

## Appendice F: Analisi delle produzioni Grafico-Pittoriche (tutti i gruppi)<sup>1</sup>

*L'immagine apre al possibile*

C. G. Jung

*“Nell’atto di creazione di ciascun individuo  
l’arte nutre l’anima, coinvolge le emozioni e libera lo spirito (...).*

*L’arte può motivare tantissimo, poiché ci si riappropria,  
materialmente e simbolicamente,*

*del diritto naturale di produrre un’impronta  
che nessun altro potrebbe lasciare*

*ed attraverso la quale esprimiamo*

*la scintilla individuale della nostra umanità”*

B. Warren

Nell'accostarsi ai disegni e alle produzioni artistiche c'è sempre un po' di timore reverenziale, perché queste rappresentano il mondo della psiche degli autori, mondo che si esprime squisitamente proprio attraverso le immagini, come ci insegnano Jung ed Hillman. In questo caso, poi, le opere grafico-pittoriche scaturiscono da vissuti corporei, di movimento e immaginativi vibranti perché esperiti direttamente e in maniera coinvolgente attraverso tutti i sensi, in occasione del percorso laboratoriale sui centri di energia vitale.

In questa analisi, volta a cogliere gli aspetti contenutistici salienti sul piano simbolico-archetipico e a intercettare / decodificare gli elementi del linguaggio visivo, quali il tratto, l'uso dello spazio grafico, il rapporto con il contenitore foglio, la scelta dei materiali e dei colori, lo scopo è quello specifico di vedere se gli elaborati possono essere connessi agli obiettivi prefissi della ricerca.

Un foglio può diventare *simbolo del proprio spazio psichico* (Luzzatto, 2009), così come lo stesso vuoto può esprimere un senso di respiro o aprire il campo a nuove forme. Tra i parametri fondamentali, gli ingredienti che andremo ad osservare e ad apprezzare in questo viaggio tra le opere, ci sono i colori, simboli primariamente emozionali. Il colore è soprattutto vissuto psicologico, dal quale scaturiscono i significati emozionali che trovano espressione nei riti, nei miti, nelle varie tradizioni popolari o in quelle religiose (Widmann, 2004).

L'atto di disegnare o di dipingere ha una qualità motoria, gestuale, energetica di per sé. È particolarmente interessante rinvenire nei lavori presentati in questa sede quelle qualità gestuali motorie sperimentate sul piano corporeo in occasione dei laboratori di danza movimento, ritrovarli appunto nella qualità del tratto, nell'uso del peso, nel ritmo, nel flusso, nella qualità energetica. L'energia viene distribuita nel momento in cui le sensazioni corporee vengono espresse in qualità di linee, ritmo, tono, stato d'animo e colore (Canton 2012). Linee curve e rette, le troviamo nei tracciati del nostro movimento come in quelli grafici, trasposti nel foglio. Le forme a loro volta comprendono tanto linee che colori. In questa sede porremo attenzione alle forme personali come anche ad alcune forme archetipiche, che ritroviamo nelle simbologie della liturgia religiosa, della psicologia e della mitologia; qualche volta ci soffermeremo sulle ricorrenze e sul loro numero, collegandoci agli aspetti simbolici dei numeri stessi (Fincher, 1991). E ancora incontreremo il gioco delle polarità tra gli spazi pieni e gli spazi vuoti, ma anche nel rapporto tra luci ed ombre, non a caso metafore nella psicologia analitica per esprimere le parti di sé accettate, e quelle non accolte, appunto oscure.

Nel setting simbolico-antropologico, la consegna relativa al disegno o alla produzione plastico-pittorica è strettamente connessa agli aspetti tematici e simbolici, legati all'esperienza di movimento

---

<sup>1</sup> A cura di Emanuela Canton

ed immaginativa: in questa nostra analisi avremo modo di ritrovare simboli indotti direttamente dalle esperienze, ma allo stesso tempo ne incontreremo di nuovi, inaspettati, e spesso saremo sorpresi dal cogliere la loro coerenza con gli obiettivi e le tematiche di fondo connesse a ciascun centro di energia vitale.

Alla fine del nostro viaggio attraverso le opere, grazie ad un lavoro di tessitura tra i significati personali delle autrici, confermati dalle trame delle narrazioni, l'analisi simbolico-archetipica, l'osservazione in merito agli elementi grafici, alla scelta di strumenti e materiali, ai parametri gestuali-motori, avremo modo di valutare la portata formativa e la coerenza interna del modello interculturale sui centri di energia vitale proposto.

Le produzioni grafico-espressive non sono state effettuate in tutti i laboratori e per tutti i centri di energia, nelle codifiche riportate nelle Appendici C1, D1 ed F1 è possibile vedere le immagini cui queste analisi si riferiscono, nonché leggere i rispettivi diari. Le analisi delle produzioni narrative, dove presenti, sono riportate nelle appendici C2, D2, F2, insieme alle analisi dei diari.

## **1. Gruppo del 2013-14**

Le immagini cui queste analisi si riferiscono sono presenti nell'Appendice C1.

### **1.1. Primo Centro. Gruppo 2013-14.**

Ad una visione di insieme, i disegni di questo gruppo relativi al primo centro sono piuttosto diversificati tra loro, anche se possiamo rinvenire alcune costanti in relazione alle proposte di visualizzazione e di movimento, coerentemente con le tematiche simboliche e le finalità del lavoro. Andiamo dunque a vedere alcuni elementi emergenti. Innanzitutto, il tema dell'albero compare in alcuni dei lavori grafico-pittorici. In uno di questi, vediamo rappresentato un albero fruttifero in un contesto paesaggistico brullo e bruno (KI), con al centro un nucleo rosso: atmosfera che avvolge, senso di presenza e di evanescenza allo stesso tempo. Incontriamo poi nel viaggio attraverso le produzioni di questo gruppo, un altro albero, più simbolico, con le radici sanguigne (LP); nella parte bassa sembra di vedere un utero rosso, e poi procedendo in su si arriva all'azzurro, con una parte centrale in alto, gialla: quest'opera sembra alludere e annunciare un percorso integrativo, ovvero sembra di poter intravedere l'anticipazione dei primi tre centri così come un'apertura verso la dimensione più celeste, grazie ai rami azzurri e all'energia giallo dorata della corona.

Un altro albero è realizzato con i pastelli, con tratto deciso, forte (RP): sembra di cogliere un uso del peso attivo, secondo la Laban Movement Analysis, in connessione con il lavoro corporeo relativo al primo centro; tratto anche nervoso, elettrico quasi, comunque energetico ed espressivo. L'albero è rosso ma ci sono vari colori, verde intenso, azzurro, tonalità calde, rossastre, però più tenui, sfumanti verso il rosa; inoltre campeggia e prende quasi tutto il foglio: una presenza decisa, una forza quasi straripante. Infine, c'è un albero fortemente stilizzato che sembra quasi un fuoco d'artificio, realizzato con i colori a dita, dunque con immediatezza, e presenta una tricromia: verde, rosso e giallo (MG).

In due disegni ci sono delle figure umane/alberi. In uno di questi, sembra di incontrare l'espressione o la manifestazione proprio del doppio (MB): l'autrice commenta nei termini di "prima e dopo" del lavoro corporeo; interessante, tra l'altro, la complementarità forte tra il rosso e l'azzurro: "se il rosso è il colore dell'agire, il blu è il colore del sentire" (Widmann 2000, p. 115). Nell'altro lavoro con le due figure (PP), queste sono di profilo, collegate tra di loro quasi a costituire un'unica figura, inscritte in modo fusionale in un cerchio rosso, con alla base delle radici / fuoco. Anche questo disegno è quasi del tutto monocromatico, le figure hanno degli elementi bruni marroni,

sempre legate al tema simbolico della terra. Il due, ricordiamo, è connesso al secondo chakra: tema dunque anticipato.

È presente, tra le opere di questo gruppo, anche una donna albero, dalle evidenti fattezze antropomorfe, più umane che arboree, anzi, dalla evidente sinuosità femminile: tutto sembrerebbe nuovamente anticipare il secondo centro (SBR).

Un disegno rappresenta un vulcano (RF) con un cerchio centrale “ipnotico”, o meglio la spirale da cui l'autrice sostiene di essere partita; in ogni caso si è di fronte ad una forza tellurica, collegabile al terzo centro per l'elemento fuoco. "Come il fuoco plasma e rinnova materiali e strutture reali, così anche la nostra personalità è il risultato dell'azione del fuoco libidico degli impulsi, dell'istinto, degli affetti e dei desideri " (Martin 2010, p. 84). Nel vulcano c'è qualcosa che ribolle in basso ma che preme per uscire verso l'alto; la simbolica del movimento (Laban) è nei termini delle polarità alto - basso, sotto - sopra. Quindi troviamo una montagna, elemento terra, e inoltre nelle profondità della terra c'è l'elemento fuoco che prova ad uscire, evocando forse instabilità. "Il fuoco può essere purificatore o al contrario sessualmente connotato" (Durand 2009, p. 211). Del resto "al primo centro è attribuito il rosso fuoco, il colore energetico più vitale" (Riedel 2001, p.277).

In un'opera essenziale e originale, l'autrice (LI) parla di un corallo, direzionato dall'alto a sinistra, di una pietra pertinente: "al rosso del primo chakra sono attribuite le corrispondenti pietre preziose di colore rosso, come l'agata, il diasprato sanguigno, il granato, i coralli e il rubino" (Riedel 2001, p. 278). In sintesi, sembra di poter dire che nei lavori grafico-pittorici relativi al primo centro di questo gruppo, sono stati raggiunti gli obiettivi fondamentali, e sono emerse tematiche simboliche significative, anzi, anche sfaccettature inerenti ma inattese.

## **1.2. Secondo Centro. Gruppo 2013-14.**

Ad uno sguardo panoramico, le produzioni grafico-pittoriche sembrano dischiudere in modo originale tematiche archetipiche e simboliche coerenti con gli obiettivi formativi previsti, anche al di là dei contenuti, delle consegne ed induzioni di movimento e immaginative proposte. È il caso, a titolo esemplificativo, dell'opera che presenta dei serpenti. L'autrice (C.S.) specifica, tra l'altro, che sono due. Il serpente, “l'epitome dei culti della vita su questa Terra [...], era qualcosa di primordiale e misterioso, giungendo dalle profondità delle acque dove la vita ha inizio” (Gimbutas 2008, p. 121). “Il significato simbolico di questo animale collega le idee di vita e di morte in modo così specifico che si può dire non esista cultura che abbia ignorato il serpente. [...] Nel quadro dell'Antico simbolismo indiano sono molto importanti i *nagas*, creature semidivine che costituiscono i tesori della terra. Il serpente era uno degli animali maggiormente venerati forse per la sua muta (simbolo della vita che si rigenera) e per la sua prossimità all'elemento vitale dell'acqua (fertilità). Sul serpente del mondo è adagiato il Dio Vishnu”. “Nell'interpretazione simbolica della psicologia del profondo il serpente è, come ogni altro rettile, un simbolo animale che risale alla preistoria della terra e ai primordi della storia umana. Un'immagine di particolari forze primitive. Come si evince da ogni esperienza psicologica, esso rappresenta in modo intensamente simbolico l'energia psichica” (Biedermann 1991, pp. 487-488). Ricordiamo inoltre che "nelle tradizioni tantriche dell'India l'energia cosmica femminile della kundalini giace addormentata come un serpente attorcigliato alla base della colonna vertebrale. Risvegliato durante la meditazione yogica, il serpente Shakti sale lungo il corpo sottile, le due correnti nervose ai lati della spina dorsale, passa attraverso i centri dell'energia, o chakra, fino a unirsi con Shiva al vertice, in uno stato di estasi e trascendenza" (Martin 2010, p.196).

Nel lavoro di R.P., i tre volti e corpi, raffigurati in modo parziale, tra flussi di onde arancioni ed azzurre, immersi in una liquidità dalle connotazioni più sensuali che materne, sembra di poter cogliere

la dimensione archetipica di Eros: il piacere della vita, la forza unificante che apre all'incontro, al gioco, alla fusione, all'affettività, e alla trasformazione. Nell'adagiare le figure sul piano orizzontale, il disegno presenta allo sguardo un'acqua che copre e scopre, un po' come opera la dimensione inconscia, come avviene nella vita onirica, che vela e svela, mescola e dissolve, aprendo nuove possibilità creative; meglio ancora, sembra rinviare al processo stesso di crescita individuativa, alla dinamica del *solve et coagula*.

Due opere richiamano invece dei mandala: in una (S.B.R.), sorta di lago, cerchi concentrici, elementi arborei realistici ed aspetti simbolici astratti, le due polarità alto e basso; nell'altra (S.B.), centro e raggi, evocativi di tematiche simboliche del terzo chakra, e poi alberi, luna e stelle.

Alcuni lavori sono astratti. Uno di questi, realizzato con pastelli colorati, attraverso dunque un maggior controllo psicomotorio, presenta gocce e onde (I.C.); fondamentali l'azzurro e il giallo, che anticipa il terzo chakra. Un altro (K.P.) rappresenta, distribuiti in modo concentrico, spirale, triangolo, cerchio, sorta di collana che racchiude e delimita, a sua volta all'interno di una vastità oceanica. In un altro ancora (L.P.), essenziale e simbolico, emergono due elementi separati che sembrano guardarsi, uno sopra l'altro; giallo, arancione, una sorta di calice con due braccia dalle mani a tre dita versus elemento viola con nucleo arancione. "Onde d'acqua ariose": in questo modo l'autrice (M.M.) definisce il suo lavoro, caratterizzato da una qualità sinuosa, connotato da un senso di spazio e respiro. Un ulteriore dipinto astratto (P.P.) presenta un'energia germinativa ma anche elettrica, in uno spazio bianco ampio, nucleo e flussi gialli, arancioni, rossi. La coppa/calice ritorna in un'altra opera (R.F.), essenziale e chiara, nelle parole dell'autrice in risonanza con la simbologia centro/ventre/ombelico/luna. Ancora (L.I.): accanto al centro marrone, poggiato su una sorta di culla gialla, un fiore verde dal nucleo rosso, sul lato destro. Due parole sul fiore: simbolo universale della giovane vita, in virtù della disposizione a stella dei suoi petali, è divenuto presso molti popoli l'emblema del Sole, dell'orbita terrestre e del centro. "Oggettivamente il fiore ha simboleggiato l'energia vitale, la gioia di vivere, la fine dell'inverno e la vittoria sulla morte" (Biedermann 1991, p. 191). Ricordiamo che il "dono" fondamentale del secondo centro è proprio la gioia.

### **1.3. Terzo Centro. Gruppo 2013-14.**

Per quanto concerne il terzo centro possiamo cogliere una certa diversificazione dei lavori. Una prima opera (A.P.) vede un tempio orientale giallo con al centro il fuoco rosso, molto stilizzato ed essenziale, sembra quasi un ideogramma; un'altra è caratterizzata da un centro triangolare verde e poi da una forma a spirale che si tramuta in goccia, con dei raggi leggermente incurvati gialli, ed il tutto collocato sul lato sinistro: l'autrice parla di un'energia bloccata dal triangolo; il verde sappiamo che rimanda in qualche misura al quarto centro. La posizione sul foglio potrebbe indicare forse qualcosa che si deve ancora espandere, ed in effetti c'è ancora una bella porzione di spazio bianco sul lato destro. Un altro lavoro (C.S.) è piuttosto interessante: con tecnica mista, viene utilizzato in maniera fortemente espressiva il nero, quindi proprio la contro-polarità rispetto al giallo solare; comunque c'è una spirale centrale più chiara: l'autrice parla di ghiaccio che si scioglie, quindi di acqua, di aria, di centro bianco che illumina il buio, di raggi neri perché notte, blu e arancione. Nelle parole di DD, ella rappresenta una cascata gialla, caratterizzata quindi da un movimento dall'alto verso il basso e che si staglia in primo piano rispetto ad un tempio con le sembianze di una grotta a forma di triangolo con la punta all'insù. La grotta rimanda fortemente sul piano simbolico alla Madre Terra, quindi ancora al primo centro. Poi è rappresentato un occhio che sembra chiuso (quindi una dimensione più notturna che diurna/solare!), molto dolce. Qui ci sono 3 elementi, sembra prevalente il numero 3, come se si volesse fare una sintesi tra la grotta /terra del primo centro, la cascata/acqua del secondo e questo sguardo socchiuso.

Un altro disegno (E.R.), effettuato di getto, presenta una certa originalità: inscritta in un triangolo marrone, colore di terra, c'è una sorta di piccola chiesetta con una croce; all'interno sembrerebbe

esserci un guerriero solare tratteggiato in una maniera abbozzata, di colore giallo; una strada sinuosa sembra raggiungere il tempio, incastonato in un paesaggio evocativo; intorno al triangolo un'aura dorata.

Il terzo centro di energia vitale sul piano motorio e simbolico rimanda alla polarità centro periferia: un disegno (G.L.) raffigura un centro abbastanza piccolo, sembra quasi di vedere un ragno dalle zampe sottili, dai raggi piuttosto mobili, poco lineari. In un altro lavoro (I.C.) ciò si traduce nella forma di una sorta di fiore con 9 petali (quindi un multiplo di 3), arancioni come quelli del secondo chakra; all'interno c'è un nucleo giallo e all'interno ancora un triangolo con la punta verso l'alto, bianco. Ritorna dunque il simbolismo del fiore. Il movimento rotatorio a spirale è tipico del terzo centro. Un altro lavoro simbolico (K.I.) prevede una sorta di spirale di energia vitale ma intorno a questa ci sono dei triangoli che, come l'autrice stessa scrive, servono a stabilire dei confini, a contenere questa energia che va protetta; tutto intorno ci sono dei raggi ondulati marroni e oro.

Sul piano dell'analisi del movimento, secondo la *Laban movement analysis*, il fattore legato al terzo centro è il tempo: vediamo in un lavoro (L.I.) esplicitata la clessidra, insieme ad altri simboli, alcuni dei quali evocati già delle visualizzazioni, altri scaturiti dal soggetto stesso, come la piramide, ma anche la bilancia. A livello simbolico, la bilancia indica l'equilibrio o lo squilibrio tra opposti psichici, come la testa e il cuore o la materia e lo spirito, e il modo in cui la coscienza e l'inconscio agiscono l'una in relazione all'altro allo scopo di stabilire un equilibrio. L'impressione generale è che la psiche richiede che sia le energie del "Paradiso" che dell'"Inferno" trovino un loro bilanciamento. Riguardo allo sviluppo individuale, la bilancia non può essere sempre in equilibrio: spesso un aspetto o un altro della personalità presenta intrinsecamente un peso maggiore. Allo stesso tempo, la psiche reagisce a grosse fluttuazioni così come a veri e propri sbilanciamenti da una parte. L'*enantiodromia*, ovvero il "ritorno repentino di qualcosa al suo posto, costituisce la modalità principale in cui la psiche fa pendere la bilancia da un lato o dall'altro" (Martin 2010, p. 512). Inoltre, la bilancia rappresenta il "simbolo della giustizia e del retto comportamento" (Biedermann 1991, p. 73). Anche qui sembra che ci sia una connessione coerente con il tema motorio e immaginativo proposto, ed in particolare il riferimento è alla figura archetipica del guerriero illuminato che sa dosare le proprie energie, contenerle e muoversi in modo retto.

In un'opera (M.M.), rarefatta e delicata nei colori, con un effetto pastello, si intravede una bilancia: l'autrice stessa suggerisce la rievocazione del tempo, tema delle polarità che vanno equilibrate; ci sono una sfera gialla e una semisfera verde che potrebbe essere la Terra, ed è presente un movimento ascensionale rosso verso l'alto, sinuoso. Alcune immagini simboliche, quindi, sono state evocate o indotte dalle proposte di movimento e visualizzazione; altre invece sono emerse spontaneamente, in maniera coerente con le tematiche precipue di questo centro di energia.

Anche l'altro simbolo emerso, la clessidra, oltre al collegamento evidente con il tema del tempo, potrebbe dischiudere l'idea del contenimento delle energie in eccesso. "La clessidra non è direttamente un simbolo della morte, ma della caducità e dello scorrere del tempo, dunque implica anche un *memento mori*. La clessidra appartiene innanzitutto alle caratteristiche del dio del tempo Crono. Poiché per poter funzionare va continuamente capovolta, può essere collegata all'immagine cosmologica di una ciclicità periodica, dunque all'"eterno ritorno" delle situazioni cosmiche. Il simbolo della clessidra, come esortazione alla virtù, dovrebbe richiamare alla memoria la moderazione, affinché il tempo concesso agli uomini non venga volontariamente abbreviato con un comportamento dissoluto" (Biederman 1991, p. 126).

In un lavoro decisamente originale (M.B.) vediamo centrali due occhi gialli con le sopracciglia e le ciglia azzurre, uno spazio bianco piuttosto vasto e intorno incorniciato da giallo oro è rappresentata una figura umana, sulla sinistra, tratteggiata: l'autrice parla di danza degli occhi, di sensazione di luce che fuoriesce da questi, che pulisce e illumina. Non possiamo non collegare ciò al senso fondamentale legato al terzo centro: la vista. In un'altra opera (M.G.) c'è una direzione ascensionale verticale coerente con il fuoco e con il terzo centro, con questo elemento diciamo più "maschile"; alla base c'è

una sorta di fuoco giallo, un braciere con fuoco rosso e sopra ancora una croce che ha 4 raggi gialli e un punto centrale rosso (il numero 5!); i colori sono giallo, rosso e marrone terra. In un'altra produzione (P.P.), invece, estemporanea e spontanea, realizzata con i colori a dita, è proprio molto evidente la dimensione energetica; sembra anche che l'autrice senta la necessità di abbinare una sorta di poesia, di scrivere, delineando gli elementi in una successiva integrazione. Qui ritorna il tema del nero, la base, quindi la cenere, il tema della combustione, che è la principale forza operante del terzo centro di energia vitale; poi ci sono il giallo, l'azzurro, i rossi violacei.

Un altro disegno piuttosto ricco (R.P.) presenta per più volte due aspetti polari: in primo piano elementi vegetali, uno a destra e uno a sinistra, dietro due volti che sembrano fronteggiarsi, poi due mani che si incontrano e infine un terzo elemento centrale, in fondo, che sembra osservare il tutto: qui sembrerebbe di passare dalla polarità alla sintesi del numero 3. Altri tre lavori presentano figure umane più o meno abbozzate: in uno (R.F.) è evidenziata per esempio la zona centrale del corpo, con il diaframma, ed accanto un triangolo con braciere, forse per evidenziare questa corrispondenza; in un altro (S.P.) è raffigurata una figura femminile molto aggraziata, che l'autrice definisce una fata, accanto ci sono un animale nero, un fuoco rosso, un sole a spirale, degli elementi simbolici che rimandano tutti in una maniera comunque originale alla simbolica di questo terzo centro, alla trasformazione. Qui sembra quasi che ci sia qualcosa di alchemico, dal nero della *nigredo* al bianco chiarore dell'*albedo*; poi (S.B.R.) c'è un'altra figura un po' astratta estremamente solare, gialla, con un centro da cui si dipartono dei raggi, mentre alla base ci sono le radici rosse proprie del primo centro; infine (S.B.) tornano con dei tratti più delicati di nuovo la piramide, il triangolo, il fuoco, il sole. Sembra di intravedere un gioco di corrispondenze, un rimando tra microcosmo, una piccola fiammella danzante dalle sembianze umane, come dice l'autrice, e macrocosmo, l'immenso sole all'esterno.

#### **1.4. Quarto Centro. Gruppo 2013-14.**

Ad un primo sguardo, nei lavori relativi al quarto centro riaffiorano prevedibilmente i temi simbolici indotti ed evocati dalle proposte di movimento e dalle visualizzazioni, quali le stelle e in particolare il colore verde, anche se possiamo notare già su questo piano delle diversificazioni. Oltre a ciò, ritorna in particolare in una coppia il tema dell'albero (S.B.R. e M.B.): come possiamo evincere dallo scritto allegato, si tratta di partecipanti alle esperienze laboratoriali che hanno lavorato nella diade attraverso il movimento e che ad insaputa l'una dell'altra hanno disegnato lo stesso tema. Altre opere presentano delle peculiarità; in una (D.D.) emerge una sorta di scrigno prezioso /coppa che poggia sulla terra marrone, contornato da stelle verdi sospese nel vuoto; tra gli elementi che ritornano frequentemente ci sono il cuore e le spirali.

Troviamo poi tra le produzioni grafico-pittoriche una sorta di mandala con al centro un cuore rosso (K.I.) con dei filamenti che attraversano e connettono tante spirali: ciò risuona bene, in maniera appropriata, con le tematiche del quarto centro se non anche del settimo, in riferimento al senso di forte interconnessione.

Un secondo mandala tra i disegni evoca un fiore dai tanti petali (R.F.). Ricordiamo con Jung che nel quarto centro vitale c'è proprio l'inizio del passaggio dall'io al Sé, verso la coscienza cosmica.

Un tema interessante, rilevante sul piano antropologico e transculturale (Crapanzano, 1996; Combi, 2000), è quello della casa con il suo centro analogamente all'ombelico rispetto al corpo. Un altro lavoro, piuttosto pieno, col foglio che quasi non presenta spazi vuoti, allude all'interconnessione se non alla fusionalità, come sostiene l'autore stesso (R.P.), tra elementi e persone.

Poi c'è un terzo albero, per la precisione una donna albero (S.P.) dai tratti sinuosi, arabeschi delineati con la delicatezza di un ricamo. C'è un lavoro (M.G.), inoltre, astratto, effettuato con i colori a dita, dove sembrerebbero emergere soprattutto la complementarità dell'azzurro e del giallo e la sintesi del verde: tra scie di luce, le stelle sono blu e nel numero di 2.

Oltre al verde, l'altro colore maggiormente rappresentato nelle opere di questo gruppo, è il giallo, giallo che abbiamo trovato come caratteristica fondamentale del terzo centro: quindi da un lato possiamo rinvenire una continuità e dall'altro emerge l'aspetto della luce, della luminosità, coerentemente con il senso di apertura al Sé. Inoltre, ci sono dei colori anche delicati, come i celesti, e colori anche rosati, collegati a una dimensione di tenerezza. In fondo il colore fondamentale del quarto centro è il verde, però spesso si può abbinare anche un rosa pallido, oppure l'oro. "Dal punto di vista psicologico, sulla base della nostra predisposizione nei confronti del rosa, possiamo analizzare il nostro atteggiamento in relazione a tenerezza, affettuosità, morbidezza e graduazione dei sentimenti [...]. Il rosato è il colore del derma umano, sano e bene irrorato di sangue, ossia il colore del corpo umano [...]. Il rosa quindi è un colore molto vicino alla fisicità, ha a che fare con la tenerezza del corpo umano ed esprime, a seconda della percezione, l'affettività di uno sfioramento corporeo" (Riedel, pag. 53).

In un disegno, come sostiene l'autrice (L.I.), vengono rievocati frammenti di ricordi legati a persone care, lungo la linea del tempo, il filo del dare e ricevere che unisce passato e presente: come abbiamo potuto vedere anche in altri gruppi, il quarto centro è legato al mondo delle relazioni affettive.

Quanto al giallo, "gli archetipi dell'origine appaiono in molte antiche culture in giallo oppure con il valore cromatico più prezioso e spesso sostituibile al giallo, l'oro" (Riedel 2001, p. 99). Del resto, "il concetto aureo, grazie al quale tutto si può, è l'amore" (Riedel 2001, p. 274).

### **1.5. Sesto Centro. Gruppo 2013-14.**

Se tra gli obiettivi fondamentali connessi al sesto centro vi è "individuare gli archetipi che nutrono l'identità personale", dai disegni possiamo evincere come ciò sia stato raggiunto, almeno in gran parte. Andiamo a vedere alcuni di questi simboli archetipici in campo, emersi, ricordiamo, a seguito di un lavoro approfondito sul piano motorio e immaginativo in merito al sogno. In un primo disegno (A.P.), una figura umana sta al centro di una sorta di spazio circolare, un mandala racchiuso da confini zigrinati, al di là del quale ci sono dei flussi, delle onde: nelle parole dell'autrice, al centro di tutto c'è un cuore, da cui si dipanano dei raggi; sembra un lavoro già di sintesi, a partire dal quarto chakra, che anticipa aspetti del Sé, che troveremo nel settimo. Abbiamo poi un pattinatore (C.S.) che si muove tra forme che rappresentano dei mondi diversi; ancora (D.D.), un albero all'interno del quale ci sono due corpi che si abbracciano: ricordiamo che questo centro è collegato anche alla dualità, in particolare alle polarità destra e sinistra.

Una danza, una sorta di duetto più astratto, si ritrova in un altro disegno (E.R.); in un'altra opera (G.L.) c'è una sorta di albero, una sfera solare e poi tre ramoscelli in primo piano, un germogliare. Un'altra opera ancora (K.I.) vede la presenza di alcuni elementi simbolici importanti: una coppa, un fiore, una luna e poi il ricordo del proprio cane, quindi l'affettività; i primi 3 elementi sembrano rimandare anche ad una dimensione femminile; un altro lavoro (L.P.) presenta un paesaggio immaginativo semi astratto ma molto vitale e colorato, ci sono due o tre persone. Troviamo inoltre una sorta di mandala a spirale, dai colori pastello; molto similmente un'altra spirale azzurra che ricorda una vasca circolare: nelle parole dell'autrice (P.P.) si sente la presenza di una dimensione sinestesica: tutti i sensi sono aperti, il riferimento è anche ad aspetti multisensoriali, immersione

nell'acqua, respiro nella pancia, suoni, profumi, carezza del vento. In un'altra opera (R.F.) si fa riferimento a un responso dei ching come anche a un film, "The tree of Life", piuttosto visionario, al rapporto tra cosmo e macrocosmo, c'è un mare e c'è un occhio: incontriamo la dimensione di apertura al pensiero divergente, alle visioni del sesto chakra. Un disegno che è piuttosto estemporaneo ma allo stesso tempo fortemente simbolico, reso più chiaramente comprensibile grazie al testo dell'autrice (S.P.), che parla di persone alate, abbracciate, che danzano nell'aria, un uomo e una donna: anche qui troviamo la tendenza all' integrazione tra gli opposti. Un'autrice (S.B.R.) porta invece un disegno con mani e sfere e rievoca il rapporto con il padre, le coccole con lei figlia e il ricordo di momenti di preghiera in comune.

Le descrizioni in merito ai lavori del sesto chakra sono spesso utili ai fini di una maggiore intellegibilità; in un'opera, ad esempio, l'autrice (S.B.) nota l'importanza del colore giallo: c'è una grande caramella, color oro, due mani, una per lato; ritorna l'elemento 2, questa volta nella forma della polarità destra e sinistra.

In conclusione, a questa sintetica rassegna, ricordiamo che uno degli obiettivi centrali per il sesto centro di energia è quello di sviluppare l'immaginazione, la capacità di provare meraviglia e stupore, ma anche la memoria: quest'ultimo aspetto si evince in alcuni lavori. Al chakra sei, in generale, dobbiamo "la capacità di portarci informazioni sotto forma di colori e immagini" (Judith 1993, p. 249).

#### **1.6. Settimo centro. Gruppo 2013-14.**

Elementi di luce, figura umana un po' rarefatta e bolle (A.A.); una ninfea (A.P.), poi un fiore di loto immerso in un'atmosfera soffusa dorata (C.S.) e ancora un altro con petali che si staccano, danzanti (I.C.); un disegno che sembra un dipinto essenziale (E.R.) come un haiku giapponese, ramoscello ascendente con gioco luci ed ombre, disegno etereo (L.P.), movimento a fontana, due zampilli, tricromia, oro, celeste, verde chakra cuore, figura astratta (P.P.) inscritta all' interno di un fiore giallo, intorno altri fiori colorati, il gruppo: questi i temi simbolici e le immagini emergenti nei lavori grafico-pittorici di questo gruppo. Ed ancora, in un disegno piuttosto originale (S.P.), troviamo alla base una sorta di fiore crogiuolo, poi un flusso sinuoso ascendente, parole intessute, che seguono il movimento, una fiamma astratta su in cima.

Molti lavori presentano un'integrazione nello stesso foglio tra il disegno e le parole; in uno di questi (S.B.R.) c'è alla base un fiore e due flussi gialli semplicemente, in una grande armonia ed equilibrio tra la parte alta nell'uso del foglio e la parte bassa e le parole fondamentali.

Anche un altro disegno astratto (S.B.), fortemente simbolico, presenta sinuosità e simmetria nelle polarità oro e azzurro. Sofferamoci ora sul color giallo oro. Innanzitutto, il giallo è il colore più prossimo alla luce. "Il colore dell'oro costituisce una variante del tutto particolare del giallo. È simbolo dell'evoluzione più matura e della trasformazione sviluppata fino alla perfezione; è immagine delle figure di eccezionale superiorità e delle divinità; è colore degli stati di elevazione e dei luoghi più sacri. Per questi motivi le guglie più alte, le cupole più sacre, i sancta sanctorum più reconditi sono ricoperti d'oro a nobilitare la tensione umana verso stati di elevazione sovrumana. Il giallo è colore del numinoso e la sua variante oro è la gradazione più tipica" (Widmann 2000, p. 342)

Nell'uso dei materiali si può notare che non ci sono colori a dita, così fortemente sensoriali, tattili: la prevalenza dei lavori risultano rarefatti, quasi incorporei, la matericità è meno presente, c'è più spesso un senso di spazio e di respiro, dovuti al bianco e ai colori tenui, dalle tonalità pastello. "Il settimo chakra, come centro della scriminatura culminante, che, posizionato al centro della testa, incorona l'uomo, è connesso con il colore viola come colore di trasformazione, ma anche col bianco,

quale sintesi di tutti i colori, e talvolta anche con l'oro, visto come massimo splendore" (Riedel 2001, pag. 278).

All'interno di questo gruppo di opere, talvolta una sfera bianca è proprio nominata, come nel caso di un disegno astratto. "La luce bianca del Divino. Il colore bianco ha una posizione centrale in tutte le religioni, nelle quali la luce riveste un significato. La pienezza di luce conferisce a questo colore anche il suo carattere gioioso e festivo [...]. È l'espressione dell'assoluto, dell'inizio e della fine, della pienezza e del vuoto, e anche dell'unione di questi estremi. [...] In quanto colore della luce, il bianco trasmette il senso dell'illuminazione, della trasfigurazione, della resurrezione e della completezza" (Riedel, 2001, p. 186-187).) È proprio delle grandi divinità della luce. "Nell' induismo, è considerato il colore della pura consapevolezza, dell'illuminazione e in genere del movimento Sattva, verso l'alto. Anche in ambito Cristiano "il bianco, insieme all'oro, è il colore della luce mai offuscata, il colore della magnificenza divina, della rivelazione" (Riedel, 2001, p.195). Dal punto di vista della psicologia analitica, appartiene alla costellazione archetipica del Sé (Widmann 2000).

"Nel viola - o anche nei colori dell'interezza bianco e oro - risplende e agisce il settimo chakra, il centro della scriminatura, che corrisponde al principio del "puro essere". L'avventura dell'esperienza che può coglierci e catturarci sull'apice di una montagna molto alta, la "top experience", la vicinanza al cielo, il totale distacco delle cose della vita di tutti i giorni, apre il centro della scriminatura alla capacità di vivere esperienze di trasformazione e di luce, che possono trovare la propria espressione nel colore viola, nel bianco e nell'oro [...]. Il bianco, d'altro canto, comprende in sé lo spettro di tutte le tonalità cromatiche, consentendo di vivere a un livello superiore l'integrazione e la totale pienezza della vita e aprendo così la psiche all'esperienza della luce divina e della trascendenza verso il soprannaturale" (Riedel 2001, p. 280).

L'esperienza del settimo centro costituisce anche un'occasione di rivisitazione dell'intero percorso, dell'intero viaggio tra i centri di energia vitale. Quello che emerge dai disegni, dai testi e dalle riflessioni ad essi relative, è ad esempio una connessione con il chakra del cuore, che, ricordiamo, rappresenta il punto di snodo tra i centri inferiori e quelli superiori. Il fiore di loto o la ninfea può essere in effetti più o meno aperta, coerentemente con il sentire di ciascuno. Un po' come nei sogni, i disegni rappresentano una sorta di fotografia di come sta la psiche nel momento specifico della loro realizzazione e anche verso cosa è orientata: questo secondo una lettura junghiana e archetipica. Nei disegni e nei testi che li accompagnano, si possono cogliere un respiro ed un afflato particolari, il contatto con una dimensione alta, connessa all'Inconscio Superiore o Superconscio, come sostiene la psicosintesi (Ferrucci, 1981). Tra gli obiettivi fondamentali del settimo centro, infatti, vi è l'agevolazione dell'espansione della coscienza, come coscienza cosmica, del senso di identità universale.

## **2. Gruppo 2016-17**

Le immagini cui queste analisi si riferiscono sono presenti nell'Appendice D1.

### **2.1. Primo centro. Gruppo 2016-17.**

La prima impressione di fronte alle opere è di forte vitalità: qualcosa di vivo e che scaturisce dal profondo. In merito alla tipologia di materiale utilizzato, vi è la prevalenza di colori a dita, che rimandano al processo primario, ad un senso di immediatezza, energia vitale, sensorialità. Si distanziano alcuni lavori, per l'intensità minore dei colori e per la scelta dei materiali; in uno di questi (Fr.Br.), un flusso in diagonale da sinistra, riconducibile al passato, approda in una sorta di luna in

basso a destra, un ricettacolo, a sua volta sovrapposto ad una semisfera marrone. Qui sembrerebbe esservi il rimando al simbolismo della Madre Terra.

Un lavoro (Fe.B.) appare come un ricamo rarefatto, un germogliare in alto e in basso, sotto ad una sorta di pioggia. “Le radici di un individuo si fanno strada tra gli stralci del terreno personale e archetipico. La loro essenza, alimentata dall’esperienza, dal rispecchiamento e dall’immaginazione, influenza la capacità di prosperare, generare nuovi germogli e fiorire in modo creativo” (Martin, 2010, p. 140). Si distanzia anche un altro disegno (G.B.), nella scelta dei materiali, nei colori terra/bronzo, comunque pertinenti al primo centro, nell’unione con l’elemento aria, che sembra fornire movimento. In un’altra opera (V.G.) troviamo masse rotonde rosse comprese in una massa più grande, all’interno di un ulteriore contenitore, azzurro: un gioco di contenitori, energia che viene contenuta. E ancora (V.P.), forme rosse ondulate, che sembrano serpenti, qualcosa di organico, sospese nello spazio bianco, a sinistra una piccola sfera gialla, mentre in un’altra opera (D.P.) troviamo radici-crepe. “Le radici, che riescono a farsi strada nei terreni rocciosi, si ritrovano a lottare con circostanze avverse [...]. Il loro potere sta proprio nella capacità di trovare un varco, sempre” (Martin, 140).

Emerge qualche particolarità, in forte connessione e coerenza con le finalità del lavoro esperienziale sul primo centro di energia: in un’opera (A.G.) è rappresentata una mano, che rimanda all’impronta primordiale, e al senso dell’esistere, della presenza. In un’altra (Fr.Bo.) vi sono forme di piedi, di nuovo delle impronte. Il primo centro è connesso al grounding, al senso di radicamento nelle proprie gambe e nei propri piedi. Si tratta comunque di piedi danzanti, all’interno di un’opera che presenta grande vitalità e dinamismo.

In un’altra (C.B.), troviamo una sorta di infinito verticale, da cui si dipanano linee ascendenti e discendenti. Due lavori (A.B. e E.C.) presentano la spirale, il cui potere simbolico risiede nell’evocazione di un percorso archetipico di crescita, trasformazione e viaggio psicologico e spirituale. Due opere (C.N. e I.M.) presentano il fuoco come tema simbolico, anticipando in qualche modo il terzo centro, mentre un’altra (N.G.) presenta l’alternarsi di alberi e fuochi.

Infine, tra i lavori ve ne è uno (F.D.) dove campeggia una figura antropomorfa verde con una sorta di mantello che dà movimento, radicata su una terra nera e che si staglia su un sole giallo-rosso, il tutto reso molto vivo ed immediato grazie all’utilizzo dei colori a dita. Numerosi i lavori che presentano il colore verde, che ricordiamo, ha, tra l’altro, una valenza legata alla dimensione germinativa (Riedel, 2001; Widmann, 2000), alla vegetazione, alla terra. Più in generale possiamo dire che i grandi temi simbolici e le finalità formative relativi al primo centro sono stati toccati ed esplorati, nelle loro diverse declinazioni.

## **2.2. Secondo centro. Gruppo 2016-17.**

Ad uno sguardo d’insieme, i diversi lavori sembrano indicare che le attività proposte hanno permesso di contattare dimensioni, attitudini, simboli, valori connessi al secondo centro di energia, anche al di là degli aspetti esplicitamente coinvolti nel movimento e nelle visualizzazioni. È interessante cogliere il passaggio e la continuità tra il primo e il secondo chakra, rinvenibile nelle proposte di visualizzazione e di movimento e dunque, con diverse declinazioni, nei disegni. “Se pensiamo al corpo come a un vaso per l’anima e lo spirito, allora l’elemento terra nel primo chakra offre sostegno e contenimento per l’essenza fluida del secondo chakra [...]. Proprio come una tazza che contenga dell’acqua. Senza un appropriato contenitore l’acqua scorre via e la tazza rimane vuota. Tuttavia, se il contenimento è eccessivo, l’acqua non può scorrere per nulla, e diventa stagnante e morta [...] Compito del primo chakra era quello di costruire questo contenitore” (Judith 1998, p. 137).

Quanto ai materiali, alcuni lavori vedono l’utilizzo dei colori a dita, altri prevedono una motricità più fine, altri ancora una tecnica mista. La scelta degli strumenti, ma non solo, probabilmente contribuisce in alcuni disegni ad accentuare una dimensione fiabesca, in un gioco di riverberi di luce, o in ogni caso a suggerire ed evocare immagini paesaggistiche in risonanza a paesaggi interiori. Un paio di opere presentano le mani a coppa che sorreggono una sfera: in uno (C.B.) sembra la luna /specchio,

nell'altro (Fr.Bo) un sole irradiante, anticipando il tema del terzo centro. Troviamo inoltre un disegno (D.P.) dove è centrale il calice / coppa: potrebbe rimandare alla ricettività, alla femminilità, evocando in ogni caso un ricettacolo di qualcosa di intimo, prezioso, forse anche sacro, in sintonia con le tematiche simboliche del secondo centro.

Un'opera (E.C.) presenta una figura antropomorfa, tracciata di getto con colori a dita, con una massa rossa sotto al pube: generatività, tipica del secondo chakra, e forza primordiale, ancora in contatto con il primo centro. Coerentemente con le proposte di visualizzazione e di movimento, la maggior parte dei lavori evoca e rappresenta specchi d'acqua, con l'azzurro prevalente, spesso accompagnato o in dialogo con il giallo. In un caso (C.N.), è evidente la compresenza del colore azzurro e del marrone, nonché dell'oro, che rimandano alla terra ed al primo centro. Un lavoro (V.P.) rinvia alla potenza del fuoco, probabilmente frutto del flusso energetico attivato, "acceso" dalle esperienze di movimento e dalle emozioni connesse, anticipando al contempo aspetti simbolici precipui del terzo centro.

### 2.3. Terzo centro. Gruppo 2016-17.

Nell'insieme le opere sembrano rinviare alle tematiche fondamentali del terzo centro: energia trasformativa, orientamento verso l'obiettivo, forza, espansione. Un lavoro (V.P.) rimanda all'occhio, all'iride; nelle parole dell'autrice, emerge il gioco ed il bisogno di confinarne l'energia. Un altro (I.M.), fortemente evocativo e simbolico, sembra riassumere i primi tre centri se non aprire al quarto; la disegnatrice fa riferimento all'energia tellurica, all'aspetto vulcanico, ad un fuoco trasformativo che si muove dal basso.

Di nuovo, più lavori presentano la spirale (A.B., A.G., C.N., Fr.Br, S.C.): talvolta più introvertita, contenuta, gialla e verde, anticipando il colore del quarto, altre volte espansiva, con scintille verso l'alto a destra, a volte ancora dai tratti solari; infine, talmente essenziale da evocare la potenza espressiva ed archetipica delle pitture rupestri degli aborigeni australiani. Almeno due disegni (E.C. e V.G.) pongono enfasi sull'elemento direzionale, su un uso dello spazio diretto (Laban), e sull'immagine della freccia che raggiunge l'obiettivo: tematiche simboliche fortemente connesse al terzo centro. Un altro lavoro, anche nelle parole dell'autrice (D.P.), sottolinea l'aspetto della forza e della stabilità.

Alcuni disegni sono caratterizzati da astrattismo; almeno uno presenta l'elemento figurativo umano (S.M.). In alcuni disegni vi è una prevalenza forte del triangolo, che riassume anche il tema simbolico del numero tre, "collegato all'agilità mentale e fisica; il tre indicherebbe qualunque processo dinamico. La vitalità simboleggiata dal tre nasce dalla decisione di uscire dall'impasse della dualità con la creazione di qualcosa di nuovo" (Fincher 1996, 95-96). Due opere rappresentano le mani: in una (F.D.), esse hanno un orientamento complementare, racchiudono l'infinito, ed è presente l'utilizzo del nero; nell'altra (G.B.), le mani sembrano incorniciare e dare valore al triangolo.

Sul piano cromatico, i colori prevalenti sono il giallo, il rosso, talvolta è presente il nero, anzi ben quattro lavori vedono il suo utilizzo, come se con tanta luce fosse necessario il rimando al buio, all'oscurità. Anche qui emerge l'integrazione delle polarità luce, ombra: tanta solarità richiama per forza la dimensione opposta. "In numerose cosmogonie, il nero rappresenta l'oscurità delle origini, evocatore di quell'informe e caotico vuoto primordiale che contiene, *in potentia*, tutto quanto verrà alla luce e acquisirà esistenza. È il colore delle origini, degli inizi, precedente l'esplosione luminosa della nascita [...]. Da un punto di vista psicologico: l'emergere del conscio dal buio dell'inconscio, perché se la luce appartiene alla coscienza, il buio è l'inconscio, in quanto connesso all'ombra, all'oscurità, alla notte. [...] Ci sono anche aspetti di fecondità nel nero: in quanto colore di ciò che sta sotto la realtà apparente, il colore delle grotte e dell'oscurità della terra, il nero appartiene alle Grandi Madri delle mitologie, nelle loro ambivalenti significazioni" (Widmann, 2000, p.46-47).

## 2.4. Quarto centro. Gruppo 2016-17.

“Per il bambino, il poeta e l’artista visionario il mondo è ricco di meraviglie: la falce di Luna crescente diventa la base di una culla e le stelle si trasformano in lampade nel cielo” (Martin, 2010, p.600). In uno dei disegni (C.N.) troviamo proprio una sorta di mezza luna coricata a mo’ di culla, dentro alla quale è adagiata una stella; a sinistra un gruppo di stelle, dal quale sembra essersi staccata. In un’altra opera (D.P.), dal titolo “semino cullato dal vento”, nelle parole dell’autrice, di nuovo troviamo il tema del cullare. Ancora tra le opere rinveniamo un albero (E.C.) con molti rami/braccia e mani come propaggini; sembra ci sia un seno nel tronco; il tutto, inoltre, appare racchiuso all’interno di un contenitore, recinto sacro o *temenos*. In un altro lavoro (Fe.Br.) c’è un fiore centrale, all’interno arancione, rosso, poi verde, mentre la parte esterna è azzurra; si staglia rispetto ad uno spazio bianco con la presenza delicata di vari elementi. Ancora nel gruppo troviamo due cuori (Fr.Bo.) contornati da raggi, irradianti come soli (terzo centro, dunque), e collegati tra loro da fili arancioni e azzurri: due falci di luna, contornate da stelle sospese. Alcuni disegni sono estremamente stilizzati; una partecipante ha optato per la scrittura. Altro lavoro (I.M.): da un cuore fuoriesce un flusso abbondante e dinamico di stelle colorate. Un albero (N.G.) con un cuore inscritto fruttifica cuori/frutti. In un’opera (F.D.) armoniosamente giocata sui colori verde ed azzurro, la figura centrale ha le braccia che si fanno ali o contenitore culla. Tra gli elementi simbolici più rappresentati, dunque, troviamo i fili. “I fili sono linee di orientamento nei labirinti della psiche e invisibili conduttori di luce, suoni, emozioni e ricordi” (Martin, 2010, p.516).

In un’opera (G.B.), una grande stella spigolosa disegnata di nero, scelta coraggiosa, è collocata nel lato destro ed alto del foglio, ad indicare, in linea di massima, un orientamento verso il futuro; la stella si staglia su una rete di stelle gialle più piccole interconnesse tra loro. Armonia di forme e colori in un disegno (S.M.); in un altro (V.G.), una forma lanceolata, sorta di occhio verticale, di colore verde; infine, triangoli, spirali, stelle, tracciati, percorsi viola con tappe e nodi: fili delle relazioni, interconnessioni (V.P.).

Complessivamente i lavori di questo gruppo sembrerebbero denotare un’acquisizione profonda e personalizzata, un’interiorizzazione del percorso; contenuti e vissuti inerenti al quarto centro sono declinati a livello espressivo in maniera diversificata. Sul piano cromatico, oltre al verde, troviamo il viola e spesso l’azzurro/blu: quest’ultimo colore merita forse qualche parola. In un lavoro in particolare (Fr.Br.), ma in diversi in generale, sembrerebbe richiamare il vissuto celestiale, azzurro e oro, evocando apertura e spiritualità. Blu: “colore del cielo e del mare, un’altezza e una profondità dai tratti sconfinati, infiniti ed eterni; introspettivo legame con il trascendente; ricerca d’appartenenza ad un tratto più ampio che accoglie e contiene [...]. Termini mistico – spirituali come aspirazione, elevazione, asceti, evocano un movimento in direzione verticale dell’animo umano. Innalzando lo sguardo verso l’alto, esso sembra coprire la terra come una volta celeste, trasmettendo un vissuto di riparo e protezione, una sorta d’abbraccio inglobante [...]. Il blu esprime l’innato bisogno di ascensione, lo slancio dell’uomo verso l’eternità, le continue tensioni della coscienza verso contenuti e dimensioni sovrapersonali. Tradizionalmente il blu indica anche la spiritualità – frequenza associata agli intuitivi, ai veggenti e ai medium (Widman 2000; Riedel, 2001). L’alchimia lo inserisce tra la *Nigredo* e l’*Albedo*, per indicare la condizione in cui si cerca la verità, ma non si è ancora superata l’opacità del nero [...]. Vissuti oceanici di appartenenza e avvolgimento; partecipazione alla totalità cosmica e intuizione metafisica. Profondità dell’infinito e silenzio contemplativo. Ritiro introversivo, momenti di raccoglimento, riaffiorare del passato nei ricordi, rievocazioni nostalgiche”. (C. Widmann, 2000, p. 320-328). Meditazione, speculazione, musica, arte, esperienze di armonia: ricordiamo infine che il colore azzurro, in una versione intensa, è connessa al quinto chakra, in quanto evocativo di esperienze di risonanza, di vibrazione all’unisono: dunque nei disegni viene anticipato il centro successivo, il quinto. Il vissuto di “abbraccio” (Riedel, 2001), invece, è proprio del quarto centro.

## 2.5. Sesto centro. Gruppo 2016-17.

Coerentemente con le esperienze di ascolto interiore e di movimento proposte in relazione al sesto centro, i disegni presentano una grande diversità di temi simbolici, per lo più di tipo “collegante”, unificante e trasformativo. I disegni fanno seguito ad un’esperienza di rievocazione di un sogno. “I sogni collegano la mente conscia a quella inconscia. Dunque, collegano i chakra inferiori e superiori, entrambi cruciali per il nostro risveglio come individui coscienti e per il collegamento di quella coscienza al terreno dinamico della terra e della natura. I sogni ci parlano secondo le modalità simboliche dei chakra superiori, ma ciò che simboleggiano è il collegamento tra i nostri processi inferiori (istinti, emozioni, e impulsi) e il più ampio mondo archetipico dello spirito. [...] Sono il contributo del sesto chakra allo scopo della realizzazione, che determinerà il nostro passo finale sul Ponte dell’arcobaleno” (Judith, 1998, 433).

Vediamo a titolo esemplificativo alcuni disegni. Tra questi, in uno fortemente simbolico /archetipico (D.P.), un uccello rosso spicca il volo verso l’alto a destra, stagliandosi su di un sole giallo ed un cielo azzurro, con alla base il nero: l’araba fenice e la rinascita dalle ceneri, ma anche il ciclo dall’ombra alla luce, il fuoco trasformativo. Due alberi sostengono un’amaca /culla dai colori dell’arcobaleno: questa la rappresentazione in un’altra opera (E.C.). “L’arcobaleno è un segno di rinnovamento, dei cambiamenti del cuore e dell’eros, del patto tra cielo e terra [...] Gli alchimisti consideravano l’arcobaleno una forma della *cauda pavonis*, la coda del pavone dai colori brillanti, alludendo al *lapis* che racchiude in sé tutte le qualità [...]. Per molti, tuttavia, l’arcobaleno rappresenta il ponte immaginario che lega il mondo visibile a ciò che è invisibile, magico e soprannaturale” (Martin, 2010, p.72). In molte culture è un simbolo delle manifestazioni della benevolenza divina (Biedermann, 1999). Qui l’amaca stessa sembra un arcobaleno rovesciato; rinveniamo nuovamente la dualità, polarità: l’amaca unisce e collega i due alberi, costituisce un elemento terzo, il collegamento. L’arcobaleno lo troviamo anche in un altro disegno (Fe.Br.), orientato verso la direzione in alto a destra, verso una palla solare, la dimensione prospettica, il futuro. Ancora, tre persone, che sembrano alludere ad un girotondo o ad un cerchio danzante, unite per mano ma con un fiore, in un ambiente campestre aperto, dalle colline d’oro come il sole al tramonto: queste le tematiche di un ulteriore disegno (F.D.). In un altro ancora (I.M.), di nuovo tramonto, vortici sopra e sotto, tra mare e cielo. Un altro paesaggio (V.G.), caratterizzato da 4 montagne invece appuntite; elementi animali e umani; case; valle contenuta dalle montagne, e fiume, un sole con fattezze di fiore.

Pioggia, a sinistra, e sole, a destra: in un’opera (N.G.) di nuovo compaiono le polarità, insieme ad una sorta di collina molto tonda che prende quasi tutto lo spazio. Il doppio lo troviamo ancora in un disegno (V.P.) che rappresenta una casa, che pare rispecchiarsi nell’acqua. Maschile, e femminile, sole, luna ed albero al centro: tematiche, rappresentate in un’ulteriore opera (Fr.Bo.), che sembrano in connessione con le finalità legate al sesto chakra, in particolare “educare alla integrazione tra le possibilità analitiche-convergenti (emisfero sinistro) e quelle intuitive-immaginative-divergenti (emisfero destro)” (Capitolo 6 della Seconda Parte).

## 3. Gruppo 2019-20.

Le immagini cui queste analisi si riferiscono sono presenti nell’Appendice E1.

### 3.1. Primo centro. Gruppo 2019-20.

Ad uno sguardo d’insieme sembra di poter sostenere che, al di là degli aspetti esplicitamente coinvolti nel movimento e nelle visualizzazioni, le partecipanti hanno potuto contattare dimensioni, attitudini, simboli, valori connessi a questo primo centro di energia: dal tema dell’Incarnazione del Cristo, alla

completezza del corpo umano, al ciclo di vita e morte. Anche le scelte cromatiche che esulano da quelle indotte dalle esperienze motorie e dai percorsi immaginativi guidati, quali l'uso del marrone, risultano connesse al primo centro, rimandando alla dimensione archetipica della Grande Madre Terra. Infine, si intersecano e si intrecciano tematiche connesse al secondo centro, ed in parte al terzo, in qualche misura anticipate.

Se nel primo disegno (E.M.), l'impressione è quella di assistere ad una rappresentazione del dramma dell'Incarnazione, nel disegno di V.C., raffigurante un albero, con inscritta una figura umana, è evidente la verticalità dalla sommità del capo, verso il cielo. Parrebbero riecheggiare le parole alchemiche: così in alto, così in basso, in un rispecchiamento quasi simmetrico tra terra e cielo.

Nel disegno di (S.R.Z.), sembra rievocata la danza di Shiva, il danzatore cosmico, il dio dalle molte braccia, connesso a ritmo ed armonia della vita, ai cicli cosmici di creazione e distruzione, in relazione addirittura al settimo chakra. Gli aspetti simbolici del disegno sembrerebbero collocarsi a cerniera tra il secondo (la ninfea nel bacino) e il terzo centro (le fiammelle e l'aspetto trasformativo del fuoco). Quanto al numero 15 (le braccia raffigurate), ad una lettura simbolica potrebbe rimandare al 6 (5+1), ad indicare un senso di completezza.

Un altro disegno (F.S.), nel suo stile essenziale primitivo, emana una enorme potenza. Da un lato sembra di intravedere la rappresentazione nella sua interezza del corpo umano, nelle 6 estremità/direzioni (arti superiori, arti inferiori, testa e coda), secondo il sistema Laban Bartenieff (Studd – Cox, 2019), ma anche secondo il modello del Body Mind Centering (Bainbridge Cohen, 2020). Dall'altro, si possono cogliere i 3 centri o Regni fondamentali: pancia, cuore, testa (De vera D'aragona, 1986). Le forme sinuose e il colore azzurro, così come l'immagine che sembra evocare la matrice, la vulva, i genitali femminili, sembrerebbero anticipare ancora una volta il secondo centro di energia vitale.

Nel disegno di C.T. compare in modo evidente il colore marrone, che non possiamo evitare di associare alla terra. Nel marrone "la forza vitale del Rosso risulta intorbidata, attenuata, calmata e 'stentata'". La parte vitale ora non ha più un effetto attivo, ma passivo, ricevente, percettivo. Il marrone sarebbe pieno di mistero come la Madre Terra e conterrebbe gli enigmi della natura: "da esso la vita nasce e in esso muore. [...] Il marrone esprime soprattutto 'la forza materna' e il forte legame al terreno. [...] L'archetipo fondamentale del marrone è la Madre Terra". (Riedel 2005, pp. 156-157). Emerge nell'opera il contrasto tra il corpo marrone, ben piazzato, statico, e il flusso sinuoso oro: colore, quest'ultimo, che insieme all'arancione e all'ambra, rimanda ancora una volta al secondo centro.

### **3.2. Secondo centro. Gruppo 2019-20.**

Nei diversi disegni emergono fortemente la dimensione lunare ed evanescente e lo specchio d'acqua, coerentemente con le visualizzazioni e le proposte di movimento. La scelta dei materiali da parte di alcune sembra rinforzare ed esprimere le qualità di sensorialità, fluidità, piacevolezza, precipue del secondo centro. È il caso del disegno di F.S., dove emerge la vitalità della sfera azzurra realizzata di getto con i colori a dita, materiale più fuggente, semiliquido, in grado di veicolare bene un'esperienza tattile sensoriale. Sembra emergere di primo impatto un bacino, con 3 triangoli femminili all'ingiù, azzurri, cui si sovrappongono altri tre elementi, gialli: sembra un lavoro estremamente spontaneo, con l'utilizzo di colori a dita, che suggerisce fluidità immediatezza sensualità, coerentemente con il secondo centro. Emerge la dimensione del bianco inteso come spazio, come vuoto fertile, che dà respiro all'opera.

Nel disegno di V.C. vediamo una dominanza di colori complementari: l'azzurro e l'arancio-terra, quindi la dualità, nuovamente. Inoltre, c'è un deciso orientamento verso la zona attivata attraverso le esperienze corporeo-espressive (bacino e pube). Le 5 sfere rappresentate potrebbero evocare le

partecipanti del gruppo, e l'opera esprimerebbe dunque la condivisione dello spazio con i corpi delle altre.

In un disegno (C.T.), il movimento è dato dalla replica della sfera, mentre in un altro paio è presente un bilanciamento tra una parte evanescente ed un'altra più in risalto, in una sorta di gioco nel rapporto figura-sfondo.

Nella maggior parte dei lavori emerge la tematica del dualismo, coerentemente con gli obiettivi formativi connessi al secondo centro, il chakra della "relazione con l'altro" nella sua concretezza. Il disegno di S.R.Z. sembra rappresentare proprio il doppio, il 2: il doppio delle due sfere, lunare e lacustre, ma anche il doppio nel rapporto tra sfera e figura umana; quest'ultima, tracciata attraverso una motricità più fine, è orientata verso l'alto a destra: sembra quasi la freccia del simbolo Yang all'interno di una rappresentazione molto yin, come se appunto ci fossero maschile e femminile incorporati, forse ad anticipare tematiche legate al terzo centro.

Nel complesso sembra di poter evincere dai disegni che gli obiettivi formativi connessi al secondo chakra, in primis la ricerca di un primo equilibrio tra le polarità, siano stati raggiunti, e che le tematiche fondamentali siano state coerentemente esplorate.

### **3.3. Terzo centro. Gruppo 2019-20.**

Come sottolineato nel cap. 3 (della Parte Seconda) di questo testo, "la sede di questo centro è indicata in corrispondenza del plesso solare, che rinvia simbolicamente ai processi di accumulazione e combustione dell'energia che serve per vivere ed affermare se stessi/e, nonché alla capacità di orientare e canalizzare le emozioni che giungono dai centri inferiori". In un'opera (E.M.), con una sfera attraversata da una linea sul piano dell'orizzonte, nella parte in basso più rossa, poi nella parte in alto arancione e poi gialla, si può ravvisare il passaggio tra il primo e il secondo centro, per approdare infine al terzo.

Le tematiche precipue del terzo centro si trovano anche in un'altra opera (F.S.): campeggia nella sua centralità espansiva un sole i cui raggi sembrano andare oltre il foglio. È presente un gioco di forme concentriche tra triangoli e cerchi, all'interno c'è un nucleo energetico, verso il quale tutto converge, con un effetto quasi ipnotico sul fruitore del disegno. Tutto è molto estrovertito; si coglie, oltre al tema della congiunzione degli opposti, un grande dinamismo, una grande forza, un'energia che straripa, contenuta dai triangoli.

In un altro disegno (S.R.Z.), la sfera gialla e compatta sembra sospesa nel vuoto: vuoto che dà un senso di sospensione ma anche di respiro e valorizza la dimensione della "presenza".

Troviamo ancora in C.T. uno spazio bianco all'interno del quale emergono una serie di ghirigori separati l'uno dall'altro, quasi fossero le traiettorie di spermatozoi, o dei geroglifici, alcuni più ondulati e ondivaghi, altri più appuntiti oppure ancora presentano i due tratti insieme; potrebbero sembrare anche delle piccole scariche di elettricità, o tracce energetiche, coerentemente con le caratteristiche del terzo centro.

Nel lavoro di V.C., si assiste ancora una volta ad una sintesi equilibrata tra forme prevalenti, spigolose, lineari, appuntite, direzionate verso l'alto, e forme contornanti il sole dai tratti ondivaghi, arrotondati, come dei riccioli, al posto di raggi.

Dai disegni sembra di evincere che le attività proposte hanno permesso alle partecipanti di contattare e far propri dimensioni, attitudini, simboli, valori connessi al terzo centro di energia, anche al di là degli aspetti esplicitamente coinvolti nel movimento e nelle visualizzazioni. Da un lato le opere sono caratterizzate da centralità e presenza; dall'altro ci sono anche elementi e scelte che esprimono il senso dell'unicità, simbolismo fondamentale del terzo centro.

### 3.4. Quarto centro. Gruppo 2019-20.

Ad uno sguardo di insieme, tutti i lavori hanno una parte centrale, un cuore. In uno c'è un vuoto intorno al quale ruotano 5 stelle (S.R.Z); c'è un unico disegno dove non è presente in realtà un vero nucleo centrale: il centro risiede nello snodarsi dell'infinito (F.S), dell'otto orizzontale, rinviando forse anche al rapporto tra l'interno e l'esterno. È presente fortemente l'aspetto del  $2 + 2 + 1$ , quindi forse il 5; inoltre ci sono una sfera gialla ed un'altra molto più vasta: questo disegno sembra rimandare a una dimensione archetipica vasta, forse anche al numero 7. Una ricerca di sintesi ed integrazione tra le parti in un insieme evoluto, sembra di poterlo rinvenire anche a livello cromatico: sono presenti il rosso, il giallo, l'azzurro/blu ed il viola, quest'ultimo di per sé un colore "di sintesi" tra opposti.

Un disegno (C.T.), vede campeggiare un cuore nella sua forma quasi anatomica (anziché stilizzata), al centro, contornato da raggi solari: sembra veramente un'integrazione tra il terzo ed il quarto centro. Infine, un disegno (E.M.) vede l'integrazione tra le forme ondulate di un cuore centrale, incapsulati in un doppio rombo appuntito elio-forme, che ricorda il sole, e nella parte periferica una sorta di onde azzurre. L'autrice inoltre ha sentito la necessità di "dare un nome" agli affetti, alle persone care.

In un altro disegno (V.C.) una stella centrale, sorretta da una mano, si staglia su un firmamento, inducendo un forte senso di interconnessione, coerentemente con le tematiche simboliche precipue del quarto centro. La mano è la parte del corpo che appare più spesso nella simbologia; la stella a cinque punte con la punta centrale in alto, rimanda simbolicamente proprio alla figura umana, all'uomo di Leonardo (Biederman, 1991). Per quanto concerne il firmamento, questo rinvia ad una dimensione di interconnessione profonda e spiritualità allo stesso tempo; a livello transculturale, spesso le stelle vengono ritenute connesse alle presenze di persone care assenti in vita, quindi ad una comunione tra visibile e invisibile, una dimensione di mistero. Il quarto centro, del resto, rinvia non solo alla dimensione dell'intimità con gli altri, ma anche all'apertura verso la compassione e l'amore universale: sensibilità ed apertura rinvenibile nelle opere del gruppo.