N. 2 – Anno XXVII Novembre 2024

E PAS E TEMP NEWS

a cura di Associazione E PAS E TEMP
ODV e PerLeDonne ODV

IO SARÒ IL TUO SPECCHIO:

LABORATORIO TEATRALE

oltre la siepe
..a salute mentale è un diritto di tutti, anche il tuo

e pas e temp
NEWS

Direttore responsabile: Giorgio Conti stampato in proprio P.zzale Giovanni delle Bande Nere 11 Imola spedizione in abbonamento postale n. Art. 2 comma 20/c legge 662/96 filiale Bologna

L'Associazione culturale di Volontariato E PAS E TEMP - ODV, composta da una novantina di soci, tra cui cittadini volontari, persone utenti del Dipartimento di Salute Mentale di Imola e loro familiari, opera dal 1992 nel settore della salute mentale ed è iscritta al registro regionale delle Associazioni di Volontariato (O.d.V). Gli scopi dell'Associazione sono quelli di migliorare la qualità della vita delle persone che sono coinvolte nelle problematiche del disagio psichico: i pregiudizi, la mancanza di una rete sociale o la difficoltà nel crearla, l'inserimento lavorativo e la possibilità del riconoscimento della pari dignità in quanto cittadini. Per conseguire questi obiettivi l'Associazione promuove le iniziative di seguito descritte:

- **Il giornale "E PAS E TEMP news"**, nato nel 1992 e registrato nel dicembre 1997. Raccoglie testimonianze, riflessioni ed esperienze di persone che fanno riferimento alle progettualità di Oltre la Siepe, pone l'accento su temi riguardanti i diritti e la qualità sociale della vita, sottolineando come questi siano elementi legati alla salute, anche mentale.

- **Il gruppo di auto-aiuto "Familiari insieme"**, sorto nel 1998, è composto da familiari di utenti del D.S.M., che si riuniscono regolarmente per condividere la propria esperienza, scambiarsi informazioni utili a migliorare la qualità di vita propria e quella dei loro familiari.

- **Il gruppo di auto-aiuto "Ritorno al futuro"**, nato nel 2004, si riunisce settimanalmente ed è composto da cittadini che si confrontano sulle possibilità di un nuovo inserimento a livello sociale e/o lavorativo.

- **Il gruppo di auto-aiuto "Al di là delle voci"**, è nato dalla volontà di persone che, vivendo le problematiche del sentire le voci, cercano il confronto con altri per sperimentare nuove strategie atte a superare i momenti di difficoltà e intraprendere insieme un percorso che porta al cambiamento (email **gruppo.voci.imola@gmail.com**).

- **Il gruppo di auto-aiuto "I muscoli e il cuore"** si rivolge a uomini che vivono delle relazioni fortemente conflittuali con la propria compagna e con i propri figli e non riescono a governare la rabbia.
  Gli incontri del gruppo rappresentano un'occasione per riflettere sui sentimenti e le emozioni che emergono in queste circostanze. La rabbia e il risentimento non permettono di scegliere liberamente e in maniera consapevole. Riprenderci questa libertà fa star bene noi e gli altri. **Per informazioni chiama al 3383874547**.

- **La compagnia teatrale "Tabù?"** nata da una collaborazione tra l'Associazione e il D.S.M. di Imola, come possibile risposta alla necessità di inventare spazi di socialità che promuovano dinamiche aggregative, coinvolge tutti quei cittadini, con disagio mentale o meno, che colgono un'occasione importante nel fatto di costruire una compagnia teatrale. Si fa portatrice di valori quali la tolleranza, il rispetto, la cittadinanza, a partire dai quali si accolgono le persone interessate a fare un'esperienza creativa.

- **Il gruppo "TAMBù"** un laboratorio di percussioni che si svolge a cadenza settimanale e si propone come animazione musicale in numerose occasioni cittadine.

L'Associazione assolve anche ad una funzione di formazione per giovani studenti del settore sociale, per tirocinanti psicologi e per volontari. Accoglie persone inviate dal D.S.M. con tirocini formativi allo scopo di implementare le proprie attività e in particolare gestire l'archivio storico dell'Associazione. E' punto di riferimento per la progettualità di rete locale "**Oltre la Siepe**".

Fa parte dell'assemblea del volontariato imolese, attiva progetti in collaborazione con il D.S.M. di Imola e con il VOLABO, aderisce all'URASAM e all'UNASAM.
La referente per l'Associazione E PAS E TEMP è Luigia Cimatti email cimatti.luisa@gmail.com

Introduzione al percorso di laboratorio teatrale realizzato nell'ambito del progetto "Da più vicino azioni di Comunità" Delibera regionale 2241/2022.

Come Associazione E PAS E TEMP ODV verso la fine del 2023, come da accordi con la rete progettuale con capofila Croce Rossa di Imola, abbiamo partecipato ad alcune riunioni delle Associazioni partners del progetto per comprendere a quale fascia di utenza potevamo proporre un laboratorio teatrale condotto dal regista che opera da anni per la nostra Associazione e realizzare poi un prodotto di videodocumentazione del lavoro svolto. All'inizio non è stato facile individuare un target di utenza disponibile a frequentare un laboratorio teatrale. Si pensava a persone della terza età in condizioni di solitudine involontaria, ma, dopo un'indagine presso alcuni Centri Sociali abbiamo dovuto constatare che non vi erano le condizioni necessarie a sviluppare, con questa utenza, la nostra azione progettuale. Così all'inizio dell'anno 2024 ci siamo incontrati di nuovo con le Associazioni partners del progetto con capofila Croce Rossa e abbiamo trovato la disponibilità dell'Associazione PerLeDonne a proporre questo laboratorio coinvolgendo il Centro Antiviolenza. Dopo un primo incontro con le referenti abbiamo strutturato un laboratorio a cadenza settimanale che si è svolto dal 27/03/2024 al 23/10/ 2024 presso il Teatro Lolli di Imola. Gli incontri, di due ore ciascuno, dedicati esclusivamente a donne, sono stati frequentati da dodici persone fino al 23 ottobre 2024, con sospensione nel mese di agosto e la realizzazione dello spettacolo messa in scena il 25 ottobre 2024. Alla costruzione del laboratorio, guidato con grande professionalità dal regista Marco Zuffa, ho partecipato anch'io recitando una piccola parte e ho visto il grande coinvolgimento delle mie compagne di viaggio. Difficile descrivere le sensazioni provate andando a ricercare momenti della nostra infanzia e adolescenza, stimolate da oggetti portati dal regista, oppure da libri e canzoni. Valorizzando questi ricordi Marco ha creato la trama del testo teatrale. Infine c'è stato il momento delle prove e della recita finale che ci ha stimolato ad andare oltre le nostre ansie e paure, i nostri schemi mentali per affidarci al lavoro del regista e fidarci di noi stesse.

La bellezza di questo percorso è stata documentata da Arianna Sergio e il video proiettato il 6 dicembre presso una sala della Fondazione Santa Caterina.

Posso dire che questa esperienza è stata una nuova possibilità per l'Associazione E PAS E TEMP ODV, tanto che alcune attrici hanno deciso di partecipare anche allo spettacolo della compagnia Tabù arricchendo il gruppo originario. Personalmente ritengo sia stata una bella esperienza di condivisione al femminile di aspetti dell'animo umano, alternando profondità e follia all'interno di una storia che ha fatto del dramma un'occasione di rinascita dello spirito vitale che alberga dentro di noi anche quando il contesto sociale cerca di negarlo e spegnerlo.

Luigia Cimatti

Testo a cura di **Maria Elena Tripaldi**

coordinatrice del centro antiviolenza PerLeDonne

Abbiamo felicemente collaborato con voi a questa iniziativa e per il progetto 'Verso di me' per il quale ci siamo confrontate più volte e del quale siamo state particolarmente contente, ritenendolo un progetto capace di produrre una sorta di urlo liberatorio e collettivo nel quale ciascuno e ciascuna trova spazio per le proprie rabbie e le proprie emozioni, accogliendo anche quelle negative ma valide e, in fondo, necessarie. Questa esperienza ci ricorda come ripristinare sempre un rito di collettività e una pratica condivisa sia importante per starsi vicini e vicine e per creare una cultura diversa, quella che come associazione femminista cerchiamo di promuovere tutti i giorni: una cultura non violenta nella quale non ci sono differenze di genere e nella quale tutte e tutti abbiamo diritto a pari opportunità. In qualche modo questa esperienza nella sua dimensione collettiva e a *cerchio* ci ricorda come nascono i centri antiviolenza nei quali donne iniziano ad accogliere altre donne realizzando di stare affrontando insieme un problema strutturale e sociale, culturale e non episodico o solo privato. Un'altra delle esperienza con cui fa rima la vostra è quella che tutti i giorni come operatrici antiviolenza viviamo e che sentiamo vicina anche nelle operazioni di prevenzione che attiviamo: tutte e tutti abbiamo diritto alla rabbia, alla sofferenza e ad emozioni negative che possono essere accolte e normalizzate in spazi sicuri fatti di sponde. In una società come la nostra che promuove un individualismo sfrenato e che ci pone a distanza gli uni dalle altre è molto facile andare in una sorta di apnea emotiva: l'inaccessibilità alle nostre emozioni che poi è quella che in qualche misura vivono gli uomini maltrattanti educati da una cultura patriarcale che li comprime in emozioni che non conoscono e non coltivano in maniera sana, finché non esplodono in maniera distruttiva. Spero che questa esperienza sia stata anche, per chi ha partecipato, un'occasione di aggregazione e di creazione di uno spazio amicale dentro il quale continuare ad incontrarsi ed accompagnarsi.

Testo a cura di **Marco Zuffa**

Regista teatrale di “Io sarò il tuo specchio”

Io quando faccio i laboratori di teatro arrivo sempre con delle borse cariche di roba. E’ una tecnica che mi ha insegnato tanto tempo fa un signore che anche lui faceva così.

Arrivo con delle borse cariche di roba e poi pian piano metto tutto sul tavolo. Il tavolo è importante quanto le borse e se è grande è anche meglio. Da qui vien fuori la prima regola, ovvero: per fare teatro ci vuole un tavolo e per fare un tavolo ci vuole un fiore.

Mi ricordo un film dove un filosofo diceva “non esiste niente” e qualcuno rispondeva “per questo ci sono tante cose”. Bene, questo è il significato del tavolo, tutte le cose che ci sono anche se non ci sono, tutto quello che immaginiamo, tutto quello che non diciamo, tutto quello che non si vede ma c’è.

...

Bene, ora vi dico quello che sul tavolo ci ho messo io e lo faccio molto volentieri perché io adoro gli elenchi, specie quelli un po’ strampalati. Sarà che siamo degli elenchi anche noi, dovessimo dire tutto quello che abbiamo in testa non basterebbero mille anni.

E allora, un due tre pronti via, ecco a voi: una tazzina, un gomitolo, un album da disegno, un orsetto, una casetta di plastica, delle forbici, un disco, un mazzo di tarocchi, un libro di poesie, una scatola, una spazzola per capelli, dei cartoncini colorati, un libro su Frida, uno sul Picasso blu e rosa, una boccetta di profumo, un cucchiaio, dei vasetti, dei ciappetti, diversi libri per bambini...

Poi, ecco, magari ho scordato qualcosa, meglio così, un elenco è bello solo se incompleto, del resto persino i sette nani o i sette re di Roma non te li ricordi mai tutti, figurarsi un tavolo dove c’è il mondo intero o quasi.

...

Poi ok, uno arriva con delle borse e quello che c’è nelle borse lo mette sul tavolo, ma questo è solo l’inizio, bisogna anche fare qualcosa. E allora dopo i convenevoli partiamo.

Prendo l’album da disegno, sembra quello che usavo da bambino a scuola, allora dico, pensate a un ricordo d’infanzia, ma pensatelo come se fosse il disegno di un bambino e quel disegno descrivetelo.

Intanto penso, ma queste belle signore che si sono iscritte a un laboratorio di teatro pensando che fosse una cosa seria, non è che adesso mi mandano a quel paese? Ma no, partecipano tutte e una addirittura si commuove...

Insomma, l’avrete capito, il trucco è prendere una delle cose sul tavolo, aggiungere la mia prosopopea e provare a tirar fuori delle emozioni...

E le emozioni, non so come, arrivano...

...

Il tavolo comunque non è sempre uguale, tutte le volte cambia: un nuovo oggetto, un nuovo libro, oppure le lettere, e “le lettere” vuol dire che io faccio sempre finta che ci abbia scritto qualcuno e non proprio un qualcuno qualsiasi, ma un qualcuno piuttosto speciale che chiameremo signor Caso.

Quindi fai conto, per caso, di vedere un film e in questo film c’è una scena dove una donna spazzola con dolcezza i capelli di una bambina e ogni colpo di spazzola sembra una carezza. E poi fai conto di scrivere una lettera dove racconti tutto questo.

La conseguenza è che adesso, sul palco, una signora spazzola i capelli a un’altra signora e ogni colpo di spazzola è un pensiero, un ricordo, un emozione...

“Sei il ripostiglio dove nascondi le ombre”, “sei una bambina che porta le bambole dal dottore”, sei una pioggia di foglie gialle nel cortile della scuola”, “sei il sole alla finestra e il temporale dentro casa”...

E allora, se per fare teatro ci vuole un tavolo e per fare un tavolo ci vuole un fiore, possiamo dire che per trovare quel fiore la cosa migliore è affidarsi al caso...

Poi sempre il caso mi porta ad una bancarella di libri usati dove ad attirarmi è un libro per bambini, una storia delicatissima dove un bambino descrive la sorellina autistica. Sfogliandolo mi accorgo di alcune pagine completamente bianche.

All'inizio penso si tratti di una scelta "artistica" e che quel bianco rappresenti l'indicibile, il vuoto, il mistero, ma, ben presto, mi rendo conto, che no, è semplicemente una copia fallata. Lo faccio notare al libraio che mi dice "allora non lo prende?" e io "no, lo prendo proprio per questo". Di matti è pieno il mondo, sembra pensare lui.

Poteva un libro del genere non finire sul tavolo? Raccontatemi quelle pagine bianche, dico alle signore, anzi facciamo di più, facciamo che prendo un bel foglio A4 e lo strappo e poi voi nel tentativo di ricomporlo mi raccontate quello che potrebbe esserci scritto.

Incredibile, anche in questo caso non mi mandano a quel paese, si muovono concentrate sul palco e poi si chinano a raccogliere quei piccoli frammenti bianchi raccontando schegge di sé stesse. E anche questa volta qualcuna si commuove.

...

Durante un'improvvisazione una signora ha detto di essere uno specchio rotto di cui lei fa vedere solo alcuni frammenti. Ecco, non so perché, ma da quel momento per noi lo specchio è diventato importante. Sarà per questo che un giorno mi è venuta in mente " I'll be your mirror".

"I'll be your mirror" è una delle mie canzoni preferite e dice "io sarò il tuo specchio e, nel caso tu non lo sappia, ti mostrerò quel che sei".

Bene, allora facciamo il gioco dello specchio, dico alle signore. Sedetevi l'una di fronte all'altra, guardatevi, prendetevi tempo, potete anche stare sempre in silenzio se volete, ma se vedete qualcosa ditelo.

Il silenzio è magico, si sente il tic tac dell'orologio appeso al muro, si sente l'energia, poi gli sguardi piano piano si leggono.

"Io vedo il tuo sorriso, ma vedo anche il tuo dolore".

...

E poi un'altra canzone, una antica ballata francese che racconta di una fanciulla che di notte si trasforma in una cerva bianca, sembra una favola, ma non è una favola.

Quello che accade è che di notte un cacciatore uccide la cerva con una freccia, poi quando si avvicina rimane di sasso. "Come è possibile che questa cerva abbia biondi capelli e il seno di una fanciulla?"

La storia colpisce tutte, quando poi, aprendo il libro di Frida, troviamo un quadro dove lei si rappresenta come una cerva colpita da delle frecce, beh è un vero colpo.

La cerva allora, aldilà della chiara allusione allo stupro della ballata, diventa per noi il simbolo della nostra parte più libera e selvaggia, ovvero quella sempre sotto assedio.

E comunque voi, care signore, che animale notturno siete? "Io sono una lucciola?" "E perché?" "Perché tutti vogliono spegnermi."

...

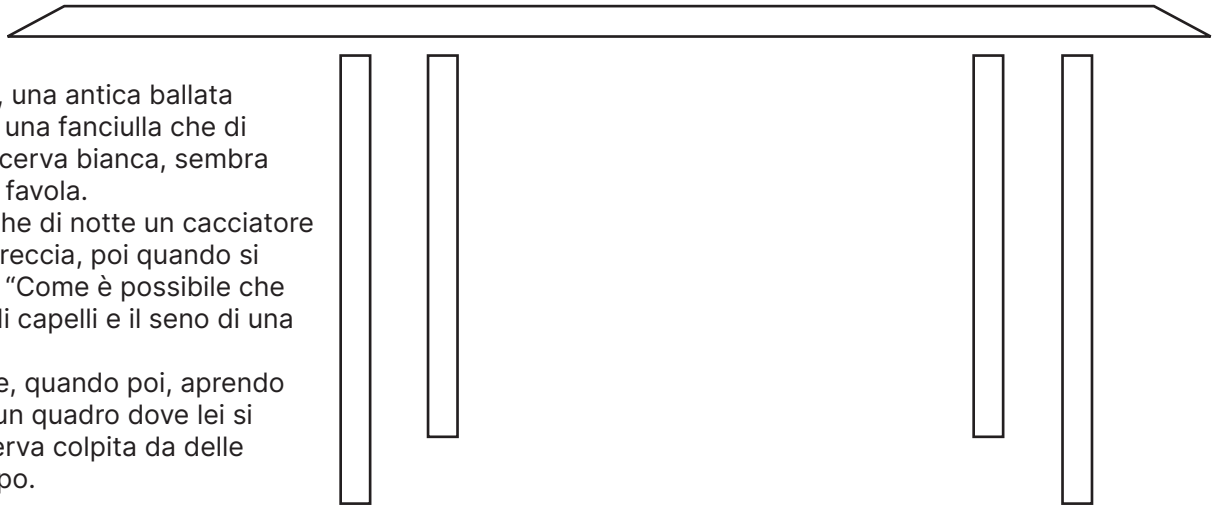
E, dopo la cerva e la lucciola, chiuderei con una capretta.

Non ricordo più come e perché, nè quale improvvisazione fosse, ma a un certo punto ho detto qualcosa a una signora, cosa esattamente non saprei. So solo che in mezzo al mio discorso c'era una capretta.

"Come facevi a sapere che avevo una capretta?" Io non lo sapevo ovviamente. Solo che poi la signora si è commossa e mi son commosso anch'io.

Certo, avrei voluto dirle che si era trattato di magia e che io ero una specie di stregone o qualcosa del genere. Invece era soltanto il nostro amato caso.

Io comunque quella capretta me la sono immaginata bianca.



BOTTA E RISPOSTA //

Racconta in 30 secondi

Rosa: Sai Maria Rosa che… una mia amica mi ha raccontato una storia… forse un po' la sua storia mi sembra d'aver capito… non è che ci ho capito tanto eh… l'impressione che ho avuto un po' angosciante all'inizio, è una ragazza che credo abbia un po' sofferto durante l'infanzia, l'adolescenza… magari non aveva un bel rapporto con la mamma, era molto introversa e solitaria, incline alla tristezza… una cosa po' inconsueta per una bambina… e quando mi ha raccontato questa storia che lei si ritrovava in una cantina… piena di giochi tutti scassati rotti, la bambola che gli mancava la testa, la bicicletta senza una ruota… sentivo quasi l'odore di muffa non so come dire… le venivano sempre in mente questi ricordi come se lei non avesse mai superato questa sua parte di se, questa parte un po' triste un po' dolorosa della sua infanzia. Non a caso tante volte lei diceva: non ho una grande autostima, mi sento niente… come ti senti niente? è una brutta cosa sentir dire mi sento niente. E poi forse ho capito, un po' insoddisfatta del suo lavoro, il suo capo… un po' una strega, sempre lì che le sta addosso, lei è molto pressata da questo lavoro che non le piace neanche, io lei la vedo più come una sognatrice, più leata ai sogni, a quello che avrebbe voglia di fare… però insomma bisogna lavorare quindi sta in quell'ufficio un po' vessata da questo capo. Per fortuna mi sembra di aver capito che ha delle sorelle, delle amiche che alla loro maniera si occupano di lei. Cercano di sostenerla, poi mi ha raccontato… ogni tanto vengono fuori delle cose un po' surreali…

Maria Rosa:
ma dove vi incontrate voi?

ma guarda sinceramente l'ho conosciuta in un bar… forse aveva bevuto non lo so se era un po' alticcia, non ho idea… o perlomeno, a volte quando si beve un bicchiere in più ci si lascia un po' andare

Maria Rosa:
i latini dicevano in vino veritas

Rosa: esatto… e quindi comincia a venire fuori quella parte di te che magari è nascosta, che non diresti a nessuno… una sorta di specchio nel quale ti rifletti, rivedi un po' determinate cose della tua vita che non sono andate bene, un po' i sogni che non sei riuscito a realizzare… però la cosa bella è che ci sono delle persone intorno a lei a parte l'ambiente lavorativo, delle persone che le vogliono bene, che credono in lei una bella persona nell'animo e anche nel fisico checché lei ne dica, perché si sente un pochino… magari poco adeguata, talvolta abbiamo tante insicurezze legate alla nostra fisicità. E invece credo che queste sue amiche la sostengono molto e per lei sia anche una botta di autostima, no? il fatto di sentirsi dire delle cose belle, perché a volte abbiamo bisogno di sentirci dire delle cose belle. E…

Maria Rosa: Be ma sembra proprio una storia vera da come la dici… sì dovrebbe essere la sua storia, a

me sembrava un po' troppo surreale, ogni tanto parlava anche di questo rapporto difficile con sua madre, mi sembrava strano perché io avendo avuto un rapporto molto bello con mia mamma… Lei l'ha definita una stronza… sai cos'è? mi sembrava una cattiveria… io non sarei stata mai capace di dire una cosa del genere di mia madre… però poi pensandoci… ho pensato questa ragazza deve aver sofferto tanto nella sua vita. Probabilmente soffre ancora perché certe problematiche sono ancora dentro di lei… non le ha mai superate… e anche un po' pessimista, perché a volte dice "ma perché le cose finiscono sempre male?" è vero che la vita ci riserva delle sorprese che spesso non sono per niente piacevoli, anzi a volte ti arrivano delle mattonate addosso che non te l'aspetti proprio… però diciamo… questo elemento così di pessimismo… viene fuori da lei… però c'è anche questa voglia di riscattare la sua felicità, la ricerca di questa serenità, di questa bellezza che c'è dentro di lei… guarda mi auguro proprio che grazie all'aiuto di chi le sta attorno possa tornare… possa veramente cominciare ad essere più sicura di sé, a vivere la sua vita in modo molto più positivo.

Rosa: sai che mi piacerebbe conoscere meglio la storia di questa persona perché credo che in tutte noi ci sia una parte di pessimismo, sfiducia, scarsa autostima, storie a volte celate nel didietro, che non riusciamo a elaborare, e magari parlandone con più donne, magari mettendo in piedi la trasformazione di questi racconti che hanno sempre un che di personale, magari una rappresentazione teatrale… fatta da noi che siamo inesperte, però possiamo dire cose… può aiutare tante altre persone. Perché sapere che i ricordi… che un margine di follia ci può sempre aiutare e che il rapporto con le altre, la famosa sorellanza, ci aiuta… fa bene a tutti noi insomma.

Maria Rosa: soppa che maletta abbiamo fatto!

risate

1 minuto per raccontare la storia di Carla
Luisa: vi racconto la storia di carla, una ragazza che lavora, lavora, lavora, ha una capa che la tiranneggia e ne soffre molto. A un certo punto Carla comincia a sognare, immagina di essere in un altro luogo, ma questi sogni non sono facili, perché le dicono che lei non si sente se stessa, però arrivano delle amiche, delle sorelle che l'aiutano e che cercano di rincuorarla, di farle capire il suo valore, e Carla alla fine riesce a ritrovare in qualche modo la propria bellezza.

30 secondi
Carla è una ragazza che deve lavorare tutto il giorno come impiegata di una direttrice che la tiranneggia. A un certo punto incomincia a immaginare, sognare, ma anche i suoi sogni sono difficili e pensa di aver perso la sua cerva bianca, la sua anima. A un certo punto le sorelle le vengono in aiuto, e lei grazie a loro riesce a ritrovare la sua bellezza.

15 secondi
Carla è una ragazza che lavora tutto il giorno, è tiranneggiata dalla sua capa e a un certo punto pensa in sogno di aver perso la sua cerva bianca, la sua anima. Arrivano le sorelle che la aiutano, lei ritrova il senso di se e riesce a ritrovarsi bella.

Immagini tratte dalla documentazione video del laboratorio "Verso di me", a cura di Arianna Sergio

State mettendo ponendo molta attenzione sul lavoro e sulla direttrice, ma forse è la meno. La cosa centrale è nel titolo: io sarò il tuo specchio. quindi trovare qualcuno che la guardi in un certo modo, come nessuno l'ha mai guardata. Addirittura si dice che, quando loro sono nello specchio ad occhi chiusi, uno sguardo nell'intimità di quella persona, che arriva nel profondo… infatti è con profondità.

Prova Marco
La storia di Carla:
Carla ha 3 incubi: in uno vede una bambola rotta in una cantina piena di polvere. In un secondo qualcuno le straccia il libro della sua vita. Nel terzo muore la sua cerva bianca, la sua anima. La aiutano due personaggi fondamentali: si chiamano profondità e follia.
Una la aiuta guardandole dentro, l'altra ribaltando tutto. In questo modo la portano davanti a uno specchio in cui si vede, le pettinano i capelli e la trasformano in una regina.

per dire… il senso è questo. Per me è più facile ovviamente, perché ce l'ho più presente.

Ora 30 secondi a testa per raccontare lo spettacolo:
Maria Rosa: Carla è una ragazza che sta soffrendo molto perché non ha il senso di sé. Attraverso la ricostruzione che le fanno i ricordi da una parte e due grandi forze che sono la follia e la profondità riesce a ritrovare una propria identità.

Rosa: È difficile per Carla ritrovare se stessa, la sua bellezza perché ha dei ricordi molto duri e tristi dell'infanzia. Quindi rimane legata a quella cantina tutta impolverata E questa polvere lei se la sente anche addosso. Chissà, forse potrà aiutarla qualcuna a spolverare dalla sua vita questa polvere?

Luisa: A un certo punto lei si sente molto triste, perché sente di aver perso qualcosa di sé, la sua cerva bianca la chiama lei. E allora le sorelle accorrono in suo aiuto, cercano di aiutarla dicendole che ognuno ha una parte di sé che tiene nascosta e che lei può ritrovarla, che loro la aiuteranno.

Lis: Carla ha molti ricordi della sua infanzia: la bambola tutta rotta, lo specchio che è caduto per terra in 1000 pezzi… e poi ha delle amiche che la aiutano a sistemare la sua vita. Tutte queste cose rotte… sono le ferite dell'anima.

Carmela: Carla è un personaggio che ha affrontato tante difficoltà nella vita, e alla fine verrà aiutata dalle sue sorelle.

Francesca: Certamente il ruolo di profondità e follia aiuteranno molto Carla a ritrovare se stessa, a ricongiungersi con la sua parte autentica, facendo in modo che in lei conviva un equilibrio tra queste due parti.

Maria Rosa: La storia si può guardare sotto tanti punti di vista: il punto di vista di Carla, il ruolo delle sorelle, il tutto

è mescolato in una maniera molto creativa per fare anche ridere evidentemente, trattando temi abbastanza difficili.

Perché c'è una macchina da scrivere?

Rosa: La macchina da scrivere indica un po' il ritmo del discorso, il ritmo della sua vita, il ritmo del tempo. Per me ha quasi… così un ìa dimensione temporale.

Luisa: Perché Carla deve lavorare, deve lavorare senza pensare e lei è lì che continua a scrivere a macchina. A un certo punto invece di scrivere quello che le dice la direttrice lei scrive quello che le suggeriscono le persone, i suoi ricordi.

Perché a un certo punto lei scrive quello che le suggeriscono le altre persone, perché scrive i suoi ricordi?

Lis: Perché è una cosa che la preoccupa molto, la riempie molto, lei ha bisogno di far uscire questi suoi ricordi attraverso la macchina da scrivere… questo tic tac tic tac tic tac le serve anche come ritmo di vita.

La mia domanda è tic tac tic tac tic tac

Marco: La cosa fondamentale è in questo caso il paradosso di una persona che scrive al posto della pratica Pestalozzi scrive i suoi sogni. Ed è il meccanismo della presa di coscienza di se all'interno di un meccanismo produttivo. Che se ne frega di noi. Noi andiamo a lavorare, tutti se ne fregano, ci prendono a calci in culo sostanzialmente, non sempre ma… e questa signora invece che scrivere la pratica Pestalozzi scrive di se.

C'è qualcuno che canta?

Francesca: assolutamente sì, la nostra profondità, quello che canta è assolutamente fonte di ispirazione per tutta la storia e parla anche un po' di Carla, della parte di Carla che muore e che poi per fortuna tornerà in vita.

C'è uno specchio?

Maria Rosa: che si rompe ovviamente

Marco: non si rompe mica!
All'inizio ma… questo specchio… c'è uno secchio?

Maria Rosa: sì, certo è evidente.

Rosa: Lo specchio è lo specchio della sua anima, è lo specchio degli occhi delle altre persone che la guardano, lo specchio in cui lei si riflette e in cui forse comincia a vedere una persona nuova, una persona diversa.

Lo specchio… ci sono due persone che si guardano ma non si guardano mica. Non si guardano, sono a occhi chiusi, eppure dicono di essere di fronte allo specchio. Si può vedere meglio a occhi chiusi rispetto che con gli occhi aperti?

Luisa: sì, alla fine sì, si può vedere meglio a occhi chiusi perché si immagina, si percepisce l'altra persona nell'interno.

Ci sono anche dei bambini nello spettacolo?

Lis: sì, ci sono anche dei bambini, fanno il compito a scuola, fanno il dettato, rispondono alla maestra che fa fare loro delle cose.

Immagini tratte dalla documentazione video del laboratorio "Verso di me", a cura di Arianna Sergio

Francesca: una dei bambini è proprio Carla, penso che si voglia mostrare quel senso di leggerezza che i bambini hanno dentro di se in maniera innata e poi contrapporlo a tutto il resto delle figure adulte che potrebbero averla persa.

C'è una casalinga?

Maria Rosa: Certo che c'è una casalinga, che è ovviamente di Voghera…

Rosa: La casalinga di Voghera è un personaggio un po' speciale perché si trasforma da massaia che… è anche un po' un'intellettuale perché partecipa ad un congresso internazionale di casalinghe... però alla fine è quella che tira le fila del discorso, riesce a ricostruire attraverso dei pezzettini di carta tutta la storia di Carla. E scopre in Carla una personalità diversa, una persona fatta di sogni, non soltanto quello che gli altri vedono.

Luisa: è anche… lei a un certo punto si rende conto che non può pulire solamente… deve fare un lavoro di più, deve fare un lavoro sull'anima quindi. Non è sufficiente togliere la polvere ma deve togliere la polvere dall'anima.

Marco: Nonostante questo aspetto di casalinga frustrata nasconde dentro di se una sensibilità incredibile, e la aiuta. Ci sono anche tre sorelle abbiamo detto?

Lis: Ci sono anche delle sorelle… diciamo sorellanza. La aiutano facendo capire che anche loro hanno avuto dei problemi, anche loro hanno risolto delle cose attraverso delle immagini di animali… tutti abbiamo un animale guida… anche il pubblico.

C'è anche una scena in cui le sorelle dicono: vi ricordate la prima volta che siamo diventate il nostro animale guida? e parlano anche col pubblico, dicono ah! quella signora là, io lo vedo, di notte è una farfalla. Quell'altra signora là è un pappagallo… quell'altra è un maialino.

Marco: Due personaggi importantissimi: follia e profondità. Perché follia e profondità?
come si chiama lei??Stefania?: Ma proprio il più difficile a me?!

Francesca: penso che i termini le abbiamo ricavati dalle carte, indicano quegli aspetti - che non sono i soli - che convivono in ognuno di noi.

Maria Rosa: e che ci aiutano, perché la follia, se non c'è una dose di follia diventi matto sul serio, ad affrontare la vita. La profondità invece è quell'aspetto più interiore, che ti permette di vedere le cose in maniera… non superficiale insomma.
Marco: follia è come un vento che ribalta tutto fuori, fa gli scherzi, dice delle cose insensate, e vuole dimostrare che non sempre nella ragione, non sempre nel stare in un confine c'è la vera essenza, quindi ribalta tutto fuori. È un vento che soffia e butta fuori, profondità invece va dentro di noi, è lo specchio…

L'autostima in questa storia cosa c'entra?

Rosa: c'entra perché alla fine Carla riesce, grazie anche alla follia e alla profondità riesce a ritrovare l'autostima, perché ritrova la sua bellezza e decide di andare a ballare, quindi ritrova questo senso di leggerezza e la consapevolezza di se.

Note

Impressioni, sensazioni, etc.

Faccio teatro da tanti anni, ma questo laboratorio è stato una piacevole avventura che ha miscelato improvvisazione, ricerca e analisi del personaggio in un crescendo emotivo. Il copione non esisteva all'inizio: tutto è stato creato attraverso un minuzioso assemblamento di storie personali, voli di fantasia ed escamotage registici in un working progress che ha riservato sorprese e repentini cambi di battute fino al momento del sipario. Questo filo rosso, teso tra divertimento spassoso e sana preoccupazione in vista dello spettacolo finale, ci ha unite in modo invisibile, ma profondo. Ho trovato compagne di viaggio meravigliose e con alcune in particolare è nata una bellissima amicizia. Sono grata con tutto il cuore di aver partecipato. È stato motivo per me di crescita professionale e umana. Avevo un'impostazione molto accademica del fare teatro. Questo laboratorio mi ha fatto fare un passo fuori dalla mia zona di comfort. Era un tassello nella mia preparazione artistica che mi mancava.

Erika Maiardi

Il laboratorio teatrale è stato un viaggio

straordinario alla scoperta di me stessa e degli altri. Grazie all'insegnante e ai miei compagni, ho vissuto un'esperienza unica. Il teatro mi ha dato la voglia di continuare a esplorare questo mondo affascinante.

Lavorare in gruppo mi ha insegnato l'importanza della collaborazione e del rispetto reciproco. Ognuno di noi ha portato il proprio contributo, creando un'atmosfera magica e creativa.

Marco, il nostro regista, ha usato l'improvvisazione per creare lo spettacolo teatrale. Ho imparato ad ascoltare gli altri attori e a reagire in modo spontaneo. Mi ricordo che già dall'inizio aveva portato diversi oggetti (orsetto, libri, tazza di caffè, mollette...) e ci chiedeva di creare una storia nostra su uno qualsiasi di questi. Marco ha intrecciato le nostre esperienze individuali per dare vita alla storia del nostro spettacolo. Mi è piaciuto molto il fatto che mi ha scelto per cantare una canzone greca. Così ho avuto la possibilità di esprimermi anche in questo modo.

Zoe Pana

Immagini tratte dalla documentazione video del laboratorio "Verso di me", a cura di Arianna Sergio

Impressioni, sensazioni, etc.

Tutto parte dalla “pratica Pestalozzi” del testo teatrale. “Accidenti, guarda un po’ cosa ricompare dalla notte dei tempi?!” dico a mezza voce leggendo il copione.

Pestalozzi, scuola statale sperimentale, fiore all’occhiello della didattica fiorentina, a pochi isolati di distanza dalla scuola media Peruzzi, una delle scalcinate e vetuste del centro storico di Firenze, che raccoglieva i figli di famiglie disagiate e popolari. Nella seconda ho sperimentato tra supplenze e mensa, il disagio di ragazzini figli di carcerati e popolani, abbandonati a se stessi. Era il 1978. Nella storia recitata sono “sorella lucciola” una figurina svolazzante e incoerente, che invece di dormire, accende e spegne la lampada del comodino fino a diventare uno spiritello notturno e inquieto. Cosa mi ha fatto venire in mente? Il cartone animato di Peter Pan, visto per la prima volta a quattro anni. Fu facile identificarsi con Trilli, scambiata da me per una lucciola! Tornata a casa avevo già classificato mio babbo Peter Pan, mia mamma Wendy e il mio fratellino un bambino perduto... Conclusioni: un ricordo scolastico deprimente che suscitò in me un cambiamento di rotta e un ricordo affettivo per mitigare il cambiamento di vita causato dalla nascita di mio fratello. Finita l’esperienza, con un bel raffreddore in atto, ho costruito alcune farfalle origami. Io me la cavo sempre!

Laura Rossetti

È la prima volta che seguo un laboratorio teatrale,è capitato per caso e ho deciso di provare e posso affermare con certezza di aver fatto una scelta fantastica. Non solo ho scoperto una realtà che sento appartenermi ma una casa vera e propria dove poter scoprire sempre qualcosa di nuovo su me stessa, su ciò che sento e che sono. Ringrazio chiunque abbia partecipato alla realizzazione di questo laboratorio, dal centro antiviolenza di Imola per avermelo indicato oltre al supporto che mi ha dato a livello personale, il nostro regista Marco Zuffa per aver tirato fuori il meglio di un gruppo di scatenate donzelle dalle quali è riuscito a tirar fuori lo spettacolo che abbiamo costruito per un anno intero e naturalmente le mie magnifiche compagne di questo bellissimo viaggio, ragazze splendide e meravigliose con cui si è instaurato un rapporto di vera e profonda amicizia. Questa magnifica esperienza e tutti coloro che vi hanno collaborato resteranno per sempre nel mio cuore. Grazie

Michela Assirelli

Travolta da un insolito benessere

La telefonata di Maria Rosa arriva mentre sto facendo la spesa. Mi fa piacere (quello di entrare nell'associazione è un desiderio che accarezzo da un po'...) ma sono distratta, devo decidere cosa fare per cena. Maria Rosa l'ho vista una volta, quasi non mi conosce, ma mi fa una proposta. Mi dice che stanno (chi?) preparando uno spettacolo teatrale ma un paio di persone hanno dato forfait. Mi chiede se voglio partecipare al progetto. Mi dice: sono parti corte, molto facili.

Chiedo quando sarà lo spettacolo, mi dice il 25 ottobre. Penso al calendario: siamo al 20 di settembre.

Ci manca solo questa! È il mio pensiero istintivo. Proprio io, che canto in un coro ma vorrei andare solo alle prove e disertare la sera dello spettacolo. Cerco timidamente di rifiutare ma Maria Rosa dice: prova a venire, dai! Senza impegno, tanto per conoscerci. Va bene, rispondo, ma so che non andrò. E se andrò non parteciperò. Ci manca solo questa, appunto.

La sera indicata da Maria Rosa vado alle prove. Ci vado perché non è bello dire di no senza nemmeno provare ad andare. Si va e poi si dice di no, così almeno non si fa bruttissima figura perché uno, almeno, ci ha provato.

Arrivo in teatro e tutto mi fa sorridere. Il regista, per esempio. È proprio come ci si immagina un artista: un po' pazzo e un po' capriccioso. Le attrici dimostrano entusiasmo. Uno dei musicisti lo conosco, abbiamo fatto insieme un corso di yoga della risata. Ho un flash: una palestra piena di gente che si abbraccia, ride, gesticola in un'allegra confusione. C'è questo ricordo nel saluto che ci scambiamo. Mi siedo e guardo. Penso: fra un mese si va in scena, saranno già tutte sul pezzo... ma mi rendo conto che no... non sono tutte sul pezzo. Poi arriva un'altra neofita come me. Mi è simpatica, istintivamente. Si chiama Claudia, è stata anche lei assoldata al volo da Maria Rosa, ma loro si conoscono da più tempo.

È tutto così nuovo che non capisco nemmeno se sono contenta di essere lì. Una signora (poi saprò che si chiama Luisa) cerca di spiegarmi chi sono e cosa stanno facendo. Inizia a presentarmi l'associazione (quale?). Prima che io possa capire il regista ci richiama all'ordine: silenzio mentre si provano le scene!

Bisogna trovare chi fa il ricordo 1, il ricordo 2 e il ricordo 3. Molto bene, dice il regista (che poi sento chiamare Marco), tu fai il ricordo 1 (io??), tu fai il ricordo 2, dice a Claudia. Fatto! Parti assegnate. Poi c'è da fare la foto per la locandina. Ora che siamo immortalate nella foto non possiamo più tirarci indietro. Perfetto, mi dico, tutto secondo i miei piani iniziali.

Alla fine non so nemmeno io come sia potuto succedere ma faccio ufficialmente parte del cast. La cosa bella è che non sono per niente preoccupata, anzi, ho una gran voglia di ridere!

Esco a braccetto con Claudia (che fino a 2 ore fa non conoscevo), dobbiamo parlare dei nostri abiti di scena. Allungo la strada per il piacere di accompagnarla alla sua auto, poi raggiungo la mia. Salgo e non posso fare a meno di chiamare mia figlia. "Elena, partecipo ad uno spettacolo teatrale!" Lei non ci crede. Mi chiede che spettacolo è, di cosa parla. Non l'ho ancora capito, rispondo. E mi viene da ridere.

E poi pochi incontri per preparare tutto, per imparare. Cercare di dare il meglio senza prendersi troppo sul serio. E queste ragazze così normali ma così speciali con cui mi sento a casa. Con qualcuna sentirsi amiche viene

naturale, come dovrebbe essere sempre, come invece è raramente. Con altri del gruppo non c'è stato il tempo, ma il sorriso è spontaneo e sincero.

Penso che queste persone siano magiche. Penso che il teatro sia magico. Penso che essere insieme per fare qualcosa di bello sia una cosa magica.

Non so se lo spettacolo verrà replicato, molto probabilmente no, e tutte quelle prove si saranno risolte in poche ore di adrenalina, ma non importa. Esserci stata con tutti loro è stato un regalo!!!

Morena Cavini

Dalla polvere... al cuore

Mi chiamo Rosa, nello spettacolo "Io sarò il tuo specchio " ho interpretato il personaggio della "Casalinga di Voghera", donna nella quale convivono due personalità: una fanatica delle pulizie domestiche a cui si dedica in modo maniacale; l'altra in grado di leggere l'animo umano grazie alla sua profonda sensibilità.

Due attitudini apparentemente antitetiche che al contrario sottintendono scrupolosità e precisione, caratteristiche peculiari di un metodo di lavoro rigoroso, nemico del pressapochismo. Per lo spettatore, la sorpresa finale rispetto al personaggio, sarà scoprire la bellezza di un animo gentile, dietro alla fiera e potente immagine della casalinga.

Interpretare questo personaggio non è stato facile, poiché non avendo colto subito la sua duplice natura, ho faticato ad entrare nella sua testa, ad usare il suo linguaggio, a immedesimarmi nella sua storia, in sostanza ad entrare nel ruolo della casalinga di Voghera, ruolo che tengo a precisarlo, non disdegno affatto, visto che lo "interpreto" da sempre nella realtà.

La svolta positiva è arrivata quando, seguendo i suggerimenti di Marco, il regista dello spettacolo, ho cominciato a capire il mio personaggio, a dare corpo ai suoi pensieri, ai suoi consigli, alle sue parole, iniziando a dialogare con lei durante il giorno, a mettere in pratica il suo infallibile metodo di lavoro nello svolgimento delle mie faccende domestiche, in sostanza mi sono trasformata nell'alter ego della casalinga di Voghera.

Questa mia prima esperienza interpretativa, al di là delle paure e difficoltà incontrate e condivise con un gruppo di persone, ciascuna a suo modo estrosa e originale, ha portato un'inaspettata ventata di aria nuova e di leggerezza alle mie giornate, rendendole decisamente più piacevoli.

Rosa Pizzella

Immagini tratte dalla documentazione video del laboratorio "Verso di me", a cura di Arianna Sergio

Il 5×1000 a E Pas e Temp

Caro amico,
con la prossima dichiarazione dei redditi scegli
di destinare il 5xmille a E Pas E Temp.
Questo non comporta un aumento delle tue tasse.
Sostenerci è semplice:
FIRMA a vantaggio di E Pas e Temp
indicando il codice di seguito.

codice fiscale: 90008160377

Grazie per il tuo sostegno!

Il contributo volontario annuale
è di soli 12 euro
E PAS E TEMP
Piazzale Giovanni
dalle Bande Nere n.11 Imola,
tel. 0542-604822
Cell. e SMS 370-3241438
(non è attiva la segreteria telefonica).
cimatti.luisa@gmail.com
Sito: www.epasetemp.it
Per donazioni
IBAN: IT44Z0760102400000028611408

A Franco Basaglia
Il vento, la bora, le navi
che vanno via
il sogno di questa notte
e tu
l'eterno soccorritore
che da dietro le piante
onnivore
guardavi in età giovanile
i nostri baci assurdi
alle vecchie cortecce della vita.
Come eravamo innamorati, noi,
laggiù nei manicomi
quando speravamo un giorno
di tornare a fiorire
ma la cosa più inaudita, credi,
è stato quando abbiamo scoperto
che non eravamo mai stati malati.
Alda Merini

FONDAZIONE
Cassa di Risparmio di IMOLA

Hanno collaborato a questo numero: Maria Elena Tripaldi, Marco Zuffa, Claudia Balducci, Morena Cavini, Laura Rossetti, Carmela Vigliotti, Erika Mainardi, Rosà Pizzella, Francesca Scarina, Lis Thygesen, Michela Assirelli, Maria Rosa Franzoni, Zoe Pana, Luigia Cimatti.
Progetto coordinato da Roberto Lenza, Arianna Sergio