

Numero Verde
800 86 00 22

Numero Verde
800 86 00 22

Bimestrale
d'informazione
a distribuzione gratuita

SAMARITANS
ONLUS

Anno I - Numero 1
Novembre/Dicembre 2011
Nel 30° anno di attività

La Voce dell'Ascolto

QUANDO ATTRAVERSO IL TELEFONO CORRE IL FILO DELLA SPERANZA

Perché prende il via una nuova testata?

Un nuovo giornale che ruota attorno ad un tema così allarmante come la depressione e le sue possibili, tragiche conseguenze, a quali esigenze cerca di far fronte?

Assistiamo ogni giorno alla frantumazione del nostro già precario equilibrio, pressati da una quotidianità troppo veloce e costretti all'oblio dell'essenza stessa del vivere.

Questa testata agli esordi prova ad offrire una serie di punti di vista che possano essere utili a chi è vittima di questo malessere ed anche a coloro che se ne interessano come fenomeno in costante crescita.

Il giornale non vuole sostituirsi all'indagine clinica e psichiatrica, si propone invece come integrazione al sostegno che Samaritans sviluppa attraverso l'ascolto telefonico, un servizio attivo a Roma e in Italia da oltre 30 anni.

Crediamo che mostrare a chi soffre, a chi è angosciato e disperato, concrete alternative spesso semplici e a portata di mano, ma difficili da cogliere per chi vive questo stato invalidante, possa essere un aiuto reale, un punto di partenza per cambiare direzione.

Oggi, grazie a queste pagine, possiamo farlo senza tradire la natura intima della nostra missione di volontari Samaritans, legata al semplice e solo ascolto telefonico del dolore.

Ascoltare senza giudicare, senza proporre rimedi e consigli, vuole dire identificarsi davvero con la sofferenza che il chiamante dall'altro capo del filo trasmette creando quell'accoglienza che la sua delicata condizione richiede.

Con questa consapevolezza ci mettiamo in cammino certi delle difficoltà ma sapendo che non saremo lasciati soli.



IN QUESTO NUMERO

- L'accoglienza telefonica compie trent'anni.
- Il Reverendo Chad Varah un sacerdote anglicano in lotta.
- **Alternativa città: Roma da scoprire** Riconciamoci con la bellezza.



- **Luci sul cammino dell'umanità** Don Miguel Ruiz
- **L'intervista** Scambio di riflessioni con Roberto Barbieri

L'accoglienza telefonica compie trent'anni

Nata per offrire un supporto emotivo a chi si trova nella disperazione

Nel cuore della Città Eterna circa 30 anni fa vede la luce Samaritans Roma, con la stessa missione della casa madre londinese, nata per offrire supporto emotivo a chi si trova nella disperazione e pensa al suicidio.

In un Istituto internazionale di Roma, dove alcuni membri erano stati volontari Samaritans in Inghilterra, una persona si suicidò. Dall'esperienza e dal dolore di questa morte una quarantina di persone, quasi tutti colleghi dello sventurato, diedero vita al primo gruppo Samaritans, rivolto principalmente alla comunità di lingua inglese.

Chad Varah, che aveva fondato i Samaritans nel Regno Unito 23 anni



prima, venne a Roma per l'inaugurazione della nuova sede che, inizialmente, fu ospitata in una delle chiese anglicane della città ed era aperta tre ore al giorno.

In questi anni l'attività si è ampliata e i nostri vo-

lontari dalle 13.00 alle 22.00 di ogni giorno si occupano di dare supporto alle persone che si trovano a vivere un forte disagio perché malati, sofferenti, depressi.

Abbiamo partecipato ad eventi organizzati dai Centri Samaritans presenti in Polonia, Serbia, Ungheria (quest'ultima con traduzione simultanea) e organizzato Conferenze qui a Roma, invitando rappresentanti di diversi Paesi. Partecipiamo anche alla conferenza annuale di York, dove si danno appuntamento più di 1500 volontari da tutto il mondo.

E' una esperienza meravigliosa unirsi, con lingue e culture diverse, avendo tutti la missione che il suicidio diminuisca.

Buon Compleanno!
GRAZIE A SAMARITANS SI FESTEGGIA IN ITALIA IL 30° ANNO DI ASCOLTO TELEFONICO

Numero Verde
800 86 00 22

2 ■ VIVERE SAMARITANS

Nel lontano 1953 le origini di Samaritans

Il Reverendo Chad Varah un sacerdote anglicano in lotta



Chad Varah, fondatore dei Samaritans, non era un semplice reverendo: leggendo, infatti, la sua biografia si scopre un uomo vivace, pieno di interessi e di gioia di vivere. Nato in una famiglia numerosa, ben nove figli, dimostra sin da piccolo un carattere combattivo: Chad è sempre pronto a lottare per quello in cui crede, attirandosi spesso non pochi problemi.

Anche le sue passioni sono molto eterogenee: nel periodo universitario studia le lingue scandinave; si appassiona alla politica e all'economia e

persino a tematiche legate alla reincarnazione. Il suo passatempo preferito, invece, sono i fumetti, e in particolare quelli di Dan Dare. Tra il 1950 e il 1962 lavora addirittura ad un libro comico di carattere scientifico, pensato per la scuola. Nasce così un libro comico di storie spaziali, poi pubblicato da un altro curato Marcus Morris, convinto sostenitore, proprio come Chad, della possibilità di una scuola divertente, e perciò più istruttiva.

Insomma Chad non è un curato convenzionale, è soprattutto un uomo con una grande inclinazione per la famiglia, lui stesso ha ben quattro figli, e per i problemi della comunità.

La svolta nella sua vita avviene dopo la celebrazione dei funerali di una ragazza suicidatasi a tredici anni perché convinta

di essere affetta da una malattia venerea, mentre aveva avuto semplicemente il primo ciclo mestruale. Chad decide allora di dar vita ad un corso di educazione sessuale rivolto ai giovani per poter così sopperire alle mancanze educative delle famiglie e della società. Questa sua attività gli procura addirittura l'accusa di vecchio pervertito quando ha solo venticinque anni!

L'incremento poi dei suicidi all'inizio degli anni Cinquanta, ben tre al giorno, lo induce a fondare i Samaritans, e l'attività dei volontari inizia ufficialmente nel 1953. L'attivismo e la voglia di fare di Chad, però, non si fermano qui: scrive una serie televisiva "The Befrienders", andata in onda sulla BBC nel 1972, e, nel 1992, fonda un'altra associazione per la lotta contro la mutilazione genitale femminile. Comincia così una nuova battaglia che lo porta ad entrare direttamente nelle case degli immigrati dell'Africa dell'Est. Non ha mai smesso di lottare e lavorare persino negli ultimi anni della sua vita, guidato dall'intento di rendere il suicidio una causa di morte sempre più irrilevante.



Cos'è Samaritans

Storia, persone, attività, struttura

Samaritans Onlus è un'Associazione di volontariato nata in Inghilterra nel 1953, attiva a Roma dal 1981, che attraverso il Befrienders Worldwide, opera in circa 40 Paesi.

Ci occupiamo di dare supporto a quanti si trovano a vivere un forte disagio emotivo, perché malati, sofferenti, depressi, con l'obiettivo dichiarato di ridurre i potenziali suicidi.

Coloro che ci contattano, non solo italiani, sanno che potranno affrontare le loro problematiche in modo anonimo e senza alcun giudizio né pregiudizio. Non aderiamo a nessun partito politico e non siamo espressione di nessun credo religioso. In un modo semplice e, crediamo, difficilissimo, attraverso l'ascolto cerchiamo di incoraggiare chi chiama a creare le proprie soluzioni e a guadagnare un po' di serenità sapendo che dall'altra parte del telefono c'è qualcuno che ascolta.

Befrienders
worldwide



WITH SAMARITANS



Impariamo ad ascoltare

Un corso sull'arte di accogliere

Vuoi « imparare ad ascoltare » ? Diventa volontario. Vuoi riempire la tua vita di significato facendo qualcosa per il tuo prossimo? Ti senti spinto ad offrire il tuo aiuto a persone con difficoltà esistenziali? Sei alla ricerca di un'attività solidale con esiti arricchenti anche per una tua crescita personale? Sei pronto a valorizzare la tua capacità di ascolto?

TELEFONACI AL NUMERO VERDE



Dopo un primo contatto telefonico, seguito da alcuni incontri e colloqui con lo staff organizzativo dei Samaritans, ti verrà chiesto di frequentare un corso preparatorio. L'obiettivo del corso è quello di avviarti al delicato compito dell'ascolto attivo.

Il corso di formazione

I Samaritans organizzano corsi di formazione mediamente una o due volte l'anno. Ogni formazione è strutturata in due percorsi:

- Un primo percorso conoscitivo incentrato sull'ascolto attivo, con esercitazioni, simulazioni e riflessioni di gruppo, della durata di alcune sessioni a cadenza settimanale;
- Un successivo percorso di preparazione pratica, con esperienza diretta di ascolto dalla nostra postazione telefonica e con il supporto di un nostro volontario-tutor appositamente formato allo scopo.

L'impegno del volontario

A ciascun volontario che abbia sostenuto il corso di formazione, dimostrando l'attitudine ed i requisiti necessari per poter far parte del nostro gruppo, i Samaritans chiedono un impegno di tre ore una volta alla settimana.

About Samaritans

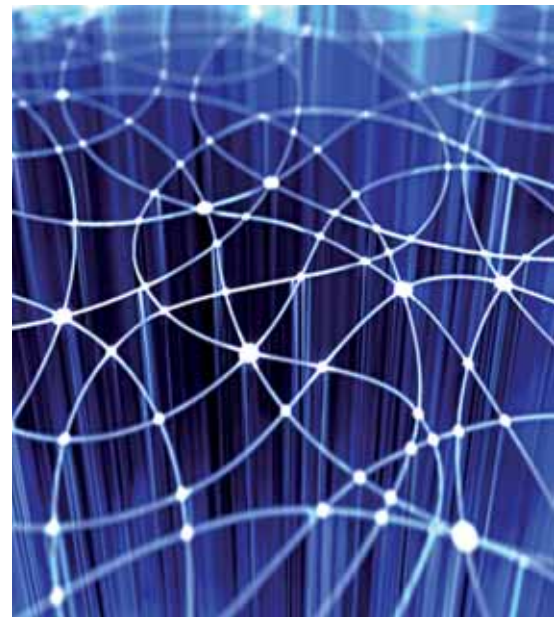
Founded in the U.K. in 1953 by Rev. Chad Varah, Samaritans soon became a household name in the U.K. and in many other countries. Thanks to Chad's hard work, the association quickly mushroomed, branching out to all five continents.

In Italy there are 3.500 - 4.000 suicides every year.

The Samaritans' Mission is to alleviate emotional distress and reduce the incidence of suicide feelings and suicidal behaviour. The Samaritans' Values are listening, confidentiality, being non-judgemental, giving people time, undivided attention and empathy. All these values meet a fundamental emotional need of every human being and reduce distress and despair. Samaritans is not a religious organisation. Volunteers do not impose their religious or political beliefs on callers.

Phone 800 86 00 22

Samaritans Onlus Italia has been on the go in Italy since 1980. Our free phone number puts you in touch with volunteers who are there to listen to anyone who is in any kind of distress. The volunteers try to be available to answer the phone calls 365 days a year



from 13.00 to 22.00.

Some of the most common reasons people contact us are to do with loneliness and isolation, depression, family problems, bereavement, job loss, financial worries, job or study (college/school) related stress. Frequently people need to talk; they need a friendly voice at the end of the phone that is there to say "Hello, I'm here to listen".

So, who are the volunteers? Basically, the volunteers are people from different walks of life who believe in the mission of Samaritans and want to dedicate some of their time to be listeners, or to help

behind the scenes, with the day to day running of the association. The volunteers undergo a period of appropriate training.

Who funds Samaritans Onlus Italia? It is thanks to the generosity of donors and benefactors that the association is able to stay afloat. By the way, when you next file your Italian tax return, don't forget that you can give your cinque per mille to Samaritans! Samaritans Onlus Italia C.F. 06447590586 - www.samaritansonlus.org

If you need somebody to talk to, if you want to be a volunteer or a donor, phone 800 86 00 22.



Sede Legale: Via di San Giovanni in Laterano, 250 - 00184 Roma

Hanno collaborato ai testi: Antonella, Caroline, Donatella, Giampiero, Heather, Rina, Tomas.



Progettazione, realizzazione e manutenzione impianti elettrici, tecnologici e lavori edili

Da un'esperienza pluriventennale nei settori della comunicazione e della sicurezza nasce la PRISMA RM&S, una Società dinamica e moderna, espressione di una sinergia familiare collaudata e di successo.

Con entusiasmo e fiducia, nel gennaio del 2004, è avvenuto il passaggio a S.r.l., una transizione fortemente voluta dalla nostra famiglia che si è trovata a dover far fronte ad una significativa crescita del volume di affari.

Quando la qualità è garantita

4 ■ DENTRO AL DISAGIO



CRISI FINANZIARIA

Aumentano i suicidi in Europa

e colpisce sia le persone a reddito basso sia quelle medio-alte a causa delle perdite finanziarie.

Tra il 2007 e il 2009 in tutta l'Europa nel suo complesso la disoccupazione è aumentata del 2,6%. Tra i paesi studiati solo l'Austria ha avuto un diminuzione dei suicidi, mentre in Inghilterra le persone indebitate sono risultate due volte più inclini delle altre a pensieri suicidi.

Un altro studio, svoltosi in Gran Bretagna, ha individuato due gruppi di persone ad alto rischio di depressione a causa della crisi:

quelle insicure del proprio lavoro e quelle indebitate. In questi due gruppi la frequenza di suicidio è risultata più che raddoppiata. È stato rilevato che la disoccupazione si associa fortemente ad un rischio di depressione e disturbi ansiosi. Più è lungo il periodo di disoccupazione tanto sono maggiori le conseguenze sulla salute mentale.

Sarebbe quindi necessario rinforzare i servizi di salute mentale durante le crisi finanziarie piuttosto che sottoporli a tagli, come purtroppo sta accadendo in molti Paesi.

Da uno studio condotto da alcuni ricercatori dell'Università di Cambridge, della The London School of Hygiene and Tropical Medicine e dell'Università della California sui modelli di mortalità in Europa i dati dimostrano un aumento dei suicidi tra il 2007 e il 2009, come riportato recentemente dalla rivista THE LANCET. Il rapporto c'è

Letteratura e sport fanno i conti con il suicidio

I percorsi del disagio dagli esiti inaspettati

Forse avete sentito parlare della scomparsa di due personaggi famosi, che hanno sconvolto gli ambienti a cui appartenevano; due giovani affermati, apparentemente accettati da tutti.

Mi riferisco alla rivelazione della letteratura nordamericana degli ultimi 20 anni, una voce critica della narrativa che denunciava il degrado e le contraddizioni della sua società verso i più deboli e gli emarginati, le difficoltà nei rapporti personali, la crescente dipendenza dalle droghe, il diffuso disagio psichico.

Si chiamava David Foster Wallace, sorprendentemente suicida all'età di 46 anni, il 15 settembre del 2008. Che cosa ha spinto quest'uomo a togliersi la vita?

In una dichiarazione la sorella Margaret diceva: "Se avesse avuto la possibilità di parlare, di avere una persona accanto che lo ascoltasse, forse

mio fratello sarebbe vivo".

L'altra notizia, che ha scosso il mondo dello sport, è quella dell'11 novembre 2009 sul suicidio del portiere della Bundesliga dell'Hannover e della Nazionale Tedesca di calcio, Robert Henke, 32 anni con una carriera brillante alle spalle.

Non gli mancava né affetto, né fama, né soldi, eppure qualcosa lo ha portato a togliersi la vita gettandosi sotto un treno non lontano da casa sua. Nato nel 1977 nella ex DDR, Robert era sposato con Teresa e aveva una figlia adottiva di nome Leila; tre anni prima i coniugi Henke avevano perso la primogenita Lara, di appena due anni. Una esperienza tragica, che aveva inevitabilmente gettato la coppia nello sconforto.

Dopo la sua morte lo hanno definito come un uomo "psichicamente labile".

Ecco, vi ho mostrato due esempi che hanno riempito la cronaca di riflessioni, com-

menti e ipotesi sul complesso problema del suicidio.

Quando leggevo gli articoli su queste vicende, mi sono domandato: "e se loro avessero avuto un telefono con cui comunicare, sublimare, rendere meno pesante il dolore che stavano affrontando, forse oggi avrebbero ancora una vita". Difficile saperlo. Ma se almeno ne avessero avuto la possibilità concreta, forse avrebbero potuto modificare la tragica scelta.

Sapere che esiste un telefono di cui noi siamo strumenti operativi di un Pronto Soccorso, in un certo momento della nostra esistenza, rappresenta un motivo di somma riflessione. Al di là di quelle telefonate banali quotidianamente presenti, il telefono si può trasformare, attraverso un "opus alchemico" dove possiamo ricevere il contatto di un bisogno angosciante, imperante e immediato di aiuto.

Una scommessa che si può vincere

Cominciamo con una sorpresa che non tutti conoscono

Una piazzetta inattesa custodita tra le case



Nel 1483 papa Sisto IV, per favorire l'afflusso dei "camminanti" alla città santa fa aprire via del Pellegrino, che si snoda da via dei Banchi Vecchi, all'altezza di via della Moretta, fino a Campo de' Fiori. Percorrendola in questa direzione, ad un certo punto della strada, sul lato destro, si intravede una caratteristica piazzetta alla

quale si accede da uno stretto sottopasso che si apre sul fronte di una modesta casa antica.



Ci troviamo di fronte all'Arco degli Acetari, un'apertura a sesto ribassato che immette in un andito in tutto simile ad un portone carraio coperto da travi di legno. Attraversando questo stretto passaggio si arriva così in un piccolo slargo senza uscita, delimitato da basse abitazioni d'epoca, fortemente alterate, con scalette esterne e balconcini, che danno vita ad uno scenario inaspettato.

L'origine della denominazione dell'Arco è decisamente controversa. È probabile che qui avessero i loro depositi i venditori di una delle sorgenti di acqua acetosa, considerata anche la vicinanza con il mercato di Campo de' Fiori.



Non può vincere con facilità: camminiamo Roma scoprendo una città diversa

Percorrere le vie cittadine si rivela spesso un'esperienza spiacevole: il traffico automobilistico, il rumore e la maleducazione civica ci allontanano da un patrimonio storico artistico che ci appartiene.

Riconciliamoci con la Bellezza



Il dedalo di edifici, strade e piazze, ponti che scavalcano il sinuoso procedere del Tevere, parchi e giardini e quant'altro si coglie in una città come Roma, è un continuo intreccio di fertili relazioni. Non mi riferisco tanto a quelle tra le persone e le diverse etnie che la abitano, ma piuttosto a quelle che il singolo cittadino intraprende quotidianamente con una bellezza fuori del comune di cui purtroppo, la maggior parte delle volte, non se ne rende nemmeno conto, così distratto da impegni o, nel peggiore dei casi, prigioniero nel proprio ghetto depressivo.

Da un piccolo sforzo un grande risultato

Riuscire a dialogare con la meraviglia che ci circonda è fortemente curativo. È una terapia che non ha bisogno di essere gridata, anzi comincia proprio da una determinazione personale, intima e maturata nel silenzio; comincia come un fragile germoglio che può trasformarsi in un albero maestoso.



Soprattutto le prime volte, quando ci si sente demotivati, quando i giorni scorrono senza senso e la fatica di vivere mostra tutta la sua pesante immutabilità, educarsi a passeggiare per la città può risultare del tutto inutile se non addirittura dannoso.

Ebbene, per quanto possa sembrare faticoso, basta ampliare un po' lo sguardo per trovarsi tra le mani la carta vincente che ci aiuterà a cambiare pagina, permetterà alla nostra quotidianità di crescere un seme diverso, il primo passo verso la luce, verso la riconquista della propria vita.

Abbiamo la fortuna di vivere in una città di straordinaria ricchezza artistica,

storica e paesaggistica, un patrimonio unico al mondo che milioni di turisti scoprono con stupore, vivono per il breve tempo di una vacanza e con rammarico e nostalgia sono costretti a salutare cucendogli addosso un pezzetto di cuore.



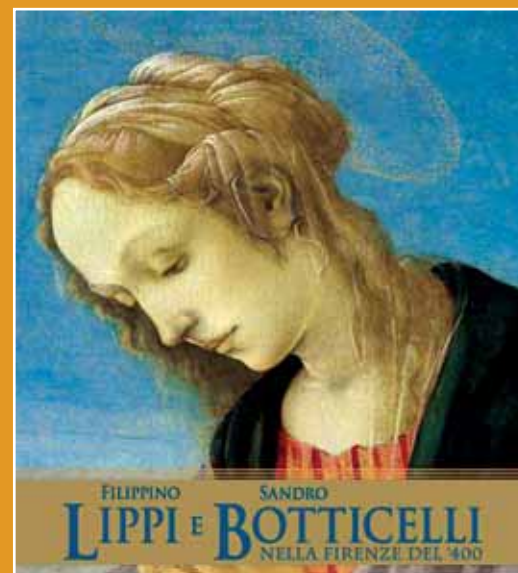
Su questa certezza scommettiamo tendendo la mano a quanti vogliono intraprendere l'affascinante viaggio di riscoperta del

proprio territorio.

Offriremo spunti, consigli e curiosità e per chi lo volesse anche l'opportunità di condividere piacevoli passeggiate romane.

Oltre alle mostre e agli eventi che propone in successione continua, Roma si può fregiare di musei, palazzi, siti archeologici e scorci paesaggistici di rara suggestione. Il centro storico della città è un ricamo traboccante di storia, costellato di preziose testimonianze artistiche che non aspettano altro che essere colte, rivelate e, a buon diritto, ritornare a far parte di quel patrimonio che appartiene a chi come noi la vive, la attraversa, la abita.

L'Agenda e la Città



Alle Scuderie del Quirinale "Filippino Lippi e Sandro Botticelli nella Firenze del '400". Un'esposizione che vuole presentare al pubblico Filippino Lippi, un pittore spesso oscurato dalla fama del maestro Botticelli. Trentaquattro anni di attività proficui come pochi altri, per quantità e qualità di opere.

6 ■ LUCI SUL CAMMINO DELL'UMANITÀ

**Attraverso preziose figure di riferimento
l'umanità può ritrovare il sentiero che sembra perduto**

*Queste pagine a carattere laico e aconfessionale
sono dedicate alla riscoperta di queste guide luminose
che ci accompagnano lungo la strada*

Don Miguel Ruiz

Don Miguel Ruiz è nato da una famiglia di guaritori del Messico. La madre fu un'importante e famosa curandera mentre il nonno fu ciò che i toltechi definiscono un nagual, una guida verso la libertà.

Dopo aver compiuto studi in medicina, Miguel approfondisce lo studio delle tradizioni della sua famiglia, riscoprendo gli antichi insegnamenti della madre e del nonno.

Oggi Miguel riesce a riunire la conoscenza moderna e l'antichissima saggezza tolteca e guida le persone verso nuovi confini della percezione e verso la libertà totale annullando le false credenze che le limitano.

Don Miguel Ruiz è convinto dell'avverarsi delle profezie tolteche sul paradiso in terra attraverso la libertà assoluta.

I Nagual (i Maestri) insegnavano agli studenti toltechi nel sito conosciuto come Teotihuacàn ("Il luogo dove l'uomo diventa Dio"), un



complesso di piramidi nei pressi di Città del Messico.

Con l'arrivo dei Conquistadores i Nagual furono costretti a nascondere la loro sapienza ancestrale.

La conquista spagnola, e l'utilizzo non ortodosso del potere da parte di taluni apprendisti, fecero in modo che i Nagual si trovarono costretti ad occultare quell'antica conoscenza a coloro che non avrebbero potuta usarla saggiamente o che l'avrebbero utilizzata per scopi meramente personali. Onde evitare la perdita di questa conoscenza esoterica dei Toltechi, essa fu tramandata alle varie generazioni dagli stessi Nagual.

Antiche profezie rivelarono

che dopo un lungo periodo, la conoscenza sarebbe stata restituita necessariamente alla gente.

Don Miguel Ruiz, il Nagual dei Cavalieri dell'Aquila, è stato guidato a condividere con la gente questa saggezza tolteca. Essa ha origine dalla stessa verità unitaria che riscontriamo nelle tradizioni esoteriche provenienti da ogni parte del mondo. Non è una religione, ma onora i maestri spirituali che si sono succeduti sulla Terra e che hanno divulgato questa conoscenza. Tocca lo spirito, ma è più corretto definirlo un percorso di vita, un sentiero che rapidamente ci può condurre alla felicità e all'amore.

I Quattro Accordi è un libro di una semplicità cristallina comprensibile anche alla mente di un bambino.

Il primo accordo - scrive Don Miguel - è il più importante e anche il più difficile da mantenere. È così potente che anche solo con la sua energia potrete raggiungere il livello di esistenza che io chiamo "il paradiso in terra".

Il primo accordo dice: "Sii impeccabile con la parola". Sembra semplice, ma è estremamente potente.

La parola non è soltanto un suono o un simbolo scritto. È una forza, è il potere

di esprimere e comunicare, di pensare e quindi di creare eventi nella nostra vita.

È lo strumento della magia. Ma come una spada a doppio taglio, può creare un sogno magnifico, oppure distruggere tutto. Un filo della lama è la parola usata male, che crea l'inferno in terra. L'altro filo è la parola impeccabile, che crea bellezza, amore e il paradiso in terra. A seconda di come la usate, la parola vi renderà liberi o schiavi. Tutta la magia che possedete è basata su di essa. Ben usata la parola è magia. Usata male, è magia nera.

Da "I Quattro Accordi"

Alcuni brani scelti estratti dal libro con cui Don Miguel Ruiz inizia a divulgare l'antica sapienza tolteca

Essere impeccabili

Le religioni parlano di peccati e peccatori, ma è importante capire cosa vuol dire in realtà peccare. Un peccato è qualunque cosa facciate contro di voi. Ogni cosa che credete o dite contro voi stessi è un peccato. Agite contro di voi quando vi giudicate o vi incolpate di qualcosa. Essere senza peccato è l'esatto opposto, significa non andare contro se stessi. Quando siete impeccabili, vi prendete la responsabilità delle vostre azioni, ma senza biasimarvi o giudicarvi.

Da questo punto di vista, il concetto stesso di peccato esce dal campo morale o religioso e diventa semplice buonsenso. Il primo peccato e il peggiore, è quello di rifiutarvi. In termini religiosi, il rifiuto di sé è un peccato mortale, cioè un peccato che porta alla morte. L'impeccabilità, d'altra parte, porta alla vita.

Gli accordi con se stessi...

Avete stipulato migliaia di accordi con voi stessi, con gli altri, con il vostro sogno della vita, con Dio, con la società, con genitori, figli, coniugi. Ma gli accordi più importanti sono quelli presi con voi stessi, quelli in cui vi dite chi siete, quali emozioni provate, in cosa credete e come dovete comportarvi. Il risultato è ciò che definite la vostra personalità. ...Un solo accordo non è un grande problema, ma noi ne abbiamo moltissimi, che ci fanno soffrire e causano il fallimento della nostra vita. Se volete una vita di gioia e realizzazione, dovete trovare il coraggio di rompere tali accordi basati sulla paura e reclamare il vostro potere personale.



Le arti visive nella società contemporanea e il loro valore nella vita delle persone

Scambio di riflessioni con Roberto Barbieri

Storico dell'arte nato a Roma nel 1964, ha lavorato nel campo della conoscenza e della tutela del patrimonio artistico e storico.

Roberto, come dicono i francesi, mettiamo i piedi nel piatto: che cos'è l'arte?

Innanzitutto terrei a dire che l'arte non può mai essere una cosa, e nemmeno una caratteristica intrinseca di certi oggetti, ma che l'arte è una modalità fondamentale di relazione con l'esistente.

Che tipo di relazione intrattiene l'arte con l'esistente?

Forse non è possibile dare una risposta univoca a questa domanda. Diciamo che ogni opera d'arte presuppone e manifesta un certo tipo di relazione con tutto ciò che esiste. Si tratta di forme di relazione diverse da quelle in cui riteniamo sia impegnata quotidianamente la nostra mente. Ciascuno di noi pensa di essere (in modo più o meno efficace) razionalmente e quasi continuamente impegnato in attività che perseguono obiettivi precisi. La nostra coscienza si ritiene vigile, ben presente a se stessa e capace di uscire vittoriosa da una fitta trama di piccole battaglie quotidiane. L'arte richiede una sospensione di questo atteggiamento mentale, a favore di una visione sintetica dell'esistenza alla quale raccordarci secondo codici condivisi, o condivisibili, ma non strettamente razionali. Nella creazione artistica, così come nell'esperienza estetica, viene recuperata la sensazione di un'unità che sembrava perduta.

Questo avviene sempre? Anche nei casi in cui la persona sembra vincente nelle piccole e grandi battaglie quotidiane e quindi la sua coscienza dovrebbe ritenersi appagata?

Assolutamente sì, anche perché probabilmente non esiste al mondo una "co-

scienza appagata". I processi mentali coscienti sono certamente utili in diverse situazioni, ma sono inesorabilmente parziali. Quasi ogni coscienza "sa" - in qualche modo - che la sua efficacia ha un prezzo e che il suo dominio è circoscritto, quando non del tutto apparente.

L'arte ha quindi sempre un valore terapeutico?

Sempre. Anche nel caso delle persone prive di problemi esistenziali evidenti. Qualunque sia stato il ruolo originario delle arti, nelle società attuali esse costituiscono un elemento di equilibrio e ricchezza psichica delle persone.

Cosa intendi per "ricchezza psichica"?

Intendo la possibilità di fare appello, nelle diverse occasioni della vita, a un certo numero di differenti risorse e di poterlo fare con sicurezza e prontezza, animati da quel sentimento immediato che ci fa giudicare e intervenire in termini di bellezza e grazia nelle più varie situazioni.

Hai sentito la necessità di specificare che l'arte, pur essendo svincolata dalle forme della razionalità corrente, ha bisogno di declinarsi secondo codici condivisi perché?

Perché senza le convenzioni che garantiscono che si tratta in qualche modo di un contesto artistico, non c'è nulla di evidente che differenzi l'esperienza di un artista (o di uno spettatore seriamente coinvolto) dalle forme del disagio mentale.

E c'è una differenza?

Certo che c'è. Se necessario l'artista, il visitatore, possono riconoscere che si sta stipulando un patto silenzioso e ri-

fiutarlo, modificarlo, fare dell'ironia, spezzare la cornice e fare per l'appunto ricorso ad altre risorse. In molte forme della sofferenza psichica questo non è possibile.

Esiste una specificità delle arti visive riguardo a quanto detto fino ad ora?

Direi di sì, sotto più di un punto di vista. Intanto perché le arti visive non hanno (o hanno solo secondariamente) un funzionamento di tipo discorsivo; vale a dire che sono immediatamente sottratte alla modalità tipica dell'attività mentale cosciente. Tuttavia la peculiarità più interessante, almeno dal punto di vista che hai definito "terapeutico", credo sia anche la più nascosta, proprio perché la più ovvia, sempre sotto gli occhi di tutti, come in quel racconto di Edgar Allan Poe: è quella che definirei "la rivelazione dello stile". Ciò che la frequentazione delle opere d'arte rivela al nostro animo, il più delle volte in modo del tutto inconsapevole, è che l'esperienza della realtà non è mai un fenomeno univoco e

passivo, ma una costruzione che ci impone di possedere, in qualche modo, uno stile. Ripeto: non è affatto importante esserne consapevoli. L'importante è coltivare quella sensazione che il proprio "stile mentale" non è l'inesorabile carcere del carattere, ma una risorsa a cui è possibile affiancare altre risorse, altre forme di autorappresentazione e, soprattutto, altri modi di rappresentazione dell'altro da noi. Questo è particolarmente vero per l'arte contemporanea, così spesso deliberatamente volta a disorientarci e a minare le nostre certezze: nei casi migliori non mira certo ad annientarle, ma ad integrarle, ad arricchirle dei benefici del dubbio.

Cosa consiglieresti a chi non è avvezzo alla frequentazione dei luoghi d'arte o ha solo il ricordo di un obbligo scolastico?

Consiglierei di non accettare consigli... Scherzo, ma non del tutto. Credo che il mondo delle immagini del passato, come quello delle nuove forme di comunicazione, vadano affrontati con semplicità, con fiducia nella propria capacità di orientarsi, nutrirsi o legittimamente sottrarsi. Sono contrario all'idea, così comune fra i colleghi, che la "spiegazione" sia propedeutica alla comprensione "corretta" dell'opera. Un buon corredo di notizie sul contesto in cui è nata l'opera può costituire un piacere in se

stesso e naturalmente aiutare lo specialista che deve conservare o restaurare l'oggetto. E' ovvio che se non coltivassi questo piacere non potrei dirmi uno storico. Ma proprio perché mi occupo con un certo disincanto da quasi trent'anni di questo genere di descrizioni, posso dire con certezza che nessuna importante esperienza estetica può essere indirizzata da una "spiegazione corretta dell'evento storico".

Permettimi, in chiusura, una domanda personale: conversando, prima dell'intervista, sull'attività della nostra associazione, hai detto di aver attraversato in gioventù momenti di grande difficoltà, ripresentatisi negli anni. Credi che in qualche circostanza l'arte abbia costituito per te un conforto o abbia fornito una risposta importante?

Devo dire di essere in realtà una persona piuttosto fortunata da più di un punto di vista: ho da oltre vent'anni la risorsa di una vita affettiva stabile e intensa; non ho avuto né gravi problemi fisici, né problemi pratici ed economici schiacciati. Ho conosciuto tuttavia lunghi periodi di notevole sofferenza mentale, fin dall'adolescenza, sia pure in forme sorde, non eclatanti. A questa specie di domanda confusa l'arte ha fornito, secondo suoi tempi e modi, una risposta immensa, del tutto impreveduta, che ha spostato in modo decisivo il centro della mia attenzione.



8 ■ ENTRARE IN RELAZIONE

Sulla soglia di una nuova apertura **Apriamoci alla musica**

Lasciamo risuonare dentro di noi la melodia e vedremo aprirci alla comprensione. Scopriremo una potente via di guarigione, una straordinaria compagna di vita.

La musica è presente quasi ogni luogo al di là del nostro desiderio di ascoltarla e per questo, il più delle volte, l'ascolto risulta distratto dallo svolgimento di altre attività.

Ma per beneficiare in profondità della magia della musica occorre dedicare attenzione all'ascolto. La migliore preparazione all'ascolto è fatta di respirazione, tranquillità, e soprattutto atteggiamento non-critico nei confronti del suono.

Scegliamo su una sedia provvista di braccioli, indossiamo abiti comodi, morbidi, evitiamo cinture e lacci, accavallamenti delle gambe o braccia incrociate.

Altro elemento importante è la chiusura degli occhi, un gesto che racchiude in sé importanti significati neurofisiologici e psicologici. La vista non giova al rilassamento e alla focalizzazione sulla propria interiorità. Inoltre, chi prova difficoltà a questo livello manifesta l'incapacità o addirittura la paura di perdere il controllo della situazione esterna, mentre la musica richiede uno stato di fiducioso abbandono.

Aprirsi all'ascolto della musica può rivelarsi una sorprendente occasione di apertura e dialogo con la vita dentro e fuori di noi.



Avvicinarsi all'opera lirica attraverso lo sguardo accattivante della commedia

Quando la commedia si veste di musica

La Cenerentola di Rossini il divertente dell'opera lirica

Per quanti sono incuriositi dall'Opera lirica, ma hanno timore di avvicinarsi a mostri sacri come Giuseppe Verdi o Giacomo Puccini, il primo ascolto potrebbe essere Gioachino Rossini. E non perché Rossini sia da meno degli altri compositori, ma perché alcune delle sue opere sono commedie. E la commedia garantisce un approccio più accattivante per un orecchio profano. E poi chi non ha ascoltato almeno una volta l'aria con cui il barbiere di Siviglia si presenta come mirabile barbiere, richiesto al punto da essere costretto a percorrere tutta Siviglia all'imperioso comando che lo vuole "Figaro qua e Figaro là".

Per quanti, invece, non la conoscono "La Cenerentola" di Rossini potrebbe essere una meravigliosa scoperta. Il maestro presenta, infatti, una Cenerentola combattiva ed intelligente, pronta a non arrendersi al suo destino di semplice sguattera nella casa paterna. E nella versione di Rossini, i cattivi

non sono abbastanza cattivi da riuscire nell'impresa di distruggere la povera ragazza. Il patrigno Don Magnifico, per esempio, ha sì privato Cenerentola delle sue sostanze, ma non è capace di architettare alcun malefico piano. Il divertente Don Magnifico vive beatamente alle spalle delle



sue figliole, sognando di promulgare leggi a danno e punizione di quanti annacquano il vino con l'acqua. Persino il principe non appare poi così azzurro: egli, infatti, temendo che le damigelle del suo regno lo sposino unicamente per la sua posizione, decide di travestire da principe il suo cameriere. E il cameriere sbeffeggia allegramente le terribili sorellastre di Cenerentola, infallibilmente convinte che un semplice

stalliere sia il principe e che il vero principe sia uno zotico. Così le due cortegiane lo stalliere mettendo in bella mostra l'una i difetti dell'altra, spinte dal padre che dal matrimonio vorrebbe trarre eterna tranquillità domestica! Il principe, però, nonostante l'astuzia, non è ancora pronto a riconoscere in Cenerentola la sua perfetta metà. Egli, per quanto non disposto a farsi maritare per interesse, non è neanche disposto a maritarsi per disinteresse: insomma l'unione con la sguattera, di cui si è innamorato a prima vista, non lo convince affatto. Spetta, dunque, a Cenerentola convincere il principe che un mestiere non fa una persona. Così l'eroina di Rossini mette alla prova il suo principe, confidando che questi sia migliore di quanto appare. E, dato che siamo in una meravigliosa favola in musica, la crescita e la maturazione del principe non possono che avere come premio la trasformazione di Cenerentola in principessa!



**Devolvi
il 5x1.000
ai Samaritans
c.f. 06447590586**