

Il ruolo dell'arte nella malattia di Alzheimer: una esperienza di reciprocità umana.

Maristella Bellostà

Sto sperimentando a distanza un metodo di mantenimento delle riserve cognitive in una persona con la malattia di Alzheimer – attualmente diagnosticata di grado moderato – attraverso sessioni online. Negli ultimi mesi, per sopravvenute difficoltà di gestione della tecnologia da parte dell'interlocutore, la comunicazione avviene solo tramite la rete telefonica, dunque senza contatto visivo. Questa situazione ha molto diminuito l'efficacia del lavoro, ma non l'ha azzerata.

Mi pongo **due obiettivi**.

1. **Valorizzare le riserve cognitive** lavorando sulle emozioni estetiche, che nel mio interlocutore sono ancora intatte. L'arte apre possibilità: non guarisce la patologia, ma cura la sete di vita che non abbandona, credo, nessun malato.

Utilizzo un metodo validato dalla ricerca e che nel 2000 è valso un Nobel a tre neuroscienziati, Kandel, Carlsson e Greengard, che hanno studiato la relazione tra i meccanismi cognitivi (la memoria in primis) e la plasticità delle sinapsi.

Il lavoro in videochiamata ha ottenuto buoni risultati per circa un anno, adesso, senza un confronto visivo, è diventato difficile mantenere il focus con l'interlocutore, che, ben consapevole della sua condizione, rifiuta per imbarazzo di farsi aiutare nel ripristino delle funzioni di WhatsApp.

2. **Dare** alla persona disorientata momenti di **benessere emotivo** e non farle perdere la **fiducia in sé stessa**. Davanti a un'opera d'arte il mio interlocutore dice di sentirsi creatore di poesia: questo lo rende felice. Nel suo esercizio di analisi sa che nessuno lo giudica per le difficoltà cognitive perché ogni esperienza estetica è soggettiva: sappiamo tutti che il nostro cervello non fotografa, ma crea. Così lavoriamo sull'*io sano* e ci dimentichiamo del tutto dell'*io malato*. È il miracolo della bellezza in azione.

Con estrema libertà e spregiudicatezza ho integrato il metodo insegnato dalle neuroscienze con quello ignaziano della "*lectio divina*". L'ho semplificata in quattro tappe.

- a. La lettura della pagina scritturale (la "*lectio*") è sostituita dalla mia richiesta di una descrizione dettagliata di un quadro scelto da un libro d'arte di cui ognuno ha una copia.
- b. La successiva "*meditatio*" fa riemergere risonanze lontane nel tempo: la memoria del cuore non si deteriora e compensa la perdita della memoria cognitiva.
- c. Sollecito l'esercizio della "*imaginatio*" con l'uso dei cinque sensi per entrare emotivamente nel quadro, chiedendo anche di immaginare una brevissima storia.
- d. Infine pratichiamo la "*contemplatio*". Chiedo una sola parola come risposta alla mia domanda "Che cosa di bello e pacificante trattiene in te di questa opera?" e la faccio ripetere più volte, come un mantra che riproduce, col movimento del respiro, anche quello del cuore.

Questa esperienza per me è la prova provata che i nostri neuroni possono disfunzionare, ma la connessione interiore trova cammini compensativi.

Sto incontrando molte difficoltà senza una interazione visiva, ma il mio interlocutore risponde con entusiasmo alla fiducia che da parte mia ripongo in questo lavoro. E io stessa ricevo una feconda certezza: la logica aristotelica è solo complementare rispetto ad altre forme di logica.

La fiducia accordata a chi ha un problema neurologico cancella, in una sana e autentica relazione, lo stigma sociale e abbate il muro della solitudine.

In conclusione, gli affetti amicali e familiari sono il ponte indispensabile per far vivere nel modo migliore possibile chi sente la propria identità provata da smarrimento e insicurezza.