

RECENSIONI

MAZZARA G., *Parole che nascono libere. La scrittura creativa per la crescita e la terapia*, Franco Angeli, Milano 2003.

Questo libro è parte di una collana che si occupa innanzitutto della pubblicazione di lavori dei collaboratori del gruppo di studio e ricerca sull'handicap dell'Università di Verona in quanto ricercatori attivi nel campo della ricerca-azione, ma è aperta anche a tutti coloro che vogliano far conoscere il proprio lavoro o dibattere, confrontarsi creativamente riguardo tematiche riguardanti il disagio umano. Gianpaolo Mazzara è uno psicoterapeuta che svolge attività clinica usando psicodramma e tecniche attive.

All'interno del libro vengono restituite le esperienze e le metodologie usate nei progetti e interventi a cui ha partecipato in collaborazione ad altre figure professionali, e il filo che unisce il percorso del libro è l'uso della *parola*. La parola è azione ed è espressione dell'*esser-ci*. Questo a partire dal riconoscimento e dal contenimento offerto dalla madre china sulla culla per calmare l'angoscia del bimbo. Molti concetti vengono riportati direttamente con le parole dell'autore che le ha proposte, e questo mi sembra un aspetto che restituisce maggior valore all'opera.

Così, si possono incontrare direttamente nella lettura brani di Moreno, Winnicott e Freud. Di quest'ultimi vengono prese a confronto le considerazioni a proposito del gioco e del-

la creatività, che permettono di porre attenzione verso "la parola giocata".

Si fondono inoltre, nell'ultima parte del libro, le opere delle persone seguite nel cammino terapeutico con quelle dei grandi poeti, come Neruda, e ne risulta un "tutto" naturale e affascinante.

Possiamo a questo punto scegliere se andare avanti o meno nella lettura. Le tecniche utilizzate possono essere utili a professionisti, ma l'esperienza intessuta può aiutare anche i "non addetti ai lavori". Cerchiamo allora di entrare nel vivo del testo a partire dalla copertina. "Parole che nascono libere". Già questa scelta offre al lettore che si accosta al libro un'idea, una prima impressione, un interesse che porta a pensare all'espressione, alla libertà. Sotto troviamo "*la scrittura creativa per la crescita e la terapia*". Ecco che si connota ancor più l'intento dell'autore e riceviamo più informazioni riguardo ciò che troveremo all'interno.

Per quanto mi riguarda, la mia mano ha aperto il libro e ho cercato le prime parole. Già, le *parole*. Parlare non è solo suono, è anche movimento, è *azione*. Si muove la bocca, si muovono le mani, si assume una postura, un atteggiamento, uno sguardo. Parlare è comunicare qualcosa di sé all'altro, qualcosa che va al di là delle parole e si deve prendere in considerazione anche il cosiddetto "tra le righe" che ognuno esprime e che l'ascolto attivo e partecipe coglie.

L'autore così scrive infatti nella

RECENSIONI

prima pagina “*uno specialista vede nella parola un mediatore simbolico di grande livello terapeutico, soprattutto nei confronti di quanti soffrono, nella complessa quotidianità del nostro mondo*”.

Ora è lecito domandarsi quando sia difficile non restare spaesati proprio di fronte la complessità del nostro mondo! Non c'è bisogno di pensare al malato psichico o al portatore di handicap quando si parla di ascoltare la sofferenza. Ognuno di noi, nella propria vita, potrà rintracciare momenti in cui la parola è stata strumento per esprimere una sofferenza che inizialmente quasi non aveva nome, ma che con l'ascolto ha acquisito un senso e lo ha liberato. In termini tecnici, come specificato nella Presentazione, tramite il viaggio proposto nel libro, si arriva a comprendere come “*liberare l'io incatenato magari da parole bugiarde*”. Rappresentano forse le maschere che ciascuno indossa ogni giorno, il “dover essere”, il dover sorridere” anche quando dentro sai che è una bugia, e che tutto ciò finisce per portarci lontani dal nostro Vero Sé, verso l'angoscia?

Il libro può essere dunque utile strumento per psicologi, psicoterapeuti, psicoanalisti, studenti di psicologia e scienze della formazione, ma anche per tutti coloro che ogni giorno si trovano a contatto prima di tutto con se stessi, poi con persone con difficoltà nell'esprimersi e comunicare in modo “pieno”.

Mazzara riporta il frutto del suo lavoro nei gruppi, tracce vive di un'esperienza di valore e di lavoro interiore. Vengono esposte puntualmente le metodologie utilizzate, a partire, ad esempio dal brainstorming. Non parla allora solo di sofferenza, ma anche di creatività, di libertà, di potenzialità, di condivisione. Questo libro è prezioso perché è insieme resoconto di attività profondamente volute e vissute con i pazienti intesi finalmente come *persone*, e perché fonde teoria, esperienza ed emozione.

È scritto in modo semplice, scorrevole, e rende partecipe il lettore fino a toccare corde dell'emozione nel contatto con i racconti, con le parole libere espresse da persone apparentemente legate alle catene dell'indifferenza, della quotidianità, della solitudine, dell'abbandono, confinati in istituti, in cui quelle mura e quegli arredi ricordano ogni giorno la propria malattia. La struttura che li pone lontano dagli affetti e dagli amici, lontani anche dal proprio dolore senza nome, perché nessuno, prima, ha provato a contattare la ricchezza del loro significato, tutto d'un tratto prende forma, colore, diviene gioco, fiaba, disegno, racconti. Ecco l'importanza di avvicinare e sperimentare il *fare* con queste persone. Iniziare a liberarle da questo “torpore”.

E allora, in quest'ottica, il libro può leggerlo chiunque, per crescere. Un'occasione per maturare, e questo può avvenire anche dal confronto con

RECENSIONI

storie e poesie scritte da persone con problemi psichici.

Le poesie e i componimenti riportati all'interno del libro, suscitano emozioni intense che ciascuno può vivere in modo del tutto privato e personale. Personalmente, mi hanno colpito questi versi di una donna: *"Vorrei avere. Mille e più sono le persone che mi vogliono bene. Tutte qui accanto a me... anche se sono 10000!!!"* (pag. 160).

Certamente non si può non sentirvi dentro la voglia di avere affetto, persone vicino, persone che si uniscano a lei e che la facciano sentire come gli altri, unita, amata, cercata.

Queste storie fanno riflettere, trasportano il lettore emozionalmente nell'esperienza.

C'è anche una libertà tutta particolare: il silenzio. Parole che si vorrebbero dire, ma che non sono dette, quelle che le persone non riescono a far uscire o che trovano la loro personale via per esprimere una verità individuale, un vissuto, un'esperienza, un mondo.

Attraverso le attività proposte dall'autore, molte persone hanno avuto questa possibilità, e molte altre l'hanno ancora, ogni giorno. Ed è così che si inizia un viaggio a partire spesso da una sola parola espressa con fatica, a voce bassa. Le emozioni si incontrano sciogliendo quel blocco, e iniziando a giocare con i vocaboli all'interno di gruppi in cui i termini acquistano significati profondi e liberano l'espressione di altri significati

nelle persone che partecipano all'esperienza.

Le parole in questo caso sono usate per rappresentare la realtà e andare oltre, attraverso l'elaborazione e la speranza. Ecco, ciò che mi ha colpito è la speranza presente in queste persone a cui viene data la possibilità di fare, quindi la possibilità di essere creativi.

Ed è un viaggio creativo e maturativo che compie anche Gianpaolo Mazzara, attraverso il partecipare attivamente al lavoro, nel dare la possibilità di raccontarsi attraverso lo psicodramma.

L'autore mette qui per scritto nero su bianco quanto l'operare e le modalità dell'operare, la passione per il proprio lavoro e le intuizioni che possono venire solo da una buona preparazione e una dose di entusiasmo, fa emergere contenuti importanti nelle persone con cui si trova ad operare, ognuna con le proprie caratteristiche e vissuti.

Tutto ciò resterebbe altrimenti sconosciuto non solo alla persona che ne possiede le chiavi, bensì anche al gruppo, agli altri educatori, al mondo che è fuori e non conosce i vissuti di queste persone che hanno sentimenti, aspirazioni, speranze, e che forse danno un senso più pieno e più intenso a ciò che per noi è scontato: la libertà. Di comunicare. Di essere. Di amare. Di vivere. Di soffrire. Di sperare. È importante che questo avvenga sempre più spesso e che sempre più operatori ma anche semplici persone interessate alla pa-

RECENSIONI

rola e al modo in cui le persone creativamente si esprimono, ascoltino a partire dal silenzio quelle parole espresse che recano sollievo a chi

le produce e arricchisce chi si mette in ascolto in modo pieno e senza pregiudizi.

Paola Pirani