

VOCE E PERSONA, VOCE E PRESENZA riabilitazione come cuore della cura

Una piccola avvertenza: quanto segue si riferisce alla mia esperienza in campo riabilitativo in comunità psichiatriche per pazienti con gravi problematiche psicotiche, con i quali allestisco dei gruppi polifonici. Ciò che dirò vale quindi soprattutto per le persone in grande sofferenza, ma vorrei sottolineare che in ampia misura vale anche per ciascuno di noi, dal momento che conoscendo la follia non facciamo che conoscere più a fondo noi stessi.

Vorrei che partissimo dal tema della sofferenza. E per questo dovremo, qui e ora, fare mente locale su questo aspetto della nostra vita, a quanto pare inevitabile, sulla nostra personale esperienza della sofferenza, quella che qualche volta nella vita ci avrà pur trapassato da parte a parte. Non dovrebbe essere molto difficile. Oppure pensiamo semplicemente al peggiore incubo che abbiamo mai vissuto nelle nostre notti. Da qui conviene partire per parlare della grande sofferenza mentale e del viaggio che da essa ci condurrà all'esperienza musicale.

Quando la sofferenza cresce, quando cresce a dismisura e diventa insopportabile, noi diciamo: non ne posso più, se non finisce impazzisco, mi fa impazzire. Il linguaggio comune come sempre coglie una profonda verità: perché ci suggerisce che ogni nostra sofferenza al suo apice si avvicina o addirittura diventa sofferenza mentale, quella della follia, tanto da scardinare talvolta il nostro sentirci Persone.

Per questo io considero la grande sofferenza mentale come *la sofferenza per antonomasia*, quella appunto cui si avvicina ogni sofferenza particolare nel suo intensificarsi.

Ora, la sofferenza ci modifica, l'abbiamo detto, già soltanto un banale influenza influenza, appunto, scusate il gioco di parole, influenza il nostro abituale modo di vedere le cose. E sappiamo tutti quanto questa influenza diventi considerevole di fronte alle grandi sofferenze. Nella grande sofferenza mentale può succedere di tutto, sul piano psicologico. L'unità della Persona, il senso della sua identità nel tempo, il senso dell'essere origine delle proprie esperienze e autrice dei propri atti possono improvvisamente venir meno o possono neppure mai consolidarsi. Può frantumarsi il sentirsi Persona, il sentirsi soggetto capace di creare la propria vita: non ci si sente più *origine* di un sentire né *artefice* di scelte. Si vive in un mare di sentire senza origine, di scelte e di fatti altrui che vengono subiti. Del fare e del subire, che nella nostra normalità costituiscono l'intreccio della nostra esperienza, scompare o si indebolisce gravemente il fare, e tutto il vivere si riduce a un subire. La Persona sente, ma senza io; le cose le accadono, ma non fa. Può cessare di sentirsi Persona, può non sentire più, perché spesso il non sentire è l'unica difesa da un mondo che appare sovrachiant e travolgente, un mare di inaudita sofferenza e difficoltà ...

Può succedere tutto questo, succede ... Viene meno, o è presente solo saltuariamente e in modo instabile, un soggetto capace di sintonizzarsi con il

proprio divenire psichico; il nuovo, che ogni giorno a noi che stiamo bene viene donato dal mondo interiore attraverso i sogni e dal mondo esterno nella veglia, proprio per l'affievolirsi della distinzione fra *dentro* e *fuori*, cessa di essere indispensabile alimento per la manifestazione della presenza. Mancando i confini fra *dentro* e *fuori*, nel caos dell'essere non si individua neppure più una persona che voglia manifestarsi in un mondo là fuori, tutto il vivere diventa una caotica mescolanza di dentro e di fuori non riconosciuti come tali e mescolati in una poltiglia tenuta insieme da due certezze: l'angoscia torturante e la solitudine più totale. La distinzione sogno veglia vien meno e al suo posto troviamo un vivere che assomiglia molto al sognare, ma al sognare un perenne incubo. Uno dei due momenti del respiro del vivere, il cambiamento, il nuovo, è vissuto con terrore e ci si aggrappa disperatamente all'altro momento, alla permanenza, alla costanza. Se appena si riesce a consolidare qualche abitudine, a essa ci si aggrappa quasi sia la vita stessa, minacciata mortalmente da ogni cambiamento. Scompare il futuro, scompare qualsiasi progetto.

Si può fare qualcosa per la Persona così minacciata nel suo stare al mondo, proprio nella sua presenza? Certo, certo che si può, si può fare parecchio, e si fa. Quella che chiamiamo riabilitazione è proprio la *reintegrazione delle capacità di essere nel mondo condiviso, di essere cioè con gli altri condividendo tempo e linguaggio, condizione questa indispensabile per realizzarsi negli affetti e nel fare nell'ambito della comunità sociale*. E questa reintegrazione non può che avvenire nel *tempo*, con il rintracciare in un opportuno ambiente poco alla volta il proprio *percorso di vita*, con il ristabilire dei paletti duraturi che separino e individuino i confini della Persona dal mondo, che le consentano di distinguersi dal fluire degli eventi e quindi di percepirsi come centro, e poi addirittura come centro di valore. Si tratta di un *percorso* – nelle nostre discipline percorso è parola chiave – percorso che sarà orientato e guidato dalle istanze del proprio progetto-stile di vita, quale lentamente emergerà al raccogliersi della Persona attorno al proprio centro. Certo, uno dei compiti essenziali della riabilitazione è proprio il creare le condizioni ambientali – l'ambiente opportuno, dicevamo – perché la molteplicità delle esperienze del sofferente possa coagularsi attorno al centro della sua identità, ritrovata o trovata finalmente per la prima volta.

Proprio questo percorso avvierà e stabilizzerà il dialogo fra la persona e il mondo, dialogo-scambio attraverso il quale gli eventi forniti dal mondo, gli accadimenti del mondo diventeranno gli strumenti con cui la persona realizzerà il proprio progetto-stile di vita.

Fare esperienza e imparare dall'esperienza: questo è il dialogo con il mondo.

Ma, come farlo, quando il mondo appare sempre solo una minaccia ?

E poi, come tutto questo si riverbera nella voce? E come, a partire dalla voce, si può tornare a quella sicurezza che scaturisce dall'armonica compresenza di unità e molteplicità nella persona?

Essere nel mondo, essere con gli altri

Il primo passo è ritrovare l'altro, o autenticamente trovarlo per la prima volta: in relazioni autentiche, che consentono cioè un vero scambio fiduciario e un vero scambio affettivo. È appena il caso di menzionare, tanto è ovvia, l'importanza della voce, del suo modo, del suo tono quanto e forse più che dei suoi contenuti, nel nascere e nello stabilizzarsi di questi scambi, fiduciario e affettivo.

Si esce dal caos psicotico solo con la nascita di una *coppia coesistenziale* ospite-operatore. Così chiamiamo il tu-io e l'io-tu, la coppia che nasce quando il sofferente riesce a incontrare l'altro non più come minaccia, ma come condizione stessa del proprio autentico esistere, del primo timido abbandonare la solitudine della sofferenza per entrare nel mondo, che è sempre quello condiviso. Esco dal caos psicotico se mi accorgo che in sua presenza, dell'operatore, io malato non solo riesco a *esserci* di più, ma addirittura riesco a *esserci per davvero*. *Io esisto, finalmente*. Perché per noi umani esistere, essere al mondo, significa sia ben chiaro, essere in un mondo condiviso, appartenere alla comunità umana. L'esistere finalmente non è più un disperato tentativo fatto in solitudine, anzi raggiunge inaspettata pienezza proprio in quanto co-esistere. Scopro nell'altro, ora fonte di sicurezza e di fiducia, la porta che consente finalmente alla mia presenza di attuarsi nel mondo, come non le è mai riuscito prima.

Certo il tono e il modo della voce dell'operatore sono tutto, la sua calma paziente, la sua profonda sicurezza, il suo tranquillo riposare su di sé che gli consente di guardare il sofferente con sguardo accogliente. Compito, arduo, delicatissimo, dell'operatore è diventare agli occhi del sofferente un delegato del mondo, una estrema propaggine di mondo che riesce ad avvicinarlo proponendogli un primo timido Noi. Noi che significa appartenenza, fine della solitudine. *Io esisto pienamente, quando mi accorgo di far parte della comunità degli altri, quando con essi condivido tempo e linguaggio.*

Quale il ruolo della voce in tutto questo? Teniamo presente quanto segue:

se in generale ogni nostra esperienza è un vario intreccio di fare (nostro agire nel mondo) e di subire (l'azione del mondo su di noi);

se la pienezza dell'esperienza è legata al perfetto dialogo fra queste due dimensioni, alla loro perfetta integrazione in unità (l'idea proviene da John Dewey, dal suo *Arte come esperienza*),

allora noi tutti disponiamo fin da molto presto, indipendentemente dall'apprendimento e dalle condizioni ambientali, di un fare e di un subire intimamente intrecciati, raccordati e integrati fin quasi dalla nascita. Mi riferisco proprio alla vocalità. Se il fare è la mia voce, e lo è prestissimo, appena uscito dal ventre materno, il mio primo subire è il mio stesso sentirla. L'intreccio, il raccordo, la retroazione fra vocalità e udito si stabiliscono intimamente così presto che spesso la Persona sorda non impara a parlare, mentre noi tutti impariamo facilmente a modulare la nostra voce il che, guarda caso, è sempre un grosso problema nella grande sofferenza mentale. Fra tutti i nostri fare, solo l'emissione vocale è così immediatamente controllata e monitorata dal corrispettivo subire, che è il sentire la nostra stessa voce. Com'è noto, la voce, che va nel mondo ed è sentita dagli altri, nel suo stesso prodursi è sentita anche da noi stessi per due vie: dall'interno del corpo, attraverso le trombe di Eustachio che collegano direttamente la faringe alla cassa timpanica; e dall'esterno, con un piccolo ma significativo ritardo, nel suo riflettersi sugli oggetti attorno a noi.

Sempre sentiamo la nostra voce risuonare dentro e fuori di noi, che lo vogliamo o no, nel momento stesso in cui la emettiamo. E il produrla (fare) è sempre immediatamente controllato e modificato alla luce del sentirla (subire). L'effetto della voce sugli altri è qualcosa di molto più mediato e successivo. Il primo gesto del venire al Mondo è d'altronde respiro-vocalità: la voce è intrinseca al respirare, non può prescindere dal respiro, dall'aria, *anemos*, è respiro modulato. E la respirazione è il nostro più immediato, radicale e indispensabile scambio con il mondo, al punto che ogni minaccia alla sua funzionalità desta la più subitanea e terrificante delle angosce, quella del soffocamento. E il respiro, immediato fondamento del nostro essere vivi, è la materia della voce, materia cui le corde vocali danno forma. Queste particolarità della voce, fisiologiche prima ancora che psicologiche, la collegano così intimamente alla presenza della Persona che risvegliarne la voce sarà la stessa cosa che risvegliarne la presenza. Non lo sanno forse gli istruttori militari, che vogliono assicurarsi una presenza sicura e affidabile attraverso l'uso scattante della voce? La voce ospita sempre e sempre comunica le modalità della presenza, sempre la voce dichiara la Persona al mondo.

Ecco allora l'importanza della voce dell'operatore: essa deve esprimere una *presenza che promuove la presenza del sofferente*, che la legittima, che la riconosce come centro di valore e grazie a questo le consente finalmente di fare esperienza al riparo dall'ansia, e di crescere, di potenziarsi, di articolarsi. Il mondo latino aveva un parola per questo ruolo, *auctor*, e un sostantivo per questa capacità: *auctoritas*.

Da qui proviene la nostra *autorità* di operatori: da intendersi però, sia ben chiaro, non nel comune e diffuso significato esclusivamente sanzionatorio, bensì come presenza che nel prendersi cura *promuove l'integrazione* dei vissuti del sofferente (processo del diventare uno come Persona, articolando la molteplicità dell'esperienza nell'unità dell'identità), *infonde sicurezza*, consente lo *scambio fiduciario*, *eroga efficaci modelli di comportamento*. La figura di autorità, ovviamente così concepita e non altrimenti, diventa la condizione *sine qua non* perché il sofferente stesso con il tempo sviluppi la propria *auctoritas*, diventando a sua volta, lui stesso per gli altri, depositario di fiducia in quanto testimone verace del reale.

Tutto questo riguarda il registro degli affetti e dell'esistere, anzi del co-esistere. *Io esisto significa io esisto con gli altri, significa scambio di sguardi, intrecciarsi di mute reciproche conferme*. Su questa base sarà possibile poi sviluppare la riabilitazione come reintegrazione della capacità di fare.

Ogni fare, e l'uso della voce è certamente un fare, è sempre un *uscire verace della Persona nel mondo*, un uscire con il quale la Persona modifica il mondo, usando sue capacità *conformi* a corrispondenti proprietà del mondo. Sempre esiste questa *conformità*, corrispondenza, analogia di forma fra le anche rudimentali capacità della Persona e il mondo. La nostra voce è il risultato della vibrazione delle corde vocali all'espiazione dell'aria, e dell'aria, là fuori nel mondo, ha bisogno per poter risuonare. Questo uscire nel mondo sempre lascia una traccia: che può essere esile e fugace, proprio come il suono di una voce che subito svanisce, o duratura nei secoli, come la *Commedia* dantesca; è tuttavia sempre *verace*, questa traccia, questa uscita della Persona nel mondo, perché

ogni atto è sempre firma della Persona, è testimonianza che contiene sempre un nucleo di verità, poiché *ogni Persona è nucleo di verità*.

Compito degli operatori della riabilitazione è individuare questa *conformità*, confermarla al sofferente, rendergli possibile l'attualizzarla, da solo potenziale che è. Un fare vocale, come ogni fare e ogni lavoro, è sempre un rompere il diaframma fra Persona e mondo.

Di ogni fare, con particolare attenzione alla voce

Subito, appena sbarcati nel mondo, spinti dal bisogno e forse dall'angoscia, annunciamo la nostra presenza con la voce. Molto presto, impariamo a usarla. Molto presto, essa è per noi strumento di salvezza.

La voce esprime sempre con fedeltà la presenza, in ogni sfumatura, così come rispecchia le più profonde lesioni dell'identità personale. Basta una parola, e capiamo subito come è andata la notte, che aria tira, come vanno le cose. La voce più dello sguardo è specchio dell'anima, angelo-messaggero involontario e infallibile degli affetti. Con la sua trasparenza, ci scopre e ci mostra nudi al mondo, espone una presenza ferita e dolorante o ne afferma una perentoria e gioiosa.

La voce, precaria uscita nel mondo, effimera traccia che subito svanisce, è anche dunque totale apertura all'intimità. Per il breve tempo del suono vocale, la presenza è totalmente esposta al mondo. Essere visti può essere difficile, ma essere uditi per molti è anche peggio. Nella patologia nulla come la voce ci palesa immediatamente la radicale fragilità, incertezza della presenza. Talvolta l'essere al mondo è così ritirato, rattrappito che la voce, troppo impaurita, scompare. Proprio guardandone il contrarsi nella patologia, riusciamo a capire il significato e la centralità della voce per la Persona e per la sua presenza nel mondo.

Sempre dunque la voce, nella parola di tutti i giorni, testimonia della presenza e delle sue intenzioni particolari: ma lo fa con assoluta evidenza e purezza quando prescinde dalla parola, quando si fa solo canto, quando la presenza abbandona la protezione del significato delle parole e si consegna al puro suono, nel canto.

La parola non è mai soltanto suono, rimanda sempre altrove, al concetto, all'oggetto, al contenuto particolare: nelle nostre intenzioni quotidiane la voce è strumento per quel contenuto e solo secondariamente trasmette anche il modo della presenza. Ma essa lo fa sempre e comunque, quali che siano le nostre intenzioni. Qualche volta questa sua funzione, in genere trascurata, ci travolge: come succede quando siamo così contenti e persino felici che senza pensarci tanto ci mettiamo a cantare a squarciagola. Perché la presenza si dispiega compiutamente nel canto, regno della pura volontà senza oggetto, tutto intenzione espressiva, senza alcun fine particolare se non cantare la gioia dell'esserci.

La nostra scommessa nella riabilitazione con la musica è questa: scoprire la voce, legittimarla, confermarla, rafforzarla con l'esercizio, aiutarla nel suo lento e progressivo dispiegarsi perché possa cantare la bellezza della presenza della Persona, smarrita nel caos psicotico e ritrovata attraverso la voce. Ritrovare la consistenza, la forza, il potere della voce, aiuta a ritrovare, consolidare e in-

dividuare la presenza e il suo potere. Se canto, mi sento esistere. *Cantare è esserci*, diceva Rilke nei *Sonetti a Orfeo*, e aggiungeva *facile, per un dio*.

Un momento cruciale di questo lavoro è l'incontro delle presenze nell'**unisono perfetto**: io e lui/lei intoniamo uno stesso suono, ciascuno prestando il colore particolare della propria voce. Questa è l'espressione della nostra compresenza, è il canto del nostro co-esistere. Porgiamo il suono per accordarci: momento delicatissimo è questo (*accordare*, come *concordare*, nell'etimo in origine sono legati a *cuore*, solo in seguito a *corda*). Quando cantiamo l'unisono, siamo insieme, le nostre voci nel loro abbraccio reciprocamente si potenziano: l'isolamento psicotico è superato.

Dapprima l'operatore con la propria voce copre e quasi protegge la voce dell'ospite, le permette di venire timidamente al mondo proprio perché non la lascia da sola, le fa da sfondo protettivo: perché nella grande sofferenza mentale abbiamo paura di esporre al silenzio degli altri la nostra voce, è un'esperienza insopportabile di nudità e di inermità. L'ospite si appoggia all'operatore fin quando con il tempo prende coscienza della propria sicurezza e della propria acquisita solidità, quando diventa a sua volta *auctoritas*.

Lavoro ben fatto: ci vuole il suo tempo

La *coppia coesistenziale*, ossia l'autentico incontro con un tu, ha reintegrato la capacità di co-esistere con gli altri. Ora tocca alla *coppia operativa* perché la riabilitazione approdi al fare.

Compito dell'operatore, arduo, è in questa fase la ricerca della *giusta misura* nella proposta vocale.

Giusta significa che la proposta dell'operatore è un *vero ponte reale*, percorribile, ponte di conformità fra il linguaggio disciplinare condiviso (la vera e propria teoria e tecnica musicale) e le effettive capacità disponibili per il sofferente, il suo talento latente che, pur minuscolo perché mai sviluppato, esiste sempre, e l'operatore lo sa con certezza infallibile. Il sofferente lo riconoscerà nel suo sguardo.

Giusta significa anche la proposta vocale dell'operatore è *dotata di significato riconoscibile* dal sofferente.

Giusta significa ancora che sviluppa in lui il *piacere di esercizio*, l'autoconferma positiva sull'esserci e sull'essere capace.

Perché obiettivo assolutamente prioritario è che l'esito del fare sia una *riuscita*, non l'ennesimo fallimento: compito, arduo, dell'operatore è proporre all'ospite un fare vocale tale che l'uscita verace nel mondo generi una traccia positiva, che lui è in grado di riconoscere come buona. C'è uno stretto nesso fra idea di *lavoro ben fatto* e *stima di sé*: la stima di sé si consolida quando la Persona riconosce nel proprio lavoro il *ben fatto*. Viceversa, occorre avere sufficiente stima di sé, coscienza del proprio valore, per reggere nel tempo l'impegno e condurre a compimento l'opera, sì da poter dire: *è ben fatta*.

Un primo obiettivo, ambizioso, della *coppia operativa* è che ciò che segue al fare dell'ospite sia un *successo*. E che questo si ripeta un numero sufficiente di volte perché l'ospite colleghi stabilmente questo *successo* al proprio comportamento e quindi a sé come origine di un *successo*. E arrivi poi a

svilupparsi e a stabilizzarsi nella sua mente l'idea di cosa ben fatta, di *lavoro ben fatto*. E soprattutto, cosa ancora più ardua, l'ospite arrivi a pensare a se stesso come origine di un *ben fatto*, *arrivi infine a percepirsi come portatore di valore*.

Non basta: occorre anche che questa idea di *lavoro ben fatto* si riferisca a qualcosa di concretamente raggiungibile nel tempo con le sue forze, attraverso un percorso di crescita di competenza. La riabilitazione ha pieno successo se l'ospite riesce ad accorgersi che con l'esercizio prolungato nel tempo le sue capacità crescono giorno per giorno e la riuscita si avvicina. Occorre superare altri ostacoli: può esserci una percezione del *ben fatto* che genera frustrazione e paralisi anziché aiutare a trovare il percorso. Perché a nulla serve l'idea del *ben fatto* se non c'è la capacità di gestire il tempo, di attendere impegnandosi nel percorso, reggendo la frustrazione, immaginando nel tempo la riuscita e riconoscendo i piccoli passi di ogni giorno. Può essere che si colga il *ben fatto* altrui, ma che questo non serva ancora da cartello indicatore per ritrovare nel proprio percorso la propria anche piccola capacità del *ben fatto*, e riesca invece soltanto a rinfacciare la propria incapacità e pochezza; oppure può essere che si viva ancora in una condizione di onnipotenza infantile, per cui il desiderio del *ben fatto* non immette nel tempo e nel percorso, ma spinge alla pretesa del *tutto subito*. E di fronte alla frustrazione per l'inevitabile fallimento, ci si ritira in un isolamento rancoroso.

Cantare, ossia far musica con la voce

Qualcosa, nel far musica, è di estrema importanza per la Persona e quindi per la cura della Persona. Se ogni atto musicale (ogni musica è un inno) è *volontà ostinata e profonda, nonostante tutto, di cantare – lodare la vita, allora il far musica contiene qualcosa di importante per la psiche sofferente*. In particolare con la voce, che è guida di cui disponiamo per un'integrazione ottima fra fare e subire.

Far musica è esercizio di conferimento di senso: significa trasformare i segni di una partitura in palpiti viventi, dando loro significato, necessità e amore. Ma anche il prendersi cura è donazione di senso, è riuscire a leggere i fatti della vita come note di una partitura, infondendo loro significato, scoprendone la necessità e confermandoli con l'amore.

Far musica è attività simbolica per eccellenza, è ricerca del gesto essenziale fuso con l'intenzione, equilibrato nel nascere e nel morire, attraverso il quale ci consegniamo con gioia al mondo. Insegna a raccogliere e condensare nel gesto una polifonia di significati, a muoverli e dolcemente coordinarli: il costante studio musicale significa lenta e diuturna concrezione del simbolo.

Far musica insegna il dialogo, il puro dialogo senza contenuto, le forme del dialogo, del porgere l'offerta, dell'accoglierla e del rispondervi. Il tessuto musicale è continuo intreccio fra le voci, e muoversi al suo interno significa vivere un'intensa esperienza di appartenenza.

Far musica insegna a tener sempre conto dell'altro, dell'altra voce, insegna la relazione fra le voci, l'accordo e la coerenza fra di esse, sì che l'insieme costituisca

un tutto *organico*, un tutto cioè in cui scompare ogni conflitto fra totalità e parti, scompare ogni conflitto fra individuo e gruppo perché il gruppo è il contesto che permette all'individuo di esistere e l'individuo è il mattone costitutivo del gruppo.

Far musica insegna l'armonia. *Armonia* significa concordanza, corrispondenza di suoni e di voci; dal tempo di Dante significa anche *concordia*, unione dei cuori – viene dal greco *harmonia*, derivato da *harmonozein*: congiungere, derivato a sua volta di *hormos*: giuntura. Quindi armonia come giunzione, collegamento, connessione, da cui appartenenza.

Far musica è sguardo del cuore: insegna quel legame profondo fra pathos e cognizione che ci conduce verso la *perfetta sapienza dell'amore* (come la chiama Oscar Wilde nel *De profundis*), verso l'autentica conoscenza, quella resa possibile e orientata unicamente dall'amore. Solfeggio ed espressività stanno in rapporto fra loro nell'ambito musicale proprio come cognizione ed empatia stanno in rapporto fra loro nel prendersi cura. Nella cura, come nella musica, la cognizione è base del sentire, ma è l'amore a guidare la cognizione. Se conosco bene, amo, ma per conoscere realmente, per guardare in profondità, devo amare, perché è l'amore che rende più acuto lo sguardo e fa vedere. Se mi pongo in questa relazione d'amore-conoscenza con l'altro sofferente, ciò che io sperimento come conoscenza di lui viene da lui sperimentato come atto d'amore che promana da me nei suoi confronti.

Il cuore, nelle versioni raggianti e riscaldante dell'iconografia, come fiamma che scalda e come luce che illumina, come affetto e conoscenza, è antico simbolo di questa modalità dell'esserci, nella quale si coniugano, diventando una fondamento dell'altra, cognizione e affettività, esame di realtà e possibilità dell'immaginazione. Il cuore, così concepito, diventa il centro dell'essere umano, come era un tempo, dove amore e lucida intelligenza sono la stessa cosa. Diventa così il nostro sensore e porta d'accesso alla bellezza.

Far musica è esprimere: esprimere significa *premere per far uscire*. Esprimere è impegno a trasformare un contenuto psichico da *dentro*, interno, potenziale, indefinito e imprecisato, a *fuori*, esterno, attuato, concreto e reale, definito, preciso. Quindi condivisibile, comunicabile. Lo sforzo per esprimere ha un forte carattere conoscitivo. L'impegno espressivo dà forma all'indicibile e caotica esperienza interiore, attraverso la forma la rende comunicabile agli altri, la rende moneta circolante all'interno della comunità umana.

Esprimerci significa manifestare la nostra presenza. Ogni esprimersi comporta sempre una sorta di primordiale affermazione del tipo: *io esisto, eccomi qui! e questo sono io, per piacere, il che non è occasionale o gratuito, è bensì necessario e importante*, che si declina nelle più concrete situazioni del vivere. Tutto questo avviene nel modo più diretto nel fare musicale. Lo studio musicale è tensione continua verso l'espressività: la nostra presenza si esprime attraverso l'opera ed esprime la sua necessità, nel farne risplendere la bellezza se ne nutre.

Tutto questo vale d'altronde per ogni autentica esperienza artistica. Assomiglia anche molto alla *presa di coscienza*. Se ricordiamo che centro focale di ogni psicoterapia è l'intimo coniugarsi di presa di coscienza e condivisione con l'altro, appare chiara la portata terapeutica dell'espressione artistica. Proprio nell'esprimermi agli altri, mi conosco.

Infine, cantare insieme: chi canta in una compagine corale si sente parte integrante di un cosmo in cui ogni particolare risuona di significato, ogni accadimento è intenzione che gli si rivolge. Organizzare la propria voce insieme a quella degli altri significa far coesistere le presenze, entrare nella comunità degli altri, significa entrare in un cosmo in cui l'altro è lo sfondo della mia presenza e io reciprocamente lo sono per la sua. È un'esperienza completamente antitetica alla solitudine della grande sofferenza mentale. Il cosmo della polifonia è mondo col quale intrecciamo un fitto dialogo denso di significato. La voce individuale esprime la presenza e insieme costituisce una colonna portante della totalità. In questo cosmo svaniscono le opposizioni conflittuali dalle quali ci sentiamo lacerati: fra soggetto ed oggetto, fra individuale e collettivo, con tutte quelle che ne seguono. Cessiamo di essere soltanto individui isolati, per divenire piuttosto colonne portanti della totalità, elementi senza il quale il cosmo crollerebbe, e in questa funzione troviamo il senso profondo della nostra presenza.

Giorgio Moschetti