

Teatro a cuore aperto con Ornella Marini

Serena Pinzani

La danza ed il teatro come terapia.

E' quanto "promette" l'attrice, regista e arteterapeuta Ornella Marini che proprio in questi giorni da inizio al nuovo laboratorio "La danza del cuore".

Da ottobre a giugno una bellissima colonica vicina a Bosco ai frati sarà la sede di questo particolare laboratorio rivolto a tutte le persone libere, agli operatori del disagio e della formazione artistica e terapeutica, ai terapeuti.

Un laboratorio dove si lavora molto su quello che si sente, sulle emozioni.

Tutto quello che succede nel laboratorio - spiega Ornella - lo mettiamo in scena: episodi di vita, situazioni particolari diventano, se lo si vuole, piccole scene delle quali il protagonista nella vita diventa regista.

Il vederle da altre angolazioni puo' aiutare molto, a capire come siamo fatti,

quali sono le sfaccettature interiori. Per questo il laboratorio ha un risvolto terapeutico: le emozioni, se le conosciamo, possiamo

usarle meglio nella vita di tutti i giorni."

Niente Goldoni o teatro classico, dunque, ma materiale preso dalle persone attraverso giochi individuali di gruppo e attraverso la danza, liberatoria e divertente.

Le possibilità offerte sono due: un laboratorio settimanale (indicativamente di giovedì) una volta la settimana per un totale di 25 incontri dalle 17.30 alle 20.30, oppure sei stages residenziali intensivi dal venerdì sera alla domenica pomeriggio.

Al laboratorio si affianca anche il "Tantra primary", un percorso di liberazione sessuale attraverso la chiave del cuore.

"Si parte sempre dall'ascolto di se stessi - spiega Ornella - è un'esercitazione alla liberazione sessuale ma non vuol dire che siano incontri di tipo sessuale!!

Durante la giornata, la seconda domenica del mese per dieci mesi, prendiamo contatto con il proprio corpo, lo ascoltiamo e cerchiamo di ascoltare quello di chi ci sta accanto.

Possono essere contatti fatti anche solo di sguardi ma l'importante è che riescano a smuovere sentimenti e sensazioni che sono lì, dentro di noi, da anni e che ci trattengono nelle relazioni. Riuscire a sbloccate queste situazioni significa sentirsi meglio con se stessi e quindi con gli altri. In questo genere di laboratorio la parola lascia spesso lo spazio a esercizi di contatto, alla danza." Ed il cuore? "Sempre in primo piano. La via

del cuore è l'unica da seguire. Mi piacerebbe che tutti riuscissero a conoscersi un po' di più, ad aprire i propri orizzonti. I conflitti non si possono evitare, fanno parte del viver quotidiano, ma se seguiamo la via del cuore e riusciamo ad essere più accoglienti sicuramente si sciolgono. Essere un po' più aperti verso se stessi ci aiuta a fare meno guerra e più tranquillità." Per chi vuoi saperne di più c'è anche un sito Internet.

