

CMT Centro di Musicoterapia - Studi e ricerche
Scuola Triennale di Musicoterapia



“SONGWRITING IN MUSICOTERAPIA”

Esperienza presso la
“Il Casa Circondariale” di Bollate (Mi)

Andrea Pagliaro
Via Don Agazzi 7
Pedrengo (Bg)
e-mail: a-pagliaro@libero.it
cell: 328/5615024

RELATORE

PROF: PAOLO CERLATI

TESI DI DIPLOMA DI:

ANDREA PAGLIARO

Anno 2014

Indice

→ Ringraziamenti	4
→ Introduzione	5
→ Capitolo 1: La Forma Canzone	8
• 1.1 – Le origini della canzone Moderna	10
• 1.2 – Aspetti psico-percettivi connessi all’incontro con la canzone	13
• 1.3 – La canzone come oggetto mediatore	15
• 1.4 – Il suono della voce: dalle parole al canto	17
→ Capitolo 2: Musica e Terapia: l’improvvisazione, strumento per la relazione terapeutica	22
• 2.1 – Musica e Benessere; dalle origini alle ricerche scientifiche.....	22
• 2.2 – L’improvvisazione in Musicoterapia.....	28
• 2.2.1 – Contesti applicativi	30
• 2.2.2 – Obiettivi.....	32
• 2.3 – Musica usata come terapia o in terapia.....	33
• 2.4 – Il canto materno: improvvisazione terapeutica per madre e bambino	36
→ Capitolo 3: Songwriting: strumento terapeutico	39
• 3.1 – Il Songwriting in musicoterapia	39
• 3.1.1 – La canzone nel setting musicoterapico.....	42
• 3.1.2 -Ascolto, strumento per il dialogo.....	46

• 3.1.2.1 – Il Dialogo.....	46
• 3.1.2.2 – L’ascolto.....	47
• 3.1.2.3 – Dialogo, Ascolto e Silenzio.....	49
• 3.2 – Modelli psicologici e musicoterapici di riferimento.....	53
→ Capitolo 4: Tecniche e modelli del Songwriting	60
• 4.1 - Canzoni composte dal Musicoterapista.....	62
•4.1.1 – Canzone di saluto.....	63
•4.1.2 – Canzone descrittiva.....	65
•4.1.3 – Canzone di lavoro.....	67
•4.1.4 – Canzone soliloquio.....	70
• 4.2 - La composizione guidata di canzoni.....	71
•4.2.1 – Canzone facilitata.....	71
•4.2.2 – Canzone improvvisata.....	85
→ Capitolo 5: Applicazione clinica del “Songwriting”	85
• 5.1 - Musicoterapia e Songwriting con adulti in oncologia.....	85
•5.1.1 – La composizione di canzoni con pazienti adulti, nei reparti di oncologia e ematologia.....	86
•5.1.2 - La Composizione di canzoni a sostegno dei pazienti oncologici.....	88
•5.1.3 - Composizione guidata di musica e parole originali (GOLM)	89
• 5.2 - Composizione di canzoni con bambini affetti da malattie ematologiche maligne.....	95
• 5.3 - Songwriting con pazienti, in fase terminale	100
• 5.4 - Songwriting con pazienti affetti da problemi di salute mentale.....	108

<ul style="list-style-type: none"> • 5.5 - Songwriting per l'esplorazione del cambiamento d'identità e della percezione del Sé a seguito di un trauma cranico 	114
→ Capitolo 6: Esperienza di Songwriting presso la	
<ul style="list-style-type: none"> • “II Casa Circondariale di Bollate” 	125
<ul style="list-style-type: none"> • 6.1 – La “II Casa Circondariale” di Bollate..... • 6.2 – Musicoterapia nelle strutture detentive..... • 6.3 – Il progetto di musicoterapia presso la “II Casa Circondariale” di Bollate..... <ul style="list-style-type: none"> • 6.3.1 – L'incontro di musicoterapia • 6.3.2 – Songwriting al 7° reparto 	125 129 141 147 149
→ Capitolo 7: Protocolli osservativi.....	160
→ Conclusioni:	175
→ Bibliografia	177
→ Sitografia	180

L'idea di sviluppare questo elaborato nasce alla luce di un tirocinio svolto presso la "II Casa Circondariale" di Bollate, in provincia di Milano, attraverso il quale mi è stato possibile sperimentare per la prima volta la tecnica del Songwriting, considerata nei termini di esperienza musicoterapica.

Nel percorso di studi svolto al CMT e nel percorso di formazione che mi ha portato a conseguire il titolo di "Tecnico del modello di Benenzon", non ho mai avuto modo di approfondire la tecnica della scrittura di canzoni come strumento terapeutico, trovandomi così nella pratica a condividere, con il musicoterapista tutor e i detenuti, una modalità esperienziale rispetto alla quale mi sentivo poco reparto.

Così ho iniziato a documentarmi, affidandomi alla bibliografia esistente sull'argomento. Ho dovuto presto realizzare che, mentre sul Songwriting in musicoterapia esistono alcuni libri, tutti in lingua inglese a parte uno in lingua italiana, riguardo alla musicoterapia in carcere, e quindi sul Songwriting musicoterapico nelle strutture penitenziarie, non esiste bibliografia.

Ho scelto perciò di scrivere una tesi che potesse, a partire da un'esperienza concreta e pratica, riassumere tutti gli aspetti più significativi relativi alla tecnica del Songwriting in musicoterapia, non tralasciando di analizzare i fattori storici, culturali ed emotivi che caratterizzano la "canzone" in primis e dedurre come questa riesca a divenire strumento di relazione e di comunicazione in alcuni contesti clinici e all'interno di una struttura carceraria.

Kenneth Bruscia scrive in un suo elaborato:

"...Le canzoni sono strumenti con cui gli esseri umani esplorano le proprie emozioni. Esse esprimono chi siamo e come ci sentiamo, ci avvicinano agli altri, ci tengono compagnia quando ci sentiamo soli, articolano le nostre convinzioni e i nostri valori. Quando gli anni passano, le canzoni portano testimonianza della nostra vita. Esse ci permettono di rivivere il passato, di esaminare il presente e di esprimere i nostri sogni per il futuro.

Le canzoni tessono storie delle nostre gioie e dolori, svelano i nostri segreti più intimi, ed esprimono le nostre speranze, le nostre delusioni, le nostre paure, i nostri trionfi.

Sono i nostri diari musicali, le nostre storie di vita, sono i suoni del nostro sviluppo personale...".

E' molto interessante ciò che Bruscia sostiene, perché affida all'esperienza attraverso la canzone in musicoterapia il compito di dare senso e forma alla storia personale del paziente, la quale spesso contiene al suo interno un disagio che ha bisogno di emergere in superficie per essere preso in carico.

In quella specifica canzone è racchiuso il frutto della coscienza di un uomo o una donna che soffre e che ricerca un appiglio cui aggrapparsi, o ancora in essa è rappresentata l'ascolto verso se stessi e da parte del terapeuta, che si allontana dal proprio Io per onorare al meglio la profondità di quel racconto sonoro.

Numerose sono le esperienze cliniche e sociali che hanno permesso al Songwriting di inserirsi nella pratica musicoterapica, non solo come una delle proposte da mettere in campo con i propri pazienti, ma come un metodo terapeutico strutturato, nel quale i processi d'azione vengono di volta in volta condivisi ed elaborati nella relazione paziente-terapeuta.

Che si condivida l'esperienza con bambini malati terminali, con persone detenute o con individui che hanno subito un trauma cranico, il Songwriting in musicoterapia offre ai pazienti la possibilità di raccontarsi e delineare la propria storia, valorizzata e protetta da un contorno sonoro che la rende bella.

Si tratta di una bellezza della canzone, ben lontana dall'estetica musicale, in quanto a darle valore è il peso emotivo del suo contenuto testuale, che acquisisce una forma artistica che le permette di essere più facilmente condivisibile tra le persone che ne vengono a contatto.

Ho scelto dunque di approfondire questo tema, affrontandolo inizialmente da un punto di vista storico, ripercorrendo, dalla nascita sino ad arrivare ai giorni nostri, gli sviluppi della forma canzone.

Ho poi sentito la necessità di approfondire il tema dell'improvvisazione, che rappresenta il fulcro su cui si costruisce l'esperienza musicoterapica, nella quale è importante distinguere l'utilizzo della musica in terapia dall'utilizzo della musica come terapia.

Sono poi entrato nello specifico del Songwriting, valutandone le potenzialità terapeutiche all'interno di un percorso musicoterapico in cui l'obiettivo principale è la comunicazione per la quale bisogna costruire un dialogo, mettendo in campo l'ascolto e il silenzio relativo.

Approfondendo l'argomento ho distinto le tue tecniche principali di Songwriting che vedono da una parte tutte le situazioni in cui le canzoni sono composte dal terapeuta e

dall'altra i contesti in cui i pazienti possono cimentarsi nella composizione, guidati dal terapeuta.

Mi sono soffermato poi su tutti gli ambiti clinici in cui il Songwriting ha maggiormente trovato spazio fin d'ora, parlando quindi di contesti oncologici, traumatologici, e di cure palliative.

Ho infine dedicato l'ultimo capitolo all'esperienza musicoterapica di Songwriting presso la "II Casa Circondariale di Bollate", ponendo l'attenzione sul contesto, il gruppo, i bisogni dei detenuti e il lavoro svolto insieme.

Riflettendo su questo elaborato, mi sono chiesto perché un paziente, ovvero una persona in una condizione di difficoltà, dovrebbe scegliere di cantare?

Victor Zuckerkandl nel suo libro "Man the Musician" scrive:

"... Wittgenstein ha sbagliato quando ha scritto che quello che non siamo in grado di dire dobbiamo consegnarlo al silenzio. Non è affatto vero. Quello che non siamo in grado di dire, noi possiamo cantarlo..."

Se il canto diventa strumento per esprimere ciò che non si sa dire, acquisisce allora un valore terapeutico per il quale vale la pena provarci.

Esperienza di Songwriting presso la “II Casa Circondariale di” Bollate

6.1 – La “II Casa Circondariale” di Bollate

(Dal sito www.carcereibollate.it)

La “II Casa di Reclusione di Milano-Bollate” viene inaugurata nel dicembre del 2000 come Istituto a custodia attenuata per detenuti comuni (secondo il disposto dell'art. 115 del dpr 231\2000).

In questa struttura, sin dall'inizio è stato attuato un progetto, in conformità con la politica dell'Amministrazione penitenziaria dei circuiti penitenziari differenziati, il quale prevede per ogni tipologia di detenuti una risposta punitiva differente, bilanciando l'aspetto punitivo e quello rieducativo della pena, in un ventaglio di opzioni che va dal regime del "41 bis" di alta sicurezza, al circuito dei detenuti comuni, alla custodia attenuata per tossicodipendenti e per detenuti comuni non pericolosi socialmente e all'esecuzione penale esterna (lavoro all'esterno e misure alternative alla detenzione).

- Il Recupero dell'identità del detenuto

La selezione dei detenuti ammessi al progetto consente di proporre loro un tipo di pena che lasci libertà di movimento e di organizzazione della propria giornata. Di contro, il detenuto si impegna a partecipare, insieme agli operatori, all'organizzazione della vita carceraria, con un sistema di compartecipazione che lo vede protagonista delle scelte organizzative. I detenuti, riuniti in commissione, decidono autonomamente quali attività culturali sportive e quali eventi organizzare. Sostengono i loro compagni in difficoltà fornendo loro, con la supervisione e il monitoraggio di giuristi volontari, consulenza legale gratuita. I delegati dei vari reparti accolgono i compagni appena arrivati, collaborando con la direzione per proporre correttivi all'organizzazione o discutere dei problemi di convivenza che si trovano ad affrontare. Sin dalla sua fondazione si è fatta strada la cultura del "peer support" funzionale anche ad alleviare le conseguenze della carenza di operatori del sostegno.

- La condivisione dell'organizzazione

Uno dei primi obiettivi del progetto è stato quello di condividere l'organizzazione con gli enti pubblici e del privato sociale che lavorano con l'Istituto. Sono stati istituiti, e funzionano da quattro anni, tavoli di lavoro "orizzontali" per l'organizzazione delle attività lavorative, scolastiche e terapeutiche. Ad esempio, la destinazione d'uso di ogni spazio all'interno dell'area lavorativa viene decisa da commissioni che rappresentano il mondo dell'impresa, profit e non, sulla base di valutazioni legate alla possibilità di sviluppo sul mercato esterno dell'attività proposta. Ogni tre mesi tutte le realtà che operano a qualunque titolo nel carcere si riuniscono per un confronto operativo generale sullo stato del progetto e sulle difficoltà di ogni singolo settore operativo. In materia di lavoro, una delle ambizioni del progetto è quella di cedere progressivamente la gestione delle attività di somministrazione alle cooperative dei detenuti che si sono costituite in questi primi quattro anni di lavoro. L'amministrazione penitenziaria, piuttosto che dare lavoro in cambio della "merce", diventa committente di un servizio; al detenuto viene così trasmessa una diversa cultura del lavoro.

- La Decarcerizzazione

La decarcerizzazione è una delle colonne portanti del progetto; a Bollate si è raggiunta un'alta percentuale di lavoratori all'esterno. Vengono finanziati dal Comune e dalla Regione progetti per la costituzione di reti operative esterne che si occupino di reperire possibilità di lavoro all'esterno, con la facilitazione delle borse lavoro del Comune per i primi mesi di assunzione. Molta importanza viene data allo strumento del permesso premio, utilizzato anche per far conoscere e condividere con l'esterno le attività interne dei detenuti.

- Progetti educativi trattamentali

- Offerta istruttiva

Presso il Carcere di Bollate sono attivi un corso per il conseguimento della licenza elementare, della licenza media e della licenza media superiore (Istituto Tecnico Commerciale-lingue estere).

Vi sono inoltre corsi brevi di informatica e inglese (primo e secondo livello).

- Offerta formativa

L'offerta formativa è organizzata, di anno in anno, grazie al sostegno del Fondo Sociale Europeo.

Vengono attivati corsi che possano successivamente permettere un inserimento lavorativo all'interno delle cooperative già presenti in Istituto.

È stato inoltre attivato un corso di grafica multimediale (finanziato dal Ministero della Giustizia) per 4 detenuti.

- Offerta universitaria

Sono presenti attualmente in Istituto 6 detenuti iscritti all'Università, di cui uno ad un corso on-line attivato dall'Università degli Studi di Milano. Per questi detenuti sono previsti spazi e tempi appositi, atti ad agevolare lo studio, e la disponibilità di un operatore dell'Area educativa che tiene i contatti con i docenti universitari.

- Offerta ricreativa culturale

All'interno dell'Istituto vengono spesso organizzati eventi culturali, anche attraverso l'apporto di associazioni del privato sociale e del volontariato. In primo piano l'attività teatrale, che prevede l'istituzione di una compagnia stabile grazie ai detenuti che partecipano ai corsi, tenuti dagli operatori della Coop. Soc. EsTia; la Compagnia recita nelle rappresentazioni organizzate sia all'interno che all'esterno del carcere. In teatro vengono ospitate compagnie esterne che propongono rappresentazioni per i detenuti.

Presso l'Area Educativa è attiva una Biblioteca che conta più di 16.000 volumi, con collegamento on-line con le biblioteche del consorzio Milano Nord. La biblioteca è organizzata e gestita dall'Associazione Mario Cuminetti, con la collaborazione dei detenuti.

Accanto alla Biblioteca è attivo uno Sportello Giuridico che prevede come operatori sia detenuti sia giuristi volontari, che aiutano i reclusi a formulare e inoltrare richieste alla Magistratura competente. I detenuti, con la supervisione di educatori e volontari, si riuniscono in commissione con cadenza settimanale, per vagliare le proposte di attività culturali e eventi rivolti a tutti i detenuti. Sono attive due sale musicali autogestite, oltre ad un percorso di Musicoterapia di gruppo, nel quale i detenuti compongono canzoni e preparano un concerto di fine anno al quale partecipano ogni anno i detenuti di un reparto differente.

Per quanto riguarda le attività sportive, sono attivi i tornei di calcio (uno con squadre esterne, uno con squadre interne) e il torneo di tennis. Da quest'anno la squadra di calcio della II CR di Milano è iscritta al campionato di seconda categoria.

- Offerte di lavoro

L'elemento del lavoro è centrale nel trattamento rieducativo e viene potenziato attraverso contatti con ditte esterne che portano all'interno dell'istituto diverse attività lavorative, impiegando in tal modo i detenuti e formandoli in base alle richieste del mercato del lavoro.

Vi sono più di 30 imprese che collaborano con la struttura, permettendo la realizzazione di questo grande progetto.

6.2 – Musicoterapia nelle strutture detentive

“In osservanza del “decreto legislativo al nr 196, del 30 giugno 2003”, ponente l’attenzione in materia di rispetto della privacy, i nomi delle persone citate, detenuti della “II Casa Circondariale” di Bollate, saranno sostituiti con altri nomi , che attribuirò con criterio casuale, e che non corrispondono a persone di mia conoscenza, partecipanti all’esperienza di musicoterapia.”

Da Dicembre 2012, ho avuto l’onore di rientrare in un progetto di musicoterapia, fondato e gestito dall’associazione “Arpamagica” di Milano presso la “II Casa circondariale” di Bollate.

Qui ho incontrato la professionalità di Diego Mori, musicoterapista diplomato al CEMB di Milano, docente di Songwriting presso la scuola dell’associazione “Arpamagica”, con il quale ho avuto modo di instaurare un rapporto di fiducia e di collaborazione molto arricchente.

Ho svolto in questa realtà circa 70 ore di tirocinio, durante le quali mi è stata offerta la possibilità di venire a conoscenza della tecnica del Songwriting, come strumento terapeutico nel contesto detentivo che cercherò di descrivere in questo capitolo.

Nel precedente capitolo, ho avuto modo di illustrare l’applicazione del Songwriting come approccio musicoterapico per alcune condizioni fisiche e patologiche, quali la malattia oncologica, i problemi di salute mentale, la condizione di vita in stato terminale e il trauma cranico, che rappresentano gli ambiti principali in cui il lavoro creativo musicale ha trovato fin d’ora maggior applicazione.

Questi stati patologici condizionano profondamente la vita delle persone contro il loro volere e senza che abbiano alcuna possibilità di autodeterminazione in questo senso.

Diverso invece è il contesto detentivo del carcere, dove le persone acquisiscono lo status di detenuti in quanto autori di un reato, protagonisti di una scelta dannosa per altre persone o contesti sociali.

La prima grande differenza tra i pazienti descritti nel precedente capitolo e i pazienti detenuti, di cui tratterò in questo, è caratterizzata proprio dalla “possibilità di scelta”.

Dal punto di vista giudiziario, uccidere una persona, compiere una rapina, rubare, abusare di un minore, attuare atteggiamenti aggressivi, essere impegnati in traffici illeciti, evadere il fisco, ecc., rappresentano azioni che la persona sceglie di compiere,

consapevole delle conseguenze legali e penali a cui va incontro. D'altra parte non si può essere inconsapevoli in quanto "La legge non ammette ignoranza".

Così che queste persone, protagoniste di tali scelte, si trovano a far i conti con un'esperienza di vita estremamente forte, vivendo una condizione determinata dalla punizione, dalla privazione della libertà, degli affetti, di alcuni effetti personali e purtroppo, in molti casi, della dignità.

Ci tengo a sottolineare sin da subito che, con queste parole, non voglio intendere che la detenzione carceraria sia un provvedimento errato o una pratica esecutiva che non ha senso di esistere, ma piuttosto, alla luce dell'esperienza fatta a Bollate, vorrei sostenere l'importanza dell'intervento educativo e riabilitativo a discapito dell'approccio unicamente punitivo.

Che cosa può imparare un bambino nel momento in cui, ogni volta che sbaglia, viene messo in punizione, senza che gli vengano offerti gli strumenti necessari per comprendere il suo errore?

Sono proprio gli strumenti di comprensione che, offerti in modo adeguato, distinguono un provvedimento educativo e riabilitativo da un intervento punitivo.

Il bambino ha sì bisogno di un'azione forte, che lo porti nella condizione di riflettere sul proprio agito, ma al contempo necessita soprattutto del calore delle persone, adulti, di cui impara a fidarsi, che gli offrano gli strumenti per comprendere e distinguere il buono dal cattivo, il bene dal male e acquisire così la capacità di discernere e scegliere.

Perché allora sostengo l'approccio riabilitativo attuato presso la "II Casa Circondariale di Bollate"?

Lo accolgo e lo condivido perché credo che la punizione, come unico intervento, non offra gli strumenti per riflettere sulla propria condizione e sulle azioni fatte; non dia la possibilità alle persone detenute di accettare la privazione della libertà, come occasione per ricostruirsi una personalità solida, pronta per essere giocata correttamente nella vita quotidiana.

L'intervento punitivo è lo specchio dell'organizzazione giuridica, che per comodità ha la necessità di associare ad una causa una conseguenza, ad un'azione un provvedimento, o meglio, ad una serie di azioni lo stesso provvedimento.

Questa prassi, se da una parte è comprensibile, in quanto permette di snellire i processi burocratici, dall'altra annienta la componente umana, disagiata, espressa nell'azione compiuta; quella componente, insomma, che richiede di non fermarsi alla sola azione, al solo reato, ma di scavare nel profondo per individuarne le motivazioni scatenanti.

E' importante allora chiedersi quanto l'azione compiuta, il reato, sia davvero frutto di una scelta consapevole e quanto invece, sia causata da un disagio, da una sofferenza, da un bisogno, o semplicemente da un errore, dovuto ad un momento di instabilità.

Credo che sia doveroso porsi queste questioni, perché diversamente si rischia di ridurre queste persone all'etichetta di detenuti.

Tornando alle diversità culturali di cui parlavo nello scorso capitolo, direi che trasversalmente nelle diverse culture il detenuto è stato sempre considerato come "colui che ha sbagliato e deve pagare".

Per fortuna negli ultimi anni, in Europa e in Italia a Bollate, si sta cercando di modificare questa accezione, considerando i detenuti innanzitutto "persone", le quali hanno commesso un errore e che scontano sì una pena, ma non per pagare, ma piuttosto per comprendere le proprie azioni e imparare dall'errore fatto, per diventare migliori.

Così risulta necessario parlare con queste persone, capire il loro contesto di vita in termini di famiglia, affetti, lavoro, passioni, sogni; è importante condividere quali siano le loro difficoltà, debolezze e preoccupazioni, perché da queste spesso è stata determinata la causa scatenante dell'azione illegittima, che talvolta non viene riconosciuta nemmeno dal detenuto stesso.

Questo perché, chi commette un reato molte volte non ha gli strumenti, non solo per scegliere di non farlo, ma tanto meno per rielaborarlo, ricercandone le cause profonde che hanno portato a commetterlo.

Ci si ritrova, dunque, in un contesto che, per quanto possa essere strutturato attentamente, è comunque un carcere, un ambito in cui si è privati della libertà, delle proprie abitudini, dei propri spazi, dei propri familiari e conoscenti lasciando invece spazio al senso di colpa, al rimorso, al desiderio che tutto finisca presto, ai pensieri persecutori relativi a ciò che può pensare la gente al di fuori, a cosa potrà succedere alla propria famiglia e soprattutto se, usciti, si ritroverà ancora una famiglia.

Sono davvero molti i pensieri dolorosi che un detenuto affronta tutti i giorni e spesso sono proprio questi che innescano o alimentano patologie psichiatriche.

A maggior ragione, queste persone hanno bisogno nella loro esperienza carceraria di incontrare figure d'aiuto, che propongano loro modalità, strumenti, occasioni per tirare fuori il disagio che vivono e che si portano dietro da molto tempo. Hanno bisogno di condividere, di ricostruirsi una personalità, di ritrovare una dignità; e tutto ciò può avvenire soltanto se si instaurano delle relazioni significative positive, che allontanino il

senso di solitudine e attraverso le quali sia possibile smontare tutte le costruzioni mentali che potrebbero determinare l'insorgere e lo sviluppo di patologie psichiatriche. Molti detenuti assumono farmaci antidepressivi, in quanto si trovano in difficoltà a gestire il peso della loro situazione.

Porto come esempio Marco: ha perso il lavoro, non vede le sue due figlie adolescenti da due anni poiché sono state affidate ad un'altra famiglia, ha una moglie che, a causa della sua carcerazione, è caduta in una forte depressione e, infine, è colmo di debiti dovuti alle continue spese legali e al sostegno economico che in qualche modo deve assicurare alla moglie.

E' chiaro come questa situazione, davanti alla quale Marco si sente assolutamente impotente, risulta essere molto pesante da sopportare; in aggiunta si trova a vivere in un ambiente difficile: come ho già detto, nonostante la casa circondariale di Bollate sia ben strutturata e ben organizzata, resta comunque un carcere, nel quale bisogna fare i conti con le regole, i controlli della polizia penitenziaria, con l'impossibilità di avere liberamente relazioni telefoniche e epistolari e, infine, condividere tutti i propri giorni di pena a stretto contatto con altri detenuti, con i quali non è sempre detto che si riesca ad andare d'accordo.

In queste condizioni credo che cadere in depressione e demoralizzarsi sia una normale conseguenza.

Si capisce bene, allora, come questo stato depressivo sia il terreno fertile nel quale alcuni disagi psichici possano prendere il sopravvento, minando l'equilibrio mentale delle persone.

Per limitare questo rischio e offrire un supporto ulteriore, nella struttura di Bollate oltre al sostegno psicologico e alle numerose attività occupazionali, si aggiunge la proposta di un percorso musicoterapico.

La musicoterapia in un contesto detentivo può aiutare a creare immagini del mondo differenti. Porta, inoltre, a galla emozioni, traumi, chiusure e anche alterazioni soggettive che creano un mondo basato solo sul male.

Ma la prima cosa che ritengo sia terapeutica, in un percorso di musicoterapia in carcere, è una relazione caratterizzata da "assenza di giudizio". Un elemento assolutamente non trascurabile dell'ambiente carcerario e dell'esperienza detentiva è, infatti, proprio il giudizio. I detenuti si trovano in quel luogo perché sono stati giudicati colpevoli, vivono spesso in relazione con avvocati per far sì che il proprio giudizio, e quindi la propria pena, acquisisca una forma differente.

Vi è poi, come accennavo, la paura del giudizio di chi è fuori dal carcere, come i familiari, gli amici i parenti, che inevitabilmente innesca un senso di colpa, un sentirsi dei “vermi”¹.

Ho subito notato la paura di queste persone di essere giudicate, nel momento in cui, non sapendo ancora nulla della loro storia o del motivo per il quale fossero lì, presentandosi hanno tutti avuto la necessità di far seguire al loro nome frasi del tipo: “sono qui perché, fuori quello lì mi ha incastrato”, oppure “ tanto ci vedremo per poco, perché io non ho fatto nulla”, oppure “ quando uscirò di qui finalmente tutti crederanno che sono innocente”.

Sia chiaro: tutte queste persone, hanno potuto anche non raccontarmi il vero, rispetto al loro essere innocenti, però mi ha colpito profondamente il loro mettere le mani avanti, prima che io potessi anche solo dubitare per un istante e quindi essere giudicante nei loro confronti. L’assenza di giudizio, che deve esserci in un percorso musicoterapico, credo sia il primo fattore che permette l’instaurarsi di una relazione profonda tra detenuto e terapeuta o all’interno di un gruppo tra tutti i membri.

Non sentirsi giudicati offre alle persone una possibilità di condividere i propri disagi e rendersi conto, a fronte di alcune condivisioni, che la propria difficoltà è la stessa di qualcun altro, iniziando così a costruire legami, non solo di amicizia ma di aiuto e sostegno reciproco; è l’idea che sta alla base dei gruppi di mutuo aiuto.

Costruita una relazione positiva e un contesto non giudicante, dalla proposta musicoterapica emerge il secondo fattore importante, ovvero la musica.

La musica acquisisce un valore determinante per iniziare a prendere contatto con la storia dei detenuti e per ognuno di loro l’ascolto di canzoni diventa occasione per iniziare a condividere le proprie passioni musicali, i propri cantanti preferiti, i brani conosciuti e gli eventuali aneddoti collegati a questi.

Parlando di musica, almeno nella mia esperienza a Bollate, mi riferisco alle canzoni di musica leggera, per lo più italiane, che dagli anni 60 in poi hanno segnato e caratterizzato momenti importanti della vita degli Italiani. Basti pensare a quante fantasie amorose e bei ricordi suscita la canzone “Sapore di Sale” di Gino Paoli, o alla carica patriottica contenuta nella canzone “Italiano” di Toto Cotugno. Inoltre molte di queste appartengono al repertorio di diverse generazioni. Affidarsi alle proprie canzoni, quelle che hanno scandito la propria vita, significa possedere uno strumento in più per

¹ Parola utilizzata da un detenuto durante una chiacchierata post – incontro di musicoterapia

raccontarla. E' significativo, e direi anche bello, conoscere queste persone attraverso la loro storia musicale.

Il dottor Benenzon chiamerebbe questa storia "Iso Culturale", la storia sonora, le esperienze che hanno formato la cultura musicale della persona.

Il fattore musica prevede oltre alle canzoni anche gli strumenti musicali.

Molte persone in carcere possiedono competenze strumentali che, allo stesso modo delle canzoni, sono parte integrante della loro vita; rappresentano per loro una competenza, un motivo di autostima, un'occasione di "giudizio" positivo di sé tra tanti negativi e soprattutto rappresenta la possibilità di compiere un'attività che veniva svolta anche fuori, quando si era in libertà. Inevitabilmente suonare acquisisce un sapore nostalgico di libertà, che tiene accesa la fiammella della speranza e del desiderio. Il desiderio di cui parlo qui è lo stesso desiderio al quale accennavo parlando di malati in fase terminale: il desiderio di vivere, e di conquistare, o meglio, riconquistare una condizione migliore.

Alcuni detenuti, vedendo i propri compagni d'esperienza suonare la chitarra o il pianoforte, sviluppano il desiderio di imparare, di poter accompagnare le proprie canzoni preferite, e dimostrare agli altri, ma credo, prima a se stessi, il proprio valore, la volontà e la capacità di cimentarsi nello studio di uno strumento musicale.

Said per esempio era elettrizzato nel suonare la chitarra per la prima volta tant'è che mi ha confidato: "Era qualcosa che desideravo da tanto tempo".

Il fattore musica per i detenuti vuol dire anche carica energetica, movimento, ritmo, trascinarsi, emozione, presenza, elementi che, seppur per poche ore, riescono a distoglierli dal disagio, dalle preoccupazioni, offrendo una visione della vita in generale e della loro vita in quel momento diversa dall'idea che abita le loro menti.

Il terzo elemento che caratterizza l'intervento musicoterapico è il verbale.

Le persone in carcere sentono il bisogno di comunicare verbalmente le loro emozioni, i loro bisogni, le loro richieste; sentono cioè il bisogno di non avere filtri nella comunicazione a loro più comoda. Ciò deriva ancora una volta dal contesto in cui si trovano, che li obbliga ad avere un filtro burocratico per tutte le comunicazioni importanti che riguardano la loro vita e la loro realtà extra-carceraria.

I detenuti non possono utilizzare cellulari, posta elettronica e social network.

Per poter comunicare con l'esterno devono attendere il giorno e l'ora della settimana nel quale è concesso il colloquio con un loro familiare. Per le telefonate invece devono fare

una “richiesta scritta”² che deve essere presa in visione dall’agente di polizia penitenziaria preposto a consentire o meno i contatti telefonici.

Allo stesso modo, tutti gli incontri che avvengono all’interno della struttura con avvocati, psicologi, educatori ecc. e tutte le richieste legate all’utilizzo degli spazi e del materiale di cui possono necessitare, ai permessi d’uscita ecc. devono essere concordati previa richieste scritte, per le quali le risposte non avvengono mai in giornata e spesso neanche in settimana.

Ecco perché, durante gli incontri di musicoterapia, i detenuti sentono il bisogno, reale, di comunicare le loro questioni importanti verbalmente, senza passare, appunto, da richieste e domandine.

La presenza significativa del verbale, non esclude però l’importanza del non verbale, soprattutto agli occhi del musicoterapista. I detenuti, in base al loro stato d’animo e alla propria condizione psichica, mostrano elementi non verbali molto significativi e comunicativi agli occhi di chi riesce a leggerli. Si tratta di mimica facciale, cura nel vestirsi, articolazione delle parole, rigidità corporea, tic nervosi, iper-sudorazione, “elevato numero di sigarette”³, agitazione, livello di nervosismo alto o di contro totale indifferenza al contesto ecc.

Sono elementi comunicativi non verbali che assumono cambiamenti significativi, anche solo a distanza di una o due settimane.

Ovviamente questi aspetti non verbali vanno ad aggiungersi invece ai discorsi verbali, dei quali a volte è difficile capirne il senso a causa della loro disorganizzazione e incoerenza temporale, oppure che si ripresentano identici di settimana in settimana, come se si ripetesse una poesia a memoria.

Si comprende allora che molti detenuti vivono una condizione psichica al quanto disturbata, ma come ho già più volte detto, ciò è condizionato molto dal contesto.

Un ultimo fattore importante dell’esperienza musicoterapica è il tempo.

I detenuti sostengono sempre che in carcere il tempo non passi mai e, laddove la prospettiva della pena è intorno ai 12-15 anni, ci si rende conto di quanto sia faticoso psicologicamente.

L’esperienza musicoterapica per i detenuti è di due ore alla settimana, quindi occupa un minimo del loro tempo all’interno della loro vita settimanale; proprio per questo, il

² Nel gergo del carcere è chiamata “domandina”

³ Nei corridoi del carcere di Bollate è permesso fumare

tempo a disposizione per l'incontro viene scandito in 3 fasi, che lo valorizzano, includendo ciò di cui sentono maggiormente bisogno.

- Fase dell'accoglienza

La fase dell'accoglienza è un momento molto intimo, e importante.

I detenuti accolgono il musicoterapista, come una famiglia accoglie un ospite in casa; il saluto è spesso affettuoso, caratterizzato da abbracci, baci sulle guance e poi sorrisi.

Questa è la fase in cui, alla domanda da parte del terapeuta "tutto bene??", la persona risponde "sì, però..." Oppure "no, perché...".

E' proprio questo il momento di cui parlavo precedentemente, in cui possono comunicare direttamente a qualcuno i propri disagi, senza passare per richieste cartacee formali.

E' questo il momento in cui si raccontano gli sviluppi legali avvenuti in settimana, saputi a colloquio con gli avvocati, oppure le informazioni avute durante il colloquio settimanale con un proprio caro rispetto alla situazione familiare, e poi anche lo stato d'animo e di salute del detenuto, che evidentemente, non vive del tutto sereno.

- Fase dell'esperienza musicoterapica

Dopo il primo momento della durata di circa mezz'ora, nel quale il musicoterapista ha cercato di dedicare un po' di tempo a tutti, vi è la fase dell'esperienza musicoterapica.

Qui si canta, ci si muove, si compongono canzoni, si discute sui gusti musicali propri e altrui; è il momento in cui qualcuno si esibisce i progressi strumentali fatti in settimana e in cui alcuni fanno richieste affinché il musicoterapista gli canti o gli suoni la sua musica o canzone preferita.

E' importante sottolineare, che il regolamento di alcune case circondariali e di alcuni reparti, vieta l'utilizzo di riproduttori di musica; viene vietato quindi l'utilizzo di lettori mp3, walkman, lettori cd ecc.

Ecco che allora, la richiesta di eseguire una canzone o una musica, fatta al musicoterapista, acquisisce un valore diverso dal solito, in quanto rappresenta un desiderio condizionato dalla necessità di scegliere tra tutte le canzoni preferite quella che si vuole ascoltare in quel momento, consapevoli che sarà l'unica possibilità della settimana, di ascoltare musica.

- Fase del saluto e dei ringraziamenti

Si arriva poi all'ultima fase, vincolata dall'orario di ritorno nelle celle per l'appello e i controlli di routine, per i quali non si può mancare o arrivare in ritardo, incappando così in richiami sgradevoli.

Anche questo è un momento molto intimo, in cui ci si saluta e ci si dà appuntamento all'incontro successivo.

E' bello come si respiri un senso di riconoscenza nei confronti delle persone che dall'esterno entrano in questo contesto per permettere che quest'esperienze abbiano vita.

Molto importante è il darsi appuntamento all'incontro successivo, confermare che qualcuno la volta seguente ci sia, perché per queste persone l'incontro di musicoterapia rappresenta una delle poche certezze positive e forse il momento più atteso della settimana.

Il musicoterapista in tutte queste fasi deve assumere il ruolo di sostegno laddove percepisce delle difficoltà e di guida, rispetto all'esperienza, laddove si rende conto che il gruppo si sta perdendo.

Deve cercare di essere il meno invasivo possibile, soprattutto nelle attività creative, in quanto l'esperienza musicoterapica è un'occasione importante per i detenuti e è giusto che la vivano da protagonisti.

Il musicoterapista, quindi, sostiene musicalmente e strumentalmente; fa in modo che il risultato musicale dell'esperienza sia piacevole all'ascolto, poiché i detenuti, pur non essendo nella maggior parte dei casi musicisti, hanno comunque gusto critico musicale.

Con questo, non voglio però affidare all'estetica del risultato finale un valore maggiore di quanto realmente possieda. Ciò che assume importanza è, infatti, l'esperienza in sé e il risultato finale risulta significativo, non perché rispetti canoni estetici musicali, ma bensì poiché è frutto di un percorso, di una condivisione e di una cooperazione.

Il musicoterapista inoltre può proporre alternative nelle situazioni in cui possono nascere divergenze tra idee o gusti; l'obiettivo generale del terapeuta, ad ogni modo, è di assicurarsi che per tutti possa essere un'esperienza positiva e che non si inneschino meccanismi frustranti per qualcuno. Ad esempio, nella mia esperienza accadeva che il signore il quale suonava le tastiere volesse decidere le canzoni da cantare e quelle da non cantare, in quanto lui in qualche modo sentiva di avere più potere, acquisito con la sua competenza allo strumento.

Questo per altri partecipanti rischiava di rendere l'esperienza frustrante. Queste dinamiche dovrebbero essere affrontate, gestite e risolte grazie all'intervento e le competenze personali del musicoterapista.

L'attività musicale e nello specifico musicoterapica, in questo contesto, spontaneamente accompagna e educa i carcerati al rispetto delle regole.

E' noto, infatti, che la musica si costruisce su delle regole, che non sono solo relative alla mera teoria musicale, ma anche ad esigenze fisiologiche e fisiche: l'educazione all'ascolto, all'attesa, al silenzio, al respiro regolare, al controllo della propria voce, all'intonazione condivisa, al controllo del proprio corpo e soprattutto alla cooperazione per il raggiungimento di un obiettivo.

Sono questi elementi che rendono l'esperienza musicale terapeutica, in quanto contribuiscono alla formazione fisica e sociale della persona. Una persona che riesce a prendere consapevolezza del proprio corpo, della propria voce, delle proprie potenzialità, è una persona che sta meglio, e che ha conquistato degli strumenti importanti per il sostegno nei momenti di debolezza e di depressione.

Parlo del raggiungimento di un obiettivo.

E' importante che il gruppo partecipante all'esperienza condivida un obiettivo, che può essere concretizzato nello studio o nella composizione di una canzone, nella preparazione di un concerto, nella registrazione di un disco, nella preparazione di serate di letture e musica o, laddove le circostanze lo permettano, nell'organizzazione e la preparazione di un risultato musicale che possa essere portato all'esterno del carcere.

Sono tutti obiettivi molto ambiziosi, che devono però essere ridimensionati e misurati a seconda sia delle potenzialità delle persone che vi partecipano, sia dei limiti del contesto nel quale, come i detenuti, anche i musicoterapisti non sono liberi di proporre qualunque cosa, se non previa richieste formali, per le quali le risposte potrebbero non arrivare mai.

A prescindere da quale sia l'obiettivo, averlo è importantissimo, perché proietta i detenuti verso il futuro, e dà occasione di stimolo per tutto il percorso.

E' molto educativa anche l'idea di affrontare un percorso, che richiede fatica e impegno ma che porta ad un risultato bello, apprezzato. Per i detenuti l'esperienza carceraria deve assumere questa forma di percorso e processo in evoluzione; è sicuramente un'esperienza faticosa, ma che porterà, se vissuta bene, al ritrovamento di nuovi aspetti della propria personalità.

Accennavo alla difficoltà nel poter proporre al gruppo progetti e obiettivi ambiziosi, che rischiano di non poter essere realizzati nel reparto in cui i detenuti si trovano.

Ciò perché non indifferente è il rapporto con l'istituzione carceraria, che ha come primo compito quello della sicurezza del mantenimento dell'ordine.

Per questa ragione, spostamenti tra i reparti o, a maggior ragione, esperienze all'esterno del carcere sono di enorme difficoltà organizzativa. Difficile ma non impossibile.

Gli spostamenti tra i reparti, per esempio, possono essere effettuati solo dopo aver ottenuto numerosi permessi da altrettante figure amministrative e di controllo.

Questo perché gli spostamenti devono essere scortati e gestiti dalla polizia penitenziaria, in orari opportuni e solo per detenuti che hanno determinate caratteristiche.

Per esempio, un detenuto all'inizio della pena ha molti meno privilegi rispetto ad un detenuto a fine pena che, per intenderci, può tornare a casa il week end.

Per questa ragione si rischia di organizzare delle attività artistiche alle quali non tutto il gruppo può partecipare e evidentemente non sarebbe giusto.

Il tema dell'istituzione risulta molto forte soprattutto nell'instaurarsi delle relazioni con i detenuti.

Le persone in carcere non vedono di buon occhio il luogo in cui sono costretti a vivere, come tutte le istituzioni, in quanto, qualunque sia la circostanza, tutti lì dentro si sentono vittime.

Questa reputazione nei confronti dell'entità giudiziaria facilmente può ricadere anche sul musicoterapista che, soprattutto in una fase di conoscenza iniziale, è tenuto in considerazione non come esperto nella disciplina che propone, ma bensì come persona che arriva da fuori; il terapeuta, dunque, non è vittima e rischia, agli occhi delle persone detenute, di assumere il ruolo di carnefice.

Soprattutto in questa fase di accettazione della nuova figura, non è raro, per esempio, che si venga messi alla prova con richieste che vanno contro il regolamento dell'ente detentivo.

Accade dunque che ci si trovi in difficoltà.

Da una parte si ha il desiderio di soddisfare tutte le richieste, soprattutto quando assumono un contenuto drammatico; condivido l'esempio di Martin che non sentiva la madre, operata di un tumore molto grave, da 3 mesi, in quanto, essendo neo carcerato, non aveva ancora la possibilità di telefonare; mi chiese, lasciandomi un bigliettino nella tasca della giacca, di chiamare il numero segnato e parlare con la madre per comunicarle che lui stava bene e la pensava. Inoltre desiderava avere sue notizie.

A caldo ho pensato subito che non mi sarebbe costato proprio nulla fare una telefonata, soprattutto se queste erano le condizioni.

A freddo, invece, ho scelto di negare la richiesta che Martin mi aveva fatto, ritenendo questa la cosa giusta da fare.

Dall'altra parte, infatti, non bisogna dimenticarsi che ci si trova all'interno di una struttura, dove la possibilità di operare è il risultato di una fiducia nel percorso proposto

ma anche nelle persone che si mettono a disposizione per portarlo avanti. E' dovere di tutte le persone che operano per la rieducazione assicurarsi che le regole dettate dal contesto vengano rispettate e rispettarle in prima persona.

Ho temuto di aver compromesso con la mia scelta la relazione con questa persona; poi, però, parlandogli e spiegandogli chiaramente le motivazioni del mio rifiuto, sono riuscito a evitare incomprensioni e conquistare di contro stima da parte sua, ponendomi nei panni di una persona solida e consapevole.

Credo che sia molto importante che il musicoterapista, riesca ad essere coerente con la sua personalità anche di fronte alle situazioni più difficili, in quanto le persone detenute hanno bisogno di sperimentare l'autenticità per farla divenire poi una propria caratteristica.

6.3 – Il progetto di musicoterapia presso la “II Casa circondariale” di Bollate

Il progetto di musicoterapia presso la “II Casa circondariale “ di Bollate, nasce nel 2008, quando l’associazione “Arpamagica”, in collaborazione con alcuni docenti della scuola di musicoterapia della stessa associazione, ha messo a punto un progetto d’intervento negli istituti penitenziari proponendo attività di musicoterapia rivolte ai detenuti che lo desideravano e un programma particolare dedicato alle donne.

Come in tutte le strutture detentive, anche presso “Bollate”⁴ esiste un padiglione maschile e un padiglione femminile.

A causa di alcune interferenze logistiche, da tre anni il progetto di musicoterapia si è concentrato solo presso il padiglione maschile.

In questo padiglione, suddiviso in reparti, vi è il 7° Reparto il quale, a differenza di tutti gli altri, è un contesto protetto e isolato.

I detenuti di questo reparto scontano condanne legate a reati di natura sessuale: sex offender, pedofili, stalker, violenze familiari, ecc.

Vi è anche un sotto-reparto costituito dai collaboratori di giustizia i quali, però, non hanno accesso al progetto di musicoterapia.

La proposta musicoterapica è volta a creare, attraverso il “far musica”, un clima non conflittuale e non competitivo nel quale trovare nuovi modelli relazionali improntati alla cooperazione e alla condivisione empatica.

Essendo il 7° reparto isolato, offre una serie di servizi condivisibili solo con le persone dello stesso reparto, quali la biblioteca, la sala informatica, la sala colloqui, la sala prove, la sala polivalente, la palestra, la sala pittorica e all’interno di ognuna ci sono delle persone, volontarie o gli stessi detenuti, che durante il giorno gestiscono delle attività e dei percorsi.

L’unica attività che i detenuti di questo reparto possono condividere con gli altri è la scuola, a cui molti di loro sono iscritti per conseguire la licenza media o il diploma di tecnico commerciale.

Il carcere di Bollate è uno dei pochi in Italia, se non l’unico, dove è in vigore un protocollo di apertura delle celle, che prevede che i detenuti siano liberi di girare nel

⁴ Da qui in poi abbrevierò “II Casa Circondariale” di Bollate, solo con “Bollate”

loro reparto dalla 8:00 sino alle 20:00, rientrando in cella solo dalle 14:00 alle 15:00 per l'appello di mezza giornata.

Questo protocollo offre un livello di benessere alle persone nettamente superiore rispetto ad altre strutture detentive, dove il protocollo prevede solo l'"ora d'aria", ossia un'ora al giorno in cui si passeggia in un cortile murato.

Il laboratorio di musicoterapia avviene tutti i lunedì dalle 17:30 alle 19:30 nella stanza polifunzionale nella quale, oltre a delle sedie e ad un tavolo, vi è un pianoforte digitale abbastanza datato e un armadio contenente delle chitarre, dei cartelloni, un rullante di una batteria e qualche piccola percussione.

Questo armadio è sempre chiuso a chiave e viene aperto solo durante l'esperienza di musicoterapia da un addetto che, oltre a gestire questo compito, ha il ruolo di raccogliere le firme dei presenti, che serviranno poi per i controlli incrociati che la polizia penitenziaria svolge in caso di disguidi.

L'addetto, Flavio, si può considerare il responsabile interno del progetto di musicoterapia, quindi è lui che si interessa di verificare che l'aula sia sempre libera, che tutti abbiano eventualmente i testi delle canzoni e che non partecipino persone non iscritte al laboratorio o non autorizzate.

Le condizioni, affinché possa essere svolto il laboratorio, sono che si conosca la lista precisa di chi partecipa all'esperienza e che non si introducano strumenti musicali o altro dall'esterno senza il dovuto permesso, ottenuto a fronte di una richiesta formale.

Ci sono però anche delle condizioni richieste dal musicoterapista, quali:

- Libertà di scelta da parte dei detenuti rispetto all'iscrizione al laboratorio;
- Possibilità di svolgere il laboratorio senza la presenza di personale di controllo all'interno della stanza.

L'esperienza musicoterapica deve essere frutto di una scelta libera, in quanto questa libertà nel contesto detentivo offre, già di per sé, un beneficio e accompagna dunque all'esperienza terapeutica.

Inoltre, per le persone che scelgono di partecipare, il laboratorio deve essere un'occasione di distacco dal contesto in cui vivono, devono sentire la libertà di esprimersi, di condividere e di costruire insieme agli altri; questo è il motivo della richiesta di non avere un poliziotto nella stanza, in quanto renderebbe difficile innanzitutto il distacco dalla realtà carceraria e poi di conseguenza la possibilità di liberare la propria mente e i propri ricordi musicali.

Detto ciò, i detenuti che vogliono partecipare devono come sempre formulare una richiesta, che nella maggior parte dei casi viene accordata, e raggiungere la stanza polifunzionale tutti i lunedì alle 17:30. Ai partecipanti, ovviamente, viene richiesta serietà, costanza e rispetto delle regole e dei contenuti che vengono condivisi.

Si tratta di un'esperienza di musicoterapia di gruppo a cui sono regolarmente iscritti una quindicina di persone.

L'età media dei partecipanti è di circa 40-50 anni. Tra questi il più giovane ha 29 anni e è un ragazzo marocchino che chiamerò Nordin, mentre il più anziano ha quasi 70 anni e lo chiamerò Pierangelo.

Come si vede la forbice dell'età è abbastanza elevata; il gruppo è composto quindi da due generazioni.

Nonostante questo, risulta molto equilibrato e compatto sia nelle scelte musicali che nelle relazioni tra i membri.

Tra questi c'è anche Carlo, un signore sessantacinquenne, bassino, con i capelli bianchi, estremamente educato e riconoscente: adora Adriano Celentano e non c'è volta in cui non richieda di essere accompagnato in una delle sue canzoni; la sua preferita è "La storia di Serafino", in quanto dice che è molto simile alla sua storia da ragazzo. Carlo è un testimone di Geova e tutte le settimane nella fase di saluto mi consegna un giornalino, in cui ci sono una serie di riflessioni sui temi dell'umanità rielaborati in chiave spirituale secondo la fede che ha abbracciato.

Carlo, non conosco il motivo per il quale sia a Bollate, ha trovato sostegno, oltre che nell'esperienza musicoterapica, anche nella fede che settimanalmente può professare, grazie ad un predicatore che lo va a trovare, insieme a tutti gli altri testimoni detenuti.

Oltre a Carlo, incontro Flavio, di cui ho già accennato qualcosa precedentemente: signore cinquantenne, padre di famiglia, che nella sua vita ha fatto alcune esperienze musicali, come corista in una formazione parrocchiale e come studente di pianoforte per alcuni anni.

Anche riguardo a Flavio non conosco il motivo della sua incarcerazione; sicuramente, negli ultimi due anni ha passato momenti in cui soffriva di disturbi psichici.

Ha attraversato una fase in cui soffriva di deliri di onnipotenza, per via dei quali sosteneva che il gruppo senza di lui non avrebbe quasi avuto senso di esistere. Per far sì che l'esperienza musicoterapica potesse continuare ad esistere, nonostante l'incompetenza dei partecipanti, secondo il suo modo di vedere, era necessario dare lezioni di canto e insegnare agli altri la tecnica. Ha, quindi, attivato delle lezioni alla

domenica pomeriggio, in cui istruiva gli altri riguardo all'impostazione della voce, secondo dei modelli inesistenti e poco funzionali.

Questo per lui ha rappresentato il modo di rimanere a galla, in quel contesto. Ovviamente è stato compito e cura del musicoterapista riportarlo lentamente a contatto con la realtà, con la sua reale condizione sì di persona molto appassionata alla musica, ma non di insegnante di canto.

Il lunedì incontro anche Filippo, signore sulla quarantina d'anni, bello alto, slanciato e ben piazzato dal punto di vista muscolare, poiché quotidianamente si allena in palestra.

Filippo ora si trova a Bollate ma questa per lui è la terza esperienza in carcere.

Le prime due volte è stato arrestato per delle rapine in banca, mentre ora sta scontando una pena di due anni e mezzo per aver aggredito la sua compagna, dopo averla scoperta insieme ad un altro uomo nel proprio letto di casa, rientrato dal lavoro in notturna nella fonderia vicino casa.

Filippo mi ha raccontato più e più volte questa storia: dice di sentirsi una vittima, sostenendo che i giudici non riescano ad apprezzare il fatto che l'abbia solo picchiata e non uccisa.

Mi vengono i brividi quando mi racconta che in quel momento lo avrebbe fatto, ma poi, preso da un senso di pena, l'ha graziata.

Filippo è un uomo di indole reattiva e aggressiva, e non si direbbe mai che la sua più grande passione sia la musica liturgica per organo.

Mi racconta spesso, invece, che il parroco del suo paese, bravo organista, gli permetteva di sedersi accanto a lui mentre eseguiva alcuni brani e che è sempre rimasto affascinato dalla potenza e dall'energia sonora scatenata da questo strumento.

Probabilmente lo percepisce come uno strumento simile a sé.

Un'altra persona che incontro durante il laboratorio e che citavo prima è Marco, padre di famiglia, cinquantenne, ex autista di tram a Milano, il quale si trova a Bollate come sua prima esperienza carceraria, con l'accusa di aver abusato delle sue figlie.

Per questa ragione sta scontando una pena di cinque anni, ha perso il lavoro, le sue figlie sono state date in affidamento ad un'altra famiglia e sua moglie è caduta in una forte depressione.

Marco all'interno del carcere ha trovato la forza di lottare e di non abbandonarsi, nell'esperienza musicoterapica, che vive con estrema serenità e gli permette di abbandonare i suoi pensieri per un breve lasso di tempo.

Inoltre, già diplomato da ragazzo, Marco sta frequentando la quinta superiore, per diplomarsi come tecnico commerciale. Lo sta facendo per ampliare le possibilità di trovare lavoro una volta uscito o di poter ricoprire qualche incarico di segretariato all'interno del carcere, iniziando a ridurre i debiti dovuti alle spese legali e al sostegno finanziario dovuto alla moglie.

Si diplomerà presentando una tesina sui disturbi psichiatrici e sosterrà, in pochissime parole, come la sua depressione e i suoi lievi disturbi persecutori siano stati alleviati grazie all'esperienza musicoterapica. Per questa tesina mi ha fatto molto piacere scrivergli alcune brevissime dispense, che sintetizzano la relazione tra la musica e i disturbi psichiatrici.

Da pochissimi incontri si è inserito anche Almir, signore cinquantenne marocchino che parla poco l'italiano pur capendolo molto bene.

Almir mi ha colpito poiché sin dal primo momento è rimasto affascinato dalla chitarra, al punto da imparare a suonarla discretamente in pochissime settimane.

Nella sua storia musicale, oltre ai brani tradizionali della sua terra, rientrano i "Beatles", gli "Eagles", i "Rolling Stones" e la sua canzone preferita, che ha imparato a suonare subito con la chitarra, è "Hotel California".

Anche per quanto riguarda Nordin, non ho informazioni rispetto al motivo per il quale si trovi in carcere.

Vi è poi Pierangelo, signore settantenne, molto silenzioso, del quale sono riuscito a scoprire il nome solo pochi mesi fa, perché da tutti è chiamato "zio".

Pierangelo sta sempre seduto e nel gruppo, oltre ad ascoltare, fa solo un'altra cosa: suonare l'armonica in LA che gli è stata regalata dall'associazione che coordina il laboratorio.

E' spesso coinvolto dagli altri per suonare l'introduzione di alcune canzoni, che purtroppo, per questioni di estensione vocale, non possono essere suonate in LA maggiore; così che bisogna sempre escogitare delle modulazioni che possano portare alla tonalità cantabile, in maniera graduale.

Di Pierangelo non saprei dire altro e probabilmente anche i suoi compagni di cella non lo saprebbero fare, in quanto è davvero molto silenzioso e introverso.

Al laboratorio è sempre presente, raggiungendo la sala con un largo anticipo.

Per il gruppo, nonostante la sua modalità poco relazionale, Pierangelo è un punto fermo, un tassello importante, stabile, su cui si appoggia molto.

Del gruppo fanno parte anche Fabio, Martin, Loris, signori sulla quarantina d'anni che all'interno del carcere lavorano rispettivamente come cuoco, carpentiere e addetto alle pulizie.

Tutti e tre stanno terminando la loro pena, riguardo alla quale non hanno mai avuto modo di riferirmi nulla.

Fabio è siciliano, separato, con figli e nella vita in libertà lavorava come muratore; uscito dal carcere si stabilizzerà a Milano dove vorrà lavorare nuovamente come muratore.

Fabio ha una bellissima voce, infatti è da qualche anno il cantante ufficiale della band formatasi nel reparto.

Martin è Boliviano, ha dei figli che vivono a Bergamo e da qualche settimana ha la possibilità di uscire dal carcere per recarsi in una struttura protetta per stare con i suoi figli.

In carcere lavora come carpentiere e vorrebbe tantissimo avere con sé il suo charango per far sentire a me, al musicoterapista e ai suoi compagni quanto è bravo.

Loris invece è un ragazzo del Ghana. Parla pochissimo l'italiano ma impara velocemente le canzoni che cantiamo insieme.

Ha una spiccata musicalità e capacità ritmica, però non vuole suonare le percussioni.

L'ultima persona di cui scriverò è Francesco, chitarrista molto bravo, che a Bollate gestisce la sala prove del 7° reparto.

Insieme ad altri detenuti del reparto, tra i quali Fabio, ha composto una band, che ha i permessi, sotto stretto controllo della polizia penitenziaria, di uscire dal carcere per fare dei concerti all'esterno e che ha avuto l'onore di fare un concerto insieme ai Righeira, il gruppo famoso per la canzone "Vamos a la playa"

Francesco inoltre tiene delle lezioni di chitarra per tutti coloro che desiderano imparare e i suoi allievi decidono poi quasi tutti di iscriversi al laboratorio di musicoterapia.

Nordin è sicuramente uno dei suoi allievi migliori.

Anche per Francesco, non so quale sia il reato commesso che lo ha costretto alla detenzione. So per certo che ha una passione forte nei confronti della musica e una competenza tecnica strumentale significativa, che danno valore anche estetico al nostro lavoro di gruppo.

Nell'immaginario comune si ha un'idea dei detenuti, come persone alte, muscolose, tatuate, con delle cicatrici e la faccia burbera.

Nella mia esperienza mi sono trovato subito a dovere mettere in discussione questo costrutto culturale, avendo incontrato persone che, per la maggior parte dei casi, non rispecchiano in nessun modo l'immagine originaria.

Allo stesso tempo, diventa però difficile spiegarsi come delle persone dall'aspetto semplice e comune e dall'atteggiamento così accogliente e riconoscente, abbiano potuto compiere delle azioni le cui conseguenze li ha portati in quel contesto.

E' il caso di Carlo, per esempio, il quale ha una parvenza educata, di nonno che porta al parco i suoi nipotini e che ti saluta con frasi come " l'umanità si costruisce sul bene e non sul male" oppure "perché odiarsi quando ci si può volere bene?", suggerite dal suo convinto credo religioso.

Bellissimo si direbbe! Se non fosse che chi sta dicendo queste cose è recluso in un reparto protetto, per aver commesso un reato sessuale.

Non si tratta di essere giudicanti, al contrario. Piuttosto rendersi consapevoli di quanto siamo condizionati da strutture mentali dettate dalla nostra ignoranza, piuttosto che dalla nostra esperienza. E' necessario fare i conti con lo scarto tra ciò che ci si aspetta da un contesto e ciò che il contesto offre realmente, per conoscere profondamente la nuova realtà in cui ci stiamo immergendo limitando il più possibile gli effetti del pregiudizio culturale.

6.3.1 –L'incontro di musicoterapia

Dopo la fase dell'accoglienza ci si ritrova tutti insieme all'interno della sala polifunzionale. Dopo qualche minuto di chiacchiericcio, di richieste di consigli su come posizionare alcuni accordi sulla chitarra o su quale ritmo scegliere per alcune canzoni, il musicoterapista chiede il silenzio. Riassume poi brevemente per i presenti, ma soprattutto per gli assenti all'incontro precedente, il lavoro che è stato fatto in modo che il gruppo possa decidere, e quindi scegliere, come continuare.

La scelta è presa in base all'obiettivo che ci si è prefissati di raggiungere.

Quindi per fare degli esempi, se non ci sono concerti imminenti da preparare, allora si scelgono insieme canzoni nuove da cantare; se invece ci sono progetti in campo, come per esempio nel periodo che va da aprile a giugno, allora la scelta cadrà sicuramente sul provare e perfezionare la scaletta dello spettacolo.

Siccome però l'obiettivo del laboratorio non è principalmente quello di organizzare spettacoli, il musicoterapista deve cercare di guidare questa scelta, in base alle necessità che ha percepito nella fase dell'accoglienza.

Se molti membri del gruppo hanno avuto una settimana molto intensa, sotto vari aspetti, è importante che l'esperienza permetta di scaricare le tensioni e che, quindi, si possa cantare liberamente le canzoni del cuore di ognuno, senza troppe richieste estetiche.

Diverso, invece, è il caso in cui il gruppo si presenti sereno e energico, in quanto questa potrebbe essere l'occasione per lavorare sodo sul proprio progetto, costruendo l'esperienza terapeutica sul rinforzo delle proprie capacità e quindi dell'autostima dei singoli.

Per quanto riguarda le canzoni del cuore, queste vengono scelte e condivise insieme; ogni persona ha un piccolo canzoniere, autoprodotta, contenente la scelta di canzoni famose tra quelle proposte e condivise da tutti.

Quando si tratta di scegliere delle canzoni nuove che vadano ad ampliare il canzoniere e a variare anche il repertorio cantato di volta in volta, ognuno ha l'occasione di proporre dei titoli offrendo anche delle motivazioni che aggiungano valore alla proposta.

Questi si scrivono su un cartellone e in maniera democratica si scartano i titoli che alla maggioranza non piacciono. E' importante però sottolineare che i titoli scartati non vengono eliminati dalle scalette dell'eventuale spettacolo, ma vengono inseriti nella lista delle canzoni in cui canta un solista. Nella maggior parte dei casi questo ruolo è assunto dalla persona che ha proposto la canzone, se se la sente, oppure da un altro detenuto che si offre per eseguirla.

Le proposte avanzate rispecchiano molto gli stati d'animo e le esperienze di queste persone.

Sono per la maggiore canzoni che parlano di amori perduti, di sbagli, di amori impossibili, o di contesti in cui rientrano figure familiari: matrimoni, viaggi, partenze, addii ecc.

Questo è il motivo per cui nessuna proposta viene scartata, in quanto ogni canzone diventa strumento per comunicare un proprio disagio, pensiero, ideale.

Tra queste canzoni si trovano: "Questo piccolo grande amore" di Claudio Baglioni, "Lauretta mia" di Enrico Musiani, che parla del matrimonio della figlia Lauretta, alla quale il padre con la voce che trema dall'emozione canta la serenata.

Molte di queste persone, a causa del loro reato, non hanno più diritto di vedere i propri figli minorenni o, nel caso di figli maggiorenni, spesso sono proprio questi che non vogliono più saperne dei propri padri.

Questa canzone allora è significativa proprio perché racconta il desiderio di un padre di esserci al matrimonio della propria figlia e di augurarle di crescere felice. Quanti di loro vorrebbero poter parlare ai loro figli e riallacciare dei rapporti sereni e non possono farlo per svariate ragioni!

Tra le canzoni vi è anche “Nel blu dipinto di blu” più famosa come “Volare”, che permette loro, per mezzo della melodia e del testo, di sognare di poter volare in un cielo blu infinito e essere così felici.

Mi colpisce sempre molto il fatto che cantino questa canzone con gli occhi chiusi, come ad immaginarsi realmente in quel cielo blu “trapunto di stelle” a volare e sentirsi quindi liberi.

Grazie a questa canzone ho capito quanto le persone detenute abbiano bisogno di sentirsi libere o almeno di fantasticare, di viaggiare con i propri pensieri, i propri ricordi e tutte le emozioni che da questi vengono suscitate.

La musica acquisisce un valore terapeutico in questo contesto, proprio in virtù del fatto che stimola questi pensieri, queste emozioni e queste fantasie e trasporta, chi canta o ascolta, al di fuori delle mura del carcere e del tempo.

Tra le canzoni cito ancora “Lisa dagli occhi blu” di Mario Tessuto, che parla dell’amore con Lisa, terminato in quanto lei se n’è andata; oppure “Che sarà” dei Ricchi e Poveri in cui ci si chiede cosa sarà della propria vita in futuro; “Una vita da Mediano” di Ligabue, in cui si fa riferimento alla vita giocata nel ruolo di mediano al gioco del calcio.

Come si evince da questi esempi, le canzoni non rappresentano solo un modo per cantare insieme e divertirsi, ma si tratta di un’occasione profonda per dare parole e musica al proprio disagio, alle proprie questioni irrisolte e al proprio dramma.

6.3.2 – Songwriting al 7° reparto

Alla luce di questi presupposti è nata l’idea, e quindi è stata fatta dal musicoterapista la proposta, di non affidarsi soltanto a canzoni già esistenti per dar voce ai propri pensieri, ma di essere in prima persona i compositori dei testi e delle musiche narranti la propria vita.

Ovviamente in un primo momento la reazione è stata quella di sminuire le proprie capacità, di fronte ad un compito così arduo come comporre una canzone; poi, però, tutti hanno accettato di condividere questa sfida, facendo del proprio meglio.

La tecnica utilizzata è stata sin da subito quella di partire dal testo, in quanto è l'elemento più vicino al verbale e quindi più semplice per loro da gestire. Segue la scrittura su di un cartellone di tutte le parole che passano per la mente dei partecipanti e che man mano suggeriscono collegamenti ad altre parole.

Pur essendo una richiesta molto vaga e all'apparenza poco concretizzabile, i temi relativi alle parole scritte sono risultati molto vicini alla loro esperienza e alle loro fantasie.

Nelle canzoni composte dal gruppo, compaiono parole come “mare, cielo, amore, vita, addio, lasciare, partire, abbandonare, navigare, appuntamento, assenza, silenzio, perché ecc.”.

Queste parole diventano poi strumento per creare delle frasi che abbiano un nesso tra di loro, trasformandosi quindi in versi.

Solitamente in questo gruppo i primi 3 o 4 versi che prendono forma vengono scelti come ritornello.

Prima di passare alle strofe, si cerca di dare una musica a questo ritornello, in modo da arrivare a fine incontro con un prodotto semifinito, che possano portarsi, canticchiando, nella loro cella.

La musica ovviamente è affidata al musicoterapista, il quale prima si informa sul genere musicale che vogliono affidare alle parole: blues, tango, walzer, pop ecc.

Scelto il genere, il musicoterapista propone dei pattern armonici e ritmici; poi viene chiesto loro di intonare le prime note che vengono in mente, ascoltando la proposta musicale, e che vengono inoltre suscitate dal testo a cui devono essere associate.

In questo modo emergono una serie di proposte e così si inizia il “work in progress” fatto di tentativi, variazioni, idee dell'ultimo minuto, adattamenti del testo alla melodia che man mano si viene a formare.

Ogni proposta viene assolutamente valorizzata e discussa insieme, in modo che il prodotto finale sia frutto della condivisione e della cooperazione di tutti.

Un esempio è la canzone scritta dal gruppo intitolata “PERCHE”.

E' nata a partire da una serie di parole quali “blu, lassù, cielo, perché, pensieri, volare, ecc.”

A partire da queste parole sono stati formulati i primi versi, che inizialmente avrebbero dovuto costituire il ritornello; successivamente, nel momento in cui è stata individuata una musica da affiancarci, sono divenuti la prima strofa.

Questi versi, raccontano la storia di una ragazza che si trova in cielo, lassù nel blu, a causa di un gesto folle di gelosia del proprio uomo.

Il ritornello rappresenta invece un urlo di disperazione in cui si sono chiesti: “Perché è successo!”.

Il genere musicale scelto per questa canzone è costruito su un ritmo “shuffle”, suonato con chitarra e percussioni, in maniera abbastanza veloce.

Il testo completo, scritto e musicato nell’arco di quattro incontri, lo riporto qui di seguito.

PERCHE’

- Lassù nel blu, volano i pensieri
In cerca di qualcuno, in cerca di te.
Quaggiù non si sa mai cosa può succedere
Tu mi hai lasciato solo, senza un perché.

- Oggi sto vivendo, nella speranza
Pensando al passato, com’eri tu.
Credevo che col tempo, ti avrei dimenticata
Ma invece nei miei sogni, ti ho ritrovata.

**Perché, è successo
Non me lo so proprio spiegar
Perché questa sera, son venuto in cerca di te
Perché, è successo
Non me lo so proprio spiegar
Perché questa sera, sono proprio pazzo di te.**

- Tu sei la mia vita, la mia speranza
il sole che risplende, d’amore per te.
Ti ho amata immensamente, senza incertezze
Sei sempre la mia luce e mi chiedo il perché.

Rit.



The image shows two staves of musical notation. The top staff is a treble clef with a 4/4 time signature, containing a melody line with various notes and rests. The bottom staff is a bass clef with a 4/4 time signature, containing a bass line with notes and rests. The notation is in black ink on a white background.

• *“Lassù nel blu, volano i pensieri
In cerca di qualcuno, in cerca di
te.”*



*“Perché, è successo
Non me lo so proprio spiegar
Perché questa sera, son venuto
in cerca di te”*

(2 Volte)

E' chiaro come in questa canzone il tema del senso di colpa sia molto forte. Questo chiedersi numerose volte il “Perché” sia accaduto equivale a riconoscere che, seppur solo per un istante, si è perso il controllo di se stessi e della situazione; e è molto importante che una persona nel contesto carcerario possa produrre e condividere un pensiero su questo, trovando anche il modo di comunicarlo.

Vorrei ora invece condividere un'altra canzone composta dal gruppo.

Si chiama “Così dicono, così vorrei” e è una canzone significativa rispetto al divario che spesso vivono i detenuti, riguardo a come sono, o sono stati, e come vorrebbero essere.

Il tema della canzone riguarda i grandi problemi dell'umanità, le differenze razziali, la guerra, l'assenza di valori, di pace e fratellanza, che rendono questo mondo peggiore. Vi è però un riferimento agli anni in cui erano bambini, in cui tutto era bello e era vero; un riferimento ad un passato migliore rispetto al presente che stanno vivendo. La canzone sottolinea come l'amore tra due persone, che va oltre a tutte le cose brutte che caratterizzano la nostra vita, può rendere il mondo migliore.

Anche in quest'occasione il percorso che ha portato alla composizione della canzone è stato il medesimo di “Perché”; quindi: condivisione di parole, formulazione di versi, elaborazione di una struttura, che in questo caso ha una sola frase come ritornello e cioè “Così dicono, così vorrei”, e infine l'elaborazione di una linea melodica da attribuirgli.

Anche questa canzone ha richiesto alcuni incontri per essere elaborata completamente e il risultato lo riporto di seguito:

“COSI’ DICONO, COSI’ VORREI”

Siamo uguali in questo mondo, siamo uguali in questa terra

Così dicono, così vorrei

Siamo brutti, siamo belli, siamo tutti fratelli

Così dicono, così vorrei

Rossi, bianchi, gialli, e neri, Siamo contro la guerra

Così dicono, così vorrei

Pace amore e fratellanza non ce n’è mai abbastanza

Così dicono, così vorrei

In un tempo assai lontano tutto questo era vero

Così dicono, così vorrei

Il mio amore e il tuo amore per un mondo migliore

Così dicono, così vorrei

Il mio amore e il tuo amore per un mondo migliore

Così dicono, così vorrei

Oh oh oh oh

Pace amore e fratellanza non ce n’è mai abbastanza

Così dicono, così vorrei

In un tempo assai lontano tutto questo era vero

Così dicono, così vorrei

Il mio amore e il tuo amore per un mondo migliore

Così dicono, così vorrei

Il mio amore e il tuo amore per un mondo migliore

Se lo vogliamo così sarà



“Siamo uguali in questo mondo, siamo uguali in questa terra...”



“Così dicono, così vorrei...”

E’ molto interessante lo spiraglio di speranza che questa canzone sul finale lascia all’ascoltatore: si dice, infatti, che tutto ciò non è impossibile, ma è vincolato alla propria volontà di renderlo reale, vero così come lo era una volta. E quindi: “Se lo vogliamo, così sarà”.

Una terza canzone, che vorrei prendere come esempio per esporre l’esperienza di Songwriting presso il 7° reparto, è “L’Ingenuo”.

Parla della perdita di un amore a causa di una relazione un po' scontrosa. Vi è la sofferenza del non essere più amati, compresi, nonostante una promessa di amore eterno.

Ancora una volta il tema intorno al quale ruota il testo di una canzone è la sofferenza amorosa; nonostante le conseguenze drammatiche che questa ha causato, gli autori della canzone lasciano aperta la porta della speranza e della voglia di ricominciare a vivere, tanto "di grandi amori è pieno il mondo".

La soluzione trovata, in questa canzone, è indice del rifiuto di soffrire, di perdere anche la serenità oltre alla libertà. Ora nella canzone, ma tutti i giorni nella loro esperienza di detenzione, queste persone hanno bisogno di crearsi delle fantasie, attraverso le quali sperare che non sarà sempre così e che il domani sarà migliore, e si ritroverà nel profondo degli occhi di una donna un nuovo amore.

Anche "L'Ingenuo", come le altre due canzoni precedenti, ha richiesto 2-3 incontri per essere elaborata.

Ci tengo a sottolineare che queste canzoni vengono poi cantate spesso durante gli incontri, perché diversamente si dimenticherebbero subito.

Riporto qui di seguito il testo e la notazione delle melodie principali de "L'Ingenuo".

L'INGENUO

Amore non me l'aspettavo
Quella folle discussione
Proprio non me l'aspettavo cuore grande amore mio
Perché niente è più triste della morte di un amore
Perché niente è più triste della morte di un amor
Non lo meritavo no.
Ti avevo dato amore eterno
Si è trasformato in un inferno
Ma io mi son guardato intorno
Di grandi amori è pieno il mondo
Perché niente è più triste della morte di un amore
Perché niente è più triste della morte di un amor
Non lo meritavo no.
Nel profondo dei suoi occhi ho ritrovato un nuovo amore
Con la speranza sto vivendo, da domani mi riprendo
Domani mi riprendo la vita che ho perduto
Domani ricomincio, non me l'aspettavo più
Non me l'aspettavo più



*“Amore non me l’aspettavo
Quella folle discussione.
Proprio non me l’aspettavo cuore
grande amore mio...”*

(2 Volte)



*“Perché niente è più triste
della morte di un amore*

(2 Volte)



“Non lo meritavo no”

Gli ultimi versi delle canzoni scritte da questo gruppo mi colpiscono sempre molto, in quanto racchiudono dei significati importanti, specchio del disagio che queste persone vivono.

Nella terz’ultima riga scrivono: “ Domani mi riprendo la vita che ho perduto”.

Ho riflettuto molto sul senso di perdere la propria vita, una volta entrati in carcere, che non vuol dire ovviamente morire, ma significa essere privato di tutte quelle cose che riempiono di senso la vita di un uomo.

E’ come se di colpo tutto il proprio passato perdesse di senso.

Passare 4-5 o più anni in carcere vuol dire vivere tutto questo tempo svuotati della propria storia in libertà e se da una parte si desidera infinitamente poter ricominciare con un nuovo domani, dall’altra questa possibilità si rifugge, in quanto la paura che le proprie speranze vengano disilluse è superiore al proprio desiderio di riconquistarsi una vita.

Ecco che allora queste ultime righe trattengono il tema della paura di tornare ad essere felici, perché perdere nuovamente la felicità sarebbe un colpo troppo duro.

L’ultima canzone su cui voglio condividere alcune considerazioni si chiama “Tango Bastardo”

Parla dei problemi che possono nascere in una relazione a causa delle cattive abitudini e dell’egoismo che spesso fa dimenticare delle altre persone.

I protagonisti di questa canzone sono un militare e una cameriera che quella sera si sono dati un appuntamento.

Il militare, abituato a passare le serate con i suoi compagni al bar, anche quella sera passa a salutarli e, facendosi prendere dall'euforia e dai bicchieri di campari, si dimentica dell'appuntamento, lasciando la povera cameriera tutta sola al freddo per più di un'ora.

Quando si accorge del pasticcio combinato, il militare la raggiunge di corsa ma si sente solo offendere per il suo comportamento.

Ritengo che questa sia una canzone molto interessante, in quanto le persone che l'hanno scritta sono riuscite a trasformare un loro vissuto esperienziale, in una storia ambientata tra una cameriera e un militare, agganciandoci poi un ritmo di tango che a mio avviso è perfetto per il contesto.

Questa canzone è in grado di colpire l'animo e i ricordi di tutte le persone che sono cresciute negli anni 60-70, quando si ballava nelle balere il tango, passo di danza simbolo della sensualità e del fuoco dell'amore; durante il periodo del servizio di leva, accadeva sovente che i militari si innamorassero delle cameriere dei locali che frequentavano.

Anche in questo contesto, ancora una volta, viene calato il tema dell'accettazione di una colpa, del riconoscimento di un errore che ha portato alla rottura di questo sogno, alla rottura dell'amore.

In queste parole leggo il desiderio di queste persone di riscattare gli errori compiuti, farsi conoscere per quel lato che non hanno mai voluto o potuto mostrare.

Leggo il desiderio di una nuova possibilità.

Il titolo "Tango Bastardo" è un richiamo alla sensualità contenuta nel ballo, che in questa occasione ha però portato solo sofferenze e rancori.

Di certo è importante riflettere sul fatto che il tango, come la canzone, sia solo uno strumento attraverso il quale si può comunicare la passione.

Allo stesso modo, questa canzone è diventata uno strumento creativo per raccontarsi e raccontare questa storia, traendone insegnamento.

Riporto qui di seguito il testo della canzone con l'indicazione degli accordi per la chitarra e le note dell'introduzione.

TANGO BASTARDO



La-
Si eran dati l'appuntamento
Re-
Poco distanti dal monumento
La-
Il militare, la cameriera
Mi La-
l'appuntamento per quella sera.

Alla taverna, con i suoi compagni
ci dava dentro con il campari
All'improvviso con gran sgomento
si ricordò l'appuntamento.

Re-
Amore infedele
La-
Amore bugiardo
Re-
Tango crudele
La-
Tango bastardo

Lei lo aspettava sulla lambretta
Lui arrivava di tutta fretta
Lei incazzata come una iena
In una notte di luna piena

Scusami cara, sono in ritardo
Si è vero son un gran bastardo
Sono qui da più di un'ora
Qui al freddo e tutta sola

Rit.

Il gruppo ha scritto alcune altre canzoni prima del mio arrivo al laboratorio, però preferirei non citare nulla riguardo a queste, poiché non sono stato parte di quel pezzetto di storia creativa.

Questa esperienza di Songwriting, ha permesso e sta permettendo alle persone di raccontarsi e in qualche modo di farsi raccontare dagli altri attraverso l'esperienza compositiva.

Ha permesso inoltre di offrire una visione differente della vita, quella visione che riesce a trasformare le difficoltà in punti di forza, le brutte esperienze in saggezza, i vissuti spiacevoli in canzoni.

E' emozionante partecipare alla costruzione di questi testi, in quanto si respira molta umanità e soprattutto comprensione da parte degli altri compagni.

Inoltre, l'emozione di star componendo una canzone che poi non è che la loro storia, la loro vita, tiene tutti i partecipanti molto attivi e desiderosi di giungere ad una soluzione lessicale o musicale apprezzata dall'intero gruppo. Così che ognuno si impegna a trovare nella propria storia una rima, una parola, una frase o solo un pensiero che possa fungere da stimolo per altri, per far sì che il proprio disagio non resti solo nella mente ma che diventi materia percettibile e godibile da chiunque.

Ecco perché è molto importante prevedere in un progetto di Songwriting la registrazione delle canzoni composte, qualunque sia il livello tecnico che si può mettere in campo, dal cellulare alla sala d'incisione.

La registrazione dona un senso non solo all'esperienza musicoterapica ma anche alle proprie fatiche emotive, che sono fiorite così in un fantastico risultato.

Inoltre non è da sottovalutare il fatto che registrare brani permette di "fare storia", lasciando una traccia indelebile dell'esperienza vissuta; il risultato musicale dell'esperienza stessa sarà, infatti, fruibile al di là dello spazio e del tempo in cui questa ha avuto luogo.

Durante la mia permanenza in questo laboratorio, abbiamo avuto modo di preparare due progetti, ai quali tutto il gruppo ha partecipato e che hanno acquisito un valore non solo artistico, ma umano molto profondo.

Il primo progetto, per il quale abbiamo lavorato per un anno intero, è stato un concerto al quale hanno partecipato, come pubblico, i detenuti di un altro reparto.

Questo elemento, acquisisce un valore umano molto grande nel momento in cui si considera che il 7° è un reparto protetto e isolato dagli altri reparti; chiunque compia un reato sessuale, infatti, a maggior ragione se su bambini o minori, all'interno del carcere viene considerato come feccia e, come già accaduto molte volte in diverse strutture detentive d'Italia, rischia che si verifichino episodi di violenza o scherno nei suoi confronti da parte degli altri detenuti.

Invitare un reparto non protetto al concerto dei detenuti del reparto protetto, significa rischiare di innescare reazioni provocatorie e denigratorie nei confronti degli esecutori e, quindi, risse e disordini.

Nonostante questi presupposti, il nostro gruppo ha accettato la sfida, pronti al peggio.

Così che il 27 maggio 2013, abbiamo fatto un concerto presso il teatro del carcere, ottenendo i permessi di spostamento dal regime di protezione per tutti i membri del gruppo.

Erano tutti molto emozionati e è stato simpatico vederli eleganti per l'occasione, così come non li avevo mai visti.

E' stata una serata di estrema carica adrenalinica, poiché gli spettatori sono accorsi sugli spalti con lo spirito giusto, ovvero la voglia di sostenere un progetto, di condividere delle canzoni e dei temi che appartengono evidentemente anche alla loro storia, e hanno apprezzato l'esecuzione con dei lunghissimi applausi, cantando in coro per sostenere le emozioni del gruppo e rispettando un religioso silenzio, quando Carlo ha letto un suo componimento poetico dedicato a tutti i giovani che fuori da lì, sbagliano. E' stato un momento direi toccante e che non dimenticherò facilmente.

Questo spettacolo è stato inoltre occasione di collaborazione con i detenuti che gestiscono l'aspetto tecnico del teatro.

Il secondo progetto che abbiamo sviluppato e che tutt'ora è ancora in corso, è la collaborazione con la sala prove del reparto per la registrazione di un Cd, da spedire come pensiero alle proprie famiglie o alle proprie persone care. Questo rappresenterà, oltre che un utile strumento di comunicazione con le persone a casa, un supporto nell'alleviare le sofferenze di chi attende da fuori che la pena finisca e un pratico modo per condividere un pezzetto della propria avventura all'interno del progetto.

Quest'avventura non la vorrei considerare semplicemente come un percorso di tirocinio, ma bensì come un'esperienza di vita, che mi ha permesso di donare maggiore senso e valore al mio percorso di crescita personale oltre che professionale.

Mi piacerebbe che questa sessione della tesi non si chiamasse “Conclusioni” ma “Inizio”.

Ciò perché questo elaborato non ha sicuramente la presunzione di aver trattato in maniera esaustiva l’argomento relativo alla composizione di canzoni.

Nonostante ciò la sua scrittura mi ha dato la grande occasione di approfondire i molteplici aspetti vincolati al Songwriting, offrendomi la possibilità di renderli patrimonio delle mie competenze spendibili sul campo.

E’ un inizio dunque che mi spinge a continuare a lavorare nel contesto carcerario, dove percepisco che la musica, nell’accezione della musicoterapia, svolge un ruolo contenitivo e al contempo determinante per la serenità dei detenuti.

E’ un inizio perché sento che la musica, ovvero la canzone, offrirà a queste persone, ma anche a me stesso, ancora numerose occasioni creative con le quali raccontare delle storie, le proprie storie; e a chi, come Pierangelo, mi chiederà come faremo quando la musica finirà, vorrò rispondere citando Alessandro Baricco nel libro “Novecento”:

“Ora tu pensa: un pianoforte. I tasti iniziano. I tasti finiscono. Tu sai che sono 88, su questo nessuno può fregarti. Non sono infiniti, loro. Tu, sei infinito, e dentro quei tasti, infinita è la musica che puoi fare. Loro sono 88. Tu sei infinito. Questo a me piace. Questo lo si può vivere.

Ma se io salgo su quella scaletta, e davanti a me si srotola una tastiera di milioni e miliardi

Milioni e miliardi di tasti, che non finiscono mai e questa è la vera verità, che non finiscono mai e quella tastiera è infinita

Se quella tastiera è infinita non c’è musica che puoi suonare. Ti sei seduto su un seggiolino sbagliato: quello è il pianoforte su cui suona Dio”

E’ proprio in una condizione di limitatezza, come quella dettata dal contesto carcerario che, ascoltando l’infinità che ci costituisce nel profondo, possiamo darle voce esprimendola attraverso le nostre, molteplici e spesso ancora inesplorate, potenzialità creative.

E’ un inizio perché, per quanto non esaustiva, questa tesi parte dalla sentita esigenza di dar voce alla pratica del Songwriting nel contesto carcerario, che ad oggi può contare una bibliografia limitata se non inesistente.

Inoltre ritengo che sia un inizio perché l'esperienza di composizione di canzoni da un lato dimostra concretamente come un sistema carcerario, basato sulla rieducazione e sul reinserimento nella vita sociale, sia non solo più umano ma anche più funzionale alla società, dall'altro mostra, però, che la condizione del nostro sistema carcerario sia ancora tristemente lontana da questo modello.

Per concludere vorrei che questo lavoro rappresentasse un inizio perché mi rendo conto di come l'esperienza di Songwriting sia ancora un progetto fine a se stesso, non ancora in relazione con le altre dimensioni in cui sono inseriti i detenuti, e non ci sia una condivisione con l'equipe multidisciplinare e con le diverse figure che ruotano intorno al gruppo.

Sicuro di non avere le forze e le competenze per fare tutto ciò da solo, vorrei che fosse un inizio non solo per me ma anche per altri musicoterapisti disposti a spendersi in questo contesto.

Bibliografia

- **Alighieri D.** – 1303/1305, “*De vulgari eloquentia*”, II.VIII.6-7, a cura di Aristide Marigo, Seconda edizione, Firenze, 1948, Editore Felice Le Monnier.
- **Baker F., Wigram T.** - 2008, “*Songwriting – Metodi, tecniche e applicazioni cliniche per clinici, educatori e studenti di musicoterapia*”, Ismez, Roma.
- **Bruscia K.** - 1987, “*Modelli d’improvvisazione in musicoterapia*”, Ismez, Roma.
- **Bruscia K.** – 1998, “*Definire la musicoterapia*”, Armando Editore, Roma
- **Bruscia K.** – 2001, “*Modelli di improvvisazione in musicoterapia*”, Ismez Editore
- **Benenzon R.O, Wagner G., De Gainza V.H.** - 2006, “*La Nuova Musicoterapia*”, Il minotauro, Roma.
- **Benenzon R.O** – 1992, “*Manuale di Musicoterapia*”, Borla, Roma.
- **Caneva P.** - 2007, “*Songwriting. La composizione di canzoni come strategia di intervento musicoterapico*”, Armando, Roma.
- **Cattaneo P.** - 2009, “*La canzone come esperienza relazionale, educativa, terapeutica*”, Ricordi, Milano.
- **Corsini R.J., Weding D.** - 1996, “*Psicoterapia-Teorie, tecniche e casi*”, Guerini Studio, Milano.
- **Cremaschi G.T.** – 1996, “*Musicoterapia, Arte della comunicazione*”, Edizioni scientifiche Magi, Roma.
- **Di Beneetto A.** - 2002, “*Prima della Parola*”, Franco Angeli Editore, Milano.
- **Fabbri F.** - 2006, “*Enciclopedia della Musica*”, Einaudi Editore, Bologna.
- **Freire P.** - 1970, “*La pedagogia degli oppressi*”, Ega –Edizioni Gruppo Abele (collana le staffette), Roma.
- **Giannattasio F.** - 1998, “*Il concetto di musica*”, Bulzoni, Roma
- **Hillman J.** – 2000, “*Politica delle bellezze*”, Moretti e Vitali, Bergamo

- **Montessori M.** – 1948, *“La scoperta del bambino”*, Garzanti Elefanti.
- **Postacchini P. L., Ricciotti A.; Borghesi M.** - 2001, *“Musicoterapia”*, Carocci, Roma.
- **Schneider M.** - 1992, *“Musica Primitiva”*, Adelphi, Milano.
- **Stefani G., Marconi L., Ferrari F.**- 1990, *“Gli intervalli Musicali”*, Bompiani, Milano.
- **Streito B.** - 1983, *“Vocalità, canto, coralità mezzi per la formazione di una persona creativa”*, Tratto da *“Quaderni di Musicoterapia applicata - autismo e psicosi infantili e musica”*, Pro Civitate Cristiana, Assisi.
- **Tomatis A.** – 1996, *“La Notte Uterina”*, Re, Milano.
- **Vismara V., Pierobon L.** – 2009, *“Suoni dell’Anima - L’essenza nascosta della voce”*, Minerva, Bologna.

• ARTICOLI E TESI CONSULTATI

- Antoniotti Guido, *Quale Bellezza salverà il mondo*, Tesi di diploma, Corso di Musicoterapia APIM, Relatore: Prof. Paolo Cerlati, Rivarolo Canavese, Torino-2005.
- Corti Nicola, *“Songwriting Terapeutico orientato alla socialità per popolazioni di Anziani in residenze assistite. Presentazione di un’originale esperienza di lavoro”*, Tesi di Laurea-Facoltà di Psicologia, Università degli studi di Firenze, Relatore: Prof. Marocci Giovanni, Anno accademico 2012-2013
- Corti Nicola, Pizziolo Paolo, *“Liete dissonanze”*, articolo contenuto negli Atti del *“6 ° European Music Therapy Conference”*, 16-20 Giugno 2004, pubblicato come eBook (PDF) in *“MusicTherapyToday 6”*, 4 novembre 2005, p.1274-1287
- Cugurullo Fois Maria, *“Adolescenti devianti e musicoterapia, Esperienza in un carcere minorile”*, Progetto Uomo-Musica n° 4, Luglio 1993, Edizioni Musicali Pro Civitate Christiana
- Cugurullo Fois Maria, *“Esaltazione, aggressività e disagio. Il minore in carcere e gli operatori della rieducazione”*, 1996 CEP/Sezione Musica, Pro Civitate Christiana, pag. 153-161

- De Angelis Barbara, *“La ninna nanna e il valore della voce”*, Università degli studi Roma Tre, www.uniroma3.it
- Fragnito Mario, *“Gli usi della musica nella società umana”*, Università telematica “Pegaso” Insegnamento di Etnomusicologia, Lezione V, 2006
- Mancia Andrea Kong, *“Il processo improvvisativo”*, dispensa corso “Psicologia della percezione”, Università di Verona, 2004
- Rizzetto Luciano, *“Cantiamo la nostra canzone”*, Tesi di diploma, Associazione Arpamagica, Relatore: Prof. Paolo Cattaneo, Ottobre 2006
- Jeffrey Hatcher, *“I am your son-therapeutic Songwriting with a man with a complex trauma”*, Tesi di laurea, Master in artiterapie, dipartimento di psicologia, Open University of British Columbia, 2004
- Rubettino Francesca, *“Quando la musica diventa terapia”*, www.neuroscienze.net, 2014
- Mariagrazia Baroni, *“Musicoterapia in Hospice, Comunicare quando non ci sono parole”*, Rivista Italiana di Cure palliative, n° 1
- Trygve Aasgaard, *“Song creation by children with cancer process and meaning”*, Institute of Music and Music Therapy, dottorato in filosofia, Giugno 2002
- Luca Xodo, Giovanna Ferrari, *“Esperienze in Musicoterapia”*, Associazione Scuola di Musicoterapia “Giovanni Ferrari, Vol. II, Editrice Il Torchio, 2002

Sitografia

- www.treccani.it; Enciclopedia dei ragazzi; Assante E. - 2005
- www.sergiolanza.it
- <http://www.musicpaceitaly.it/>
- <http://www.centrobenenzon.com/>
- www.wikipedia.it
- www.osservatorio.it
- www.carceredibollate.it
- www.uniroma3.it