nutrire ed essere nutriti.

Quella situazione fece riecheggiare nelle nostre memorie una storia già vissuta, forse non fu solo “la ricapitolazione di una vecchia situazione, ma una ritualizzazione della vecchia situazione in cui viene inserito qualcosa di nuovo” (Tustin, 1995).

Fu allora che ebbi la sensazione che qualcosa accadesse nuovamente nei nostri corpi: la tensione muscolare si sciolse e un senso di morbidezza occupò il suo posto.

Una forma tonda disegnava la sagoma dei nostri corpi e una sensazione morbida li abitava. I nostri respiri cambiarono ritmo, divenendo un'onda che dolcemente scivola verso la battigia. Fu allora che incontrammo l'importanza di un altro elemento: l'acqua.

L'acqua

“L'acqua arriva...sale sulla spiaggia poi si ferma... ecco, proprio quel punto, dove si ferma... dura proprio solo un attimo, poi sparisce, ma se uno riuscisse a fermare quell'attimo...quando l'acqua si ferma, proprio quel punto, quella curva... (...) Be', è un punto importante... a volte non ci si fa caso, ma se ci pensate bene lì succede qualcosa di straordinario, di...straordinario. (...).

Lì finisce il mare.

Il mare immenso, l'oceano mare, che infinito corre oltre ogni sguardo, l'immane mare onnipotente – c'è un luogo dove finisce, è un istante – l'immenso mare, un luogo piccolissimo e un istante da nulla.” (A. Baricco, p.33).

Come immersi in un liquido ci lasciammo cullare per molto tempo; così potemmo scoprire di saper respirare anche lì sotto e che i nostri corpi, liberati dal peso della gravità, potevano galleggiare senza timore di perdersi nell'indefinitezza.

“Il grande grembo marino possa spezzare l'involucro della malattia, riattivare i canali della vita, moltiplicare il salvifico. (...)” (A. Baricco, p.42).

L'acqua come elemento che sostiene, che ammorbidisce i contorni senza cancellarli, che ridona al corpo e all'anima un sollievo, il sollievo di sentirsi parte di un tutto.

L'acqua come elemento che prepara alla nascita, alla riemersione alla vita.

L'acqua che purifica, che lava le tensioni del corpo e dell'anima.

L'acqua come guida verso la luce, verso la riemersione dal centro della terra.

In fondo alla terra, il fuoco e l'acqua s'incontrarono e scoprirono l'uno nell'altro la possibilità della complementarietà.

Il fuoco conobbe le lacrime, la mancanza di un posto e una forma da dargli; fu l'acqua a raccogliercle in sé, cullandole e lenendo il dolore di una profonda ed antica ferita.

L'acqua scoprì la forza del fuoco, che le permise di trovare un punto in cui il mare finisce, un confine, un limite che definisce e che dona a i suoi visitatori ed abitanti la possibilità di fare l'esperienza del vedersi e riconoscersi come individualità, come persone che possono ritornare sulla crosta della terra per tentare di dire: “io esisto”.

Era giunto il momento di riprendere il cammino e con le parole di un poeta vorrei descrivere il viaggio del ritorno:

“Così Elisewin scese verso il mare nel modo più dolce del mondo – solo la mente di un padre poteva immaginarlo – portata dalla corrente, lungo la danza fatta di curve, pause ed esitazioni che il fiume aveva imparato in secoli di viaggi, lui il grande saggio, l'unico a sapere la strada più bella e dolce e mite per arrivare al mare senza farsi male. Scesero giù, con quella lentezza decisa al millimetro dalla sapienza materna della natura, infilandosi a poco a poco in un mondo di odori di cose di colori che giorno dopo giorno svelava, lentissimamente, la presenza lontana, e poi sempre più vicina, dell'enorme grembo che li aspettava. Cambiava l'aria, cambiavano le aurore, e i cieli, e

le forme delle case, e gli uccelli, e i rumori, e le facce della gente, sulla riva, e le parole della gente, sulle loro bocche. Acqua che scivola verso l'acqua, corteggiamento delicatissimo, le anse del fiume come una cantilena dell'anima. Un viaggio impercettibile. Nella mente di Elisewin, sensazioni a migliaia, ma leggere come piume in volo.

Ancora adesso, nelle terre di Carewall, tutti raccontano quel viaggio. Ognuno a modo suo. Tutti senza avere mai visto. Ma non importa. Non smetteranno mai di raccontarlo. Perché nessuno possa dimenticare di quanto sarebbe bello se, per ogni mare che ci aspetta, ci fosse un fiume, per noi. E qualcuno – un padre, un amore, qualcuno – capace di prenderci per mano e di trovare quel fiume – immaginarlo, inventarlo – e sulla sua corrente posarci, con la saggezza di una sola parola, addio. Questo, davvero, sarebbe meraviglioso. Sarebbe *dolce*, la vita, qualunque vita. E le cose non sarebbero male, ma si avvicinerebbero portate dalla corrente, si potrebbe prima sfiorarle e poi toccarle e solo alla fine farsi toccare. Farsi *ferire*, anche. *Morire*. Non importa. Ma tutto sarebbe, finalmente, *umano*. Basterebbe la fantasia di qualcuno. Lui saprebbe inventarla una strada, qui, in mezzo a questo silenzio, in questa terra che non vuole parlare. Strada clemente e bella. Una strada da qui al mare.

Tutt'e due immobili, gli occhi fissi su quell'immensa distesa d'acqua. Da non crederci. Sul serio. Da rimanere lì una vita, senza capirci niente, ma continuando a guardare. Il mare davanti, un lungo fiume alla spalle, la terra, alla fine sotto i piedi. E loro, lì, immobili. Elisewin e Padre Pluche. Come un incantesimo. Senza neanche un pensiero in testa, un pensiero vero, solo stupore, meraviglia. Ed è dopo minuti e minuti – un'eternità che Elisewin, finalmente, senza staccare gli occhi dal mare dice -Ma poi, a un certo punto, finisce?

A centinaia di chilometri, nella solitudine del suo enorme castello, un uomo avvicina alla candela un foglio e legge. Poche parole, tutte su una riga. Inchiostro nero.

Non abbiate paura. Io non c'è l'ho. Io che vi amo. Elisewin.” (A. Baricco, pp. 51-52).

“Il viaggio” fu il nostro fiume e fu lui a riportarci nuovamente sulla crosta della terra, questa volta davanti a noi il mare, un paesaggio così diverso dal deserto che avevo lasciato all'inizio ed accanto a me un piccolo bambino con le ginocchia rannicchiate al petto e lo sguardo perso e sognante nell'immensa distesa blu.

L'avevo trovato, l'avevo raggiunto ed ora eravamo insieme pronti a ricominciare un altro viaggio, a navigare nel mare della vita, affrontando pericoli, mostri, intemperie, catastrofi, ma certi di non essere più soli e soprattutto capaci di gettare l'ancora per trovare riposo, conforto, assicurazione.

Davanti a noi molte miglia da navigare, dietro di noi una lunga strada percorsa, tra terra e mare, noi seduti sotto il cielo in ascolto di ciò che il viaggio ci aveva donato: la “speranza” di un nuovo viaggio.

Conclusioni

L'utilizzo della metafora della terapia come viaggio, mi è stato necessaria per creare dei collegamenti tra il corpo, il movimento, la danza e la capacità creativa di trasformare nella mia mente situazioni di vuoto simbolico, in immagini simboliche cinestesiche o visive, che hanno riempito di senso vissuti apparentemente senza significato, vuoti.

Il terapeuta è chiamato a compiere questa trasformazione, restituendo un senso al piccolo paziente perso nella propria patologia, tale processo è quello che Bion chiamerebbe la trasformazione di elementi Beta, in elementi Alfa.

La storia di Francesco, come quella di ogni bimbo, è la storia di rapporti, di relazioni e il compito della Danza-Movimento Terapia è quello di far emergere - in maniera visibile, nelle coreografie di movimento - la storia di questi rapporti e le tonalità affettivo-emotive-immaginative che li

accompagnano, affinché il bambino possa, nello spazio transizionale dell'incontro, cominciare a porsi in relazione con se stesso e con l'ambiente, adottando modalità meno primitive.

La postura, il ritmo, la qualità del movimento d'ogni corpo racchiude in sé memorie che raccontano una storia personale. Ogni Danza Terapeuta - partendo dal presupposto che "il movimento corporeo è il primo e principale metodo di comunicazione" (Bernstein, 1982) - ha, quindi, il compito di mettersi in ascolto: con gli occhi, per osservare ciò che prende forma nel corpo e attraverso la danza; con la mente per elaborare l'immagine e la forma in un pensiero; con il cuore, per accogliere il sentimento; con il corpo, per cogliere la sensazione e l'emozione, mentre l'intuizione spesso è la sorpresa che, sopraggiungendo, guida la danza di risposta.

Ed in fine, vorrei riportare le parole di J. Adler - che ho rincontrato al termine del mio scritto - parole che mi hanno emozionata profondamente, nelle quali è stato importante riconoscersi ed identificarsi.

In un'intervista del 1994 ella parla del suo lavoro iniziale con i bambini autistici e del suo personale incontro con quel mondo: è stato toccante scoprire - come se leggessi per la prima volta quell'articolo - che il mio tentativo di riflessione attraverso questo lavoro, aveva seguito un'intuizione che a suo tempo aveva condotto J. Adler nella sua ricerca personale sull'autismo e sull'utilizzo del movimento in terapia.

Ella racconta (1994): "A posteriori mi rendevo conto che quei piccoli esseri sapevano cose che io avevo bisogno di conoscere. Anzitutto loro conoscevano un regno pre-conscio che sapevo d'aver ma non sapevo come contattare. Questa è stata la mia prima esperienza profonda come compagna, nel tempo e nello spazio modificati, prima dell'ego, prima delle parole, prima della coscienza. Quello che era importante, non era solamente il mio desiderio di fondermi con loro nel regno dell'inconscio, ma la seconda cosa che contava era come ritrovare la via del ritorno attraverso una membrana sottile, un confine nella coscienza, verso il linguaggio del mio tempo e del mio spazio. Alla fine, rispecchiando il mio mondo, anche loro, nel loro modo, attraversavano quel confine con me. Era un modo molto misterioso di muoversi indietro e avanti attraverso quella linea tra realtà consuete e quelle inconsuete. Questo era un altro regalo. Avevo bisogno di fare esperienza diretta di quest'interfaccia e questi bambini erano le mie guide.(...)"

I bambini autistici mi hanno portata esattamente dove avevo bisogno di andare. Non è una coincidenza che io li abbia trovati. Da allora, ho capito che il mio lavoro più intenso diretto, al mondo esterno, viene scelto principalmente per portare equilibrio alla mia crescita personale, nel mio lavoro interno, anche se spesso può essere arricchito dalla speranza di "aiutare" gli altri."

Un'unica strada avevo per raggiungere quel luogo e quel bimbo: una strada che iniziava dalla costa terrestre deserta, si calava al centro della terra infuocata, per poi seguire un fiume che l'avrebbe riportata in superficie, davanti al mare.

Una strada invisibile, che necessitava attraversare il corpo, creando un collegamento tra la pancia, il cuore e la testa.

Avevo a disposizione solo la mia strada, i miei piedi, la mia pancia, la mia testa e il mio cuore e un'anima come bussola, a condurmi in questo viaggio alla ricerca dell'altro.

Molti erano gli interrogativi: ma dove cercare le risposte?

Un'antichissima leggenda racconta di quando gli dei crearono gli uomini. Essi discussero a lungo per decidere in quale posto mettere le risposte importanti della vita, così da costringere gli uomini a cercarle. Allora un dio propose: "Mettiamo le risposte in cima ad una montagna". "No", dissero gli altri, "le troverebbero subito". Un altro propose: "Mettiamole nel centro della terra", "No", risposero gli altri, "farebbero un buco, poi un altro e le troverebbero...Più difficile!... Più difficile!...". "E sul fondo del mare?", disse un altro. "No", risposero gli altri, "imparerebbero a

nuotare e primo o poi le troverebbero”. Cadde il silenzio, e poco dopo un altro parlò: “Potremmo mettere le risposte importanti della vita dentro loro stessi. Non andranno mai a cercarle laggiù.”

E così fecero. (C.Castrillo, 1999)

Ed io decisi di andare a cercare proprio laggiù le risposte.

Questa è la mia esperienza dell'autismo e solo così, sono riuscita a raccontarla.