

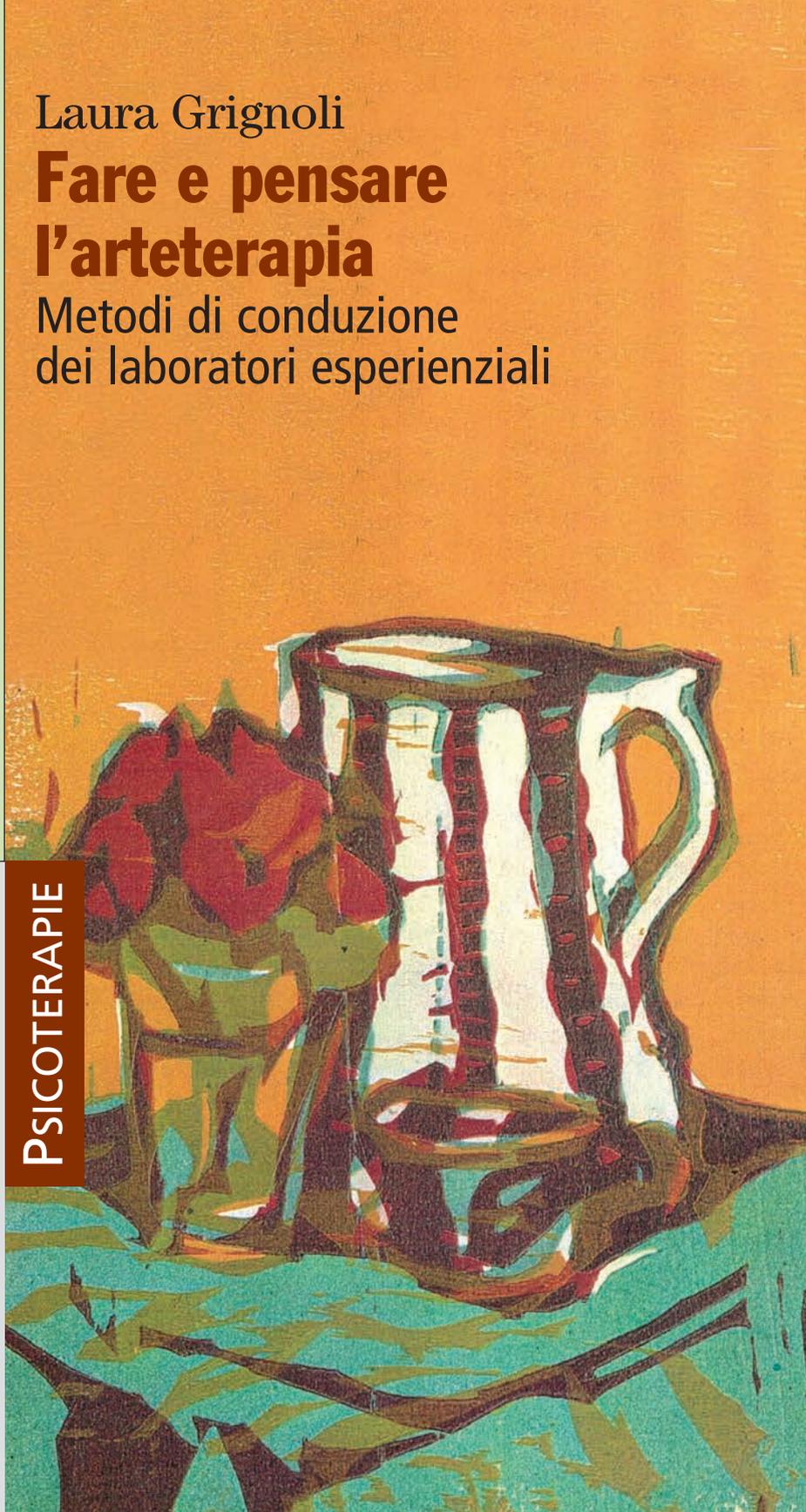
Laura Grignoli

Fare e pensare l'arteterapia

Metodi di conduzione
dei laboratori esperienziali

PSICOTERAPIE

FrancoAngeli



Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio "Informatemi" per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

Laura Grignoli

Fare e pensare l'arteterapia

Metodi di conduzione
dei laboratori esperienziali

FrancoAngeli

PSICOTERAPIE

Il copertina: Gtpu'Nwf y li 'Mtej pgt. 'Pcwtc'o qtr'. '3; 29

Copyright © 2016 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

*Tutte le Arti contribuiscono
a fare l'arte più grande: l'arte del vivere*
B. Brecht

Ai miei figli: Barbara, Cristiano, Edoardo

*Ai miei genitori
ispiratori di parole mute
che hanno condotto le mie mani a parlare col pennello*

Indice

Ringraziamenti	pag.	11
Preambolo	»	13
1. Dispositivi di accoglienza e di conoscenza	»	21
1. Foto di gruppo in un interno...	»	21
2. Approccio di conoscenza: lo stage-scoperta	»	24
2.1. Pronti, si parte: accoglienza del gruppo	»	24
3. Laboratori: “punto” di partenza e staffetta pittorica	»	28
4. Metodo di lavoro in Artelieu	»	30
5. Dispositivi dei laboratori	»	31
5.1. Cos’è un dispositivo	»	31
5.2. Il setting artistico e terapeutico	»	35
2. Dispositivi di esplorazione dei “territori” interiori	»	42
1. Dispositivi sul tema del viaggio	»	42
1.1. Laboratorio per la costruzione di una valigia surrea- le e laboratorio delle memorie e dintorni	»	42
1.2. Laboratorio “Itinerari speciali”	»	48
2. Dispositivi per Laboratori di arte effimera	»	50
2.1. Un sogno che si fa segno	»	50
2.2. Laboratorio di disegno effimero: il Mandala & la SandArt	»	51
2.3. Laboratorio Sand Box: l’impalpabile e il palpabile	»	54
2.4. Laboratorio sul recupero della lentezza: tempo e movimento	»	55
3. Dispositivi su gestualità-segni-immagini	»	57
3.1. Laboratorio della pittura aereo-gestuale	»	57

3.2. Il laboratorio “traffitis”	pag.	59
3.3. Laboratorio Pittura-gesto-suono	»	60
4. Dispositivi su tracce e gesti	»	62
4.1. Dalla <i>graphiture</i> al <i>pliage</i> , dal <i>pliage</i> agli annodamenti e alle <i>griffure</i>	»	62
4.2. Atelier Grafiture: sottrarre per creare	»	67
5. Laboratori “quasi” zen	»	68
5.1. Un materiale eccentrico: l’inchiostro	»	68
5.2. Laboratorio del “mettere in luce...”	»	70
5.3. Laboratorio luci e ombre	»	72
5.4. Dal frutto alla marmellata: la “conservazione” dell’effimero	»	74
5.5. Il Laboratorio del segno	»	75
5.6. Laboratorio Foglio, Segno, Colore	»	77
6. Dispositivi sul tema delle “Architetture interiori”	»	78
6.1. Laboratori sul pieno e vuoto	»	78
6.2. Laboratorio del giardino immaginario	»	81
6.3. Laboratorio: quando il vuoto e il pieno prendono forma...	»	83
6.4. Dal vuoto all’anamorfosi	»	85
7. Dispositivi sull’immaginazione	»	87
7.1. Laboratori con gli elementi: Aria, Acqua, Terra, Fuoco	»	87
7.2. Atelier del soffio	»	88
7.3. Laboratorio: aria e gesto	»	90
7.4. Laboratorio con la terra	»	91
7.5. Laboratorio sull’elemento terra e fuoco: dalla creta alla... con-cretificazione	»	94
7.6. Laboratorio con l’elemento Acqua: disegnare sull’acqua	»	97
3. Dispositivi su materia, materiali e “immateriali”	»	100
1. La caratterizzazione espressivo-sensoriale di materia e materiali	»	100
2. La superficie “pelle” dei materiali	»	106
3. Dispositivi sul materiale e sull’immateriale	»	108
3.1. Il ruolo del medium nel processo arteterapeutico	»	110
4. Materiali e “pateriali”	»	111
5. Dispositivo sulle memorie ritrovate	»	113
5.1. Atelier memorie dei sensi e della sensualità	»	113
5.2. Atelier: corda e ri-corda	»	115
5.3. Laboratorio sulla “perturbazione” dei ricordi	»	119
6. Dispositivi sul sogno	»	123

6.1. Il surreale e la Pop-Artherapy	pag. 123
6.2. Laboratorio sulla deviazione d'uso dell'oggetto	» 124
7. Dispositivi Installazioni	» 126
7.1. Appesi a... un filo	» 126
4. Dispositivi sull'identità	» 130
1. L'identità allo specchio: frammenti e frantumi	» 130
1.1. Laboratorio per "speculazioni su di me"	» 131
2. La cornice e lo specchio-tela	» 133
3. Dispositivi sulla identità e maschera	» 135
3.1. Laboratorio: la maschera come seconda pelle	» 137
3.2. Vuoto-pieno della maschera e concetto di orfanità	» 138
3.3. Dal silenzio della matrice: il calco e la maschera	» 139
4. Laboratorio delle tre M: mater, materia, maschera	» 140
5. Dispositivi sui ritmi	» 144
5.1. Ritmo e composizione	» 144
6. Dispositivi sulle installazioni	» 146
6.1. La natura fuori, la natura dentro	» 146
6.2. Le azioni e le effrazioni in arteterapia	» 147
7. Dispositivi sul riciclo dei materiali e rinascita dell'oggetto	» 152
7.1. Laboratorio rifiuto-non rifiuto	» 152
5. Esempi di proposte di laboratori per gruppi di bambini e adulti	» 154
1. Laboratorio con bambini: le tecniche trasgressive	» 154
2. Atelier adulti: mettere in collegamento la distanza, la materia e l'umano	» 156
3. Laboratorio di arteterapia con le persone "agées"	» 162
Per concludere... temporaneamente. Le parole e i silenzi: pieni e vuoti del sentire	» 167
Bibliografia	» 169

Ringraziamenti

Ho il privilegio di ringraziare coloro che ho incontrato nel mio cammino e che hanno arricchito il mio bagaglio con innesti di sensibilità umana e professionale. Essi sono troppi per nominarli tutti, ma chi mi ha incontrato, anche una sola volta, sappia di avermi dato e di meritare la mia gratitudine.

Ringrazio in modo particolare Savino che mi ha prestato parte della sua memoria e del suo vedere poetico. Solo per il suo e di altri contributo utilizzo la prima persona plurale nello scrivere.

Un grazie riconoscente a Ilaria Angeli che per prima ha apprezzato questo lavoro.

Preambolo

“*Il viaggio non esiste se non c'è qualcuno che lo legge*”¹: ecco la ragione principale per cui ci accingiamo a scrivere ancora di arteterapia. Non può essere che un viaggio quello che descriviamo, tratti di strada e tragitti lunghi, ad ogni modo parliamo di itinerari che abbiamo più o meno faticosamente percorso. Raccontiamo un pezzo di strada attraversato con chi come noi ama l'arteterapia. Scriviamo per non dimenticare il sapore del viaggio e le mille domande che ci siamo posti.

Più siamo scesi in profondità, non tanto con il pensiero riflessivo quanto con le emozioni, e più, anziché trovare risposte, abbiamo accumulato domande. Scrivere questo lavoro, dunque, non ha portato all'atteso esito di rispondere esaustivamente ai quesiti ma, nel cercare di farlo, abbiamo cercato di chiarire meglio la natura delle domande e soprattutto ci è servito a ricordare quello che ci ha attraversato dentro.

Viaggiare è per noi soprattutto un *motus* della mente, suggerito da uno stato dell'animo, a cui non si può chiedere ragione della sua esistenza: esiste perché noi esistiamo.

A volte si percorrono milioni di chilometri in una sola vita senza scalfire neanche la superficie dei luoghi, senza imparare nulla da incontri appena sfiorati. La nostra convinzione è che il senso autentico di un percorso stia nel fermarsi ad ascoltare chiunque abbia una storia da raccontare. Questo ripercorrere le storie “rappresentate” in atelier ci consente di andare oltre il semplice sfiorare e forse ci aiuta a capire di più e meglio coloro che abbiamo avuto a fianco lungo il viaggio.

¹ Kanceff E. (2007), “Il viaggio e le sue letture: prolegomeni a un discorso di metodo”, in G. Scianatico e R. Ruggiero (a cura di), *Questioni odeporiche. Modelli e momenti del viaggio adriatico*, Palomar: Bari, p. 65.

Per dirla con Saramago²

... il viaggio non finisce mai. Solo i viaggiatori finiscono. E anche loro possono prolungarsi in memoria, in ricordo, in narrazione. Quando il viaggiatore si è seduto sulla sabbia della spiaggia e ha detto: - Non c'è altro da vedere!- sapeva che non era vero. Bisogna vedere quel che non si è visto, vedere di nuovo quel che si è già visto, vedere in primavera quel che si è visto in estate, vedere di giorno quel che si è visto di notte, con il sole dove la prima volta pioveva, vedere le messi verdi, il frutto maturo, la pietra che ha cambiato posto, l'ombra che non c'era. Bisogna ritornare sui passi già dati, per ripeterli, e per tracciarvi a fianco nuovi cammini. Bisogna ricominciare il viaggio. Sempre. Il viaggiatore ritorna subito.

Mettiamo in guardia chi cerca solamente itinerari comodi e frequentati. Questo libro mostra quel che abbiamo già fatto per poterlo fare di nuovo e scovarvi nuove cose, non per ripetere *sic et simpliciter* gli stessi percorsi. Perché maggiori sorprese presentano i percorsi inusuali, dove l'avventura permette una volta o l'altra di incontrarsi, di ritrovare se stessi dove meno ce lo aspettavamo. Meglio accettare di sbagliare strada e, talvolta, saper tornare sui propri passi. Per vedere un miracolo, dice sempre Saramago, bisogna saperlo riconoscere.

Ecco la raccolta di alcune tracce lasciate da chi ha scoperto il gusto del viaggiare: sono le tracce lasciate da molti viaggiatori dell'arteterapia. Innanzitutto in questo nuovo lavoro, che fa da seguito assolutamente al precedente (che riteniamo propedeutico) sui *Percorsi trasformativi in arteterapia*³, desideriamo riepilogare cosa sappiamo del territorio che continuiamo ad esplorare e sostiamo quasi a fotografarne dei momenti attivi. Di certo abbiamo capito che l'arteterapia non è una disciplina del "sapere". È piuttosto una modalità di entrare in relazione con l'altro, bypassando la parola. Ci si serve di mediazioni cosiddette artistiche come comunicazione.

Perché allora se ne parla in termini di cura o di terapia? Preferiamo usare il termine cura, non il termine terapia, se non incluso nella parola "arteterapia". Un'altra locuzione che detestiamo è quella (oggi tanto abusata da parte di chi si occupa di forme di terapie di qualunque tipo) che si autorizza a parlare di "presa in carico". Ma che cosa significa prendere in carico? Ci rimanda una funzione da montacarichi... E neanche ci piace dire "curare", semmai "aver cura/prendersi cura di".

² Saramago J. (2005), *Viaggio in Portogallo*, Einaudi: Torino.

³ Grignoli L. (2008), *Percorsi trasformativi in arteterapia. Fondamenti concettuali e metodologici, esperienze cliniche e applicazioni in contesti istituzionali*, FrancoAngeli: Milano.

Martin Heidegger, uno dei più grandi filosofi del Novecento, dice che il senso dell'essere nel mondo dell'uomo è fondamentalmente la cura. La constatazione che un uomo è vivo viene dal fatto che quest'uomo si prende cura di qualcosa o di qualcuno. Nel momento in cui scompare la cura è la morte.

Con l'arteterapia ci proponiamo il prenderci cura di chi, come ben disse Kierkegaard, "*non ha mai dato del tu a se stesso*"⁴. Il nostro orientamento psicoanalitico si incontra volentieri con una visione per così dire fenomenologica. Il motivo per cui riteniamo possibile che sul piano arteterapeutico psicoanalisi e fenomenologia possano incrociarsi è perché entrambe condividono la scelta di rivolgersi al vissuto (e non al comportamento) di una persona e mettono in rilievo l'incontro umano, inteso in senso dialogico.

Nell'arteterapia praticata nell'ottica fenomenologico-psicoanalitica il fenomeno *malattia mentale* viene compreso in una dimensione antropologica e relazionale, come esperienza umana dotata di senso, con una sua fondazione e una sua articolazione di significato. Le metodologie di intervento si basano sì sull'impiego delle tecniche e dei materiali propri dell'arte, ma anche dell'ascolto, del silenzio, dell'intuizione e, quando è possibile, anche della interpretazione/comprendimento in modo interattivo, portando alla consapevolezza e valorizzando l'esperienza soggettiva. Ciò comporta la messa in campo dei *significati* attraverso una metodologia ermeneutica, dove l'Io emerge attraverso il Noi, quando l'arteterapeuta partecipa in forma dialogica all'esperienza dell'altro e ne condivide lo spazio-tempo dell'incontro.

Poiché le manifestazioni psicologiche non sono più affrontate alla luce di una spiegazione causale, ma come rivelazione dei modi fondamentali di vivere il proprio mondo di significati, l'arteterapia, come noi la intendiamo e praticiamo, si traduce in una fondante com-presenza. Il "*Cogito ergo sum*" diventa piuttosto un "*Sumus: ergo cogito*".

Affrontare i problemi in senso fenomenologico significa collocare sullo sfondo il sapere descrittivo e atomizzante della nostra formazione di base psicoanalitica e vedere tali aspetti problematici così come appaiono, affrontandoli con lo sguardo libero da ogni pregiudizio. La convergenza di psicoanalisi e fenomenologia nel nostro lavoro arteterapeutico, sebbene non priva di problematicità, è incoraggiata dalla reciproca attribuzione di senso. Il metodo fenomenologico agisce come interrogazione e chiarificazione delle scelte epistemologiche e delle tecniche adottate e come sostegno rigoroso alla creazione di nuove modalità di conoscenza; la psicoanalisi, da parte sua, dà fondamento alle direttrici fenomenologiche, non tanto per il contributo degli studi teorici, quanto per l'esperienza derivata dal suo pro-

⁴ Kierkegaard S. (1972), *Opere* (a cura di C. Fabbro), Sansoni: Firenze.

porsi come *cura* psichica. Conveniamo con Callieri⁵, che è proprio l'apertura psicoterapeutica, l'apertura verso la dimensione coesistentiva, a rendere ricco di prospettive l'accostamento tra orizzonte psicoanalitico e orizzonte fenomenologico.

A questo punto approfittiamo per fugare in chi si agginge a leggere, diffusi malintesi. Diciamo che per mediazione artistica non intendiamo solo il "confezionare" oggetti, tantomeno oggetti da vivere come opere d'arte. Ovvero, l'effetto curativo non è dato dal "fare" in sé, dal tenersi occupati, nemmeno dalla "traduzione" da un linguaggio all'altro di un pensiero, ma dagli aspetti emergenti dal processo impiegato in quello che si fa. In campo arteterapeutico, ma in arte in generale, la modalità che si usa per dar forma è significativa nella misura in cui non ci si impegna nell'intento di rappresentare le cose ma in quello di riuscire a rendere visibile l'invisibile, direbbe Klee. Avremo molte occasioni per ribadire che è il processo ciò che conta, quello che si esprime con il prodotto e non in quello che vale come oggetto in sé.

In questo contesto terapeutico, gli interlocutori comunicano attraverso un linguaggio i cui segni sono quelli propri dell'arte. E non solo. Conta anche l'emozione propria dell'essere artisti: provare, trasgredire, inventare, cercare il nuovo, rinnovare il vecchio, cercare il sogno, sognare ciò che si cerca...

Il transfert che si sviluppa all'interno della relazione tra utente e terapeuta, coinvolge anche l'oggetto artistico: fornendo la terza dimensione, instaura un "trialogo". Ovvero, il *logos* implica tre soggetti: paziente, terapeuta e medium. Il prodotto artistico funge, così, da mediatore di relazione nella coppia, assicura protezione e contenimento e, nel rispetto dei soggettivi meccanismi di difesa, attiva attraverso risorse creative la riemersione di emozioni da elaborare. La trasformazione delle fantasie in forma visiva e concreta rende condivisibili le immagini e, grazie alle strategie di base dell'arteterapeuta, rende visibili desideri, rende riconoscibili eventuali traumi, fa conoscere aspirazioni ed inquietudini, ossia tutti quei problemi che altrimenti rimarrebbero rimossi, dunque non analizzabili. Il ricorso all'arte e ai rituali delle sedute arteterapeutiche è proposto come codice condiviso che dà agli utenti la possibilità di un lavoro introspettivo e di analisi fenomenologica in una relazione transferale consapevole.

Per accedere all'arteterapia non bisogna essere artisti né particolarmente inclini a forme d'arte, sebbene l'esserlo potrebbe costituire una buona ragio-

⁵ Callieri B. (1990), "Lo spazio umano in psichiatria", *Neurol. Psichiatria Scienze Umane*, suppl. 10, 53, Napoli.

ne per la scelta del tipo di terapia a cui sottoporsi. E, poichè, più spesso è il paziente a decidere cosa dire, come dirlo, quando dirlo, cosa utilizzare per dirlo, sarà lui stesso che “inventerà” il proprio linguaggio artistico. Lo scegliere o il creare il medium artistico per portare allo scoperto l’indicibile contraddistingue un contesto e una comunicazione arteterapeutici.

Questo non vuol dire, ribadiamo, che l’arteterapia produca opere d’arte, né che sforni artisti. Il processo di creazione, oltre a costituire il tipo di comunicazione transferale privilegiata, trae un valore terapeutico anche, ma non solo, dalla messa in atto di un processo creativo che consente di sperimentare una strutturazione delle funzioni dell’Io attraverso una regressione caotica che ripropone il caos pre-creativo. Nell’opera creata si ricompongono i frammenti, le proprie parti scisse, e si va a produrre un cambiamento, anche se inconscio, pervenendo ad una integrazione del Sé, talvolta alla remissione dei sintomi, ma soprattutto ad una propensione a introspezzare il profondo.

Per il fatto che la scelta spetta per lo più al paziente, potrebbe essere opinabile preparare un testo che illustri dei dispositivi preconfezionati da utilizzare in un setting di arteterapia. Certo non è nostro intento quello di farne un manuale, ma, dopo anni di reticenza a riguardo ora pensiamo che bisogna pur avere un alfabeto comune per potersi intendere. E, dovendo confrontarsi con gli altri su uno stesso campo, occorre parlare delle proprie esperienze, per guardarle, per capire a freddo il senso di ciò che si fa. In fondo, come abbiamo detto sopra, ogni viaggio è irripetibile, perché si cerca di vedere con nuovi occhi cose già viste. In fondo questo lavoro, che è piuttosto una raccolta di esperienze fatte nel nostro laboratorio, noto come Artelieu, a cui abbiamo aggiunto le necessarie rielaborazioni, è indirizzato a futuri arteterapeuti, a facilitatori, a animatori di laboratori, anche ad insegnanti, perché no. Gli spunti operativi vengono offerti non solo per trovare nuove piste di lavoro, ma per ragionare su come si trovano le piste giuste. I metodi di conduzione dei laboratori che presentiamo non sono in sé garanzia di effetti terapeutici, se non a condizione che si instauri la relazione tra utente e terapeuta e tra i membri del gruppo. Tuttavia l’arte e il processo inventivo che essa comporta sono gli strumenti per entrare in quella particolare dimensione comunicativa della persona dove lo spazio e il tempo si dilatano, aprendo orizzonti inesplorati in cerca di comprensione. I criteri fondanti di tale approccio all’arteterapia, tenendo conto che la preferiamo in un contesto di gruppo, potremmo definirli ad orientamento gruppoanalitico-fenomenologico, e pertanto pongono attenzione:

- non solo sull’analisi dell’eruzione libera delle immagini dell’inconscio individuale, ma particolarmente sul *processo della dinamica del gruppo*;

- non soltanto sulle abilità emerse nello svolgimento del dispositivo, quale che sia il medium artistico prescelto (corpo-danza, plastico-pittorico, sonoro-musicale, dramma-teatro) ma sul percorso del gruppo, che ricorre a *svariate forme espressive*, sapendo che ciascuna di esse favorisce una diversa fenomenologia.

Per noi arteterapeuti formati in quest'ottica, infatti, sia il presunto "sano" sia il presunto "malato" appartengono allo stesso mondo, anche se quest'ultimo vi appartiene con una struttura psichica differente, dove la differenza non ha più il significato di "*dis-funzione*" ma semplicemente quello della "funzione" di una certa strutturazione esistenziale, ossia di un certo modo di essere-nel-mondo e di progettarlo, nonostante tutto. Il nostro modello, dunque, riserva una particolare attenzione:

- al *setting*, sia esterno (quando si riferisce alla cornice entro cui si espleta il processo arteterapeutico e alle regole stabilite); sia interno (quando il setting si riferisce alle regole interiori che terapeuta e paziente organizzano per disporsi al dialogo)⁶. Le cose, infatti, hanno un senso solo in relazione ad una cornice;
- al rapporto *testo-contesto*, dove per "testo" intendiamo in senso lato una storia, o frammenti di storia, che possono essere raccontati attraverso espressioni artistiche. Vi è, infatti, una memoria emozionale che solo a questo livello può emergere, come ci viene esplicitato dalle neuroscienze sulla memoria "implicita", inaccessibile al livello verbale, o dalla psicoanalisi che ci chiarisce il funzionamento dell'inconscio;
- alla *posizione dell'arteterapeuta-animatore* del gruppo e le sue funzioni che consistono soprattutto:
 - nella *capacità maieutica* di facilitare l'espressione delle emozioni e dei vissuti trasferali;
 - nel favorire il costituirsi del *gruppo come contenitore* e come spazio ludico transizionale e non presentarsi come colui che predispone una sequenza algoritmica di attività;
 - nel favorire l'*elaborazione* di quanto accade da parte del gruppo stesso, alternando mezzi di comunicazione verbale e non verbale, evitando interpretazioni selvagge.

Pur se diversamente articolati in senso descrittivo ed eidetico, i dispositivi presentati sotto l'ottica fenomenologico-analitica mirano ad una sostanziale unitarietà nella considerazione della intersoggettività e del mondo comune che la costituisce, ciò che consente anche di raccorderla con una visione moderna della psicoanalisi. I dispositivi per i laboratori, di cui

⁶ Grignoli L. (2008), *op. cit.*, p. 98.

andiamo a parlare, verranno presentati a mo' di utensili (i francesi li chiamano *outils*) così come li abbiamo proposti ai gruppi, composti a volte da aspiranti "arteuti" (coloro che fungeranno da animatori di atelier), altre volte da aspiranti arteterapeuti, talvolta da pazienti. Non porremo, tuttavia, enfasi né daremo rilievo alle tecniche quanto alle suggestioni o incitazioni a creare, risultate sempre speciali occasioni di riflessione e di scoperta. Le esperienze saranno raccontate sia sotto il profilo narrativo-organizzativo, per il dovuto ripensamento sul perché le cose accadono, sia sotto il profilo delle implicazioni emozionali e professionali per evidenziarne le potenzialità terapeutiche. A volte il racconto è vivente, le emozioni riempiono ancora le albe insonni che ci spingono a scrivere e questo a volte potrebbe far perdere il filo del discorso. O meglio, della lettura. Non mancano alcuni riferimenti interdisciplinari e considerazioni che fanno in modo che le proposte siano esportabili anche in altri contesti, sia terapeutici sia in ambiti di prevenzione come le scuole o le case di accoglienza ed altri luoghi di cura. I dispositivi laboratoriali volutamente non sono stati posti nella successione che hanno avuto lungo il decorso dell'esperienza, ma secondo un criterio di orientamento tematico. Inoltre essi sono stati sperimentati con varie e diverse fasce di utenza, per cui tali proposte vanno scelte *cum grano salis*. Non sono posti in modo sequenziale anche perché non c'è un rapporto di propeudeuticità tra essi quanto di integrazione o di senso dell'opportunità di usare l'uno o l'altro a seconda delle circostanze e delle persone coinvolte.

Pur disdegnando scrivere le esperienze come fossero ricette, oggi siamo pronti a misurarci. La ricetta è in fondo lo scrigno di un sapere, di un'arte di trasformare una lista "di qualcosa" in "qualcos'altro" di maggior valore. È il modo di permettere a chi vuol sperimentare la ricetta di aggiungervi del suo, di trasformare una mera esperienza in qualcosa di più, di permettere il confronto. Ripensiamo al medioevo artigiano, quando l'artigiano tramandava i segreti del mestiere: dalla pittura, alla scultura, alla medicina, alla tessitura, all'oreficeria. L'arte è sopravvissuta al tempo così. La funzione della ricetta era quella di trasferire il sapere e i segreti dell'arte, oggi potrebbe anche essere il modo per sistematizzare le proprie esperienze e rivederle a distanza quando ciò che si è sperimentato si è già sedimentato. Il nostro intento è di far ritornare la ricetta a essere lo scrigno di un sapere e valorizzare la sua funzione primaria che non consiste tanto nell'appagamento della "fame" e del "gusto" quanto nel "nutrimento". Auspichiamo che chi si serve delle nostre proposte laboratoriali come "ricette" sappia scegliere e trattare gli "ingredienti", sappia abbinarli e dosarli, disponga della manualità necessaria per la preparazione del prodotto e dell'arte di governare la preparazione del prodotto, ottenendo sempre un risultato ottimale a prescindere dagli