



ASSOCIAZIONE
ITALIANA
INSEGNANTI
DEL METODO
FELDENKRAIS

Mark Reese

la raffinatezza di un insegnamento

Bollettino

25/2006



Quando, insieme ad un collega, si avvia un progetto di formazione che coinvolgerà molte persone e ne influenzerà il cammino, non è facile prevedere con precisione come esso si svilupperà, a cosa darà origine e quali implicazioni culturali e affettive ne deriveranno. Si parte con entusiasmo per la nuova avventura, ci si prepara con cura, durante la navigazione la traversata può farsi burrascosa o scivolare via tranquilla e quando, a progetto realizzato, si guarda indietro si possono scoprire le tracce profonde e inaspettate che la collaborazione ha lasciato anche in noi. Spesso questi bilanci sono personali, non vengono condivisi con gli altri, ma sono fonte di ispirazione e nutrimento per le attività successive.

Quando però il collega scompare prematuramente, anche se non all'improvviso, allora si fa forte l'esigenza di dare una cornice adeguata all'esperienza passata e di riconoscere quanto di buono essa ha lasciato dietro di sé. La persona ormai assente e silenziosa diventa più luminosa, è quasi nuovamente presente con tutte le sue qualità, e quelle che un tempo venivano considerate mancanze o debolezze, ora fanno sorridere. La ricchezza del suo contributo prende ancora più forma e diventa importante dividerla con chi, in forme diverse, è stato vicino oppure ne ha solo sentito gli echi.

Così nasce questo numero speciale del Bollettino 2006 AIIMF.

Desidero parlare di Mark Reese e ricordarlo non solo come collega, da sempre membro attivo e molto importante per tutta la comunità internazionale Feldenkrais, ma anche come buon amico.

Mark ha insegnato, qui in Italia, come formatore nei corsi di Milano 1, 2 e 3 e in quello di Roma 1. E' stato direttore pedagogico di Milano 2 e 3 e abbiamo lavorato insieme in Italia, in Germania e negli Stati Uniti dall'estate 1990 quando è venuto ad Intra, fino all'estate 2000 quan-

In ricordo di Mark Mara Della Pergola

do ad Asiago si è concluso Milano 3. Per molti allievi della scuola Mark era il metodo e lo rappresentava meglio di chiunque altro.

In questi dieci anni ho avuto modo di seguire da vicino il suo percorso, di apprezzare l'evoluzione del suo insegnamento, sempre così accurato nei singoli dettagli del primo piano e così intelligente nella costruzione dello sfondo generale e gli sono profondamente riconoscente per tutto ciò che ha dato agli allievi, per la professionalità con cui preparava i corsi, e non ultimo, per come e quanto ha arricchito la mia comprensione del metodo.

Attraverso il suo insegnamento, ricco di informazioni teorico-scientifiche e di suggestioni poetiche e certamente privo di vanità, gli allievi venivano costantemente invitati ad un equilibrio di sentire, immaginare, leggere, porsi domande e riflettere. Mark voleva trasmettere nel modo più oggettivo quello che aveva imparato e interiorizzato da Feldenkrais e lo faceva condividendo i suoi interessi e le sue letture con chi gli stava vicino. La sua vita personale era in armonia con quello che insegnava. Con lui e con la sua famiglia ci sono stati molti momenti di allegria e, ovviamente, non ne sono mancati alcuni tristi.

Era nato a Chicago nel 1951, a sei anni si era trasferito con la famiglia a Tucson in Arizona e in seguito era andato in California, a San Francisco, dove aveva completato i suoi studi e si era laureato alla Sonoma State University in psicologia. Durante gli anni '70 aveva seguito la formazione di San Francisco e si era appassionato al lavoro di Moshe; dopo il diploma aveva passato alcuni periodi di studio a Tel Aviv, in Israele. Aveva così proseguito nella sua formazione con Feldenkrais, collaborando con lui finché era in salute. Le sue lettere da Israele, pubblicate su questo Bollettino, ci mostrano l'intensità dell'esperienza che stava vivendo e la sua dedizione ad un progetto che lo avrebbe assorbito sempre di più.

Le sue passioni, da ragazzo, erano il teatro e la musica. Faceva parte di una compagnia teatrale che metteva in scena le opere di Shakespeare e con quel gruppo aveva composto e suonato le musiche che accompagnavano le produzioni. I suoi interessi

erano però molteplici e andavano dalla psicologia, alla filosofia, alla narrativa e, naturalmente, alle neuroscienze. Nel corso degli anni, i suoi studi si erano orientati principalmente intorno al lavoro: preferiva letture scientifiche o sui temi del rapporto corpo-mente e tutto ciò che assorbiva e sperimentava lo metteva immediatamente in relazione al Metodo e all'insegnamento. Il legame tra il lavorare su se stesso e il lavorare con gli altri era molto chiaro: non avrebbe potuto esercitare un altro tipo di professione che non tenesse conto di ciò. Aveva sempre desiderato lavorare in collaborazione con altre persone e ci era riuscito.

All'inizio degli anni '90 si era trasferito vicino a San Diego con la moglie Donna e i loro due figli Nathan e Filip. Lì aveva aperto e con lei diretto con successo una scuola di formazione, pur continuando ad insegnare anche per altre scuole Feldenkrais. Aveva scritto un libro con facili lezioni sul metodo Feldenkrais in collaborazione con David Zemach-Bersin, e pubblicato diversi articoli più complessi. Aveva cercato e stabilito relazioni con importanti professori universitari e ricercatori come Esther Thelen (qui di seguito pubblichiamo la presentazione del metodo scritta per lei) che, affascinata dall'incontro con Mark, ha poi seguito la formazione Feldenkrais, diplomandosi nel 2002. Per facilitarla Mark aveva trasferito parte delle sessioni del corso in Indiana, dove lei insegnava.

La nostra conoscenza risale al 1980 quando era venuto al corso di Amherst, e allora mi sembrava strano che qualcuno ripettesse la sua formazione con noi. Mi sembrava un ragazzo molto preparato, con una faccia intelligente, un po' timido e molto gentile. Gli chiedevo spiegazioni e le risposte non bastavano mai. Moshe un giorno in classe si era disteso sul lettino, aveva chiamato Mark e gli aveva chiesto di ruotargli la testa con la mano, per mostrarci come si fa un'IF. In quel momento probabilmente l'emozione di essere davanti a noi 200 non lo aiutava, ma noi lo vivevamo comunque come uno già molto "bravo".

Dopo parecchi anni ci siamo ritrovati colleghi e poi amici. Lo avevamo invitato nell'estate del 1990 a Intra per la prima formazione di Milano. Era arrivato con Donna così solare, Nathan piccolo e Filip di pochi mesi. Le sue richieste ci facevano sentire molto indietro rispetto agli standard americani: noi allora forse non avevamo neanche il fax, spedivamo le lettere scritte a macchina e facevamo le copie a carta carbone. Questa distanza è proseguita nel tempo: Mark viaggiava sempre col suo portatile e quando l'ho comprato anch'io non rispondeva neanche più ai fax, ma usava l'e-mail. Quando ho iniziato con l'e-mail, mi ha scritto: "Finalmente nel nostro secolo!"

Dei nostri corsi di formazione mi ritornano in mente tanti momenti impegnativi, profondi e anche divertenti. Mi ricordo di alcune sue memorabili lezioni di CAM, così precise ma anche così evocative e ricche di immagini; mi ricordo delle sue lezioni teoriche, piene di informazioni che potevano spaventare alcuni allievi

e creare l'impressione di una distanza difficilmente colmabile, ma che stimolavano tanto gli altri; mi ricordo di come a volte assumeva un atteggiamento di auto-protezione, ma anche di quanto si entusiasmava quando qualcuno gli faceva un'osservazione stimolante: allora la stanchezza spariva di colpo e Mark iniziava a parlare senza risparmiarsi.

Le sue IF non erano come fuochi di artificio, ma piuttosto come costruzioni logiche molto chiare, che riuscivano comunque a meravigliare per l'intensità. Un giorno gli avevo chiesto un suggerimento per insegnare bene l'IF agli studenti in formazione e con tre o quattro semplici punti mi aveva indicato una struttura che in seguito ho utilizzato con grande facilità. La sua precisione nell'uso del linguaggio e nella scelta delle parole è certamente stata un importante aiuto alla chiarezza per gli allievi e per gli assistenti.

Mi divertiva il suo senso dell'umorismo, ironico e a volte surreale, anche se non sempre era condiviso dagli allievi e capitava che in classe ne ridessimo in pochi.

Oltre alle lezioni mi tornano in mente molti dettagli, gesti e sguardi: la complicità che allora aveva con Donna, l'amore per i loro bambini, Nathan e Filip, quando venivano a giocare da noi in palestra, il suo sorriso ad occhi larghi quando qualcosa lo sorprende e anche un certo pudore. Il suo panama bianco, poco montanaro, lo proteggeva dal sole incostante di Asiago e lo distingueva.

Mi fa piacere anche ricordarmi di momenti giocosi e leggeri, delle trattative e dei compromessi sull'ora in cui si poteva cenare insieme. Lui proponeva sempre di mangiare alle 18, per me ora della merenda, e io cercavo di fargli credere che i ristoranti ad Asiago non aprivano prima delle 20. C'era però, nella piazza, un locale sempre aperto e allora dovevo capitolare e cenare alle 18,30. Gli piaceva la pizza col salmone, altra eresia per tutti noi, ma a lui andava bene così.

Facevamo le riunioni di équipe durante la pausa pranzo. Lui mangiava e parlava, poi si riposava. Io non riuscivo né a mangiare né a programmare qualcosa di sensato, eppure ha funzionato.

Mark si è reso disponibile in momenti difficili per il mio lavoro, mi ha sempre incoraggiata in quelli più facili e mi ha accompagnato con generosità e semplicità nel percorso per diventare formatrice. La sua vicinanza ha influenzato molto la mia comprensione del metodo, il modo in cui lo passo agli altri e, in generale, il mio lavoro. Da lui ho compreso come si possa dirigere una formazione, come programmarla, come essere sempre più professionale. La vivacità intellettuale, la rapidità con cui pensava e lo stile un po' minimalista, lo distinguevano e lo rendevano mentore. Due delle sue ultime lezioni italiane, registrate nel corso di Milano 3, vengono qui pubblicate.

La nostra collaborazione nel dirigere i corsi è terminata nel 2000, ma è rimasto un legame di affetto e di stima che non si è incrinato nel tempo.

A Mark due anni fa era stato diagnosticato un tumore al sistema linfatico. E' passato dunque attraverso tutte le terapie possibili e lo ha fatto fino alla fine con grande coraggio e ottimismo.

Dopo il suo divorzio si era risposato con Carol Kress e si era trasferito con lei a San Rafael. Era molto felice per questo amore importante e cercava di portare avanti e di concludere il suo ultimo grande progetto: un libro sulla vita di Moshe Feldenkrais. Aveva dedicato anni a ricercare materiale e a incontrare in Israele e in Europa le persone, ormai molto anziane, che erano state in contatto con Moshé in passato e che potevano ancora raccontarci qualcosa di nuovo. Ne voleva fare un libro importante per i colleghi e uno più semplice per il pubblico e diceva anche - la vecchia passione si risvegliava in lui - che ne voleva trarre un musical da portare a Broadway.

Nonostante tutto, nei momenti in cui la malattia glielo permetteva, Mark è riusci-

to a scrivere i primi capitoli della biografia e un capitolo appare in questo Bollettino. Sono certa che il progetto sarà portato a termine con il contributo di Carol.

Quando in marzo ci siamo parlati, ho avuto l'impressione netta che stesse veramente vivendo al meglio la possibilità di vita che gli era concessa. Mi sono resa conto dalle sue parole che, anche nella malattia più dura che non dà speranza, se non si è soli, è possibile ritagliare un'area di salute e di felicità. Questa è l'ultima cosa che ho imparato da lui.

La sua intelligenza viva e stimolante, la sua cultura e la sua totale dedizione al Metodo sono state e resteranno per gli allievi e i colleghi un grande esempio e una guida nel tempo.