

La psicoterapia secondo il metodo De André

Autori:

Roberta Villa

Publicato il 15/11/2012

Si possono storpiare i testi delle canzoni per gioco, per tifare negli stadi o per fare della satira. Ma Gabriele Catania, psicologo e psicoterapeuta del Dipartimento di salute mentale dell'Ospedale Sacco di Milano, non è Checco Zalone e le sue rivisitazioni delle ballate di Fabrizio De André fanno tutt'altro che ridere, anzi spesso commuovono. La loro finalità è soprattutto terapeutica: aiutano le persone con un disturbo psichico già diagnosticato a prendere coscienza delle dinamiche che le hanno portate a stare male e quelle che non hanno ancora osato farlo a chiedere aiuto, evitando così che la loro situazione peggiori. «Per cambiare la mentalità della gente non bastano articoli e convegni ma occorre arrivare al cuore, così come può fare solo l'arte» spiega Catania.

Sorprendenti assonanze

«Tutto cominciò qualche anno fa quando una mattina, mentre ascoltavo *La ballata dell'amore cieco (o della vanità)* mi venne improvvisamente in mente il caso di una giovane donna anoressica che avevo in cura» racconta Catania. «Mi accorsi che vi erano interessanti analogie fra la sua storia e quella del protagonista della canzone, un uomo innamorato e non ricambiato che finisce per darsi la morte. Come l'innamorato del testo di De André cerca di conquistare l'amata soddisfacendo tutte le sue richieste fino all'estremo sacrificio, così la mia paziente sentiva di non poter deludere le aspettative dei suoi genitori, perché temeva che in questo caso avrebbe perso il loro affetto: in sostanza, le mancava la certezza di poter essere "amata a prescindere", un'espressione di cui abbiamo fatto poi uno slogan. Si sentiva obbligata a impegnarsi allo stremo in tutto ciò che le veniva richiesto, sviluppando nel frattempo un pericoloso senso di onnipotenza che le faceva sottovalutare il pericolo a cui si sottoponeva rinunciando al cibo». Su questo tema dell'«amare a prescindere» si è costruito un gruppo di auto mutuo aiuto dell'Associazione Amici della mente, di cui Catania è presidente, come parte di un programma più esteso che mira a realizzare altre iniziative di questo tipo, sempre sui temi tratti dall'opera e dal pensiero di Fabrizio De André. Questo aspetto del progetto è stato denominato Ama Faber ed è stato realizzato con il patrocinio della Fondazione De André.

Col supporto di Dori Ghezzi

Dal momento di quella prima intuizione, infatti, lo psicoterapeuta cominciò ad ascoltare con uno spirito diverso anche le altre canzoni di De André, di cui era sempre stato un appassionato sostenitore. «Mi resi conto che in queste storie c'erano le vicende di molti miei pazienti che ho conosciuto nel corso degli anni» prosegue lo psicoterapeuta, «e che, adattandone le parole, questa somiglianza poteva

emergere con più forza e servire a gettare luce su molte situazioni di disagio. C'era un concreto legame tra la canzone d'autore e la psicoterapia. Un concetto che avevo interiorizzato e affinato negli anni ascoltando il mio cantautore preferito, mi aveva aiutato a comprendere meglio un caso clinico, per cui lo stesso poteva valere anche per altre situazioni».

Incoraggiato da quella scoperta, Catania trovò altri collegamenti tra le storie dei suoi pazienti e quelle dei protagonisti di altre otto canzoni di De Andrè, che di volta in volta andava parafrasando.

Poteva farlo? Dori Ghezzi, presidente della Fondazione nata in ricordo del cantautore, non solo diede l'autorizzazione ma anche il proprio patrocinio al progetto Faberimente, che nel frattempo andava delineandosi in collaborazione con l'Associazione di volontariato Amici della Mente.

L'impatto clinico della divulgazione

L'iniziativa si articola in due parti: da un lato i testi delle canzoni parafrasate da Catania servono come guida al lavoro dei gruppi Ama di mutuo aiuto, dall'altra offrono materiale per organizzare spettacoli teatrali ed eventi musicali che aiutino ad avvicinare il pubblico al mondo del disagio mentale, mostrando come le sue radici si possano calare nell'esistenza di ciascuno. Riconoscendosi in questo o nell'altro aspetto delle storie rappresentate sul palcoscenico, in una o nell'altra espressione dei testi elaborati dallo psicoterapeuta, è più facile sviluppare un'empatia per chi a causa di simili vicende o relazioni distorte ha finito per perdere la salute mentale. «Quest'opera di divulgazione non è importante solo ai fini culturali, per cercare di abbattere lo stigma che ancora circonda questi malati» insiste lo psicoterapeuta, «ma ha un'importante implicazione clinica, perché può aiutare chi non ha ancora osato chiedere aiuto a rompere il silenzio, superando la barriera del pregiudizio. Solo riconoscendo di avere un disagio si può sperare di curarlo prima che peggiori».

L'importanza dell'operazione non è quindi solo culturale, ma ha anche una grande rilevanza dal punto di vista clinico.

Storie che appartengono all'esperienza di ciascuno

Chiunque può riconoscersi nell'uno o nell'altro dei pazienti che hanno preso il posto dei personaggi originali delle ballate. Molti hanno infatti sperimentato la difficoltà a liberarsi dal modello dei propri genitori, prima criticato, odiato a volte, ma che, come per un ineluttabile destino, ci si trova spesso a ricalcare. Un uomo depresso, che ha fatto di tutto per non ripetere con il figlio gli errori di suo padre, per esempio racconta: «Diventai padre in un giorno d'estate/ pensando a lui per non farmi fregare/ ma i miei sforzi risultarono vani/ con la sua testa sono qui a ragionare». E quanti hanno trovato la loro strada nel mondo rinunciando ai propri sogni, per non contrastare le aspettative dei genitori, come il pescatore che ha rinunciato alla sua aspirazione a diventare aviatore («E in quella notte di paura/ si ritrovò sotto le mura/ che aveva eretto da bambino/ frenando il volo al suo destino»)?

Ne *Le stanze di Faber*, con la regia di Francesca Biffi, la Compagnia teatrale Locanda Spettacolo di Milano mette in scena quattro di queste storie, accompagnate dalle relative canzoni. E il palcoscenico si popola di personaggi che restano impressi nella memoria, come icone di disagi comuni a tutti, con l'unica differenza che alcuni ne restano sopraffatti. Indimenticabile per esempio la figura del medico che pensa di riscattarsi, attraverso la sua professione, dal senso di colpa che gli è stato inculcato («Da bambino sentivo il terrore nel cuore/ ogni volta credevo di aver fatto un errore/[...]e se poi capitava di fallire una volta/ domandavo al buon Dio una nuova salvezza/[...]E fu per quel Dio che mi volli impegnare/a guarire la gente che non poteva pagare/e in quella mia offerta nascondevo alla mente/di curare dei corpi che non amavo per niente»).

Non poteva mancare il famoso chimico di De Andrè. Nelle parole di Catania la paura dell'altro cresce fino a paralizzare l'esistenza: «Solo un pensiero mi risveglia al mattino/ di guardarmi dagli altri, anche dal mio vicino/ perché è certo che poi se mi lascio un po' andare/ anche lui come gli altri mi potrebbe fregare/ anche lui come gli altri mi potrebbe ammazzare».

Non basta la forza di volontà

Dall'anoressia alla depressione, dalla nevrosi ossessiva alla paranoia, senza dimenticare uno dei disturbi più comuni ai nostri giorni, che tuttavia si tende a negare e a nascondere quasi fosse un segno di debolezza.

«Chi soffre di attacchi di panico sperimenta in quei momenti la sensazione di una morte imminente, e per questo ho trovato ne *La ballata degli impiccati* un'immagine efficace di questa condizione» aggiunge Catania. Nella sua *Ballata degli impanicati* lo psicoterapeuta descrive con pochi tratti efficaci il respiro che diventa affannoso, il cuore che corre all'impazzata, il petto stretto in una morsa, il sudore che gronda. Ma quel che gli interessa di più è la reazione che spesso segue all'attacco: «Cominciammo a provar la vergogna/ per aver ceduto alla mente/ e pensando fosse nostra la colpa/ nascondemmo il problema alla gente./ Poi ci dissero che era sbagliato/ preoccuparsi per quell'incidente/che bastava "tirar fuori i coglioni"/ per non farsi fregare dal niente».

«Reagisci» si dice a chi è depresso. «Non vedi che non è niente?» si domanda a chi soffre di fobie.

Espressioni che non si userebbero per chi soffre di una malattia fisica, per cui nessuno si vergogna, che nessuno pensa di dover superare con la sola forza di volontà e della cui mancata immediata guarigione, di conseguenza, nessuno si sente in colpa. Convincere che anche il disagio psichico va rispettato e curato è lo scopo primario di questo progetto. La musica di De Andrè è il treno che può trasportare questa idea nel cuore del pubblico.

La canzone di Giusy e Lalla

Nella riscrittura di Catania, La canzone di Marinella di De Andrè diventa La canzone di Giusy e Lalla, il racconto di un amore omosessuale. Lalla, ignara delle sue tendenze omosessuali, si innamora inaspettatamente di una vicina di casa (Giusy). Ma soggiogata dal modello culturale omofobico, la sua psiche ne risente e finisce ricoverata in reparto psichiatrico. Nonostante ciò, Giusy continua ad amarla con la stessa intensità.

*Questa di Giusy e Lalla è la vera storia
del loro amore morto senza gloria
e quando io ci torno a ripensare
mi sembra che nessuno sappia amare.
Lalla viveva sola al pianterreno
dei gatti non sapeva fare a meno
per lei non c'era nulla da sognare
perché più nulla aveva da imparare.
Giusy se la guardava dal balcone
sperava di incontrarla giù al portone
ma quando era vicina alla sua pelle
le sue intenzioni non sembravan quelle.
Fu Lalla un giorno a chiederle un favore
lei strinse la passione dentro al cuore
ma quella volta il cuore aprì le porte
e il sogno diventò una storia forte.
Per Lalla quell'amore inaspettato
pesò come una corsa senza fiato
e presto dopo tanti sforzi vani
si ritrovò col dubbio tra le mani.
Si sa che il dubbio scava nelle menti
e a volte ne scompone gli elementi
e fu così che Lalla nel suo amore
finì per affogar la sua ragione.
(Se fosse stata Giusy a ricordare
e tutta questa storia a raccontare*

*son certo che da questo triste fatto
sarebbe emerso sol l'amore intatto.
Son certo che da questo triste fatto
sarebbe emerso sol l'amore intatto.)*