

Se il movimento è terapia, l'esperienza calabrese

L'intervista

Agata Scopelliti, terapeuta Dmt di Reggio Calabria, racconta risvolti poco conosciuti

DI STEFANIA LAGANÀ

Può la danza diventare una cura? La risposta è affermativa: esiste, infatti, un vero e proprio percorso terapeutico che è possibile intraprendere grazie alla Danza Movimento Terapia (Dmt). Per capirne di più abbiamo intervistato Agata Scopelliti, istruttrice Dmt che

opera a Reggio Calabria. Puoi spiegare brevemente cosa è la danzaterapia e come funziona? La Dmt è una delle arteterapie che può essere impiegata come risorsa complementare e terapia integrata a quelle tradizionali utilizzando il linguaggio dell'arte e del corpo per facilitare alcuni processi emotivi, relazionali e corporei. Disciplina di matrice artistica e sociale, nasce intorno agli anni '40 del secolo scorso dall'incontro tra la danza contemporanea e la psicoanalisi all'interno degli ospedali psichiatrici americani e francesi, per poi diffondersi nel resto del mondo. La Dmt è una disciplina orientata a promuovere l'integrazione fisica, emotiva, cognitiva e relazionale, la maturità affettiva e psico-sociale e la qualità della vita della persona, mediante il

linguaggio del movimento corporeo e della danza e il processo creativo, all'interno di processi interpersonali. Non si tratta di una danza specifica men che mai strutturata ma, al contrario, come Marian Chace pioniera della danza terapia scriveva, si basa sulla spontanea risposta motoria allo stimolo ritmico musicale. Ciò che accomuna i diversi modelli è in primo luogo la centralità del corpo in movimento come veicolo per la costruzione della relazione e del processo creativo riconosciuto come elemento di trasformazione e di cura, la modalità non verbale e una migliore integrazione tra corpo /mente come fonte primaria di conoscenza. Il corpo della danzaterapia è un corpo vivente, attivo protagonista di eventi e di un gioco comunicativo.

Quali sono i principali benefici della danzaterapia per i partecipanti? La DMT ci permette innanzitutto di esprimerci liberamente in un contesto protetto e in assenza di giudizio, dove non c'è giusto o sbagliato, ma ognuno entra nell'esperienza a proprio modo e con i propri tempi. È un'attività che ci permette di risvegliare, attraverso i corpi in movimento, il piacere personale in relazione con l'altro in uno spazio di cura e di benessere psicofisico. Hai un aneddoto particolare o una storia di cambiamento che puoi condividere? I primi cambiamenti visibili alla fine di un setting sono le espressioni del volto e lo stare nel corpo che esprimono rilassamento e benessere, spesso elementi di

restituzioni anche verbali. La danzaterapia ci permette di lavorare su obiettivi specifici e sono molteplici i cambiamenti che ho potuto osservare all'interno dei gruppi da me vissuti e/o condotti, quelli che mi vengono in mente perché più recenti sono due gruppi di adulti psichiatrici dove ogni partecipante, ognuno con i propri tempi e peculiarità, ha raggiunto un livello maggiore di consapevolezza e percezione del proprio corpo, e il piacere attraverso la danza, o ancora una persona adulta affetta da morbo di Parkinson che dopo pochi incontri mi esprime la sua gratitudine con queste parole: «Agata, grazie a te sto sperimentando dei movimenti nuovi e mettendo in azione delle parti del corpo che neanche pensavo di avere».



Agata Scopelliti a lavoro

ALTRI LINGUAGGI

Dal significato letterale della Pasqua ai tanti movimenti del corpo che hanno un significato biblico. Così si sviluppa un fecondo dialogo

Il ballo, espressione di fede e preghiera

Danza e liturgia, tanti punti comuni

DI ENZO PETROLINO

Anche se la danza ha molto a che fare con il mondo del sacro, ufficialmente non è ancora ammessa nella liturgia. Essa ci rivela che il sacro non è scindibile dal profano, che lo spirito non può essere disincarnato, e attraverso di essa l'umano si scopre non diviso, ma interamente presente in bellezza e armonia. Sicuramente la danza è l'espressione più piena della preghiera e della gestualità e nello stesso tempo conoscenza, arte e religiosità. Ovviamente diversa rispetto alla danza come spettacolo e alla danza sacra è la cosiddetta "danza liturgica", che, come dice il nome, viene pensata e danzata appositamente per la liturgia. Con l'aggettivo "liturgica" si intende designare, restringendo il campo assai vasto e composito della danza cosiddetta "sacra" o "meditativa" o anche "danza-preghiera", alla sola esperienza delle danze adatte al rito cristiano della Chiesa cattolica, si tratti di celebrazione eucaristica o della Liturgia delle Ore. Va compreso, che non si tratta di fare spettacolo durante la liturgia, quasi un modesto e gradevole intervallo. Si tratta invece di far nascere l'atto danzato dall'interno stesso dell'azione rituale, in maniera chiaramente individuata e ben studiata, quindi consona a quello che il singolo rito sta compiendo. Solo così la danza ha un suo legittimo spazio nella celebrazione, ed è in grado di offrire quel "di più" che le è proprio, e che non viene dato dai consueti gesti e movimenti. Ma si può anche affermare che l'atto danzato è quasi un prolungamento dei gesti e movimenti già presenti nel celebrare. Se dunque finora un vero approfondimento sul tema della danza nelle celebrazioni della Chiesa non è mai stato fatto a livello istituzionale, non è detto che il futuro non ci riservi qualche sorpresa. La danza liturgica essendo l'espressione

dell'entusiasmo nel canto e nell'adorazione rimane, quindi, una parte significativa ed essenziale della storia cristiana e dell'espressione del culto cristiano. Ci sono specifici movimenti del corpo nella liturgia che hanno un significato biblico. Questi movimenti, per esempio, includono inchinarsi per mostrare rispetto, alzare le mani che significano affidarsi, girare che indica cambiamento o trasformazione, e saltare che simboleggia gioia e celebrazione. Per gli ebrei, la danza liturgica, che appare per la prima volta in Esodo è stata quando gli israeliti stavano attraversando il Mar Rosso. Miriam, che era una profetessa e sorella di Mosè, che guidava l'israelita, radunò le donne per cantare e ballare in adorazione dopo aver attraversato il Mar Rosso. Inoltre, quando il re Davide riportò l'Arca dell'Alleanza, l'israelita ballò mentre celebravano le grandi azioni di Dio. Nella cena

pasquale ebraica si danzava. Gesù ha partecipato a quella cena, ed è molto probabile che abbia danzato mentre si cantavano i salmi. Ricordiamo che il termine "Pasqua" proviene da pasja (trascrizione greca e latina della parola ebraica pesah), che a sua volta rimanda al verbo pasah, che significa "passare", "saltare". Da ciò deriva il significato di "festa" (danza) e "passo", per questo in questo tipo di celebrazioni era comune ballare. Bisogna, dunque, imparare a guardare la liturgia attraverso il ritmo, il movimento, lo scambio, le interazioni, le relazioni, la mobilità dei simboli, la trasformazione delle singole identità, in una comunione di diversità che si espande verso la vita eterna. Per questo tra i mistici troviamo momenti di danza come espressione della pienezza dell'amore per Dio e della gioia di stare alla sua presenza.



La dimensione verticale della danza, un dialogo verso l'alto

LA DATA

Domani l'omaggio a Jean Noverre

Il 29 aprile viene celebrata la Giornata Mondiale della Danza, istituita dall'International Dance Council dell'Unesco nel 1982, per celebrare l'ingegno e l'espressività creativa della danza, un linguaggio universale che supera confini e culture. La scelta di questa data è un omaggio a Jean-Georges Noverre, nato a Parigi il 29 aprile 1727, considerato il più grande coreografo del suo tempo e il pioniere del balletto moderno. Sebbene le sue tracce fossero labili fino al XV secolo, la danza ha preso forma e si è diffusa in forme sempre nuove nei secoli successivi, fino ai giorni nostri. Oggi la danza è considerata un'arte che unisce bellezza, armonia, eleganza e disciplina, manifestando la perfetta sintonia tra corpo, mente e musica.

Una Cappella per le debuttanti della Scala

Arte&Fede

Nel Complesso di san Fedele c'è un luogo caro per le ballerine di tutto il mondo

La chiesa di San Fedele di Milano, costruita originariamente nel XVI secolo su disposizione di San Carlo Borromeo per ospitare i gesuiti, è un gioiello architettonico del periodo della controriforma. Negli ambienti della cinquecentesca chiesa dei Gesuiti si sviluppa un percorso artistico e religioso che comprende la cripta, la sacrestia e un museo di dipinti e reliquiari con opere d'arte che spaziano dal XIV secolo all'arte contemporanea. Tra gli spazi museali merita un particolare riferimento la

«cappella delle ballerine», una piccola chiesetta a cui in passato si accedeva direttamente dalla strada, quindi facilmente accessibile dal Teatro alla Scala. La Cappella conserva molte memorie della città: le lotte tra grandi famiglie milanesi nel Medioevo, l'assistenza ai condannati a morte, la più recente tradizione delle ballerine del Teatro alla Scala che, fino agli anni Ottanta, prima di un debutto, deponavano un fiore davanti all'immagine della Madonna del latte, detta Madonna «dei Torriani». Questa chiesetta,

sconsacrata nell'Ottocento e poi demolita, custodiva una piccola cappella con l'antica Madonna «dei Torriani» che nel 1875 fu prelevata e collocata in questa cappella. La Madonna, nell'affresco eseguito alla fine del Trecento, dagli occhi a mandorla e dal volto pensoso, sta allattando il Bambino. Si tratta di un tema di grande fortuna nell'Italia centro-settentrionale fra XIV e XVI secolo. Nella cappella sono presenti alcune opere dell'artista irlandese Sean Shanahan realizzate nel 2013: a fianco dell'affresco

trecentesco, i pannelli monocromi su MDF che riprendono i colori di Maria, rosa e azzurro, simboli dell'infinito che riveste la carne della sua umanità. Inoltre, una serie di piccole opere in marmo situate nel fregio al di sopra dello zoccolo che divide la parte superiore da quella inferiore della cappella. Sono delicate scalfitture, riquadri dedicati ai santi della chiesa. Particolarmente suggestive sono le scarpette in simil-argento "puntate" sulla parete, quasi a significare una danza verso l'alto cui è chiamato ogni credente.

«Insegniamo perseveranza e pazienza»

DI MARIARITA SCIARRONE

Allenare alla pazienza e alla perseveranza, attraverso l'insegnamento della danza. È uno dei motti di Noemi Verduci che nel 2009 ha fondato la scuola di danza Dance in Park. Uno sport che ad oggi è più appannaggio delle donne - racconta Noemi - non per mancanza d'interesse da parte dei bambini, ma perché si teme il confronto con altri bambini a scuola che tendono a prediligere sport come il basket e il calcio. La danza però resta davvero uno sport per tutti e tutte. In occasione della giornata internazionale della danza, che si celebra il 29 aprile, abbiamo affrontato con Noemi Verduci l'aspetto educativo della danza. C'è un metodo di insegnamento che predilige come istruttrice?

Insegniamo dai 3 anni fino all'età adulta, l'approccio varia quindi in base all'età. Con le più piccole il gioco è il metodo più utilizzato, con le fasce più grandi utilizzo il metodo della responsabilità: ognuno di loro deve essere responsabile del proprio percorso di crescita e deve sapere che in base al proprio grado di impegno, di concentrazione, potrà ottenere dei risultati più o meno importanti. Quali sono gli aspetti che consideri più importanti nell'insegnare la danza?

Non posso fare una classifica, però penso che l'aspetto più importante oggi sia insegnare ai ragazzi sì la tecnica, l'amore, la passione, ma soprattutto la perseveranza e la pazienza. Viviamo nell'era del tutto e subito. Cerco di metterli nei loro panni, di capire quanto è cambiato un ragazzino rispetto al-

la me di quando ero ragazzina ed ero allieva e mi rendo conto che loro non conoscono la noia: vogliono una puntata di una serie televisiva e hanno disponibile tutta la serie. Noi dovevamo aspettare il giorno della settimana in cui veniva trasmessa e se non riuscivamo a vederla, toccava attendere la replica. Quello era già un allenamento alla pazienza. Cerco di educarli a questo, spiegando loro che l'esercizio per farlo bene e ottenere risultati, dovranno sbatterci la testa tante volte e lavorarci ogni giorno con costanza. In che modo la danza ha un ruolo educativo?

In una sala di danza non si impara solo la tecnica, il rispetto verso gli altri, il rispetto verso la maestra, ma anche il rispetto verso se stessi. Quando avvii un percorso di danza, impari a stare in fila, a rispettare il tuo turno, ad

Parla l'istruttrice Noemi Verduci «Sviluppiamo le abilità cognitive ed emotive»

aspettare la pausa per bere l'acqua, ad avere dei posti stabiliti nello spazio e sapere che quello è il tuo posto e non devi sconvolgere nel posto degli altri. Non siamo lì solo per sviluppare le loro abilità fisiche, ma anche la loro abilità cognitiva, emotiva e per educarli al rispetto delle regole della società.



Durante un'esibizione al Teatro Cilea nell'anno 2022 Dance in Park ha proposto il saggio di fine anno nel prestigioso teatro comunale

CURIOSITÀ

Prima laurea in zampogna

Rosario Altadonna, costruttore e suonatore di Zampogna originario di Messina, è il primo Dottore in Zampogna. Il primato per aver avviato questo corso di laurea spetta al Conservatorio di Nocera Terinese. Qui, recentemente, si è concluso il primo ciclo di studi dedicato alle Musiche Tradizionali, abbracciando non solo la Zampogna ma anche altri strumenti emblematici come la Chitarra Battente, la lira calabrese, la fisarmonica e la ciaramella. Oggi, in Italia, si contano circa una dozzina di conservatori che offrono corsi analoghi. Il Conservatorio di Nocera Terinese si distingue per la capacità di attrarre studenti da tutte le regioni del paese, confermandosi come un vero e proprio crocevia per gli appassionati di musica tradizionale.