

Clown in corsia.

La gentile terapia del sorriso.

Testo di Gianni Bertossa
Fotografie di Karin Heer

#11. Clown in corsia.

La gentile terapia del sorriso.

Testo di Gianni Bertossa

Fotografie di Karin Heer

© 2014 Edizioni Gentletude
Riva Caccia 1d POBox 5710
CH-6901 Lugano
gentle@gentletude.com
www.gentletude.com

Distribuzione virtuale a cura di www.steppa.net.

La riproduzione dei GentleBooklets è permessa citandone
la fonte: Gentletude.

Se necessario, si prega di stampare su carta certificata FSC.

GentleBooklets è una collana di articoli lunghi affidati ad autori diversi. Nei libretti — pensati per una lettura veloce — risiedono testi e fotografie. Agli autori abbiamo chiesto di commentare il termine gentilezza secondo la loro sensibilità. Gli autori e i fotografi hanno prestato la loro opera gratuitamente.

Le motivazioni alla base del progetto risiedono nella mission stessa di Gentletude, cioè nella volontà di diffondere maggiore consapevolezza sul bisogno di “gentilezza” nella nostra società, troppo focalizzata sul successo personale tanto da dimenticare le basi del vivere comune e del rispetto per l’ambiente che ci ospita.

La scelta di una collana editoriale come mezzo per raggiungere gli obiettivi dell’associazione è dovuta alla consapevolezza che per stimolare le persone a riflettere su queste tematiche è necessario presentare degli esempi concreti. In questo caso gli esempi sono forniti all’interno dei testi scritti dagli autori.

Un'arte in evoluzione

Credo che la figura del pagliaccio sia nata nel Medioevo quando assume il ruolo di giullare, goliardico personaggio chiamato a corte per intrattenere i regnanti e il proprio seguito. In seguito il clown si evolve diventando, oltre ad intrattenitore, una vera e propria figura professionale impiegata nei circhi e nelle compagnie itineranti.

Da un punto di vista storico-cronologico il primo esempio noto fu introdotto nel 1780 dal circo Astley, con l'esibizione del pagliaccio Burt che parodiava i cavalierizzi.

Nei primi dell'Ottocento, Joseph Grimaldi trasformò la figura scenica del pagliaccio, convertendola in clown "teatrale" dotato anche di parola.

Clemente Filippo Laurent ideò i fantasiosi costumi a paillettes, Boswell viene ricordato come il primo pagliaccio acrobata e i fratelli Price come i primi clown cantanti.

Se ai fratelli Hanlon Lee venne attribuita l'introduzione della pantomima acrobatica, con Tom Belling nel 1864 nacque la figura della spalla del pagliaccio, ossia " il Bianco ". In Unione Sovietica, nel novecento, si diffuse il pagliaccio politicizzato e la coppia Oleg Po-





pov e Alessandra Popovna divenne una delle più celebri del loro tempo. Una continuità con la tradizione sovietica è stata mantenuta da Slava Polunin, che però ammette anche l'influenza italiana di Federico Fellini e Dario Fo. Una clownterapia "ante litteram" veniva applicata da Angelo Paoli (1642-1720), sacerdote carmelitano italiano beatificato nel 2010 anche per le sue molteplici attività caritative: si travestiva da buffone e si truccava per far sorridere i malati.

Per parlare di clown terapia, approccio medico-psicologico per cui il clown passa dal lato puramente ironico a quello terapeutico, bisogna aspettare gli anni'70 quando, negli Stati Uniti, il dottor Hunter D. "Patch" Adams iniziò a formulare una teoria sulla felicità partendo dall'esperienza negativa che l'ha visto protagonista durante l'adolescenza.

Dopo la laurea in medicina, da sempre convinto che risata e sorriso portassero enormi benefici, Adams iniziò a visitare i suoi pazienti travestito da clown.

Passo dopo passo il suo sogno prendeva forma: realizzare una casa-ospedale dove curare i pazienti affiancando la ricerca del benessere alle terapie mediche.

Nel 1983 Adams, con la collaborazione di alcuni amici, riuscì finalmente a realizzare il “Gesundheit Institute” un istituto della salute nelle montagne del West Virginia. In questa struttura il rapporto tra pazienti e dottori si basava sulla fiducia reciproca e buon umore, mentre gioia e creatività divennero prescrizioni essenziali delle sue cure.

Imparare il segreto del far sorridere

Il clown sociale è un lavoro come un altro, è come diventare architetto o scultore.

La predisposizione necessaria per essere clown è soprattutto essere capaci a ridere di se stessi, di essere l'ultimo della classe e di esserne felice, di essere il perdente per eccellenza ma soprattutto è necessaria la capacità di uscire dalla propria persona e di immedesimarsi completamente nel clown dimenticando chi si è e cosa si fa nella vita.

Questo per il clown è la base assoluta.

All'architetto, oltre alle competenze tecniche serve anche la capacità di convincere le persone che il suo progetto diventerà una bella casa e che chi la abiterà sarà felice di farlo.

Il clown convince senza parole che il suo è un gioco onesto e originale e che quando inizierà





il clima migliorerà e si starà meglio.

Il mio avvicinamento alla clownterapia é stato improvviso, senza molte riflessioni.

Una prima idea è nata quando, durante un corso di dizione, dovetti fare boccacce, tirare fuori la lingua e fare buffe facce per accentuare in maniera corretta le parole.

Poi, fu alimentata da un litigio con il bassista di una band nella quale ero batterista. Il bassista sosteneva il fatto che solo lui era in grado di tenere il tempo mentre io avrei dovuto suonare da solo o meglio non suonare del tutto e fare il pagliaccio.

Non me la presi anzi, gli diedi ragione e addirittura lo ringraziai.

Effettivamente il giorno dopo cominciai a informarmi sulla possibilità di una formazione per clown.

Riflettei sulla possibilità di diventare un clown sociale, rispondendo ad un mio bisogno ed a un bisogno che, a mio avviso, era diventato una necessità all'interno della società.

Lessi che c'erano i clown che andavano negli ospedali, nelle case per anziani o nelle istituzioni per handicappati e così diedi vita al mio personaggio "Popotto".

I percorsi di formazione sono diversi e nume-

rosi. Ci sono delle accademie con molte specialità, ma si può diventare clown da autodidatta, andando al circo, a teatro e seguendo filmati e interviste su Youtube.

Io ho pensato che sarebbe stato meglio una formazione strutturata e diretta da professionisti, con delle basi teoriche, degli esercizi pratici e dei lavori di gruppo con tanto di diploma a fine del corso, quindi decisi di seguire una formazione con Peter Honegger.

Far vivere una magia

La mia azione di clown sociale s'indirizza soprattutto a persone anziane, spesso in case di cura o ricoverate in reparti geriatrici, oppure a bambini e ragazzi, sia nelle scuole che durante feste e manifestazioni. Un mio intervento può iniziare semplicemente con l'attirare l'attenzione tramite un suono vocale, un fischiello, una trombetta dopo essermi assicurato che non vi siano altre distrazioni, altri rumori, che potrebbero disturbare l'azione.

Una pallina da ping-pong incollata con un pezzetto di nastro adesivo a un filo trasparente è un primo passo verso la magia. Lanciare la pallina per terra e correr-





gli dietro come se si volesse riprenderla; e d'incanto, tramite il filo invisibile, la pallina ritorna e muove il primo passo verso il mondo del sorriso.

Nel caso specifico degli anziani, l'approccio risulta essere più complicato.

Le persone anziane, spesso malate, sono meno predisposte ad accettare la figura del clown ed è difficile farli credere che si possano divertire con "giochi infantili".

L'intervento del clown presso gli anziani non ha la funzione propria di divertire e intrattenere.

Ad esempio, quando si parla di persone colpite da demenza, si cerca di vivere con loro in un mondo per noi confuso ma che per loro rappresenta la realtà.

Il clown condivide sempre la tesi sostenuta dal paziente, quando insiste che l'estate non è così calda come l'anno precedente; anche se in quel preciso momento si è in pieno inverno.

Il clown prende molto sul serio l'argomento e non cerca di convincere la persona del contrario, anzi, propone di andare a fare una passeggiata nel parco senza dimenticare il costume da bagno, che poi diventa

un cappotto.

Purtroppo la peggior minaccia per gli anziani è la monotonia e la solitudine. Nonostante siano integrati in progetti e attività comuni, molti di loro, spesso affetti da demenza avanzata o da difficoltà uditive, preferiscono starsene in disparte.

È qui che il clown interviene facendo loro compagnia, divertendoli senza parole, mostrando loro cosa c'è nella sua valigia, magari cantando una canzoncina.

Per quanto riguarda l'attività con i bambini e i ragazzi, l'approccio terapeutico cambia forma, trasformandosi in qualcosa di più ludico.

Per un momento l'aspetto educativo scompare e lascia il posto ad una controllata trasgressione, come la costruzione di una cerbottana usando una biro e una gomma da masticare.

Con me i bambini hanno la possibilità di utilizzare gli strumenti musicali, di provarli e magari formare delle orchestre.

Per utilizzare una metafora è come se aprissi una porta su mondo di fantasia, la quale, una volta oltrepassata, dà inizio al gioco e al puro divertimento.





Essere un clown gentile

Sono convinto che la gentilezza nel lavoro del clown attivo nel sociale si traduca in minuti, ore di pazienza e molta positività. Mi piace parlare di “filosofia della pazienza”, base di qualunque approccio con qualunque soggetto e colonna portante di ogni mia azione.

Quando si visita una persona anziana, magari depressa, non ci si aspetta che il clown gli risollevi il morale.

Il compito del clown è di svegliare nella persona la curiosità tramite suoni, mimiche, parole, sorpresine.

La filosofia della pazienza è il tempo necessario per attirare la sua attenzione, per coinvolgerla.

Penso che la pazienza sia gentilezza.

Pazienza nel senso di dare tempo nel capire il gioco, soprattutto le persone anziane che non hanno più le facoltà di cogliere velocemente il messaggio.

Ci vuole oltre alla pazienza una certa capacità ad improvvisare, rallentando il gioco e ripetendolo più volte nei suoi passaggi.

La positività è un altro fattore determinante, sia per se stessi ma soprattutto per la

persona che si ha davanti.

L'errore che si può commettere è quello di lasciarsi prendere dalla malattia o dalla situazione negativa e non trovare una via d'uscita.

Per ridere della sofferenza propria o altrui bisogna avere una "visione del cuore delle cose" tipica delle filosofie orientali. In India lo sono soprattutto coloro che seguono lo "yoga del ridere", originariamente "laughter yoga", attività nella quale si impara a ridere senza un tema preciso: semplicemente ridere.

Gli esercizi sono il respiro, lo stiramento e il battere le mani, combinati a dei movimenti pantomimici che servono a stimolare il riso.

Questi esercizi servono per avere una base positiva, libera e creativa per portare i partecipanti verso un sorriso sincero e liberatorio.

Insomma, raggiungere una consapevolezza del Sé significa essere gioiosi.

Nel mio lavoro è questa la cosa importante, la positività interiore che nasce a sostegno dell'altro.





Come si può essere clown senza positività?

È la base. Bisogna partire dal presupposto che la negatività non esiste, che le persone sono fatte così e che bisogna accettarle indipendentemente dalle sofferenze o dal pessimo carattere.

L'esempio che posso fare è ciò che mi è successo il 31 dicembre 2013, durante la festa di fine anno in una casa per anziani di Zurigo.

Una trentina di ospiti dell'istituzione erano riuniti nella sala multiuso decorata per il banchetto. Un menù di festa, giochi, interventi canori e una sorpresa: io.

L'accoglienza dapprima un po' stupefatta si trasforma subito in disapprovazione.

Alcuni si sono alzati e se ne sono andati a guardare la televisione, altri hanno cominciato a parlare tra di loro barbottando sulla stupidaggine di aver invitato un clown, intrattenimento a loro avviso poco adatto agli anziani.

Il primo sketch che gli proposi era adatto alle loro età e alle loro cognizioni.

Ma non ottenni nessuna reazione, anzi. Sono quindi passato al secondo sketch, ancora niente.

Ho cambiato musica, da Frank Sinatra alla musica popolare locale ma nessuno pareva

avere interesse. Finalmente i giochi di prestigio sembravano aver smosso la situazione ma ormai la dinamica del gruppo si era creata, i pochi che per curiosità o gentilezza erano rimasti a seguire i numeri che si susseguivano, piano piano cominciavano ad alzarsi.

Alla fine, solo tre signore rimasero sedute al loro posto. È stata una sconfitta? No! Lo spazio per la sconfitta non esiste anche perché la sconfitta fa parte del numero.

Conclusioni

L'uomo dietro al personaggio del clown è stato, come ho detto all'inizio, un perdente, l'ultimo della classe; ma è senza ombra di dubbio, anche qualcuno con una profonda empatia che riesce ad entrare nell'altro e capire il suo dolore, le sue gioie; per questo il personaggio del clown è gentile.

Se non lo è no è un clown.

Il clown apprezza ogni più piccolo e insignificante dettaglio, tutto diventa bello e interessante; e la sua attenzione si focalizza sul fatto che tutto è importante e degno di attenzione. Per esempio, quando arrivo in un luogo comincio a guardare un angolo e ad ammirarlo. Quel punto diventa importante, diventa bello

anche se in fondo è solo un angolo; non è un quadro, non è un panorama, niente da ammirare eppure per il clown è qualcosa di unico. Il clown nasce gentile ma ha anche bisogno di imparare ad esserlo.

Il primo passo verso la gentilezza nel mio mestiere è stato quello di imparare a dare la precedenza e ad essere l'ultimo.

Mi comporto come un gentiluomo di vecchia maniera, esagero con i complimenti, con i baci, i regali, i fiori di carta o un profumato mazzo di rosmarino incartato come se fosse delle rose.

La gentilezza del clown è la stessa dell'uomo normale, niente più.

Questo è quello che imparo ogni giorno e che tutti possono apprendere, senza grandi tecniche e nemmeno sforzi enormi.

Se ci fermiamo un attimo e lentamente iniziamo a girare su noi stessi, scopriamo attorno a noi un mondo fantastico del quale siamo parte integrante, con il quale conviviamo e sul quale ogni nostro gesto ha una conseguenza, perché allora non gesti che possono rendere felice qualcuno?

Clown in corsia.
La gentile terapia del sorriso.





AUTORE

Gianni Bertossa, clown Pepo Popotto

Gianni si fa conoscere dapprima con lo pseudonimo di Jean Baptiste, pittore naïf. I suoi quadri sono variopintissimi ma non riscontrano successo. In seguito a un litigio con il bassista della band nella quale suonava come batterista, che lo accusava di gesticolare troppo e di non occuparsi abbastanza del ritmo decide di lasciare il gruppo e di combinare le due caratteristiche “variopinte e gesticolanti” trasformandosi in un clown. La formazione presso la scuola di Peter Honegger, lo avvia all’attività professionale, che, combinata al suo impegno nel campo sociale lo spinge ad esibirsi in vari settori di sostegno nel Canton Zurigo. Il clown Pepo Popotto è ormai da anni attivo oltre che nelle case per anziani, anche in istituzioni per handicappati e scuole speciali.

www.geroclowns.ch

FOTOGRAFA

Karin Heer

Karin è fotografa di moda, ma forse si dovrebbe definire fotografa del mondo: immortalata tutto ciò che merita di esserlo. La sua passione per la natura e la spiritualità traspare da ogni suo lavoro. Quando è possibile, ambienta le sue fotografie in contesti naturali o aggiunge elementi che richiamano alla natura. I suoi lavori, dapprima estremamente elaborati digitalmente, diventano più soffici e originali a seguito dell'esperienza newyorkese nel 2007. Al suo rientro in Svizzera inizia a collaborare con la rivista Annabelle di Zurigo, con la quale è tuttora attiva in qualità di fotografa part time. Inoltre è contraente di uno studio collettivo con altri artisti. Karin, è anche insegnante di yoga hatha, disciplina che insegna nei corsi che tiene a Zurigo.

www.karinheer.com

GENTLETUDE

Gentletude è un neologismo che unisce la parola gentilezza con il concetto di attitudine.

Persegue gli scopi per un mondo migliore depurato dalla violenza, dall'arroganza e dalla maleducazione.

Un mondo dove sono centrali la cura e l'attenzione per l'altro, il buon senso e la competitività equilibrata.

La produzione messa a disposizione dall'associazione è completamente gratuita sulla base dei Commons Creative Criteria.

Gentletude in Italia è una ONLUS, in Svizzera è un'associazione non a scopo di lucro.

Prendi contatto con Gentletude, tramite il sito:

www.gentletude.com

La gentilezza del clown
è la stessa dell'uomo normale,
niente più.

Questo è quello che imparo
ogni giorno e che tutti
possono apprendere,
senza grandi tecniche
e nemmeno sforzi enormi.