

Due chiacchiere con Harshil Filippo Chiostri Facilitatore di DRUM CIRCLE

Di Andrea Lanini



Abbiamo intervistato Harshil Filippo Chiostri facilitatore di Drum Circle e collaboratore dell'evento inserito nel programma di Musicastrada del 22 Luglio a Vicopisano...Una lunga chiacchierata, quasi un trattato sui DRUM CIRCLE. Molto, molto interessante

Due parole per presentarti al pubblico toscano che ancora non conosce il Drum Circle Spirit. Qualche notizia su di te, sul tuo percorso...e su quel famoso libro che ti ha cambiato la vita!

Mi chiamo Harshil Filippo Chiostri, sono Presidente del Circolo Amarti, un'associazione affiliata ARCI, con sede a Montopoli Val D'Arno, che promuove attività culturali legate alla diffusione di metodi di meditazione e di autoscoperta provenienti da diverse tradizioni orientali ed occidentali, per il benessere dell'uomo con se stesso e del suo rapporto con tutte le sue altre relazioni, cioè con gli altri esseri umani ma anche con gli altri abitanti "non-umani" di Gaia, il nostro meraviglioso pianeta Terra vivente.

Fra le attività di cui mi occupo direttamente, il Drum Circle facilitato è quella che mi sta appassionando di più per la sua semplice capacità di rivelare il potenziale di armonia collettiva. Un cerchio di percussioni facilitato è un coinvolgente evento ritmico in cui un gruppo di persone, disposte in cerchio, si trova insieme a suonare tamburi e percussioni, sperimentando ed espandendo il senso di unità e coesione tramite il sostegno di un facilitatore.

Questo tipo di evento può essere descritto nei suoi effetti in molti modi, e da punti di vista diversi. Proverò ad esporne qualcuno, al di là del fatto che è molto divertente e ci aiuta a scaricare in modo sano moltissimo stress, mentre riscopriamo il senso sano della tribù.

Innanzitutto è un evento veramente alla portata di tutti, e facilitato nel modo corretto permette sia a principianti che ad esperti musicisti di vivere un'esperienza soddisfacente assieme.

E' ottimo per chi ha paura di suonare o crede di non avere senso del ritmo, o per chi magari è stato maltrattato da un insegnante troppo esigente che gli ha fatto venire il rifiuto verso gli strumenti musicali! Ed è anche ottimo per chi si è stufato di vivere la musica come una bandiera di superiorità intellettuale e vuole ritrovare l'innocenza del bimbo senza perdere la propria maturità e la propria unicità, condividendo il suo dono musicale con gli altri.

Tutti possono godere del suonare assieme, basta avere voglia di interagire!

Il mio sogno, insieme a tutti i facilitatori di Drum Circle nel mondo, è vedere in ogni paese, villaggio, quartiere o condominio, nascere una comunità ritmica che scopra e viva la bellezza di sostenersi a vicenda, con gioia.

Come funziona un Drum Circle facilitato?

Già di per sé un cerchio di persone che suonano percussioni ha un'intelligenza propria che tende all'armonia, e non avrebbe teoricamente bisogno di essere facilitato se tutti i partecipanti fossero in mutuo ascolto e supporto, in assenza di giudizio sia verso di sé che verso gli altri: in questa modalità tutti userebbero la musica come veicolo per crescere come un insieme autorigenerante, in un viaggio sonoro che parlerebbe soprattutto della loro relazione in espansione, e che avrebbe ripercussioni positive anche nel loro vivere quotidiano, ed in relazione a tutto il campo percettivo.

Perché ciò accada però è necessario che i singoli partecipanti diventino coscienti di questo potenziale più o meno latente. Ed è necessario che sappiano che suonare percussioni è qualcosa che può essere fatto nel rilassamento ed in modo intuitivo, permettendo al corpo di suonare e non al "giudice interiore" di prendere il sopravvento, senza dover essere dei colti musicisti per poter godere dell'esperienza. Il corpo è un insieme di ritmi biologici perfetti che si alternano e mescolano in questa meravigliosa macchina che è l'essere umano, senza che neanche lui debba stare a pensarci su!

Non solo, ma essendosi questo corpo evoluto dalla Terra ed in sincronia con i ritmi della Natura, è in grado intuitivamente di interagire a livello ritmico con qualsiasi cosa lo circonda. Nel momento in cui gli permettiamo di esprimersi, messo in contatto con uno strumento ritmico il corpo tende spontaneamente ad esprimere ritmo ed armonia.

Ecco qua un po' di storia di come mi sono trovato a diventare prima percussionista e poi facilitatore di Drum Circle come strumento di espansione del potenziale umano....

Nonostante anni di studio del pianoforte, classico nell'infanzia, e moderno durante l'adolescenza con un insegnante del calibro di Walter Savelli, continuavo a sentire una sconosciuta insoddisfazione, come se il medium della tastiera non fosse stato mai da me veramente riconosciuto come il miglior veicolo per l'espressione delle mie emozioni.

Ricevuto in regalo un set di Bongos della Latin Percussion dalla mia fidanzata di allora, iniziai a suonarlo nei live con la band con cui suonavo in quel momento; tra un'improvvisazione di Hammond ed un accompagnamento, ritmando con le dita sui Bongos sentivo un'istantanea gioia, un riconoscimento che attraverso quel tipo di strumenti avrei potuto esprimere direttamente chi sono e la mia energia vitale, e con un approccio intuitivo. Così dal 1995, volendo suonare per il popolo che danza, per circa dieci anni mi sono trovato a suonare Congas, Djembè e poi anche Didjeridoo, come performer in discoteca; contemporaneamente, attraverso la gioia e profondità di percorrere un percorso di meditazione e sciamanesimo, ho avuto modo di suonare periodicamente con musicisti internazionali nell'ambito della musica devozionale, rituale, e sciamanica.

Tramite le percussioni ho trovato un medium che mi ha permesso, al di là della mia competenza musicale, di esprimere e condividere il mio cuore, e di riscoprire e trasmettere attraverso il ritmo la bellezza di essere vivi sul nostro meraviglioso pianeta.

Vorrei fare una premessa per raccontare come sono arrivato a contatto con il network dei Drum Circles facilitati in stile "arturiano" (da Arthur Hull, considerato negli USA uno dei "padri" fondatori del movimento di diffusione del drum circle per espandere il potenziale umano):

Uno degli aspetti più belli del non interpretare una canzone o un brano strutturato, ma di suonare percussioni "parlando direttamente dal cuore", cioè da uno spazio che non soffra di costrizioni intellettuali, è che gli ascoltatori per risonanza possono ricevere i suoni da quell'area di percezione che è il loro stesso cuore. I suoni vengono così vissuti con sorpresa e nutrimento, chi ascolta "sente" che sta accadendo qualcosa di magico, proprio perché viene trasportato dalla qualità di mistero che si manifesta via via che la musica

sorge, in un territorio interiore senza confini.

Questo accade anche quando un bravo musicista si esibisce in un assolo che coglie la mente impreparata: di colpo siamo sbalzati in un ambiente musicale imprevedibile, che sospende i nostri giudizi e ci troviamo meravigliati dall'eco d'infinito che l'assolo ci ricorda. Ogni volta che un'arte ci ricorda l'infinito, cadiamo nell'infinito della nostra stessa essenza, e rimaniamo sbigottiti.

Questo modo di suonare, come un viaggio di scoperta, è quello che preferisco...

Dunque in tutti gli eventi o concerti in cui mi sono trovato a suonare, e soprattutto durante eventi di Trance Dance con musica dal vivo, un rituale di danza sciamanica in cui periodicamente suono in improvvisazione con il mio amico Rishi Vlote ed altri bravi musicisti, ho notato che i momenti in cui venivo più apprezzato dal pubblico non erano propriamente quelli in cui eseguivo ritmiche particolarmente virtuose, ma quando ero io stesso in questa sorpresa di vedere la musica sorgere dalle mani, nel "pathos" di non sapere esattamente cosa stava per succedere.

Così ogni volta che mi dicevano "bravo", non solo avevo la sensazione chiara di non essere stato "io" a suonare quella qualità, che invece era passata attraverso di me come qualcosa di proveniente da uno spazio più ampio dell'"io", ma mi era anche chiaro che questo non dipendeva dalla bravura tecnica ma dalla predisposizione interiore, dal mio dare il permesso a questo salto nell'ignoto di accadere.

In alcune tradizioni native si parla di questo "qualcosa" come di "suonare dallo Spirito, o con lo Spirito", cioè suonare da uno spazio oltre la memoria, in cui il Tutto, l'Ignoto, suona attraverso di te portando rinnovamento, nutrimento, intuizioni e vitalità.

Mi era chiaro che quel qualcosa, quello Spirito per il quale i miei ammiratori mi facevano i complimenti come se fosse raro ed unico, invece poteva essere anche a loro disposizione, a portata di mano al di là dei tecnicismi. E più volte mi ritrovavo con la frustrazione di non sapere come spiegare d'acchito la naturalezza di questo qualcosa, considerato così speciale e raro probabilmente "solo" come reminiscenza dell'ignoranza indotta durante tempi molto bui della nostra storia europea, quando l'Inquisizione eliminò o mise a tacere sistematicamente chiunque dichiarava di entrare in contatto individuale con lo spirito, senza il medium della religione dominante.

Insomma tornando al mio percorso, più improvvisavamo nella musica, più ci consideravano "eccezionali" e più noi ci chiedevamo come dissolvere questo divario fra noi e loro....

Ed ecco che nel 2008 entra nella mia vita il Drum Circle facilitato!

Rishi Vlote mi chiede di fargli da assistente in un week end di introduzione alle percussioni intuitive, e quando arriviamo al giorno d'inizio mi dice che vuole usare alcuni esercizi dal libro di un certo Arthur Hull, "Drum Circle Spirit – facilitating human potential through rhythm".

Beh, con sorpresa tramite quegli esercizi vedo in azione alcune modalità che con estrema semplicità permettono al gruppo di partecipanti di iniziare a suonare, rompere la barriera del giudizio e del controllo e velocemente condividere lo Spirito attraverso il ritmo...e rimango sbalordito dallo scoprire questa possibilità di trasmissione!

Alla fine del week end divoro il libro e dichiaro ai miei amici di voler andare al training di facilitazione di Drum Circle con Arthur Hull, in Scozia. In pochi giorni arriva il mio compleanno e scopro che la mia fidanzata, con l'aiuto dei miei genitori, ha avuto la fantastica idea di regalarmi il training, il viaggio ed il vitto e alloggio! Un bel calcio nel sedere!!! E che contributo prezioso, l'amore di queste fidanzate, per il mio percorso ritmico!!!!

Così finalmente mi trovo parte un network di persone che sanno e riconoscono che questo "qualcosa" è a disposizione di tutti al di là della loro esperienza e competenza musicale, e

per le quali l'avventura, lo scopo e la gioia sono il condividere lo Spirito ritmico ed i suoi effetti benefici a livello di corpo-mente ed "anima", con la più ampia popolazione possibile.

Drum Circle Spirit: una formula semplice dalle implicazioni profonde... una tua descrizione di ciò che questa disciplina permette di scoprire, e del modo in cui riesce a coniugare ambiti diversi (musica, interiorità, riscoperta di noi stessi attraverso la socialità e il confronto, ecc...)

Ecco quindi nascere la figura del facilitatore a supportare il potenziale del cerchio, il collante che stabilendo un rapporto di fiducia con i partecipanti, invita giocosamente all'ascolto quando sembra che non ci sia più spazio o quando viene meno il dialogo ritmico e l'apertura all'ignoto.

Infatti attraverso il linguaggio comune del ritmo, il facilitatore supporta un ambiente di non-giudizio e di espansione progressiva dell'ascolto, mentre tutti i partecipanti trovano il loro posto all'interno di un ensemble che è unico ed irripetibile e creato proprio da loro stessi per come si sentono in quel momento, ensemble che si muove ed evolve in funzione del crescere del dialogo. Il facilitatore, attraverso degli interventi che servono a risvegliare contemporaneamente fiducia ed ascolto, invita i partecipanti a "notare" ed apprezzare intuitivamente diverse dimensioni che accadono all'interno del ritmo in corso, sempre senza cadere in una lezione di musica o nel generare una "crisi da studente insufficiente" nei partecipanti: infatti qua il gioco non dipende da chi è più bravo, ma da quanto lasciamo accadere il supporto reciproco.

Il termometro della musicalità infatti è direttamente proporzionale alla scoperta ed al rispetto del dialogo che affiora durante l'evento: i principianti sono supportati ad avere fiducia nell'inerente ritmicità che portano con sé 24 ore al giorno sin da prima della nascita, mentre gli esperti sono invitati a sintonizzarsi su ciò che già funziona nella musica in corso, abbandonando le mappe preregistrate dei brani che già conoscono, e a supportare ed usare come tale la piattaforma ritmica creata da chi "sa" di meno. In questo modo ritmi semplici e complessi possono accadere simultaneamente, in un mutuo intersecarsi che dipende "solo" dall'ascolto. E l'ascolto globale genera gioia ed accettazione, quindi curiosità, quindi volontà di esplorare cosa di ancor più bello può essere condiviso.

Dal caos ritmico iniziale si passa così ad un accogliersi progressivo che poi permette al cerchio di "rischiare" nuovi ritmi e nuovi dialoghi, fino ad una vera e propria orchestrazione in cui i vari partecipanti si attendono a vicenda nella curiosità di vedere cosa accadrà di nuovo dalla loro interazione ritmica. In altre parole, da un atteggiamento individuale e focalizzato solo su di sé ed il proprio strumento, si passa alla scoperta dell'"altro", all'intuizione di come usare creativamente la presenza dell'altro per il bene comune - il proseguimento del ritmo -, arrivando alla gioia di co-creare momento per momento una nuova storia piena di sorprese e di molti colori: già un bel risultato, per un gruppo di persone che non si sono mai viste prima, ed in un paio d'ore, no?

Sicuramente è un evento dove sia i partecipanti che il facilitatore riscoprono il piacere di "imparare ad imparare", grazie all'improvvisazione continua che accade dall'inizio alla fine.

Uno dei più begli aspetti del cerchio di percussioni facilitato è che suonare in cerchio "mima" e fa eco alla nostra realtà quotidiana, e quindi nel suo svolgersi ci mostra numerose metafore rispetto al nostro modo di vivere, e ci mostra chiaramente che "in realtà" noi viviamo sempre in un cerchio che, volente o no, subisce e gode delle azioni e reazioni di tutti i suoi membri, umani e non. Infatti per esempio il fatto che non ci ricordiamo da dove proviene l'insalata che mangiamo o l'acqua che beviamo, ed in che modi queste arrivino alla nostra bocca, non significa che la circolarità della vita non stia accadendo proprio in questo istante e che noi possiamo credere che le nostre azioni non modifichino il ciclo dell'acqua o delle verdure!

Così in un Drum Circle possiamo subito vedere che se una persona viene esclusa da alcuni, l'intelligenza del cerchio cercherà di trovare un ritmo che renda possibile a tutti di

essere presenti, compreso l'escluso. Il cerchio mostra anche come spontaneamente il successo di uno voglia essere accolto e celebrato da tutti, amplificato dalla comunità che lo forma, mentre all'opposto possiamo anche vedere che se un singolo indulge nel proprio straordinario assolo senza tenere conto degli altri e senza dedicarlo al "bene-ritmo" comune, l'equilibrio verrà rotto ed il cerchio ricercherà una nuova forma ritmica che possa compensare l'eccesso del singolo, in attesa che questi torni presente al "tutto" che lo circonda. Il confronto fra i singoli è sempre spinto dal gruppo verso una risoluzione vincente-vincente, perché il cerchio ha bisogno di tutti i suoi membri per funzionare al meglio: quindi tende naturalmente a condividere e trasformare le emozioni negative vissute dall'individuo, e a condividere ed amplificare tutte quelle positive, aiutandoci a capire che il benessere di uno è il benessere di tutti, e nel benessere di tutti è contenuto anche il proprio.

Nel frattempo che varie dinamiche relazionali tendono spontaneamente verso il loro apice creativo per sostenere la musicalità del gruppo, ognuno degli individui riceverà un benefico massaggio sonoro a tutto il sistema nervoso, grazie alle onde sonore generate dalle membrane dei tamburi e dalle altre percussioni: il suono sarà alla velocità che il cerchio sta fisiologicamente supportando, e spingerà il cervello ad attivarsi globalmente e ad interagire al massimo con tutti gli aspetti percepiti dai sensi, con un generale risveglio sia dell'udire, che del vedere, che del sentire; inoltre la complessità dei ritmi stimolerà qualità complesse di percezione-intuizione-elaborazione dei dati a disposizione, nutrendo capacità cerebrali fondamentali per "funzionare" bene nel mondo in cui viviamo.

Risultati dell'interazione nel Drum Circle facilitato sono inoltre chiaramente un senso di amichevolezza espanso, un abbassarsi dell'isolamento in cui ci troviamo spesso inscatolati da una società non proprio a misura d'uomo-animale sociale, con conseguente capacità di stimolare la ricerca del buono negli altri e nell'ambiente che ci circonda; una produzione di sostanze chimiche del piacere e del benessere che aiutano il sistema immunitario, un aumento della capacità di "sentire" la musica nella ritmicità di ciò che ci circonda, nella natura ma anche nei ritmi con cui ci muoviamo fra di noi; una riduzione del bisogno di assumere comportamenti o sostanze tossiche per estraniarsi dalla realtà.

Ho visto gente arrivare la prima volta non sapendo neanche tenere in mano una bacchetta e terminare lo stesso evento sorridendo e suonando ritmi di samba senza neanche saperlo, oppure persone arrivare con un forte disallineamento dal ritmo, ed in poche ore ritrovarne il senso e la gioia....Oppure persone arrivare con forti nevralgie e uscire dopo due ore, senza più un dolore....

I benefici diretti ed indiretti a livello sociale comunque sono tantissimi, tanto che il Drum Circle facilitato viene sempre di più usato per armonizzare e potenziare la sinergia e la salute di team di ogni genere: aziende, ospedali, associazioni, scuole, comunità, gruppi speciali come gli Alcolisti Anonimi o persone in trattamento terapeutico di altre tossicodipendenze, adolescenti a rischio, malati psichiatrici, persone diversamente abili o affette dalle più disparate malattie croniche, popolazioni colpite da calamità o guerre

La lista dei benefici personali poi potrebbe andare avanti ancora a lungo: molti di questi vengono vissuti ma possono non venire subito elaborati a livello logico la prima volta che uno partecipa, a meno che il facilitatore non si soffermi a livello verbale su alcuni di questi elementi. In generale comunque se il gruppo non sta lavorando su temi specifici, in un Drum Circle non si chiacchiera molto, anche perché non è una conferenza di spiegazioni scientifiche, ma un evento in cui si suona!

La tua esperienza in Scozia, al fianco dei tuoi maestri; e qui, nel nostro territorio, da facilitatore abilitato: doni fatti e ricevuti, esperienze da ricordare...

La mia esperienza in Scozia, al di là di alcune abitudini culinarie e di igiene che non sono proprio il massimo del comfort per me, è talmente nutriente a livello umano e ritmico, che ogni anno torno allo stesso training con Arthur Hull solo per passare un po' di tempo a

suonare 12-14 ore al giorno, a condividere l'intelligenza e l'amore che si sprigionano quando un gruppo di musicisti-musicoterapeuti-educatori-psicologi-assistenti sociali-sacerdoti-sciamani-manager-insegnanti-etc etc si incontra per onorare il regalo che i tamburi offrono ad un cerchio che vuole esprimere la propria umanità ed i propri talenti.

Il secondo anno ero in training con 52 persone, che insieme avevano facilitato la ritmicità e l'armonia di gruppo nell'anno precedente, per almeno 400.000 fra bambini, adulti, anziani e diversi gruppi con bisogni speciali come nelle carceri o negli ospedali.

Ho ricevuto in questi training soltanto grandi dosi di fiducia e di supporto, ho incontrato persone di diversi sentieri spirituali da tutto il mondo, che mi hanno regalato il loro amorevole punto di vista; ed ho ricevuto importanti insegnamenti dalla sola presenza di alcune persone che, pur con grosse difficoltà psicomotorie ma con uno Spirito ed un cuore enormi, sono diventati facilitatori per la gioia di migliaia di persone.

Come facilitatore, ogni Drum Circle è per me di grande apprendimento ed ogni volta ho bisogno e necessità di avere un approccio il più aperto possibile, perché l'evento seguirà la forza del collettivo, ed il collettivo vuole essere supportato nell'esprimere la sua magia, non subire le mie idee di come le cose dovrebbero andare, pena lo "spegnersi" dello Spirito; infatti pur nella fiducia che il ritmo ha l'intelligenza per stimolare il meglio in ognuno, non so mai che tipo di situazione il cerchio mi presenterà, e non mi posso nascondere dietro un "fate tutti quello che dico io" altrimenti trasformerei l'evento in una lezione e darei luogo ad una relazione di dipendenza invece che di inter-dipendenza creativa; devo imparare ogni volta da uno spazio più nuovo possibile a leggere ciò che il cerchio vuole comunicare a livello ritmico e di presenza, e riuscire ad onorarlo enfatizzando la qualità che porta con sé. In questo modo possiamo muoverci assieme da un essere impacciati e sconosciuti, ad un erompere di gioia e sorpresa di quanta magia possiamo creare assieme. Come facilitatore posso vedere che la mente vorrebbe sempre tenere tutto sotto controllo e quindi le piacerebbe poter prevedere come il cerchio risponderà, poter preparare il proprio successo con anticipo, ma l'approccio migliore è nel rimanere aperti e ridere dei propri errori, usandoli più velocemente possibile come opportunità, così da continuare a divertirmi anche io, mentre anche io nell'imprevedibilità del cerchio imparo continuamente ad imparare.

I buoni motivi per partecipare a un Drum Circle. Il consiglio che dai a chi ancora non conosce l'arte di "facilitare il potenziale umano tramite il ritmo".

Il mio invito è a partecipare ad un Drum Circle, anche senza motivo! Il mio invito è per chi vuole vivere in armonia con gli altri, vivendo il senso originario di fare musica, che è comunicazione con l'essenza di ciò che abbiamo dentro, con quella degli "altri", e di ciò che ci circonda. Il mio invito è a sciogliere il senso di separazione suonando assieme, non solo perché può essere considerato filosoficamente giusto o socialmente corretto, ma perché ci possiamo divertire tantissimo e scoprire che possiamo creare valore grazie alla gioia di riconoscerci a vicenda, non per un dovere imposto che così preferiremmo sfuggire! Il mio invito è per chi si sente solo in una società che ufficialmente premia solo chi prende di più senza "dare", e che vuole ritrovare un popolo di persone che ha voglia di scambiare bellezza. Il mio invito è per chi sente che la bellezza non è solo nel risultato che noi ci aspettiamo di ottenere con il nostro sforzo, ma nello scoprire e "surfare" con ciò che vuole manifestarsi, imparando ad aver fiducia nel potenziale della vita. Il mio invito è a partecipare piuttosto che stare lì a guardare!

ANDREA LANINI

www.musicastrada.it