

VISIONI SFUMATE

Tra realtà, arte e arteterapia

di Rita Marizza

Stiamo vivendo un periodo storico tra i più singolari, probabilmente, della nostra civiltà. Un periodo in cui, pur essendo informati di tutto ciò che accade in ogni parte del mondo, siamo sempre più spaesati e sempre meno comprendiamo tutto ciò che accade intorno a noi poiché i riferimenti che abbiamo del passato, la storicità degli eventi, non sono più sufficienti a spiegare il futuro.

Stiamo vivendo su un treno in corsa, incerti sulla sua destinazione e minacciati da eventi imprevedibili: la rivoluzione tecnologica, il mercato dominante, la globalizzazione, la competitività e la precarietà, il cambiamento ininterrotto e continuo e l'ignoto futuro.

Questo si somma alla continua necessità di adeguarsi a rapidi mutamenti di priorità, di assetti, di prospettive, senza avere la certezza che questi aspetti possano rimanere immutati.

È questo vivere in una costante incertezza che ci logora e ci fa sentire vittime impotenti di un sistema/ingranaggio, strumenti che non possono fermarsi mai, pena l'essere espulsi dal sistema stesso e non trovare altra collocazione.

Questa crisi si esprime a diversi livelli, tutti essenzialmente interconnessi.

Innanzitutto a livello individuale. L'uomo che vive nella "modernità liquida", come l'ha definita Zygmunt Bauman, è ammalato di incertezza e di frenesia, in preda a variabili infinite e incontrollabili, impotente e spaesato; ci si rende conto d'essere congedabili in qualsiasi momento e in qualsiasi situazione. Nella nostra vita affettiva e familiare, nelle amicizie personali, nell'attività lavorativa e nei contatti con i colleghi vige la precarietà, il lungo termine sembra non esistere più, l'attaccamento si affievolisce, i rapporti si possono troncare con un *sms* o su socialnetwork (basta un tweet per dare l'addio a chi si dichiarava di amare il giorno prima) e la comunità sociale e lavorativa è sempre variabile, si cambia lavoro, residenza, conoscenze, presi nel vortice di un'esistenza che niente lascia immutato; dominano, per dirla con Spinoza, le "passioni tristi" cioè il senso di impotenza e di disgregazione poiché l'enorme sviluppo del sapere della scienza, che sembrava consentire all'uomo il dominio sulla natura e sul divenire, in realtà ha lanciato gli uomini nella totale incertezza. La persona è, poi, sempre più assorbita dalla sfera lavorativa tanto che a ognuno di noi sembra di "non avere mai tempo". Ed effettivamente si percepisce questo cambiamento continuo e rapido con ritmi che vanno aldilà di ogni epoca storica. Ed è proprio l'effetto della "modernità liquida" quello in cui le forme sociali non conservano a lungo la loro forma poiché si sciolgono improvvisamente prima ancora di assumerne una. Le cause sono molteplici e le origini sono essenzialmente socio-economiche. Tanto per citarne alcune la globalizzazione e la forte interconnessione tra i mercati, la fortissima evoluzione tecnologica soprattutto in alcune zone del globo, i pesanti squilibri geopolitici che provocano le migrazioni di vaste fette di popolazione in cerca di pace e di benessere, la crisi economica e la disoccupazione e tutte le conseguenze psico-sociali su persone, famiglie e società.

Insomma, nell'arco di un ventennio, da un'epoca in cui eravamo stati educati alla conservazione (della famiglia, delle tradizioni, della casa, del posto di lavoro, degli oggetti stessi) siamo balzati in un mondo che esige il cambiamento, il dinamismo, la flessibilità, la crescita a ogni costo. Non sono più le leggi della natura a cui dobbiamo dare ascolto ma sono le leggi economiche del business che regolano, o meglio, de-regolano le nostre esistenze.

In effetti la vita dell'uomo è subordinata alle esigenze economiche e tecnologiche e, purtroppo, i fini dell'economia non coincidono con quelli dell'uomo: la produzione ha per suo ultimo scopo l'autopotenziamento, che non riguarda il benessere dei cittadini. Sembra che le uniche idee veramente universali siano quelle del business. Ne è prova la frase che mille volte sentiamo pronunciare da economisti e politici "Bisogna rilanciare i consumi per aumentare la produzione". Dunque noi dobbiamo consumare per produrre invece che produrre per consumare, come esige un'economia a livello-uomo.

Ne dà prova anche il marketing, sempre più abile e sofisticato nel proporre prodotti e servizi del tutto inutili, provocando ulteriore confusione nel consumatore e frustrazione per chi non può permettersi spese aggiuntive.

E quindi si è spinti a guadagnare sempre di più e a lavorare sempre più, con un'ansia e un'attenzione spasmodica nel "mantenere il posto di lavoro" (per chi ce l'ha) o nel ricercarlo, adattandosi alle esigenze del mercato e delle aziende, per chi deve trovarlo.

Ma l'azienda (qualsiasi azienda) non dà sicurezza. Vigete sempre di più il precariato, il contratto a progetto, l'assunzione a breve e brevissimo termine (anche giornaliera), poiché le aziende hanno come fine la produttività maggiore a bassi costi: meno lavoratori impiegati a parità di risultato.

"Le aziende non prevedono il futuro; devono continuamente fare con i conti con la concorrenza, la tecnologia, i mercati, le leggi; quindi cambiano rotta molto spesso e lo fanno senza chiedere il permesso ai collaboratori. La sopravvivenza e il successo dipendono dalle doti psicologiche di resistenza alle difficoltà e di creatività nell'immaginare e costruire sempre nuove opportunità. È indispensabile essere molto competenti, aggiornati, capaci di automotivarsi e...fortunati." (F. Muzzarelli)

Siamo nell'era del Longlife Learning cioè dell'apprendimento continuo per tutta la vita poiché si sta esasperando il nostro ciclo di vita nel mondo del lavoro.

Bisogna sempre sentirsi giovani, competitivi, motivati. Pena l'esclusione, l'espulsione dal treno in corsa e la perdita di tutto ciò che si è conquistato e fatto nella vita e nel lavoro. I risultati a livello umano sono devastanti perché contribuiscono ad aumentare le ansie da prestazione, a destabilizzare i rapporti con i colleghi e con le persone con cui si è a contatto, a essere assorbiti totalmente dal lavoro e non avere più tempo per sé stessi e la famiglia. Ci troviamo perciò stanchi, frettolosi, irritabili, diffidenti; inoltre non si vede una via d'uscita e il futuro è sempre più nebbioso.

Siamo anche, ormai, tutti dipendenti dei prodotti della tecnica: computer, telefoni, automobili, elettrodomestici, Internet, in casa e fuori, nei rapporti con gli altri, al lavoro.

Tutta la nostra vita sembra regolata dal funzionamento dei nostri apparati elettronici. Guai a un guasto che ci destabilizza e ci fa sentire impotenti.

La tecnica non è più, ormai, uno strumento a nostra disposizione ma è diventata l' "ambiente" stesso in cui ci muoviamo. D'altronde, in una società dominata dall'efficientismo e dall'ottimizzazione del rapporto mezzo/finalità, è necessario adeguarsi. Ma dobbiamo anche chiederci dove stiamo andando e fino a che limite possiamo giungere.

Heidegger, già nel 1959, si esprime profeticamente in questi termini: *"Ciò che è inquietante non è che il mondo si trasformi in un completo dominio della tecnica. Di gran lunga più inquietante è che l'uomo non sia affatto preparato a questo radicale mutamento del mondo"*.

E infatti oggi siamo al punto in cui gli uomini sono stati via via ridotti a "funzionari degli apparati della tecnica". Nel contempo sono gradualmente sparite, negli anni, le botteghe artigianali, preziose attività collegate a tradizioni storiche antichissime, i loro prodotti sono stati sostituiti dai made in China o in Corea; i lavori manuali sono considerati in subordine e sono affidati a immigrati o sottosalarati; anche i piccoli negozi di quartiere sono ormai pochissimi, soffocati dalle catene di supermercati di proprietà delle multinazionali. Non conta più il rapporto umano, la personalità di ognuno ma solo la funzionalità dell'uomo, sempre e solo al servizio del profitto.

Tutto ciò svilisce ogni rapporto e crea inquietudine, solitudine e ansia nelle persone alla ricerca innanzitutto del benessere economico per potersi consentire di restare sul veloce treno della modernità.

Dal momento della difficile ricerca del primo lavoro in poi siamo pervasi dall'ansia del successo e dal timore del fallimento.

Come dice Bauman, troppe persone al giorno d'oggi percepiscono l'esistenza non più come un fiume che scorre ma come un "insieme disordinato e imprevedibile di profonde pozzanghere". Non c'è più una direzione precisa in cui incanalare i nostri sforzi economici e sociali ma un correre affannoso nell'esaltazione della triade "flessibilità, mobilità e rischio".

Questo concorre al degrado progressivo della vita soggettiva e sociale e soprattutto incide sul senso di identità e sulla personalità degli individui.

Richard Sennett, sociologo americano studioso dell'individuo inserito nel lavoro e nel contesto urbano, autore de "L'uomo flessibile. Le conseguenze del nuovo capitalismo sulla vita personale", asserisce che alla base del disagio psicologico post-moderno si trova la crisi della relazione personale, cioè la destrutturazione e la frammentazione del tempo di vita. Anche in Bauman troviamo un'affermazione simile "Il pensiero e l'azione di lungo termine tracollano; non si può più parlare di sviluppo, maturazione, carriera; la vita si frammenta in episodi a volte anche contraddittori."

Infatti oggi le nostre vite non hanno traiettorie precise, cambiano a seconda del momento, si vive alla giornata scollegati da un progetto di vita a lungo termine. Non c'è tempo per fermarsi a progettare: i treni veloci sono tanti, bisogna essere pronti a scendere da uno e salire rapidi sull'altro che, chissà dove porterà. Il risultato è una vita frammentata in mille episodi, ognuno scollegato dal passato e dal futuro in cui vigono le regole che Bauman, nel suo "La Società dell'incertezza"-1999- codifica in questo modo:

.....[dobbiamo osservare certe regole] a lume di naso, in gran parte negative, come: non programmare viaggi troppo lunghi-più breve è il viaggio, maggiori sono le possibilità di completarlo; non attaccarti emotivamente troppo alle persone che incontri alle soste-meno sei legato meno ti costerà andare avanti; non impegnarti troppo con persone, luoghi e cause-non si può mai sapere quanto dureranno o quanto le giudicherai degne del tuo impegno; non pensare alle tue risorse di oggi come un capitale-i risparmi si svalutano velocemente, e quello che un tempo era un capitale culturale tende a trasformarsi in breve tempo in una passività culturale. Oltre a tutto ciò, non differire la gratificazione, se puoi evitarlo. A qualsiasi cosa tu tenga, cerca di ottenerla subito; non puoi sapere se la gratificazione che cerchi oggi sarà in ugual misura gratificante domani.

Ecco che, in questo modo, la narrazione della nostra vita diviene discontinua, frammentata. Procediamo adattando il nostro Sé al momento contingente e non siamo in grado di progettare il domani poiché il futuro è diventato nebbioso, ignoto. Anche la nostra identità è in continua trasformazione il che, di per sé, non è negativo. Lo è se questa trasformazione è troppo rapida, non voluta e non conseguente alle situazioni precedenti; al di fuori, cioè, di un'armonica evoluzione che porta a un progresso sia individuale che sociale.

Al contrario, asserisce Bauman in "Vite di scarto", il concetto di progresso sembra indicare "...la minaccia di un cambiamento inesorabile, ineludibile che invece di promettere pace e sollievo non preannuncia altro che crisi e affanni continui, senza un attimo di tregua".

Una delle conseguenze è un senso di smarrimento; uno "smarrimento sentimentale" nei confronti della realtà, che spesso non sentiamo più appartenerci perché non sappiamo come modificarla.

E da qui anche un senso di non appartenenza e di sfiducia sociale nei singoli e nelle istituzioni. Prova ne è la partecipazione sempre minore delle persone alle votazioni: "Tanto che ci possiamo fare..." "Tanto non cambia nulla..." "Non siamo noi a decidere...". Queste le frasi più frequenti di quel 50% delle persone che già da anni non va più a esercitare un suo diritto.

E' anche smarrimento sociale, dunque, generato dalla crescente sfiducia nella possibilità d'essere partecipi del proprio destino, dal sentirsi abbandonati da parte delle istituzioni e, anzi, sfruttati e defraudati, dell'impossibilità di instaurare una relazione serena con una realtà incerta, ambigua e incoerente e quindi vediamo il nostro futuro sfumato, senza contorni, non pianificabile. *“La precarietà del presente rende le mete non identificabili o prive di significato motivazionale ed esistenziale”*.

La gara della modernità, quindi, ci sfida su un terreno molto complesso, personale e profondo: dobbiamo essere capaci di riconoscere, raccogliere, costruire ed esprimere la nostra identità in un contesto psicosociale che sembra fare di tutto per impedircelo. Intanto la corsa continua.

...

...Negli ultimi decenni abbiamo assistito a un aumento vertiginoso e rapidissimo della produzione di immagini da parte dei media di tutto il mondo: pubblicità, notiziari, immagini postate su blog e socialnetwork rappresentano un'immensa mole di informazioni visive. Ciò ha contribuito alla perdita di valore dell'immagine stessa, non più intesa come icona o simbolo archetipico ma ridotta a oggetto di consumo. In queste immagini che costantemente ci oberano e ci assillano, sfruttate dalla società dei consumi e dai media che hanno bisogno di vendere i loro prodotti, l'eccesso di regolarità, di chiarezza, di “colorismo” è legato a un bisogno di rassicurazione. Invece i fermenti più interessanti dal punto di vista artistico vanno verso la sperimentazione e la rottura dei codici di linguaggio comuni. Infatti il nostro mondo, basato sull'istante, sul fuggevole, sulla velocità, trova una sua adeguata espressione estetica proprio nel frammento, nel disarmonico e, soprattutto, nello sfumato, nell'evanescente, nell'incerto, che produce un effetto di straniamento e induce anche a soffermarsi per osservare e riflettere.

Il mondo in cui viviamo ha, infatti, dolorosamente, un bisogno assoluto di una messa a fuoco più morbida delle problematiche sociali e individuali, bisogno di flessibilità e di tolleranza e l'Arte, specchio della società in cui viene prodotta, ha sempre una risposta.

...

In un momento storico epocale, dunque, in cui vediamo travolti stili di vita che credevamo stabili nel tempo, in cui ci sentiamo sopraffare dall'incertezza a livello globale: incertezza nella stabilità economica, occupazionale, culturale e politica, l'Arte ci insegna che l'incertezza deve essere gestita, non subita, né tantomeno esasperata. Infatti la straordinaria velocità delle comunicazioni ci consente di condividere ad ampio livello timori e incertezze ma anche di portarli all'esasperazione non permettendoci, così, una visione obiettiva degli stessi.

Dobbiamo saper gestire l'incertezza per consentirci di partecipare, seppur parzialmente, al cambiamento che sta avvenendo fuori ma anche dentro di noi. Siamo poco educati all'incertezza e questo provoca ansia e frustrazione. Eppure siamo consci che nella vita c'è sempre ampio spazio per l'aleatorio e che ben poco di ciò che ci riguarda può essere programmabile o prevedibile. La nostra vita è costellata di eventi legati al caso eppure sentiamo il bisogno di programmare tutto, per sentirci rassicurati. Ma viviamo nella “modernità liquida” in cui l'incertezza è ormai un dato di fatto esistenziale. D'altronde il tutto programmato può portare all'immobilismo, all'abitudine e persino a confondere la realtà con le nostre rappresentazioni mentali mentre l'incertezza può aiutarci a creare ipotesi innovative, a cercare nuove soluzioni ai problemi, a fare supposizioni per cercare o per adattarci al cambiamento, a crearci nuovi schemi mentali, valorizzando la crescita della creatività e della libertà individuale, dando “significati” diversi alle cose e agli eventi.

Il pedagogista Jerome Bruner asserì che a contraddistinguere la specie umana è proprio la “ricerca del significato” la quale, a sua volta, fa parte del processo creativo che, non solo fa parte dell'arte visiva ma coinvolge anche l'immaginazione e l'affettività insieme ai processi emotivi e conoscitivi. Studi psicologici hanno, infatti, dimostrato che non sempre è svantaggioso esse-

re in una situazione di incertezza o di mancanza di controllo poiché la mente stessa si attiva per compensare e funzionare in modo alternativo, cercando di cogliere comunque una struttura su cui basarsi e una logica nascosta. Ecco che la creatività può essere non solo uno degli antidoti per la situazione dell'incertezza in cui viviamo ma può diventare una via privilegiata per un'emancipazione individuale e sociale, fattori necessari per vivere positivamente nella modernità globale.

Ed è proprio attraverso l'Arte che possiamo trasmettere la fiducia che l'incertezza non è un pericolo inevitabile ma un'occasione per una possibile opportunità di cambiamento, di rinnovamento, di crescita. E non solo questo. Noi arteterapeuti possiamo anche fornire un luogo "altro" per poter scendere, seppure temporaneamente, dal treno in corsa: i nostri atelier, luoghi d'arte e di cura in cui le persone possano riappropriarsi di sé stessi, dei pensieri, delle emozioni, della propria identità e anche del proprio tempo. Un tempo dedicato a sé stessi, oltre la frenesia dell' "esserci", al di fuori delle pressanti richieste esterne, senza ansie da prestazione, lasciando fluire la propria interiorità e tutto quanto pesa all'interno di sé stessi; per poter dare luogo e continuità a un progetto, a un percorso e, forse, vedere un po' meno nebbioso il futuro; per avere la certezza che ci sono luoghi dove esiste un attaccamento alle persone e le cose si conservano.

Mi ha inviato un *sms* una mia utente, poco tempo fa, assentata dall'atelier per un periodo di tempo a causa di problemi familiari. Dice testualmente: "Sono stanca!!! Mi manca l'atelier e l'atmosfera rilassante che si respira. Qua si corre sempre per mille fattori..."

Ecco, bisogna riappropriarci di sé stessi e di un tempo dedicato a sé così si può anche imparare ad amare il silenzio, tanto temuto dal mondo con cuffie e auricolari, in quest'epoca di frastuono esterno e interiore.

//

Ogni forma di riproduzione è vietata © Marizza/ArTeA 2014