

Umanizzazione delle cure: curare con l'Arte

Francesco Burrai¹, Giovanni Salis²

¹Incaricato Progetti di Ricerca, SC Formazione, Ricerca e Cambiamento Organizzativo, ATS Sardegna, Sassari - Italia

²Direttore SC Formazione, Ricerca e Cambiamento Organizzativo, ATS Sardegna, Nuoro - Italia

Humanization of care: healing with Art

Art can be a way, together with Nature, to intercept that landscape and inner climate characterized by the rhythm of silence. That dimension of iridescent calm imbued with creative and vital energy, which pushes towards a universal, seductive, profound sphere. Man can, with courage, abandon himself in this harmony and melody of thoughts that suggest a vast and visionary possibility. Each person has the inner possibility to be Art, to get out of the continuous distortions of daily life, to produce a metamorphosis of one's life. Art triggers the unconscious side of seeing, a rhythmic, dynamic principle, on which every gesture of maximum spontaneity depends, not touched by the artificial, by masks of fugacity and by false personalities. Without Art, it seems that part of real life is missing. The deep artistic power is fluid, without space or time, pulsating with new forms and substance and creating a new personal identity, contiguous to the real world, which inspires new desires. Many diseases of today and yesterday are produced by the lack of expressiveness or by the repression of personal creativity. Art produces well-being because it is the transformation of unconscious expressive energies, so life for our health.

Keywords: Art, Holism, Humanism, Humanization of care, Philosophy

Introduzione

L'Arte può essere una via, insieme alla Natura, per intercettare quel paesaggio e quel clima interiore caratterizzato dal ritmo del silenzio. Quella dimensione di calma cangiante, intrisa di energia creativa e vitale, che spinge verso una sfera universale, seducente, profonda.

L'uomo può, con coraggio, abbandonarsi in questa armonia e in questa melodia di pensieri che alludono a possibilità vaste e visionarie. Ogni persona ha la possibilità interiore di fare Arte, per uscire dalle continue distorsioni della vita quotidiana, per produrre una metamorfosi del proprio tempo di vita.

L'Arte innesca il lato inconscio del vedere, un principio ritmico, dinamico, da cui dipende ogni gesto di massima spontaneità, non toccato dall'artificiale, da maschere di personalità fugaci e false.

Senza Arte, sembra che manchi una parte della vera vita.

La forza artistica profonda è fluida, senza spazio né tempo, pulsante di nuove forme e sostanza, creatrice di una nuova identità personale, contigua al mondo reale, che ispira nuovi desideri.

La civiltà di oggi è meccanica e molte malattie nascono dall'invidia, dalla gelosia, dal rancore, dall'ambiguità dei rapporti umani, dal sentirsi superiori, dalla falsità e dalla ricerca del proprio interesse personale e del potere sugli altri, in sintesi, dalla competizione tra gli esseri viventi. Quando si "alzano" questi stati, la Natura risponde "abbassando" le difese immunitarie.

La risposta sublime dal mondo dell'Arte, dal poeta Léon-Paul Fargue (1), sulla condizione umana, che trascende gli stati negativi e contro natura in cui l'uomo cade quotidianamente, pensando di stare meglio a scapito dei propri simili:

*Dans un vieux rêve
Au pays vague
Des choses brèves
Qui meurent sages...*

In un vecchio sogno/nel paese vago/delle cose brevi/che muoiono sagge...

Nell'era contemporanea, nulla sembra *démodé*, le cose brevi (l'esistenza umana) sono mascherate dalla velocità e dalla meccanicità, le persone molto spesso vengono inquadrate per il loro ruolo sociale e professionale, infine trascurate, se non per nulla considerate, per l'aspetto umano: tutti elementi distruttivi per la salute, per il benessere e per l'esistenza. Questi meccanismi che da anni caratterizzano la società contemporanea

Received: May 27, 2020

Accepted: June 3, 2020

Published online: June 30, 2020

Indirizzo per la corrispondenza:

Francesco Burrai
SC Formazione, Ricerca e Cambiamento Organizzativo
ATS Sardegna - ASSL di Sassari
Strada Statale 200
07100 Sassari - Italia
francesco.burrai@atssardegna.it

possono dissolvere la forza artistica che è presente in ognuno, dove la repressione della propria creatività e della propria espressività si scarica non solo sulla sfera psicologica, ma anche e contemporaneamente su quella somatica.

L'Arte è una concreta possibilità di uscita dall'alienazione frenetica di quel *tam-tam*, di quella *modern dance* definita "normalità". I jazzisti producono un tipo di suono chiamato *blue note*, che è legato all'espressione *I'm feeling blue*, che indica una condizione di malessere fisico, emotivo, spirituale.

L'esistenza possiede un ritmo, principale, regolare e regolatorio, costante, binario, in 2/2, uno-due, battere e levare, quello che è presente nei fenomeni fondamentali dell'esistente, nei fenomeni primi, ovvero nel ritmo del cuore (sistole-diastole), nel ritmo del respiro (inspirazione-espiazione), nel ritmo introdurre-eliminare, nel ritmo giorno-notte, nel ritmo sonno-veglia, nel ritmo luce-buio e nel ritmo salute-malattia, nascita-morte, inizio-fine.

Una grande partitura musicale, universale, dove la Natura pulsa allo stesso ritmo da miliardi di anni, ritmo che regola e accorda ogni essere vivente e che collega ogni essere vivente allo stesso ritmo; dunque, l'alterazione del ritmo, per esempio del clima da parte dell'inquinamento prodotto dall'uomo, produce a sua volta, un'alterazione dei ritmi vitali negli esseri umani.

L'Arte è una tabula di infinite possibilità, nell'oceano delle probabilità espressive, potenzialmente intercettabili, sempre disponibili per la nostra via di salute e benessere.

Background

Il termine *Arte* (greco, Τέχνη, latino, Ars) per Platone era l'insieme di regole utili e ordinate (2) per strutturare una qualsiasi attività dell'uomo, dunque un carattere epistemologico di conoscenza, di regole utili per uno scopo, un "dirigere" (3). Platone identifica nell'Arte l'unione con la scienza, il ragionamento (4), la dialettica, la poesia, la politica (5) e la medicina, legati dalla necessità della giustizia che unisce gli esseri umani. Per Aristotele, l'Arte è nel mondo del possibile e del potenziale ed è distinta dalla scienza, che è nel mondo del necessario, ovvero di ciò che è, e non può essere diverso da com'è. Nella Metafisica (6), l'Arte è una dimensione intermedia tra l'esperienza e la scienza. Varrone (7), nel primo secolo, con l'introduzione del concetto di arti liberali, legate alla libertà di espressione di un uomo, enumera tra le Arti la medicina, la musica, la grammatica, la retorica, la logica, la geometria, l'architettura e l'astronomia. Kant unisce l'Arte alla dimensione dell'estetica, del piacere e della bellezza. Infatti, per Kant, il piacevole è una dimensione prodotta da una rappresentazione: lo scopo dell'Arte è quella di indurre sensazioni di piacere, di unire questa esperienza sensoriale a una rappresentazione, come modo di conoscenza (8). Nell'era moderna, si è affiancata al termine Arte la parola, *tecnica*, che presenta lo stesso significato platonico, legato al mondo delle regole che disciplinano e rendono uniforme

un'attività dell'uomo qualsiasi. Questa dualità così evidente nella società contemporanea è stata risolta, spostando le Arti belle nella disciplina dell'*estetica*.

Arte ed esistenza

L'Arte porta con sé il termine di *estetica*, che deriva dall'unione dei termini greci αἴσθησις, sensazione, e αἰσθάνομαι, percezione, e che è stato introdotto nel 1750 da Baumgarten nel libro *Aesthetica* (9), mentre, in termini accademici, l'estetica è una disciplina della *filosofia*. L'Arte costituisce l'essenzialità umana, ed ogni essere umano ha la possibilità di comprendere i fatti artistici, come indicazione di una dimensione comune all'uomo: un'esistenza senza Arte sembra non concepibile nella vita umana. L'Arte in ogni era ha sempre esercitato un vivo interesse nell'uomo, come manifestazione di una "riuscita", di un'inventività dal "nulla", che meraviglia e stupisce ed entra nella precarietà umana come via di comunicazione diretta.

La rappresentazione artistica è una realtà indipendente originale, che porta un valore nuovo, sganciata dalla parzialità dei ragionamenti e dei giudizi, ma è totale e singolare al tempo stesso e cattura gli aspetti di infinito dell'esistenza, unione tra esistenza dell'opera e del suo effetto.

Un fatto artistico realizza un'universalità, una totalità, un'infinità, irriducibile al singolo perché è indipendente ed esiste di vita propria, dunque ha sempre una portata metafisica.

L'Arte si manifesta nel reale come forma, come forma pura, ed ogni forma è, per natura, interpretabile, dunque comunicativa e contiene in sé lo stimolo alla conoscenza; è il suo significato, è la sua esistenza, senza segno, simbolo, allusione. Non ha bisogno di intermediari interpretativi, perché è il suo darsi, è la sua esistenza, il suo segreto. Questa potenza comunicativa è efficace e profonda, non paragonabile ad altre forme comunicative, inducendo legami, vincoli tra le persone, trascinando il mondo umano e parlandogli direttamente, fino a unire intere generazioni, epoche e popoli, come, per esempio, fanno la musica o la poesia.

L'Arte è espressione, veicolata dalla forma, la quale non rinvia a qualcosa fuori di essa e stupisce non solo un pubblico, ma anche l'autore, con aspetti nuovi e rilevazioni insospettite e inattese. La forma è un tutto, contiene il tutto nel suo essere e, se non è questo, non è Arte, non è forma, ma schema, progetto. La forma contiene l'espressività del suo autore o, meglio, l'espressività umana, la sua inventiva. L'autore è svelato, nella sua personalità, e la sua dimensione umana è nella forma artistica, che rileva il suo modo di operare e il suo stile e diventa materializzazione della sua spiritualità.

L'Arte influenza la vita degli uomini in maniera profonda e vitale e trascende le divisioni, le gelosie, le invidie. L'Arte diventa ed è necessità vitale espressiva per l'autore ed è nutrimento vitale, bisogno interiore per chi ne usufruisce. L'autore è, per natura, un creativo, un intuitivo, un espressivo,

con una vita posta nel mondo dell'Arte come benessere fondante della sua esistenza, che veicola verso gli altri.

L'Arte fluisce nella vita e la vita fluisce nell'Arte, portando con sé visioni del mondo, il quale prende con sé chi guarda, chi ascolta una manifestazione artistica, invitandolo a vedere, sentire, guardare, come il sentire, il vedere, il guardare dell'autore, in una comunicazione immediata tra mondi spirituali, fino ad arrivare a un mutamento della visione del mondo di chi viene a contatto con quell'Arte.

L'interesse che l'Arte suscita nell'uomo è, molto spesso, interpretato solamente con l'identificazione tra gusto estetico e forma. Ma la presenza di un'estetica, di un gusto estetico è la rivelazione di un aspetto comune a tutti gli uomini, dunque di un'umanità che comunica attraverso mondi interiori, dove il gusto estetico è la spiritualità dell'essere umano legata al mondo spirituale dell'Arte.

L'uomo ricerca nel mondo dell'Arte una percezione di bellezza, perché è nella natura umana ricercare la bellezza, la quale è unita alla dimensione del piacere, e questo bisogno vitale cerca un appagamento che abbia caratteristiche non immediate, come potrebbe essere quello dato dal denaro, dal sesso e dal successo, un appagamento che permane nel tempo, più profondo. Questo tipo di bisogno, di ricerca di una bellezza attraverso la forma artistica si raggiunge in maniera diretta, perché, nella forma artistica, è presente l'unione tra materia e trascendenza.

Curare con l'Arte

Come possiamo intuire da ciò che abbiamo evidenziato nei concetti esposti, ogni uomo risponde con un suo stato di benessere quando la forma artistica entra nella sua personale, unica e soggettiva forma spirituale e si manifesta come soddisfazione di un bisogno ancestrale, atavico. L'appagamento prodotto dall'unione tra il mondo spirituale, che crea un particolare gusto estetico e il mondo spirituale della forma è vitale per la salute dell'essere umano.

La psicosomatica e la psiconeuroendocrinologia hanno mostrato come la repressione dell'espressività di qualsiasi forma artistica di un essere umano o la non possibilità di accedere alla dimensione dell'Arte rendano l'individuo suscettibile di manifestare una serie di somatizzazioni legate a un'energia psichica compressa e, se perdurante nel tempo, a manifestazioni patologiche, sia psichiche che somatiche.

L'Arte è una forma di nutrimento umano, che ha la capacità di soddisfare bisogni legati alle parti fondamentali per la vita umana, come quella del piacere, dell'appagamento e di unione con una dimensione interiore completa, i quali producono benessere e una migliore qualità di vita e prevengono le malattie. La riduzione di questo alimento interiore o la sua assenza, portano l'uomo a una condizione di continua tensione, prodotta dal non soddisfacimento del bisogno estetico e di bellezza presente nella sua vita e a una mancanza

di espressività. Questa tensione si può manifestare interiormente, per la parte cognitiva, con un aumento di pensieri negativi, ridondanti e sempre più automatici e una minore capacità di visione e apertura mentale, schemi mentali sempre più rigidi e ripetitivi e meno disponibilità nella comprensione di idee diverse dalle proprie e, per la parte emotiva, con una maggiore compulsività e una maggiore aggressività e, in generale, con una difficoltà nel mantenimento di un equilibrio emotivo. Dunque, l'Arte è una via di liberazione e di espressione che influenza la componente fisica, mentale e spirituale di ogni individuo, e le implicazioni nel mondo sanitario sono notevoli.

L'espressione artistica nel mondo dei sanitari può essere una via per il mantenimento dell'equilibrio psicosomatico, attraverso lo scarico delle energie espressive e creative e delle tensioni sulla forma artistica da parte del professionista, che raggiunge una sua gratificazione espressiva. Questa condizione permette al sanitario di sentire realizzate le sue aspirazioni e pulsioni più profonde attraverso la forma artistica, aumentando la sua autostima e la fiducia verso se stesso e il mondo, dunque un miglioramento della sua qualità di vita, che influenzerà positivamente la sua salute, la sua modalità lavorativa e le sue performance, con riduzioni, per esempio, delle assenze per malattia e dei conflitti personali e un contrasto al burn out.

L'espressione artistica è un potente strumento di salute anche per i pazienti. La necessità di esprimersi e di esprimere la propria condizione esistenziale durante la malattia è legata soprattutto alla sfera inconscia e non è veicolata dalla parzialità delle parole. La forma artistica segue una dinamica diretta, che scaturisce dalle energie dell'inconscio, e comunica senza elaborazioni né analisi per via non verbale, esplodendo in una sincerità del sentire nell'espressione di una forma artistica, che pone nella comunicazione verso l'esterno il suo mondo interiore, il quale non potrebbe essere raccontato che in maniera limitata, se non impossibile, con le parole.

L'Arte non solo permette l'espressività e la creatività, così vitali per la salute umana, ma agisce attraverso la sua contemplazione. Il sentire, il guardare e il toccare una forma artistica fa nascere un legame profondo tra il mondo della forma e il mondo interiore dell'individuo.

La comunicazione che nasce non ha preconcetti e segue vie immediate, soprattutto con la suggestione, con il piacere e con la bellezza, dove le resistenze interiori si sciolgono nell'estetica e nella dinamica tutta interiore, che porta verso orizzonti non materiali, lontani dal quotidiano, potenziando un modo di sentire profondamente umano, che si riconosce nell'unione con il tutto.

Sia l'Arte che l'assistenza hanno, nel loro agire, il raggiungimento del benessere, il mantenimento della salute e la guarigione del corpo, della mente e dello spirito dell'essere umano.

Notevoli sono i possibili usi delle forme artistiche per i professionisti e per i pazienti.

Conclusioni

Il bisogno espressivo e della creatività sono presenti in ogni individuo nel profondo del suo essere e questa è la base dell'equilibrio psicosomatico. Le forme artistiche musicali, teatrali e pittoriche, il disegno, la scrittura, il reading e l'espressione corporea attraverso il movimento e la danza dovrebbero entrare nella formazione universitaria, nella formazione continua, negli ospedali e nell'assistenza domiciliare come interventi olistici per la salute delle persone e dei professionisti.

Disclosures

Conflict of interest: The authors declare no conflict of interest.

Financial support: This research received no specific grant from any funding agency in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Bibliografia

1. Léon-Paul Fargue *Épaisseurs/Vulturene* (Poésie). Editions Gallimard, Paris. 2019.
2. Platone. *La Repubblica*. BUR Biblioteca Univ. Rizzoli, Milano. 2007.
3. Platone. *Politico*. Adelphi, Milano. 2007.
4. Platone. *Fedro*. Mondadori, Milano. 2006.
5. Platone. *Protagora*. Laterza, Bari. 1996.
6. Aristotele. *Metafisica*. Bompiani, Milano. 2000.
7. Varrone. *Opere*. UTET, Torino. 2013.
8. Immanuel Kant. *Critica del Giudizio*. Laterza, Bari. 2005.
9. Alexander Gottlieb Baumgarten. *Meditationes Philosophicae De Nunullis Ad Poema Pertinentibus*. Ulan Press, Lexington. 2012.