



LETTERE

Notiziario di LAUBEA Associazione Italiana di Poesia nella Psicologia # Numero 1 Luglio/Settembre 1996

SOLITARIO

Se penso a certe fiere solitudini - orgogliose, erette, brune o bionde, solitudini in fieri, già mature senza appoggio d'un poggio da cui proclamare verso il quale propendere, esternare, solitudini a torre interiore inconfessate al di là dell'anima al limite pervadevano si leggevano confusamente in occhi rivolti verso l'infinito un rito che approdava a un punto scelto a caso nell'orizzonte. Passando si avvertiva la solitudine che fioriva in quell'uomo si mostrava rispetto per il modo in cui intensamente la viveva. Una pari dignità hanno le comete e i mondi ascisi, lo stesso mistero attinge ad alte solitudini, e dire che ora l'inconscio s'è riversato per strada svuotandosi di simboli perdendo l'ardente astrattezza, per solitudine mal sopportata si chiede un indennizzo di stato, intanto la si rende corporea, bassa, lamentosa e occupata da mosche, rovinosa, organizzata in cosche di solitari.

Vito Riviello

(Monumentanee, Mancosu Editore, 1992)

HELP

He, the man, storyteller
Element of the earth, speaking alone
Londly talking with others. Just
Powering up enough for his own life.

AIUTO

Lui, l'uomo, elemento
narratore della terra che parla da solo
comunicando con gli altri ad alta voce
solo per dare sufficiente energia alla sua
vita.

Antonella Zagaroli (inedito Aprile '96)



TRE PILASTRI

Nell'ebraismo tradizionale esiste una definizione che divide il lavoro in tre parti nelle quali io ho voluto rintracciare i tre pilastri della biblio-poetry therapy. La prima *kavanah* significa *intenzione*, la seconda *avodah* significa *servizio* e la terza *hitlahavut*, che per ora non voglio definire.

Kavanah

La nostra intenzione è usare la letteratura col proposito di risanare e cioè non curare ma dare interezza, far crescere nella completezza.

Cosa diciamo quando siamo colpiti da un brano letterario? Diciamo "Mi ha colpito" o "Sono stato toccato" oppure "Mi ha commosso". Possiamo esprimerci in questo senso per ogni arte, ma il linguaggio della letteratura rende ciò ripetibile e condivisibile. Usiamo la poesia per le sue speciali qualità, parole che hanno ritmo e metro, immagine e simbolo.

Il teorico Joost Merloo crede che sia il ritmo della poesia a renderla salutare. Egli scrive che quando entriamo nel ritmo di una poesia siamo impegnati in una co-oscillazione, una co-vibrazione con i movimenti dell'universo - i ritmi del neonato al seno della madre e quello degli amanti, le onde, i pianeti e le stelle in cielo - "e noi regrediamo". Siamo "usciti dalla culla ma ci dondoliamo continuamente". Rinasciamo con questi ritmi e l'intenzione del Poetry-Therapist è quella di rendere conscio questo ritmo, di esaminare il nostro primissimo essere e lavorare con la nostra consapevolezza.

Usiamo il potere evocativo della poesia, la sua abilità di suscitare emozioni, di trovare parole per ciò che è conosciuto solo con l'immagine, ed immagini per tutto ciò che ancora non è conscio. Usiamo il linguaggio del riconoscimento, dell'associazione, il legame con qualcosa che già conosciamo che ha come effetto: "Aah, conosco quel luogo, riconosco quel sentimento" - Usiamo il linguaggio poetico del processo primario, analogia, simbologia, condensazione, rimozione. Quello che noi facciamo è mettere in relazione il processo primario con quello secondario.

Owen Heninger scrisse che la poesia rende conscie le forze dell'inconscio per renderle comprensibili. Porta chiarezza e ordine a ciò che è caotico, permette all'io che osserva di capire e analizzare, procura una via d'uscita ad emozioni folli che, inesprese, conducono alla formazione del sintomo. La lettura e la scrittura, secondo Heninger, sono percorsi che conducono ad una definizione di emozioni esplosive e restaurano l'equilibrio psico-fisiologico.

Usiamo il linguaggio del simbolo - similitudine e metafora, metonimia e sineddoche - parole e frasi che parlano contemporaneamente a molti livelli e che onorano la complessità umana.

La Bibliotherapy offre un metodo di risoluzione del conflitto, migliore di questo o quello, perché è entrambi. Il linguaggio poetico onora la polarità. Usiamo il linguaggio della poesia per fornire simultaneamente più livelli di sentimenti, più sfaccettature di conoscenza in modo tale da esaminarli e andare avanti. E' nostra intenzione dare enfasi alle forze potenziali per la crescita della persona e delle situazioni.

La Bibliotherapy si focalizza su una parola greca. La parola è *entelechia*, che significa: movimento progressivo verso la vita e la crescita e che stimola verso la salute.

Avodah

Il secondo pilastro del nostro lavoro, significa servizio. La poetessa Marge Piercy lo dice bene in una poesia chiamata "Essere d'uso". Comincia con: "le persone che amo di più /, mi saltano in mente per prime /, senza sostare nella secchia..." e finisce "le anfore greche per il vino e l'olio /, i vasi Hopi che contenevano il grano, sono messi nei musei / ma tu sai che sono stati fatti per essere usati / . La brocca vuole l'acqua da portare / e una persona per il lavoro che è reale". Noi siamo utili a molti con il nostro lavoro che è reale. Ho lavorato con giovani adulti in un centro di trattamento quotidiano. Le loro patologie erano serie - schizofrenia, mania depressiva, anoressia nervosa. Alcuni avevano tentato il suicidio, altri erano tossicodipendenti, tutti soffrivano di atroci dolori emotivi. Il lavoro che feci con loro e che mi veniva richiesto, ma è poi il lavoro che faccio sempre, fu nutrire la parte sana.

Robert Coles, uno psichiatra sociale, suggerisce un altro tipo di servizio. Dice che i genitori e gli educatori che provano a far crescere i giovani in una società di liberi valori stanno facendo qualcosa di osceno. Egli crede che viviamo in un tempo di aridità spirituale ; i giovani non sanno nulla di battaglie, pensano che sia qualcosa che bisognerebbe non avere. Appena interviene la minima difficoltà, ne vengono sovrastati. Non sanno nulla sul risolvere i problemi, perché non è stato loro insegnato. Il loro mondo non è la lunga spirale che noi conosciamo ; è piuttosto quello delle soluzioni immediate e per tutto. I giovani hanno perso la via di mezzo. Conoscono l'inizio e la fine ma hanno perso il processo, hanno perso il linguaggio. Stanno perdendo il senso di avere qualcosa nella vita di più delle comodità del momento. Stanno perdendo l'idea di servizio per qualcosa di più che per se stessi.

La Bibliotherapy fornisce i modelli attraverso racconti, poesie, atti teatrali, offre immagini per cose che non sono ancora conosciute e opportunità per la creazione di quei racconti che danno significato e propositi alle nostre battaglie. Jerome Frank, psichiatra e professore della J.Hopkins University, dice che il servizio di ogni terapia è la rimoralizzazione, cioè dare significato e dare propositi. Ha scritto anche che il persistente fallimento nella contesa con gli stress interni e esterni unito alle aspettative delle persone vicine a noi, porta all'impotenza, all'isolamento e alla disperazione. La perdita di significato si trasforma poi in depressione o aggressione. Il servizio della Bibliotherapy è l'espressione, scrivere di poesia e parlare di poesia.

E' un'arte che sembra dirigersi proprio laddove le nostre parole sembrano andare. Abbiamo perso circa 7500 parole dal 1900. Io voglio riportarle indietro e svegliarne di nuove. Il mio servizio è incoraggiare le persone ad amare un linguaggio intenso tanto da desiderare di parlarlo ad alta voce e di dividerne le parole.

La terza parte della definizione ebraica di lavoro, *hitlahavut*, significa estasi. La radice della parola ebraica per estasi è *lehavah*, che significa fiamma. Questo è allora il nostro lavoro, dare la fiamma alle persone con le quali lavoriamo così da riempirle di amore per il linguaggio, per imparare di più di loro stessi e a muoversi per la crescita. Ci siamo caricati della responsabilità di dare luce al fuoco, il fuoco delle idee e degli ideali.

Peggy Osna Heller

Estratto da The Three Pillars of Biblio-poetry

Therapy in The Arts in Psychotherapy 1987 - Traduzione di Antonella Zagaroli Pittei, 1996

S C R I V E R E P E R C H E'

"Scrivo poesia perché voglio star solo e voglio parlare agli altri."

Allen Ginsberg Saluti cosmopoliti

Senza dubbio, non é per incapacità che divento un altro quando prendo la penna in mano. La verità emerge alla perfezione come statua appena scolpita solo attraverso l'acqua pura della solitudine. E la solitudine della scrittura é tra le più grandi.(...)

Per questo scrivo. Perché mi affascina obbedire a colui che non conosco che é il me stesso intero e non quella metà che va avanti e indietro per le strade e che "all'anagrafe risulta iscritto nelle liste-dei maschi".

Odisseas Elitis "Prima di tutto la poesia"

SOLA COME UN CINESE

sarà vero che in una pregiata
teiera
in dieci anni mai lavata
a versarci semplicemente
acqua bollente
si ottenga una buona tazza di té?
e in un'anima
impregnata di poesia
se ci versi una scottante dose
di malinconia
comunque avrai dei versi ?
potabili?

Gianna Sarra



TEATRO E TEMPIO DI ASCLEPIO IN MINIATURA

In psicoterapia gli individui lottano costantemente con l'onnipotenza e le limitazioni della propria esistenza. Le forze distruttive che incombono sul loro destino includono le tragedie familiari trasmesse generazione dopo generazione, come abuso, incesto, abbandono. Nell'attualità del momento essi sono intrappolati ad alcuni crocevia. Devono allora scoprire un modo, una strada per staccarsi dalla loro situazione oppure soccombono, sono portati alla disperazione a ripetere gli schemi di autodifesa, o qualsiasi altra forma di psicopatologia alla quale sono destinati dai geni e dall'ambiente.

Una poesia racconta una storia sinteticamente e con energia. Una buona poesia muove un'azione importante, in quanto comprende tutte le "Muse", con gli elementi del colore, del movimento, della musica, della maschera. Una buona poesia fa emergere l'emozione, commuove l'inconscio. L'aspetto educativo di una poesia procura opportunità per un appropriato ricordo, mentre l'aspetto difensivo permette un utile oblio.

Il setting di una psicoterapia di gruppo é la miniatura di un piccolo teatro. I partecipanti incarnano il ruolo duale di protagonista e pubblico poiché riflettono e creano la realtà, qui ed ora l'uno per l'altro. I membri di un

gruppo fanno la spola fra il ruolo di colui che partecipa e soffre e l'osservatore che enfatizza esattamente come nel pubblico descritto da Aristotele.

Appena i membri del gruppo esaminano una poesia vengono condotti nella profondità di questa, sono come i malati in cerca del loro sogno salutare nelle profondità dei templi di Asclepio. * Nota

La poesia crea una cornice nella quale il sogno di ciascuno può emergere per se stessi. Condotti nelle profondità della poesia i membri del gruppo sono simultaneamente condotti nelle profondità delle loro vite per trovare uno spazio in cui possono trasformarsi, dare forma alle nuove vite e creare nuovi destini.

La Poetry Therapy stessa é ancora una disciplina emergente.

E' un ampio campo aperto ad una miscellanea di vecchie e nuove idee in una sintesi eccitante. Per il suo sviluppo si appropria di alcune delle funzioni salutari del Festival del teatro greco e nel suo aspetto clinico può essere tanto potente e salutare come era l'esperienza di Asclepio. La consapevolezza di queste radici potrebbe accelerare il processo di teorizzazione e di pratica della Poetry Therapy.

* Nota: Durante il Festival del Teatro greco ad Atene nel V sec. a.c. dedicato a Dioniso migliaia di persone sedevano in circolo a teatro tutto il giorno per quattro giorni ed erano testimoni di tre tragedie e una satira per ciascuno dei quattro finalisti della gara teatrale. A questo seguiva il festival di Asclepio, dio della cura e della salute. Consisteva in una sorta di viaggio fra musica, poesia, consapevolezza e ragione. Il punto finale del viaggio, vero momento dell'esperienza risanatrice, era un sogno mandato dal dio che la persona poi ricordava componendo una poesia, un inno di ringraziamento per, chiudere e concretizzare l'esperienza.

Kenneth Gorelick

Estratto da Greek Tragedy and Ancient Healing: Poems as theater and Aesclepiian temple in miniature, Journal of Poetry Therapy, 1987. - traduzione Antonella Zagaroli, 1996

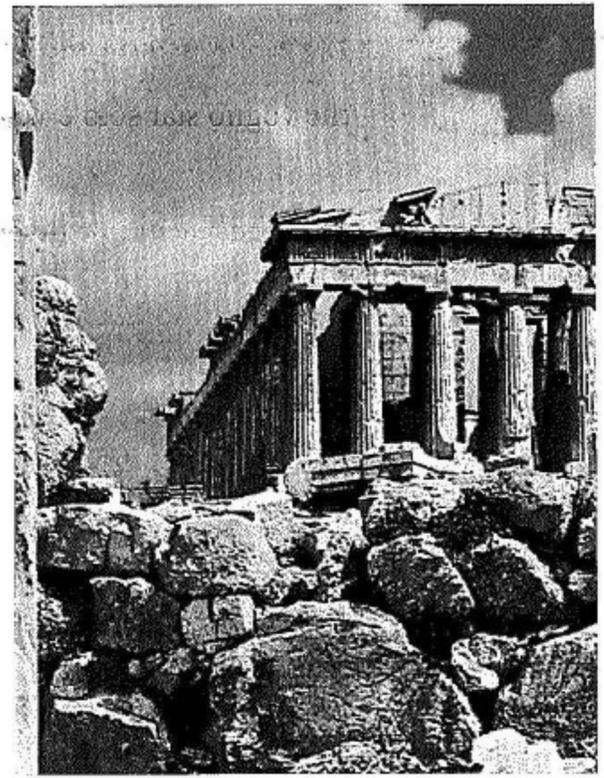
EQUINOZIO DI PRIMAVERA

Così é, madre che in cielo stai e come stai, incerta
da rive e per acque verso giardini
di provvidenza
una città
dalla quale bandirono gli uccelli e ancora
scongiura i voli in transito la nostra devozione...
questa città,
madre dagli occhi martiri, il suo assorto
tremore e noi
nel nostro andare a senso appena ciechi
di tramonti, d'api impazzite all'improvviso
sul tuo scranno d'aria...
E' l'ora, madre che in cielo stai e come stai...
la rondine si spegne al cappio fra gridi ribelli
e nei cortili immaginati con siepi e ombre esita
l'equinozio di primavera, ora che é sempre
meno rimediabile a sera
questa angoscia plurale di maggio
nella gola dei cani.

Achille Serrao
(inedito maggio 1996)

I più grandi poeti che fanno dell'esattezza e della finezza dei motivi psicologici, al di là di ogni considerazione, il principale contenuto delle loro opere, stabiliscono così a sostegno della loro trasposizione poetica un ponte tra i motivi popolari antichi e la loro interpretazione psicologica attuale. Ma la psicologia dell'artista differisce da quella dell'analista in questo senso che l'artista, immergendosi sempre più nell'origine dei motivi sfumati dal tempo, riproduce simultaneamente la loro spiegazione nella forma sintetica che gli é particolare, mentre lo psicologo, conformemente alla sua tendenza di analista, si sforza di separare questi due fattori e di studiare i rapporti che esistono tra loro, cioè di fare la più rigorosa discriminazione fra il motivo e la sua interpretazione".

Otto Rank "Don Juan-Une étude sur le double"
traduzione dal tedesco in francese S. Lautman, 1932,
dal francese Gianna Sarra, 1996



Per quanto riguarda ciò che si chiama arte, creazione artistica, o, più generalmente, attività poetica invece che pratica, non c'è bisogno di andare a cercare l'infanzia narcisistica in residui come investimenti oggettuali e valutazioni: essa parte sempre di nuovo dal narcisismo e procede per la propria strada fino a tutte le mete ultime, e "valutando" e "investendo" narcisisticamente. E lo stesso metodo, noi tutti l'avremmo a disposizione per tutta la vita, in ogni momento e in ogni impressione, se non ce ne disfacessimo attraverso il nostro adattamento logico-pratico al mondo dell'io e della realtà così radicalmente da riuscire generalmente solo con il ricordo a ritornare là dove esperienza interiore è fatto esterno rappresentavano ancora indistintamente lo stesso avvenimento. "Ricordo" in questo senso, non é perciò la stessa cosa di "memoria" della quale Freud osserva che anch'essa "pare dipendere indirettamente dalla coscienza; essa va distinta nettamente dalle tracce mnestiche in cui si fissano le esperienze dell'incoscio", poiché sono da immaginarsi come facenti parte del campo di

attive "rappresentazione di cose" e non di quello di "rappresentazione di parole" da esse derivate (Freud), di queste mere convinzioni della comunicazione delle quali ci impossessiamo con la memoria. Una massima esattezza, il trionfo di un'ottima memoria possono essere perciò inversamente proporzionali alla chiarezza del ricordo che, operando nel nesso vivo delle impressioni, emerge, per così dire, solo accompagnando la vita alla coscienza: *abbiamo una memoria, ma siamo ricordo.*(...)

In certo qual modo, ricordare non é mai solo un processo "pratico", ma sempre già processo "poetico": é, per così dire, quella parte di attività poetica conservata in ognuno di noi, visione d'insieme e allo stesso tempo di un'attualità e affettività sempre nuove, anche dove tutto ciò non si riunisce in forma come nell'opera del poeta. Poesia é un proseguimento di quel che il bambino ancora viveva e doveva sacrificare per la pratica dell'esistenza all'adolescente: poesia é ricordo diventato perfetto.

Lou Salomé "Il narcisismo come doppio orientamento", 1921

Contatto da MONTALE

ULTIME NOTIZIE DELLA FARFALLA DI DINARD

La tua farfalla, Arsenio, lo sai
lì dove tu sei ora che ieri la cercavo
invano per tutta Roma? E fu invece
lei che mi raggiunse: laggiù
nella sotterranea clausura
della metropolitana...
Nel cupo abbaglio
assordati e quasi ciechi, i più
neanche videro la grazia
inattesa delle sue ali solo io
e di fronte a me una esile
ragazzetta dal volto stanco
seguivan il suo sperso volteggiare
a cuor sospeso.
Vero, Arsenio,
che non era soltanto
in ossequio a un sincronismo
svizzero-teutonico, quel suo svolazzare
così aereo
nel chiuso del siluro sferragliante?

Lisa Stace "Le Teofanie" Quaderni dello Scettro

MONTALIANA

dove si aggriccia il cuore della foglia
dove si nomina il già detto e s'interpone
dove si slabbra l'accadimento che c'inganna
dove si registra in nero il vago della forma
dove si finge spirito la melma che c'ingorga
dove s'imbellezza cupidigia che s'inarca
dove si fa bianca d'ossame anche la speranza
dove si logora ad ala sepolcrale il giorno
dove si glossa in rosso l'inverso della norma
dove amore essere rondine e vacuità di plancton
dove

Liana Furnari "Liquide e Labiali" Fermenti

A EUGENIO MONTALE

Si cerca ancora un dio per la strada
senza rintocchi di campane, in queste
notti incatramate in questi giorni
senza ombra. Sono passate le musiche
innocenti e la pelle si raggrinza
nel viola delle sere insonni;
sono annegate le allodole nell'erba
alta nel troppo buio delle nubi.
Quale dio senza voltarci indietro?
Così "l'avvenire é già passato" e "il presente
s'allontana": le bussole spezzate
non segnano più il nord, freccia
primigenia che ci agganciava al cielo.
La fede nel millennio ci trasporta
nelle cave dello scambio delle parti
con parole deboli e bastarde, con rumori
di cicale, di foglie secche;
con l'ardore che ci brucia nel cuore
asciutto delle linfe; con tante piccole
domande su ciò che siamo su ciò che vogliamo.

Lea Canducci (inedito giugno 1996)