

*Periodico di cultura transpersonale in Italia*

# LA VISIONE SOTTILE

Giugno Vol. 27 - I semestre 2013

*“L’arte è l’espressione del pensiero più profondo, nel modo più semplice” (A. Einstein)*



**Integral Transpersonal Theatre  
La Poetica dell’Invisibile - Vol. II**



ASSOCIAZIONE  
PER LA MEDICINA E LA PSICOLOGIA  
TRANSPERSONALE

*Da quando è nato, il Teatro è servito all'Umanità anche per scrutare tra le pieghe della vita, per portare lampi di luce nelle zone d'ombra, per diffondere aria nuova dove ristagnava lo stantio, per increspate le acque ferme dell'abitudine, per ricomporre frammenti di esistenza che sembravano aver perso un senso, per dare direzione e speranza.*

*La Visione Transpersonale ci permette di riconoscere al Teatro la possibilità straordinaria di essere un viaggio partecipativo: un cammino verso l'Essenza, tanto più straordinario quanto più si è disposti a ritrovare gli sguardi dei tanti occhi che, cronicizzati e distratti, intrappolati e inconsapevoli, abbiamo dimenticato di avere.*

*Un sistema coerente, una metodologia adeguata, un intento fermo possono condurci in uno spazio privilegiato in cui ogni corpo - fisico, energetico, emotivo, mentale, spirituale - si offre alla manifestazione dell'Uno, nella resa si fa creatore, nel gioco delle parti ritrova il Sacro.*

*In questo senso, il Teatro può essere efficace Tecnologia del Sacro, percorsa da un Modo Ulteriore, finalizzata alla realizzazione della Naturalezza Naturale.*

*L'Integral Transpersonal Theatre, ideato e proposto da Valentina Lattuada, ci offre l'opportunità di fare dell'esperienza teatrale un'occasione di esperienza interiore, di sperimentarci nella ricerca della nostra vera natura, di navigare l'oceano della coscienza riconoscendoci come onda, di diventare Poeti dell'Invisibile in un percorso di re-ligione e di amore.*

**Valentina Lattuada**, attrice, regista, drammaturga, produttrice, Counselor Transpersonale, laureata in Scienze dei Beni Culturali alla Statale di Milano, studia, ricerca e lavora in teatro da molti anni e in diversi paesi tra cui Italia, USA, UK, Spagna e lungamente in Brasile dove fonda la Butterfly International, seguita in Spagna dalla Blacky Martin Productions, case di produzione con le quali promuove scambi e creazioni artistico-culturali tra l'Europa, il Brasile e gli USA. Fondatrice dell' Integral Transpersonal Theatre.

**LA VISIONE SOTTILE** n°27 - anno 15 - I semestre 2013 - Reg. Trib. Milano n° 590 28/09/1996 **DIRETTORE RESPONSABILE:** Patrizia Rita Pinoli **DIRETTORE SCIENTIFICO:** Pier Luigi Lattuada **EDITORE:** Integral Transpersonal Institute, Via Villapizzone 26 - 20156 Milano **REDAZIONE:** Patrizia Rita Pinoli, Daniela Giovine, Giovanna Calabrese, Ilaria Cislighi, Eleonora Prazzoli - Via Villapizzone 26 - 20156 Milano **GRAFICA:** Ilaria Cislighi **FOTOGRAFIA:** in questo numero fotografie offerte da Valentina Lattuada **STAMPA:** Isabel Litografica, Via Mazzini 34 - 20060 Gessate (Mi)

# INTEGRAL TRANSPERSONAL THEATRE: LA POETICA DELL'INVISIBILE

Un approccio transpersonale al teatro, la vita come opera d'arte.  
Per il trasformatore d'istanti, l'artista-creatore di vita, il Poeta dell'Invisibile

di Valentina Lattuada

## Prima analisi. Un luogo per il Sacro.

*L'arte è l'espressione del pensiero più profondo, nel modo più semplice.*  
(Albert Einstein.)

Di fronte a uno spettacolo come uno di quelli di Antunes Filho, o di Kazhu Ono, o di Tadeusz Kantor, di Pina Bausch, di Peter Stein, per citarne alcuni, si ha l'impressione che un mistero ci circonda, qualcosa che non possiamo scorgere con i soli occhi del vedere. Sono sensi di meraviglia che sorgono da uno strato interno di noi stessi che sembrava perso, dimenticato, e di così remota ancestralità che ci assale. Per più semplice che sia la storia drammatizzata, elementi mitologici sorgono in essa per ricordarci della nostra condizione umana, mantenerci camminando e situarci nel mondo. Certe sensazioni non si giustificano come mere casualità di sviluppo di trama o disposizione dei corpi sulla scena, i sentimenti radicati nelle nostre cellule captano qualcosa che ci sconvolge per essere estremamente intimo, volto alle origini – sia del nostro proprio fisico mortale, sia della grandezza incommensurabile dell'umanità.

Un cammino arduo si schiude all'artista che si avventura a seguire questo tipo di Visone di Mondo, complessa e profonda, portando il fare teatrale ad essere una "professione di fede" e il palco, un "luogo per il sacro".

Non stiamo parlando di fanatismo, né di culto o setta, ma di lavorare nel campo della religione, nell'istante in



cui poniamo il palco come spazio del *re-ligare* a ciò che di più intimo c'è agli esseri umani e che, allo stesso tempo, sta al di là, sopra, oltre noi. Non ci sono necessariamente pretese di questioni divine dichiarate, ma vuole arrivare all'essenza oscura da dove siamo nati, ritornare alle radici sotterranee della nostra specie, perché di lì sorga nuovamente piena di conoscenza della sua esistenza.

Il divino qui è quindi inteso come la parte divina che c'è in noi, noi attori, noi spettatori, noi terapeuti, noi umani.

**IL NOSTRO OBIETTIVO NEL TEATRO È LA HIEROFANIA, OVVERO: FARNE SPAZIO DELLA MANIFESTAZIONE DEL SACRO. LO SPAZIO TEATRALE, LUOGO DELL'OSSERVAZIONE, È UN TEMPIO, E IL CONCETTO DI HIEROFANIA È RISERVATO A QUEL MODO DI FARE TEATRO CHE SI OCCUPA DELLE CREAZIONI DELLO SPIRITO.**

Per questi motivi, questo Metodo, fa uso di campi di conoscenza dispari e destituiti da qualsiasi connessione visibile. Beve nelle più diverse fonti dei drammaturghi creatori, passa per lo studio della fisica quantistica, la filosofia del Tao, sviluppa gli archetipi di Jung, gioca con le mitologie (dalle origini a Joseph Campbell e oltre), esplora molti lati della Biotransenergetica, la Psicologia Transpersonale, per dirne alcuni e soprattutto è fatta di molta tecnica, molto sogno e una continua, costante, autentica osservazione della realtà e i suoi diversi strati e manifestazioni. L'intento costante di fare di ciò che si rivela sul palco la creazione di un mondo, per *l'eterno ritorno dell'uomo a se stesso*, uno *specchio* dove possa vedere la sua anima riflessa nelle tante anime che si uniscono dentro e fuori la scena. Si fa del palco teatrale un *Cosmos*, coscienti che dentro di noi ancora e sempre grida il *Mito*

vi, ma di creatori, capaci di dare esistenza a un mondo che intravede la realtà e in seguito torna al caos. Il lavoro dell'artista creatore è intenso e il percorso è lungo, per giungere ad attualizzare il teatro, attraverso la ri-attualizzazione dei gesti primari, come *Hierofania*, come arte, esprime la sua epoca per mezzi che stabiliscono ponti tra l'uomo e le divinità recuperate dal pensiero arcaico.

Per questi, e altri motivi, come esposto nel precedente numero de *La Visione Sottile*, quando parliamo di artisti, di attori, parliamo di noi tutti e quando parliamo di Teatro, parliamo del palcoscenico del mondo, della rappresentazione della Vita, e invitiamo qui a scoprirne le connessioni, in questo meraviglioso e misterioso gioco di *rivelazioni*. Proponiamo di vedere il mondo tutto come *Hierofania*.

## Hierofania.

Il palco vuoto è il Caos. Luogo del non formato, dell'avvenire, delle immanenze. La scena è uno spazio dove si attualizza permanentemente il gesto mitico della creazione. E, così, ogni manifestazione di teatro implica il *ritorno al caos*, per mezzo di un rituale che *relega* l'umanità agli ancestrali *in illo tempore*.

Per questo il nostro obiettivo nel teatro è la *Hierofania*, ovvero farne spazio della manifestazione del sacro. Lo spazio teatrale, luogo dell'osservazione, è un tempio, e il concetto di *Hierofania* è riservato a quel modo di fare teatro che si occupa delle creazioni dello spirito, quelle che hanno il potere di rivelare, in nuove forme, l'atto primordiale della creazione. Frutto non di artisti creati-



## Il Metodo.

Metodo è cammino, percorso. Tanto nell'arte quanto nella vita, è indispensabile un cammino, o metodo, per lo svolgersi di qualsiasi lavoro, sia esso un atto quotidiano o un'opera d'arte. Il contrario di cammino è la cieca camminata, nella quale non c'è metodo e il soggetto si lascia appena portare da impulsi, senza orientamento né redini. La cecità, in questo caso è un invito all'azione dei preconcezioni, giudizi, stereotipi, modismi e mode, non lascia spazio per la creazione.



## Maestri alla rinfusa. Origini.

*L'ignoranza è meno lontana dalla verità che il pregiudizio.*

(Denis Diderot)

La realtà che viene messa in scena, con le sue dimensioni da rivelare, è sentita, studiata e costruita attraverso il sapere più ampio possibile, da Einstein, Jung, Ken Wilber, Stanislav Grof, Carlos Castaneda, Krishnamurti, ma anche George Kelly, George Herbert Mead, Jean Piaget, Humberto Maturana, Francisco Varela, Kurt Lewin, Paul Watzlawick, Lev Vygotskij, Gregory Bateson e Ludwig Wittgenstein, John Archibald Wheeler, David Bohm, W. Reich, Russel, Hillman, Aldous Huxley, Liebnitz, Spinoza, Eduard Carpentier, Williams James, Henri Bergson, Abraham Maslow, Andrei Weil, Alfred North Whitehead, Alan Watts, Schroedinger, Heisenberg, e ancora, Meister Eckhart, e Aristotele, Plotino, S. Agostino, Vico, San Tommaso, Hegel, Lacan, Bachelard, Husserl, Zolla, Kenna, e oltre, J.C. Cooper, F. Capra, Pascal Shopenhauer, Deleuze, Freud e ovviamente Stanislavskij, Meisner, Uta Hagen, Anne Bogart, Mark Olsen, Reich, Loven, M. Eliade, Assagioli, Jodorowsky, Baumann, Foucault, Eco, Liam Watson, R. Crema,

Diderot, Michael Checkov, J.A Sanford, Artaud, Bertold Brecht, Bateson, Pier Luigi Lattuada, ultimo in questa lista non per importanza. Potremmo ancora continuare, ma ci fermeremo qui, poiché l'intento non è, in questo momento specifico, fornire una bibliografia, ma è mostrare la diversità e complessità di una cultura necessaria - intesa come quotidiana coltivazione - di un'ampia visione del vero, del reale, del mondo e quindi di ciò che andiamo a rappresentare. Lo studio intellettuale deve essere tanto integrale quanto l'approccio spirituale, quanto il lavoro sul corpo. Perché una rappresentazione agisca sul piano metafisico, l'approfondimento deve partire da un cartesiano disegno e un empirismo molto preciso, con una rigorosa analisi di ogni oggetto, di ogni situazione proposta, di ogni ambiente sociale o storico e così via. Più dettagliata è la vivisezione, più accurata la preparazione, più appassionato lo studio, più la nostra *neuro-cardio-chirurgia metafisica* sarà efficace e di valore. Si pensi a quanto bene un medico deve conoscere l'anatomia prima di operare, o un terapeuta la psiche prima di instaurare una relazione d'aiuto.

## Obiettivi primordiali. **Naturalezza Naturale e Realismo Magico.**

L'obiettivo del nostro teatro è la *Naturalezza Naturale* data da un *realismo maturo e magico* allo stesso tempo, in altre parole che trascende lo stesso realismo e si mani-

## **È FONDAMENTALE COMPRENDERE CHE PER ASTRARRE, DE-COSTRUIRE, PER POI RICOSTRUIRE SECONDO NUOVI ED ANTICHI MITI, È NECESSARIO COMPRENDERE A FONDO L'OGGETTO DI RAPPRESENTAZIONE, OVVERO L'UOMO E IL MONDO, E QUESTO È UN VIAGGIO SENZA FINE...**

festa in *termini metafisici* e solo può essere raggiunto con studio, esercizio e quel lavoro transpersonale che qui si propone: un *viaggio spirituale*, un *gioco responsabile* fatto di elaborazioni, astrazioni, riproduzioni, retta dalla *causa-effetto*, dallo *yin e yang* e, insieme, essendo consapevole della realtà come sistema cosmico percepibile solo da un *pensiero e un linguaggio non lineare*.

L'arte, veramente, risiede nell'atto di *trasformare il realismo in un veicolo di dati metafisici*, aprendo in scena visioni di abissi, portando la narrativa di là dell'aneddotico, passando attraverso il corpo dell'attore e dei movimenti scenici che la parola non riesce ad esprimere. Così, è fondamentale comprendere che per astrarre, de-costruire, per poi ricostruire secondo nuovi e antichi miti, è necessario comprendere a fondo l'oggetto di rappresentazione, ovvero l'uomo e il mondo, e questo è un viaggio senza fine ma dal quale non si può prescindere, solo così si potrà accedere alla *spiritualizzazione* delle azioni sceniche e renderle davvero efficaci.

### **L'Eterno Ritorno.**

Consideriamo l'ontologia arcaica:

*La realtà è raggiunta unicamente per intermezzo della ripetizione o della partecipazione" e tutto ciò che è carente di un modello esemplare è insignificante, cioè, è destituito di realtà.*

(Mircea Eliade)

Per l'uomo arcaico, oggetti del mondo esterno e atti umani non hanno valore autonomo – solo acquistano valore e diventano *reali* quando partecipano di una realtà che li trascende. Significato e valore dell'atto umano “non sono vincolati ai rudi atti fisici, bensì alla proprietà di riprodurre un atto primordiale, di ripetizione di un esempio mitico” (M. Eliade).

“Il caos è sempre molto vicino e ciò che distingue un ambiente già costituito, dal caos che lo circonda, sono i rituali. In loro si attualizzano gli atti e i gesti primordiali. E questo rinascere costante della stessa cosa si compie con l'*attualizzazione* del gesto divino. È l'eterno ritorno.” (Milare).

L'uomo arcaico, insegna Eliade, aboliva il tempo profano per proiettarsi nel Tempo Mitico. Questo occorre tanto nell'esecuzione di atti importanti, come alimentazione, copula, caccia, pesca, guerra, quanto nei suoi rituali. Nel caso dei rituali, il luogo della loro realizzazione diventava sacro (*hierofania*) attraverso il simbolismo del Centro. Ovvero, “lo spazio profano è abolito dal simbolismo del centro”, dove qualsiasi atto reale (significando “qualsiasi ripetizione di un gesto archetipico”) “sospende la durata, spegne il tempo profano, e partecipa nel tempo mitico”. Il simbolismo del centro è un punto sacro (un tempio, un altare, una montagna, una pietra, una città, un teatro) che, in sé, configura l'incontro di cielo, terra e inferno. Montagna sacra, Albero della Vita e altre espressioni di uguale valore simbolico si riferiscono al simbolismo del centro.

Per quanto l'uomo moderno storico, illuminista abbia cercato di soffocare gli archetipi, i modelli primari, facendosi scudo di logica, ragione e scienza, questi permangono agenti nel quotidiano. Se pensiamo a Jung, il concetto di archetipo è esposto come “contenuto inconscio, che al concretarsi ed essere percepito, cambia d'accordo con ogni coscienza individuale nella quale sorge”. Pertanto, l'avvicinamento a questo concetto di archetipo è complesso e può avvenire attraverso il corpo dell'attore solo a condizione che si incontrino i mezzi appropriati per rendere il corpo un ricettore di emanazioni archetipiche. Solo così sarebbe possibile uscire dalla pura *rappresentazione dell'archetipo* (Eliade) e giungere alla *recitazione archetipica*, con forme che emer-

gono e si palesano nel corpo dell'attore. È quindi chiaro che perché le immagini sceniche (qualunque sia la scena) significhino miti e archetipi, molta ricerca e sperimentazione devono essere fatti, e perché *l'artista sia libero* in questa ricerca deve fare un *atto di responsabilità sociale*, una presa di coscienza di essere creatore e non semplice funzionario.

### **Preparazione tecnica.**

#### **Dis-equilibrio.**

Il dis-equilibrio è una pratica costante che porta alla coscienza dei propri muscoli e allo sblocco del corpo. Stabilisce un insieme di condizioni “perché non ci sia nessun tipo di tensione o contrazione muscolare al di là di quelle necessarie e sufficienti” (Antunes Filho). Si tratta di “un processo dinamico, dove l'attore deve mas-

saggiare i muscoli e avere controllo del corpo, perché questo divenga atto a rispondere a qualsiasi stimolo”. Questo perché, “tutta la tensione non necessaria è un ostacolo insormontabile per l'espressione artistica; il corpo solamente reagisce e percepisce gli stimoli se è sbloccato e alla mercé della situazione proposta”. Possiamo prendere un buon esempio per questa pratica dal libro di Eugen Herrigel, “L'arte cavalleresca dell'arciere Zen”, dove il suo maestro orientava gli alunni affinché non tirassero la corda “applicando tutte le loro forze, ma cercando di dare lavoro solo alle mani, mentre i muscoli delle braccia e delle spalle rimanevano rilassati, *come se stessero contemplando l'azione*, senza in essa intervenire. Solo quando avessero imparato questo, si sarebbero compiute le condizioni perché il tiro si spiritualizzasse. Lo squilibrio o dis-equilibrio si dà anche con i muscoli delle braccia, spalle e gambe rilassati e *contemplativi*, in un atteggiamento di *non azione*, nel tentativo di *spiritualizza-*



## È NECESSARIO CALMARE L'EGO, DOMINARLO, PERCHÉ NON INTERFERISCA NEL FLUSSO DI ENERGIA.



zione del gesto, del movimento, il che richiede un arduo lavoro contro l'ego, che attacca con le sue fantasie e ansie. È necessario *calmare l'Ego*, dominarlo, perché non interferisca nel flusso di energia.

### Respirazione.

*Ogni individuo ha la sua propria pulsione respiratoria, dovendo l'attore prendere coscienza di questa respirazione e cercare, per mezzo della sua pulsazione, la maniera di respirare del personaggio".*

(Antunes Filho)

### La preparazione spirituale dell'attore.

Una volta che l'attore ha conquistato organicamente lo stato di dis-equilibrio e ha preso coscienza della sua respirazione, raggiunge un livello nel quale "non possiede un controllo cosciente degli stimoli più sottili che gli emergono dal subconscio, entrando in uno stato gassoso, dove le sue emozioni fluiscono, non più in forma razionale, promuovendo l'interazione di se stesso con la natura e il Cosmo". (Antunes Filho)

Questo livello lo si raggiunge dopo aver anche svolto una buona analisi intellettuale del personaggio e stabilito la programmazione, lasciando chiare le diverse fasi

dell'evoluzione del dramma, solo così si avrà la possibilità di essere ricettivo e pronto a "cettare la vera pioggia di atomi di stimoli che partono dall'esterno circostante o dal proprio interno.

### Visualizzazione degli stimoli.

Gli stimoli corretti di una scena possono essere scoperti sia in fase intellettuale sia spirituale. "A partire dal momento in cui esiste uno stimolo, questo è portato in frazioni di secondo dai nervi al nostro sistema di comando centrale, che invia la risposta dei muscoli e della respirazione, facendo in modo che il corpo reagisca."

La visualizzazione degli stimoli esige una capacità percettiva ben sviluppata e molta sensibilità, poiché l'evento è estremamente rapido, accade in una forma quasi impercettibile, ma sono questi stimoli che rendono organica la recitazione. L'idea è captare elementi di ordine soggettivo, o spirituale, del personaggio e mantenerli sotto controllo. "al visualizzare lo stimolo, e la maniera come l'organismo reagisce ad esso, è necessario che ci sia l'incorporazione immediata di questa manifestazione, di modo che in scena non sia necessario pensare ad essa, poiché è già *pensata*". Ossia, essa fluisce naturalmente senza che l'attore si debba preoccupare con il modo di reagire, ma, "perché questo diventi interamen-

te parte del nostro organismo, c'è bisogno, in un primo momento, della visualizzazione di questi stimoli ricevuti e delle risposte che l'organismo manderà”.

### Il Giocatore.

*Credo nel potere del riso e delle lacrime come antidoto all'odio e al terrore.*

(Charles Chaplin)

La proposta basica del *dis-equilibrio* è fornire all'attore uno *stato alterato della coscienza*, rendendolo capace di ricevere e irradiare, nella forma espressiva, gli “atomi degli stimoli” prodotti dall'azione drammatica. Al giocatore compete il dominio della programmazione e arbitrare eventi incidentali, mantenendo sempre pulito e inostacolato il flusso. È questo giocatore che comanda e orienta il *dis-equilibrato* in ogni passo che deve compiere in scena. Così, l'attore si sdoppia “in due forme che gli permettono allo stesso tempo di controllare e lasciarsi portare dagli stimoli. È come un'ombra dotata di volontà o una marionetta e il manipolatore.” (A. Filho)

### La costruzione del personaggio. Discrepanza attore/personaggi, ovvero: Differenza – Non Identificazione.

In questo cammino di auto-consapevolezza e studio del personaggio l'obiettivo non è arrivare ad *essere* il personaggio, bensì *imitarlo*. La proposta è quindi quella di una *non identificazione* col personaggio, così come la Bio-transenergetica invita alla *dis-identificazione* dalla propria importanza personale. L'attore deve studiare le caratteristiche del personaggio, confrontandosi con le proprie. Così, consta la *discrepanza* tra se stesso e l'essere “fittizio” al quale dovrà dare vita. Si pone nella situazione del personaggio e lo interroga, lo mette in discussione. Le risposte ai suoi interrogativi devono venire organicamente. Deve trovare le risposte con la *sua verità*. A que-

sta fase, è dato il nome di *definizione*. Bisogna identificare e definire molto precisamente il personaggio da imitare e in questo lavoro s'illuminano tre aspetti fondamentali: la postura dell'attore al trattare le attitudini contrarie alla propria indole, la definizione, e lo spazio creato graficamente dalle rette che si allontanano al descrivere le caratteristiche dell'attore e del personaggio. La sfida sta nell'arricchire il disegno con le differenze psicologiche, sociologiche e biologiche che ci allontanano dal personaggio e in seguito *sopprimerle*, identificandoci, per poi poter andare oltre con la *differenza*, o *non identificazione*.

### Gioco di contraddizioni.

È dunque necessario “giustificare le attitudini (del personaggio) contrarie alla nostra indole e ai valori diametralmente opposti ai nostri” per dare al personaggio “la piena dimensione dell'esistenza di un essere umano”. È indispensabile rimuovere i cliché, gli stereotipi e rendere umani questi esseri, poiché solo umanizzandoli saranno



**LA PAROLA NASCE DA UNA NECESSITÀ INTERIORE E DA CIÒ DECORRE LA MANIERA CON LA QUALE È DETTA. SI PUÒ AFFERMARE CHE NON ESISTE *INFLESSIONE*, O CHE NON C'È UNA *FORMA DEL DIRE* L'ATTORE NON PENSA PER PARLARE: LA PAROLA È INEDITA. NON È GENERATA DA UN QUALSIASI PENSIERO, MA DA UNO STIMOLO.**

*rivelatori*, ricchi d'informazioni inedite. È qui implicito il gioco di contraddizioni per il quale l'attore deve essere preparato: cercherà queste contraddizioni nel personaggio, poi le confronterà con le sue contraddizioni, ottenendo così gli opposti che daranno vita alla sua performance.

### **Definizione.**

Si tratta di propiziare la massima nitidezza al personaggio, come in una foto: mai e poi mai deve essere *sfuocato*, con i contorni imprecisi, che si diluiscono. Avere il personaggio ben definito significa essere a metà strada per la sua perfetta realizzazione scenica.

### **Testo.**

Questo paragrafo riguarda il potere rivelatore della parola. La parola, la battuta è un atto di *auto-conoscenza*, *auto-consapevolezza*. La parola definisce: l'impressione si trasforma in pensiero reale a misura in cui parliamo. La parola del personaggio, o battuta, è generata da uno stimolo e ha la carica di questo stimolo. La parola nasce da una necessità interiore e da ciò decorre la maniera con la quale è detta. Si può affermare che non esiste *inflessione*, o che non c'è una *forma del dire*. L'attore non pensa per parlare: la parola è inedita. Non è generata da un qualsiasi pensiero, ma da uno stimolo. Quello che precede la parola è appena una sensazione. L'attore deve preoccuparsi dello studio di quest'impulso: la parola viene con la decorrenza di quest'ultimo. Imparare a memoria un testo senza questa concezione vuol dire incorrere nel rischio di una recitazione senza alcun contenuto. La giusta inflessione l'attore la troverà naturalmente, con la

profonda conoscenza del personaggio e del suo contesto, non sarà mai convenzionale e "provata" puntando appena agli *effetti drammatici*.

Il valore fenomenologico della parola è evidente, si pensi a Vico e Bachelard. Questo tema evolve nella riflessione sulla dualità *significato/significante*. Pensiamo anche all'importanza del Mantra nella triade Mantra, Mudra e Yantra e alla forza che la parola possiede nella vita quotidiana e in sede terapeutica, sia per la presa di coscienza che per il superamento di determinate situazioni.

### **Programmazione.**

Si può dire che il personaggio è *preso dalla parola*. L'attore deve invaderlo metodicamente, smontando frasi, cercando in ciò che è detto i significati occulti.

L'analisi del testo porta alla conoscenza del personaggio e del suo ambiente, mediante l'uso degli strumenti teorici possibili, partendo dalla dialettica, includendo psicologia, sociologia, storia e qualsiasi altra disciplina e/o letteratura che possa contribuire. Oltre che, evidentemente, un profondo studio dell'autore e della sua opera. Da qui risulta la *programmazione*. Tutti i dati raccolti, sia sul piano interiore del personaggio riguardo alle sue motivazioni e alla sua storia personale, sia all'ambiente nel quale egli si muove, devono essere presenti nella programmazione. Particolare importanza ha anche il passato del personaggio, fornite direttamente o indirettamente dal testo o create coerentemente dall'attore, sempre senza perdere di vista la realtà, perché il vissuto del personaggio ha sempre fondamento nel *reale*. "Quanto più passato avrà il personaggio, quanto più chiaro e obiettivo sarà l'attore in scena", "Il dato vago risulterà un fotogramma in bianco in scena" e "la supposizione è inviabile nell'universo teatrale", nello stesso



modo in cui, nel mondo reale, tutto ha una sua connessione e origine. Se la programmazione è ben fatta, tutti i dati, desideri e obiettivi del personaggio saranno introiettati nell'attore. Non sarà più necessario pensare a loro, "l'attore non pensa, tutto è stato previamente pensato nella programmazione", poiché così è la Vita. Per questo è importante pensare le *prove* come una fase in cui l'attore è *cavia di se stesso*, e man mano che definisce il carattere del personaggio, lo rende sempre più chiaro per il pubblico, che è il suo obiettivo ultimo. Conoscendo "tutte le regole del gioco ed essendo in possesso di tutti i componenti, l'attore rivela la sua abilità di illudere e creare la sensazione del reale, mediante la voluttà del piacere".

### Costruendo l'espressione.

L'espressione dei sentimenti di un personaggio in scena è *costruita* dall'attore e non imposta mediante la forza bruta del sistema nervoso e muscolare (finzione esterna). Il *rilassamento* e l'*attenzione* sono fondamentali, e non

si deve intendere il rilassamento come uno stato di *apatia*, ma di pulsazione.

Il *dis-equilibrato* si lascia portare dall'immaginazione, attualizzando gesti e sentimenti sotto il comando dell'*attore-giocatore*, che proietta verso e per il pubblico questi gesti e sentimenti. L'espressione è sempre una conseguenza, se pensiamo a contrarre i muscoli del viso per mostrare l'uno o l'altro stato d'animo otterremo solo una smorfia o una falsa espressione senza "vero sentimento".

### Conclusione.

"Per essere completo sul palco è necessario conquistare la libertà per mezzo della riflessione, dello studio e dell'autoconsapevolezza, che portano alla *solitudine*", questa intesa come meditazione costante. "Non esiste tempo né spazio per l'esercizio della solitudine, che deve essere compresa come una questione morale."

Perché l'attore sia indipendente e libero non può "nascondersi dietro le sue tensioni, manifestate con eccesso

di rilassamento, divergenza nel tempo delle battute, etc. Tutta l'assenza di precisione deve essere evitata, senza che l'attore si assoggetti alle informazioni ricevute, ma le trasformi in fattori organici, solo allora mettendole in pratica". È fondamentale che l'attore abbia coscienza del suo ruolo *sociale*, come artista, e senta la necessità di perfezionamento costante. La preparazione tecnica favorisce l'artista che cerca autonomia per creare liberamente. Lo stesso vale, per ogni *piccolo uomo in viaggio*, se considera il percorso di *Consapevolezza* come un atteggiamento morale, di *Contatto* come un fattore etico e di *Padronanza*, come qualcosa che va molto oltre l'individuale e abbraccia come minimo la sfera sociale. Per non parlare della *Libertà*, che eleva ogni tipo di relazione (con se stesso, il prossimo e l'Altro) a un livello pieno, intero, pulito, capace di variazioni e rivelazioni stupefacenti. L'aspetto che ha maggiore importanza nel nostro percorso è la *respirazione*. L'attore è respirazione. L'essere umano è respirazione. La vita è respirazione. L'aria è il veicolo immediato (non mediato) e privilegiato di qualsiasi sentimento e protagonista di qualsiasi movimento, interno o muscolare che sia. La respirazione è la mappa e il tesoro dello *stimolo-risposta*, è ciò che collega direttamente tutti i *cinque livelli* che ci formano e comprendono (fisico, energetico, emotivo, mentale, spirituale o transpersonale), è la *fluttuazione della coscienza* e la *presenza* che unisce *yin e yang*, cielo e terra in un istante. Non si tratta di una respirazione meramente funzionale, bensì la respirazione, che è capace di collegare il corpo con il Cosmo, che è ciò che permette al soggetto in *dis-equilibrio* di scoprire l'*origine* di qualsivoglia *forza spirituale*, ciò che fa sgorgare, sorgere irradiazioni e emanazioni dello Pneuma, dell'anima del mondo, degli *Archetipi*, dei *Miti*, dell'inconscio collettivo, del *divino* e del *sacro*. Per tutti questi motivi la respirazione non è solo il punto di partenza di qualsiasi meditazione, preparazione, percorso di consapevolezza ma è anche il *centro* da dove si può accedere al trascendente, al *mistero*, e al quale tornare per eternamente nuove *scoperte e riscoperte*.

## BIBLIOGRAFIA:

- Sebastiao Milaré, *Hierofania. Il teatro secondo Antunes Filho*.
- Sebastiao Milaré, *Antunes Filho e la dimensione utopica*.
- Constantin Stanislavsky, *La creazione del personaggio*.
- Constantin Stanislavsky, *La mia vita nell'arte*.
- Denis Diderot *Il paradosso sull'attore*.
- Eugen Herrigel, *L'arte cavalleresca dell'arciere zen*.
- Gaston Bachelard, *La poetica dello spazio*.
- Carl Gustav Jung, *Archetipi e inconscio collettivo*.
- Carl Gustav Jung, *Psicologia dell'inconscio*.
- Mircea Eliade, *Mito e realtà*.
- Mircea Eliade, *Mito ed Eterno Ritorno*.
- Pier Luigi Lattuada, *La Biotransenergetica*.
- Pier Luigi Lattuada, *La Psicologia Transpersonale*.
- Henri Bergson, *Saggio sui dati immediati della coscienza*.
- J.C. Cooper, *Yin e Yang*.
- Mark Olsen, *Le maschere mutabili del Buddha dorato*.
- Alfred Baur, *Il senso della parola: in principio fu il Verbo: fondamenti di chirofonetica*.
- Joseph Campbell, *Le maschere di Dio – Mitologia Orientale*.
- Fritjof Capra, *Il Tao della fisica: un parallelo tra fisica moderna e misticismo orientale*.
- Stephen Larsen, *Immaginazione mitica: la ricerca del significato attraverso la mitologia personale*.
- Michael Checkov, *Sull'attore*.
- Alan Watts, *Il Tao e il corso del fiume*.
- Teitaro Daisetz Suzuki, *La dottrina zen della non mente*.

## Seminari e Incontri.

*La proposta è di un percorso formativo per attori e non attori che vede l'essere umano come fonte inesauribile di vita e miti, come Cosmo e Autore Cosmogonico allo stesso tempo.*

Il seminario è ideale per persone di qualunque background, estrazione, età e professione che siano interessate ad entrare in contatto con un modo diverso di pensare l'arte e la vita, secondo linee umaniste che permettano un percorso, seppur breve, di intensa ricerca e Consapevolezza.

Si parte da nozioni ed esercizi semplici, discussioni e pratiche basiche ma innovative per giungere poi ad elevati momenti di creazione individuale e collettiva, a partire da testi o da esperienze personali rivissute come Soggetto e non come Oggetto, come *attore-regista*, come trasformatore artistico, come *Poeta dell'Invisibile*.

Lo studio di testi sia teatrali sia letterari fa parte del percorso, aiutando il contatto con l'inconscio collettivo e i suoi archetipi, fornendo non solo la base per un lavoro teatrale, ma anche di condivisione e stimolo all'atteggiamento critico come primo passo per la convivenza, l'evoluzione e la creazione, non solo di un prodotto arti-

stico ma anche di *nuovi archetipi, capaci di agire sull'inconscio collettivo e la contemporaneità*.

Attraverso pratiche e tecniche specifiche che agiscono su corpo, voce, spirito e mente, coerentemente con una *visione olistica del soggetto* si agisce contemporaneamente sull'attore, sul personaggio e sulla collettività, sia essa un gruppo di studio, di teatro, di terapia o la Società stessa.

Questa percezione stimola *l'intelligenza scenica*, le capacità attoriali e soprattutto libera l'anima dell'attore, o di chi inizia questo percorso, da tutto ciò che non ne permette lo slancio creativo, di gioia di vivere, di autenticità, proponendo il teatro come gioco responsabile, sviluppo dei propri talenti e fonte di guarigione individuale e collettiva.

Colui o colei che si apre a questo percorso scenico e non, si prepara a percepire e trascendere se stesso, in una comprensione più vasta del *Sentimento* e del *Comportamento*, ponendo così le basi *dell'accettazione di Sé e del personaggio* che vuole rappresentare, qualunque siano le sue caratteristiche, riconoscendo in questa capacità di Osservazione e accettazione completa, l'elemento fondamentale per esprimerlo, rappresentarlo, ricrearlo artisticamente, con amore e intelligenza.

Date dei corsi 2013 aperti a **Milano**, presso la sede dell'Integral Transpersonal Institute, Via Villapizzone 26. Weekend intensivi dalle 10.00 alle 18.00:

- *Dicembre 7-8*

Sono in fase di progettazione anche incontri in Veneto, Puglia, Lazio, Piemonte, Calabria, Toscana e Barcellona. Nuove date saranno presto disponibili.

Per info, iscrizioni e collaborazioni: [valentina.lattuada@gmail.com](mailto:valentina.lattuada@gmail.com).

Blog: [www.poeticadellinvisibile.blogspot.com](http://www.poeticadellinvisibile.blogspot.com)

Pagina Facebook: **Valentina Lattuada**.

## **SEDI**



### Milano, sede centrale c/o Integral Transpersonal Institute

Dott. Pier Luigi Lattuada  
Via Villapizzone 26 – 20156 Milano  
tel. 028393306  
transpersonal@fastwebnet.it  
www.biotransenergetica.it;  
www.integraltranspersonal.com

### Milano, c/o Istituto di Ricerca in Psicologia Transpersonale

Dott. Giuseppe Grasso  
Via R. Sanzio, 20 - 20149 Milano  
Tel e Fax. 024819032  
istit.ric@libero.it

### Padova c/o Scuola di Shiatsu

Dott. Roberto Vittorio Lazzaro  
Noventa Padovana (PD)

### Padova c/o La decima luna

Fiesso d'Artico (VE)  
Tel. 049 725524  
samurairoby@gmail.com  
www.ladecimaluna.org/biotransenergetica.shtm

### Padova c/o Dott.ssa Raffaella Servello

Via IV Novembre, 35123  
Padova  
Tel. 3476174225 - raffaella.servello@gmail.com

### Trento c/o Dr. Magoni

Dott. Francesco Magoni  
Via Cà di Sopra, n° 4 Garniga Vecchia (Trento)  
Tel. 349-5321743  
magofr73@yahoo.it

### Roma c/o Studio Ferraris/Vitale

Dott. Davide Ferraris  
via Isole Curzolane, 15  
Tel. 06.8175645 - info@studioferraris.com

Bergamo c/o Dott.ssa Marzia Bertulezzi

Via Longuelo n° 60, 24129

Bergamo

Tel. 320 3026383 - m.bertulezzi@libero.it

Varese Ligure c/o Fattoria Monte Carmel

Località Teviggio Piane - 19028 Varese Ligure (SP)

Tel. 0187 842499 - montecarmel@libero.it

Vicenza (Thiene)

Dr.ssa Bruna Villante c/o Armonie

Via Europa, 41, 36014 Santorso (VI)

Tel. 3491400129

bruna.villante@yahoo.it

Dr. Nicola Michelon

Via Munari 17, 36016 Thiene (VI)

Tel. 3285824780

nicolaluigimichelon@gmail.com

Lecce c/o Dott. Gianfranco Armillis

Via D. Delle Site, 19 - 73100 Lecce

Tel 0832 348902 - giarmillis@gmail.com

Cagliari c/o Dott.ssa Gabriella Martis

Via degli Aironi 4

9012 Capoterra (CA)

tel. 070/710568

gbmartis@tiscali.it

Rimini - c/o Dr.ssa Illuminati

Via Montepetrino 305,

47835 - Saludecio (Rimini)

Tel: 3495349899

associazioneomsaludecio@gmail.com

Venezia - c/o Dr.ssa Gastaldi

Via dei Coralli, 1

Venezia - Lido

Tel: 0039-392-2509553

francesca.gastaldi@gmail.com

Piea d'Asti c/o Centro Psicosintesi

Dott.ssa Mirella Balla

Cascina Vacarito

Via Case Sparse, 21- Piea d'Asti (AT)

Torino c/o Centro Psicosintesi

Dott.ssa Mirella Balla

Via G. Rossini 6/e (Torino)

Tel. 3339061240 - mirellaballa@libero.it

Corinaldo - Centro Bio Discipline Naturali

Dott.ssa Mattioli Elena

Viale della Murata 9c, 60013

Corinaldo (AN)

Tel. 3384820375 - elena\_mattioli@alice.it

Pier Luigi Lattuada

## **Modo Ulteriore**

*Nella domanda c'è la risposta, nel problema la soluzione*



**Modo Ulteriore** (seconda edizione)  
di Pier Luigi Lattuada

ITI EDIZIONI - Pag. 336 - € 22,00  
ISBN 978-88-907856-4-1

## SCUOLA DI FORMAZIONE in PSICOTERAPIA TRANSPERSONALE

Riconosciuta dal MIUR - Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca, con Decreto Ministeriale in data 30 maggio 2002.

Corso di specializzazione quadriennale. Titolo abilitante all'esercizio della psicoterapia ed equipollente alla specializzazione universitaria per i pubblici concorsi.

[transpersonal@fastwebnet.it](mailto:transpersonal@fastwebnet.it);  
[biotransenergetica@gmail.com](mailto:biotransenergetica@gmail.com);  
[www.integraltranspersonal.com](http://www.integraltranspersonal.com);  
[www.biotransenergetica.it](http://www.biotransenergetica.it)

Diego Coelli

## **Di sogno in sogno**

*Viaggio nella dimensione onirica della coscienza*



**Di sogno in sogno.**  
**Viaggio nella dimensione onirica  
della coscienza**  
di Diego Coelli

ITI EDIZIONI - Pag. 240 - € 18,00  
ISBN 978-88-907856-2-7

## TRAINING di FORMAZIONE in BIOTRANSENERGETICA per il conseguimento del diploma di COUNSELOR TRANSPERSONALE

Il diploma di Counselor consente l'iscrizione nel relativo Albo Professionale della FAIP - Federazione delle Associazioni Italiane di Psicoterapia, depositato presso CNEL - Consiglio Nazionale dell'Economia e del Lavoro.

Sono attivi corsi di formazione presso le sedi locali ITI/SIBTE di Milano, Padova, Varese Ligure, Vicenza, Lecce. Seminari introduttivi in Biotransenergetica e momenti di approfondimento teorico-pratico e integrazione esperienziale sono inoltre accessibili in tutto il territorio nazionale.