

## Seminario di psicodramma: Costruire la giusta distanza 15 e 16 maggio 2010 Piacenza

*"La montagna è la montagna cioè un ostacolo, ma pari tempo anche un rifugio, un luogo per uomini liberi"*  
(Maggiani, *Meccanica Celeste*)

Separazioni, vicinanze e lontananze, distanze difficili da colmare o raggiungere ...fili come vette appuntite, agli occhi impossibili da scalare e poi ad un tratto una mano che ci porta su fino alla cima a vedere il mondo dall'alto, far solletico al cielo e toccare le stelle, a sentire la piccolezza e godere dell'immensità....lontano per sentirti più vicino, un gioco che si perpetua e dove manca il coraggio di esserci da vicino, forse che l'altro possa vedere i buchi nella rete, sentire con le mani la mollezza di un'identità fragile...*"la mollezza è come una supplica, una preghiera silenziosa"* (dice Maggiani nel suo libro *Meccanica Celeste*)...e l'altro risponde a modo suo, sente la preghiera e risponde con dolcezza o distacco, frapponendo le sue lontananze e vicinanze...

Mettere il naso, rovistare nelle nostre distanze attraverso il metodo psicodrammatico, attraverso l'azione spontanea e creativa in un gruppo e uno spazio determinati...questo è ciò che è avvenuto durante il Seminario di Psicodramma che si è tenuto a Piacenza il 15 e 16 maggio. Piccoli e grandi uomini, piccole e grandi donne, percorrendo diverse strade e con negli occhi paesaggi, storie e luoghi personali, si sono incontrate il sabato mattina in uno spazio rotondo e caldo, morbido... che qualcuno ha paragonato al ventre materno, per raccontarsi e anche, proprio così, per essere partoriti di nuovo, portati alla luce, spolverati di pesantezze e contaminati dalle individualità che hanno composto il gruppo. Venuti alla luce insieme come gemelli che si fanno spazio in uno stesso utero e sperimentano vicinanza e lontananza, il gioco del farsi spazio, quali confini, quali limiti, quali possibilità, quando mi sento ferito? Quando dire no? E quando invece questo no è difesa e non protezione, è chiusura e paura, non coraggio e presenza? Queste le domande che il gruppo di forestieri si faceva sabato mattina guardando ognuno la faccia dell'altro alla scoperta e ricerca di sé e dell'Altro.

Il primo passo è stato proprio la costituzione del gruppo, di uno spazio intimo in cui portare un pezzetto della storia personale di ognuno, attraverso il cono di luce delle nostre distanze e vicinanze ognuno ha messo allo scoperto il nervo teso che l'ha portato lì, *"il tasto dolente"*, come piace chiamarlo ad Anna Boeri la persona che di questo spazio è stata garante e maestra. Il gruppo ha fatto da tappeto e a turno ognuno ha fatto un salto all'indietro, avanti o in alto sperimentando la tenuta e la presa, raccogliendo e lasciando intuizioni, paure e debolezze, riprendendo spazi e vicinanze..un filo ha tessuto la trama di questo gruppo ed è stato il segno del mutare delle distanze e dell'abilità di ciascuno di *"prendere le misure"* conquistando o rafforzando consapevolezza centimetro per centimetro.

Il pomeriggio ha visto il gruppo impegnato nel dare vita alla storia di uno dei membri, secondo quello che in termini psicodrammatici si definisce *"lavoro col protagonista"*, una storia personale è diventata patrimonio del gruppo e si è arricchita dello spazio del desiderio, dello spazio magico in cui si annulla il pensiero e l'emozione liberata risponde in profondità con parole e immagini scelte sapientemente. Dentro il ruolo agito ognuno scopre di non essere stato scelto a caso, ma di far parte di quella storia in qualche modo, di avere in sé un nodo che si intreccia con la storia del protagonista e nello svolgimento del *"drama"* si *"cura"*.

*"Coi sensi colmi di voglia di vita e una fiducia infinita nel seno"* (Bertoli) il gruppo si è ritrovato un po' più dentro il tema della giusta distanza che alla fine del pomeriggio è stato rivisitato *"la giusta vicinanza"*.

L'ultimo pezzo di strada insieme, quello prima della vetta, ha visto ognuno prendere i panni di artisti di strada che dalla via percorsa hanno tratto i colori e le immagini per disegnare le proprie distanze, temute e cercate, giuste e sbagliate attraverso il filtro di un gruppo che tiene, di uno spazio che coccola e di una direzione puntuale e accogliente che guida.

Che dire invito tutti a fare questo viaggio prima o poi, a lasciarsi portare in questo Teatro di Psicodramma-ventre materno per rinascere laddove i nostri tasti dolenti non ci permettono di vivere con leggerezza e libertà.

(Io studio alla Scuola di Psicodramma di Giovanni Boria, qui sono tirocinante, e dello psicodramma vorrei farne strumento con il quale portare stupore, fare luce anche nelle pieghe dell'anima più nascoste perché credo nella capacità dello psicodramma di far brillare gli occhi di ciascun uomo e ciascuna donna, far vibrare di emozioni vive e vere che a volte non hanno ancora uno spazio definito dentro e fanno male un po'.)

Valeria Maggiali