

Enrica Spada\*

## Sentire e capire. Una riflessione sulla danza attraverso il pensiero sospirato di María Zambrano

20 dicembre 2023, pp. 77-90

DOI: <https://doi.org/10.6092/issn.2036-1599/18752>

Section: Studi [peer reviewed]



Articles are published under a Creative Commons Attribution NonCommercial 3.0 Unported licence (Authors retain copyright in their articles, permission to reuse third party copyrighted content is not included).

Email: [danzaericerca@unibo.it](mailto:danzaericerca@unibo.it)

Www: <https://danzaericerca.unibo.it/>

### Abstract

Il pensiero illuminato e poetico di María Zambrano si offre quale spazio di confronto riflessivo tra la sua visione filosofica e la danza quale dimensione di pratica sensibile ed estetica. Il “sapere dell’anima” che nella riflessione della filosofa spagnola si genera dal superamento della dicotomia tra il “capire” fondato sul logos razionale e il “comprendere” del logos sensibile, tra il sapere della mente e il sapere del cuore, è anche quello che la danza promuove e produce. La danza intesa come pratica e perfezionamento di capacità e qualità cinestesiche oltretché riflessive, affonda il suo senso nell’affermazione di un sapere corporeo incarnato, espressione dell’unitarietà e consustanzialità di corpo, mente e anima. Il corpo che danza è dunque corpo di ragione poetica e danzante.

María Zambrano’s enlightened and poetic thought offers itself as a space for reflective confrontation between her philosophical vision and dance as a dimension of sensitive and aesthetic practice. The “knowledge of the soul” that in the Spanish philosopher’s reflection is generated by overcoming the dichotomy between the “understanding” based on the rational logos and the “understanding” of the sensitive logos, between the knowledge of the mind and the knowledge of the heart, is also what dance promotes and produces. Dance, as the practice and perfecting of kinesthetic and reflexive capacities, sinks its meaning into the affirmation of corporeal knowledge as a dimension of the unity of body, mind and soul. The dancing body is therefore a body of poetic and dancing reason.

---

\* Università di Cagliari.

Enrica Spada

**Sentire e capire.  
Una riflessione sulla danza  
attraverso il pensiero sospirato di María Zambrano**

La riflessione che segue nasce dalla lettura di alcuni dei testi maggiori di María Zambrano dove la danza appare e traspare dalle sue parole sospirate e poetiche. L'intento è quello di offrire alcuni squarci di ispirazione e arricchimento per pensare l'arte del movimento quale ambito privilegiato del sentire e capire del corpo.

Il sentire e il capire non possono riunirsi se non, come tutto ciò che vive o è sul punto di farlo, per mezzo di una sorta di simbiosi. Simbiosi, danza di un inizio e durante un tempo in cui quelli che stanno per riunirsi occupano il posto dell'altro. Cambiamenti di posto, intreccio in base a un ritmo. Il sentire risveglia, ravviva, ed è fuoco rianimato dal capire<sup>1</sup>.

Nell'ultimo testo pubblicato in vita, *I Beati*, María Zambrano utilizza la metafora della bilancia come simbolo del pensare che *pesa* il pensiero, tenendo in equilibrio sui suoi piatti, da una parte il capire come logos razionale e dall'altra il capire come logos sensibile. Tutto il corpo del pensiero è dunque soppesato e messo in relazione sospesa, interdipendente e dialogante.

Questa correlazione stretta, necessaria e imprescindibile, non si realizza in un luogo trascendente, puramente mentale, bensì avviene nel corpo, nelle sue membra. In particolare è dalla mano, dal suo muovere sensibile che comincia il percorso di incorporazione simbiotica: «La mano, senza dubbio dovrebbe collaborare, disegnando, a questa simbiosi del sentire e del capire; la mano e il corpo, quietandosi e insieme muovendosi o senza smettere di muoversi; e la respirazione e l'udito»<sup>2</sup>.

La realtà non è completamente visibile, vi è un *dentro* che per essere capito e percepito deve essere indagato dal sentire del logos senziente, da quella ragione che Zambrano designa in diversi modi: ragione poetica, ragione nascosta, ragione materna.

---

1. María Zambrano, *I beati*, SE, Milano 2010, p. 82 (I ed. *Los bienaventurados*, Siruela, Madrid 1990).

2. *Ibidem*.

Un dentro che non è spazio chiuso, enigmatico, inaccessibile, bensì è il luogo viscerale dove pulsa la vita carnale, la vera vita.

Le viscere, di cui non si deve «trascurare il loro pulsare, il loro scintillare, i loro segni»<sup>3</sup>, sono il *sentire del corpo* il cui ascolto è imprescindibile per comprendere la realtà. Solo chi «segue una via diversa, dalla razionale in senso ovvio, dall'ovvia via razionale»<sup>4</sup>, chi sa trovare il metodo che apre una breccia nel discorso, che non si accontenta di un andare docile, ma che sa lasciarsi condurre dalle variazioni e che si sospende sopra la certezza calcolante e definitoria, potrà arrivare a carpire le verità viscerali dell'esistenza e del mondo, le *poetiche verità*. Per Zambrano, dunque, è il poeta, il massimo interprete del mondo e della vita.

Ma se poeta è chi sviluppa una competenza estetica tale da incarnare la compresenza e l'unitarietà del logos razionale e del logos sensibile, allora potremmo denominare poeta anche chi, danzando, segna, scrive, interpreta lo spazio della vita e annoverarlo tra i filosofi-poeti, tra quei "beati" che, come sottolinea Goretti Ramirez, «si muovono con questa combinazione nietzscheana tra il rigore (filosofico) del visibile e l'intuizione (poetica) dell'invisibile»<sup>5</sup>. Un riferimento, quello di Ramirez, a uno dei brani dell'opera dove il pensiero orfico-pitagorico<sup>6</sup> della filosofa è massimamente espresso.

Stanno girando in silenzio, in una danza che quando si fa visibile è ordine, armonia geometrica. Ma di una geometria non inventata, di una geometria data come in regalo dal Signore dei numeri e delle danze, dunque invisibile, insensibile, ossia con un minimo di "materia sensoriale". La danza di ciò che ha finito di nascere o di ciò che non è nato ancora, o di ciò che non nascerà mai, però la danza che è danza per sempre<sup>7</sup>.

Ma il pensare poetico e danzante di Maria Zambrano non è solo trascendenza, infatti, nel suo farsi mobile e sensibile aderisce al reale e alla *vivencia*<sup>8</sup>, è espressione dello spirituale che si incarna in un corpo senziente.

---

3. *Ivi*, p. 84.

4. *Ibidem*.

5. Goretti Ramirez, *El filósofo es un bailarín: María Zambrano y la danza*, in «Aurora: papeles del Seminario María Zambrano», n. 21, 2020, pp. 62-73, online: <https://raco.cat/index.php/Aurora/article/view/371522> (u.v. 10/8/2023).

6. È la stessa filosofa a definire il suo un «logos orfico», quale «voce delle viscere» inscritto in «un cammino orfico-pitagorico», in María Zambrano, *Dell'Aurora*, Marietti, Bari 2000, p. 145 (I ed. *De la Aurora*, Turner, Madrid 1986).

7. María Zambrano, *I beati*, cit. p. 64.

8. Il termine *vivencia* in lingua spagnola significa esperienza. La parola esprime una forza maggiore rispetto all'equivalente in italiano poiché, mantenendo la relazione con l'etimo latino (*vivēre*), ci richiama immediatamente all'esperire della e nella vita. Per analogia con l'omologo spagnolo, i filosofi contemporanei hanno coniato il termine *vivenza* per indicare l'*Erlebnis* husserliano, solitamente tradotto in italiano con *visuto*, dove, però, il participio passato mortifica il senso dell'esperienza attuale.

## La danza come sapere dell'anima

In *Verso un sapere dell'anima*<sup>9</sup>, Zambrano, nel parlare dell'anima, evoca un sentire del corpo che fa esperienza della vita. In quest'opera dove la danza e la filosofia, come scrive Martínez Gonzáles, sono massimamente «affratellate»<sup>10</sup>, il tema del ritmo è cruciale<sup>11</sup>: «Il ritmo è uno dei fenomeni più profondi e decisivi della vita, specialmente della creazione umana, la cui prima scoperta segreta agli albori della storia è per l'appunto quella del ritmo»<sup>12</sup>.

Ritmo che si distende nel silenzio, dove la parola tace e si fa spazio al sentire del tempo: «La parola si volgerà verso ciò che sembra essere il suo contrario e persino il suo nemico: il silenzio. Vorrà unirsi a esso invece di distruggerlo: 'musica silenziosa', 'solitudine sonora', connubio di parola e silenzio»<sup>13</sup>.

Dalle parole che richiamano costantemente alla musica e alla poesia, la danza traspare, non solo come un andare ritmato che segue una melodia data, ma come movimento che si nutre della pausa e del silenzio per generare, da sé stessa, nuovi ritmi per l'esistenza.

Il corpo che danza, infatti, dà forma allo spazio e al tempo nello spazio scenico come nella vita.

In *Dell'Aurora*<sup>14</sup> soprattutto, dove la stessa Aurora incede con passi danzanti dall'oscurità<sup>15</sup>, la filosofa indugia sul senso del ritmo che cadenza l'esistenza: «Il ritmo, sostanza della vita – se la vita avesse sostanza –, sarebbe poliritmico incrocio di ritmi diversi nati in distinti luoghi e in distinti momenti»<sup>16</sup>.

Imprimere un ritmo alla vita significa cercare sempre nuove andature, nuovi accenti, nuove rime. Non si tratta soltanto di trovare il proprio ritmo individuale, ma, poiché la vita si dispiega in uno spazio condiviso con tutti gli altri esistenti che abitano la terra, è nell'orchestrare il nostro andare con quello degli altri che il nostro vivere acquista pienezza e libertà.

Potremmo definire quella di María Zambrano un'etica della condivisione<sup>17</sup>: nessuno può

9. María Zambrano, *Verso un sapere dell'anima*, trad. it. Eliana Nobili, Raffaello Cortina, Milano 1996 (I. ed. *Hacia un saber sobre el alma*, Losada, Buenos Aires 1950).

10. Francisco Martínez Gonzáles, *El pensamiento musical de María Zambrano*, Tesi dottorale, Facoltà di Filosofia e Lettere, Dipartimento di Storia dell'Arte e della Musica, Granada luglio 2008, p. 123, online: <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/1998/17612858.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (u.v. 28/5/2023).

11. Cfr. Nayara Borges Reis, *María Zambrano y una Filosofía que Baila*, in «Danzaratte», Año XIV, n. 14, Mayo 2021, pp. 25-31, in particolare p. 28, online: <https://www.csanzamalaga.com/archivos/danzaratte/danzaratte14/REV%20DANZARATTE%202021%20vOK-25-33.pdf> (u.v. 10/8/2023).

12. María Zambrano, *Verso un sapere dell'anima*, cit., p. 38.

13. *Ivi*, p. 36.

14. *Dell'Aurora* è sicuramente il testo in cui la danza è citata con più frequenza quale metafora di movimento e trascendenza. Cfr. Francisco Martínez Gonzáles, *El pensamiento musical de María Zambrano*, cit., p. 122.

15. María Zambrano, *Dell'Aurora*, cit., p. 34.

16. *Ivi*, p. 37.

17. María Zambrano riprende, in molti dei suoi scritti, il pensiero del suo maestro José Ortega y Gasset, secondo

trovare un ritmo e una direzione senza le sponde dell'altro, senza tener conto delle altre presenze, senza la compagnia di altri che delimitino e mettano in risalto la propria specificità e singolarità. Nessuno può esistere da solo, la dimensione del *con* in Zambrano è originaria e imprescindibile, la sua è «ansia di convivenza profonda»<sup>18</sup> perché il cammino della vita si compie insieme agli altri, pena la perdita di sé stessi.

Stare nella vita significa saper cadenzare il proprio con l'altrui passo, sapervi accondiscendere, assecondandolo ma anche contrastandolo, con il coraggio di variare ritmo e direzione, capacità che la danza in ogni sua forma e declinazione promuove.

Tener fede alla propria traiettoria, stando in ascolto dell'altro e sempre pronti alla variazione, anche improvvisa, questo è ciò che con la danza si apprende. Imparare a capire quando è il momento di agire e quando quello di *stare*, in attesa vigile. Per chi danza il sentire del corpo è tutt'uno con il sapere dell'anima, un sapere, un pensare che si produce nel sentire e capire col corpo. Danzare è infatti sentire il peso del corpo che si muove nella vita, assecondando e contrastando la gravità, giocando tra equilibrio e disequilibrio, valutando peso e forza, leggerezza e solidità. Le sensazioni che nascono dal corpo in movimento nutrono il pensiero che, a sua volta, nutre il corpo come in un circolo infinito da cui l'arte e la vita traggono ispirazione. In queste riflessioni ci accompagnano, risuonando, le parole di Zambrano: «La vita non può essere vissuta senza un'idea, ma quest'idea non può neppure essere un'idea astratta: dev'essere un'idea che informa che offre un'ispirazione concreta in ogni azione, in ogni momento; l'idea stessa deve essere un'ispirazione»<sup>19</sup>.

## Ragione poetica, ragione danzante

Nella postfazione dell'edizione italiana de *I beati*, Carlo Ferrucci definisce il pensiero di María Zambrano un «esistenzialismo estetico»<sup>20</sup>. In un dialogo continuo con l'arte, a partire dalla forma per lei più alta, quella della poesia, questa grande filosofa intesse il suo pensiero, sospirato e scrosciante come l'acqua di un ruscello che sempre si rinnova, impregnando l'esistenza di un sentire che è razionalità e di una razionalità che si apre al sentire della vita.

---

cui «vivere è convivere». Lo sottolinea Luigina Mortari in *Un Metodo a-metodico. La pratica della ricerca in María Zambrano*, Liguori, Napoli 2003, p. 14, in riferimento a María Zambrano, *Delirio e destino*, traduzione di Rossella Prezzo e Samantha Marcelli, Raffaello Cortina, Milano 2000, p. 16 (I. ed. *Delirio y destino*, Mondadori, Madrid 1989). Cfr. José Ortega y Gasset, *L'uomo e la gente*, traduzione di Luca Infantino, Armando, Roma 2001, p. 101.

18. Luigina Mortari, *Un Metodo a-metodico*, cit. p. 15, in riferimento a María Zambrano, *Delirio e destino*, cit., p. 47.

19. María Zambrano, *Verso un sapere dell'anima*, cit., p. 69. Sulla stretta relazione tra la vita e la filosofia in Zambrano si veda Damián Pachón Soto, *María Zambrano y su relación heterodoxa con la filosofía*, in «Escritos», vol. XXVII, n. 59, julio-diciembre 2019, pp. 386-403, online: <http://dx.doi.org/10.18566/escr.v27n59.a10> (u.v. 10/8/2023).

20. María Zambrano, *I beati*, cit., pp. 103-120.

La ragione poetica<sup>21</sup>, che sa trovare le parole per dire la vita senza pretendere di definirne i contorni in modo netto, che resta rivolta allo sfumato, al trascendere del senso che non è mai afferrabile, ma solo intuibile, è quella che abita il corpo, le *viscere* e il *cuore*. La ragione di un corpo che respira e con il respiro si muove, pensa e comprende, è insieme poetica e *danzante*. Così scrive Zambrano per descrivere la sua idea nascente:

qualcosa che sia ragione, ma più ampia, qualcosa che scivoli anche all'interno, come una goccia d'olio che lenisce e ammorbidisce, una goccia di felicità. La ragione poetica... è quello che cercavo. E non è come l'altra, ha, deve avere molte forme, sarà la stessa in generi diversi<sup>22</sup>.

Lo spazio della poesia non è *altro* rispetto allo spazio della danza, entrambi concernono il corpo e il sentire. La mano che disegna, ma anche sente e afferra lo spazio, tocca ed è toccata dall'aria e dalla materia che sposta con il movimento, è la stessa che scrive, la stessa che dipinge, che danza. Lo spazio del dire poetico e danzante è uno spazio di conoscenza, in cui l'esistenza è conoscibile nella sua integrità, rifuggendo sia dal razionalismo che dall'irrazionalità. Il *pathos* del sentire poetico non diminuisce, anzi completa il capire filosofico, apre il discorso, apre alla comprensione della realtà e dell'esistere. La ragione poetica, che «non si stacca dalle cose, non scinde nulla: né le apparenze dall'essere, né le cose che sono dalle origini, né il suo proprio essere dal luogo da cui scaturisce»<sup>23</sup>, ragione che dà voce all'invisibile, ci invita ad ampliarne la sfera d'azione pensandola anche come *danzante*, quale forza espressiva capace di giungere ancor più radicalmente a tutto ciò cui le parole non possono arrivare.

La musica e la poesia, che la filosofa descrive come gemelle trasportate insieme da Orfeo<sup>24</sup>, ci riportano immediatamente alla danza. La vibrazione che produce il suono nasce dal corpo e al corpo ritorna in un andare e tornare continuo. La musica è la voce del corpo-anima che danza, che vibra, appunto, portando alla luce, attraverso il movimento, il sentire profondo del corpo.

In molte sue opere e in diversi momenti, la parola poetica di Zambrano si fa musica, ricerca di senso, melodia, non nell'*armonia del suono unico di una nota*, ma nella ricerca *della complessità del*

21. Sul significato di ragione poetica si veda Francisco Martínez Gonzáles, *El pensamiento musical de María Zambrano*, cit., pp. 280-281; Laura Boella, *Cuori pensanti. Hanna Arendt, Simone Weil, Edith Stein, María Zambrano*, Tre Lune, Mantova 1998, pp. 77-79.

22. Chi scrive traduce da: «Algo que sea razón, pero más ancho, algo que se deslice también por los interiores, como una gota de aceite que apacigua y suaviza, una gota de felicidad. Razón poética... es lo que vengo buscando. Y ella no es como la otra, tiene, ha de tener muchas formas, será la misma en géneros diferentes» (Francisco Martínez Gonzáles, *El pensamiento musical de María Zambrano*, cit., pp. 280-281). Si tratta di un brano della lettera *Carta a Dieste, noviembre 1944* che viene riportata da Jesús Moreno Sanz nell'edizione di María Zambrano, *De la Aurora*, Tabla Rasa, Madrid 2004, p. 217.

23. María Zambrano, *Filosofía e poesía*, traduzione di Lucio Sessa, a cura di Pina De Luca, Pendragon, Bologna 1998, p. 115. (I ed. *Filosofía y poesía*, Publicaciones de la Universidad Michoacana, Morelia 1939).

24. Cfr. María Zambrano, *La Spagna e la sua pittura*, in Carlo Ferrucci (a cura di), *Estetiche dell'esistenza*, Lithos, Roma 1998, p. 210.

*contrappunto*<sup>25</sup>. Ed è proprio nel contrappunto, nello sbalzo, nell'andare girovago, nel variare del ritmo che il pensiero si rivela *danzante*.

## Il vuoto e il suo dono

Seguendo la filosofa spagnola con passo danzante, comprendiamo che raggiungere la conoscenza non è possibile in una luce piena. Possiamo dirigerci dove intravediamo la luce, ma senza avere la pretesa di penetrarla, poiché raggiungere il suo centro non ci permetterebbe alcuna comprensione, lasciandoci semplicemente abbagliati e ancora più confusi<sup>26</sup>. L'immagine del *chiaro* che si spalanca davanti ai nostri occhi nel lontano del bosco è il desiderio potente, tutto umano, di anelare a qualcosa che trascende il nostro stare e transitare nell'esistenza.

Se pretendiamo di entrare nella luce, convinti di poter rischiarare appieno ogni lacuna, ogni dubbio, quello è il momento in cui ci perdiamo nel nulla. Un nulla infecondo dove il tempo scorre sopra o sotto di noi, senza che possiamo prendervi parte.

Solo nel riverbero della luce, solo accettando di stare nel chiaroscuro, lasciando che l'*iridescenza della luce* si insinui dolcemente anche negli *anfratti più oscuri*, senza violenza, senza quella *violenza travolgente* della luce piena e abbagliante, che potrebbe distruggere e annientare le nostre più intime difese, la nostra ontologica fragilità, possiamo avvicinarci alla comprensione. Comprensione nel senso del *Verstehen*<sup>27</sup> e non, appunto, dell'*Erklären*<sup>28</sup>. Un comprendere che si fa nell'aprire dentro di noi uno spazio vuoto, fertile di nuova esperienza, di *vivencia*.

Giacché sembra che il nulla e il vuoto — o il nulla o il vuoto — debbano essere presenti o latenti di continuo nella vita umana. E che per non essere divorato dal nulla o dal vuoto uno debba farli in sé stesso, debba almeno trattenersi, rimanere in sospeso, nel negativo dell'estasi<sup>29</sup>.

## Fare vuoto, farsi vuoto

Vi è sempre un qualcosa di più da raggiungere, qualcosa che manca. Ma proprio l'imparare a stare nella mancanza, in uno spazio-tempo dove tutto è "obliquo", tremolante e palpitante, dove «la curvatura di luce e tempo non è castigo [...], bensì testimonianza e presenza frammentata della

25. Cfr. María Zambrano, *Persona e democrazia, la storia sacrificale*, traduzione di Claudia Marseguerra, Paravia, Mondadori, Milano 2000, pp. 196-197 (I ed. *Persona y democracia. La historia sacrificial*, Siruela, Madrid 1958).

26. María Zambrano, *Chiari del bosco*, a cura di Carlo Ferrucci, SE, Milano 2016 (I ed. *Claros del bosque*, Seix Barral, Barcelona 1977).

27. Significa, in tedesco, "capire" nel senso di comprendere, cogliere il senso.

28. Significa, in tedesco, "capire" nel senso di spiegare, chiarire intellettivamente.

29. María Zambrano, *Chiari del bosco*, cit., p. 13.

rotondità dell'universo e della vita»<sup>30</sup>, potrà donare un senso pieno all'esistenza.

Danzare allena a stare nella mancanza, ci abitua a percepire e comprendere la nostra condizione umana d'esseri mancanti. Insegna a trasformare la fragilità dell'esistenza in mobilità creatrice.

E poi c'è da proseguire di chiaro in chiaro, di centro in centro [...] tutto si dà inscritto in un movimento circolare, in circoli che si susseguono, ogni volta più aperti finché non si giunge là dove ormai non c'è più orizzonte<sup>31</sup>.

Aprire uno spazio vuoto dentro di sé, uno spazio capace di immaginazione e creazione vitale, perché non bloccato, non rigido, non già pieno di idee, convinzioni, concetti, è un lavoro che concerne la mente, certamente, ma non può prescindere dal corpo, dal suo allenamento al sentire. Ecco che ancora la danza, come *ginnastica del sentire*, come allenamento di ogni parte del corpo, in senso estetico più che muscolare, si presenta come tramite per indicare e far conoscere al corpo-mente la via per stare immersi in questo vuoto fecondo, galleggianti, quasi, nel movimento incessante dell'universo e del suo respiro, sentendosene parte, assecondando e contrastando, tenendo insieme e lasciando, facendo e *disfacendo*.

Il vuoto ci regala la possibilità di accogliere: è la possibilità sempre aperta, sempre rinnovante di fare e dare spazio alla vita, alla comprensione di noi stessi e degli altri.

Perché il vuoto trovi il suo spazio è necessario *disfare*, sciogliere le cornici restringenti che ci ingessano, per lasciar andare ogni cosa risaputa e rivolgerci al nuovo. *Disfare* significa rinascere a nuova vita. Zambrano cita Dante e il suo «incipit vita nova»<sup>32</sup>, come emblema di nuovo *cominciamento*, grazie all'amore, alla forza dirompente del desiderio di assoluto e trascendenza. Ci invita ad abbandonare gli schemi rigidi e i pensieri già pensati, per fare largo a visioni più ampie, lasciando che il *sentire innamorato* ci trasporti in volo verso nuove conoscenze<sup>33</sup>.

Riprendendo Husserl, Zambrano radicalizza il concetto di *epochè*<sup>34</sup>, che diviene per lei una pratica di povertà assoluta, un cammino ascetico e quasi mistico attraverso cui la mente si svuota di ogni certezza per intraprendere un metodo di ricerca volto alla conoscenza e alla verità, dove il senso si manifesta apertamente nello spazio vuoto della mente. Anche l'Io deve cedere il posto, ritraendosi per dare spazio all'evento del mondo, dell'altro da sé.

30. *Ivi*, p. 14.

31. *Ivi*, p. 15. Sullo stilema del movimento circolare in Zambrano si veda Goretta Ramirez, *El filósofo es un bailarín*, cit., p. 66.

32. María Zambrano, *Chiari del bosco*, cit., p. 16. Cfr. anche María Zambrano, *De la Aurora*, cit., p. 32.

33. La riflessione, trattata in chiave pedagogica, in Enrica Spada, *Educare corpi pensanti. Per una pedagogia del corpo in movimento*, in «Educazione aperta», n. 8, 2020, pp. 133-152.

34. Edmund Husserl, *La crisi delle scienze europee e la fenomenologia trascendentale*, traduzione di Enrico Filippini, il Saggiatore, Milano 1986, p. 164 (1 ed. *Die Krisis der europäischen Wissenschaften und die transzendente Phänomenologie: Eine Einleitung in die phänomenologische Philosophie*, Martinus Nijhoff, L'Aia 1936).

Facendoci accompagnare dalla filosofa spagnola possiamo pensare la danza come un allenamento alla fiducia nel vuoto, che ci consente di galleggiare nella passività, lasciando che il vuoto ci sostenga, per dare spazio a nuove comprensioni, a nuovi significati, a nuova vita. La pratica del danzare, del danzare che trova la bellezza nel percepire quel vuoto che si fa pieno con il ritmo del cuore e del sentire, assume una valenza meditativa, di esercizio che insegna la possibilità di sentire nel centro del corpo uno *spazio cavo*, che libera il pensiero, rendendolo capace di ricevere i colori, le emozioni e le voci del mondo tutt'intorno.

María Zambrano, che fa del cuore la metafora ricorrente<sup>35</sup> del suo filosofare poetico, afferma che il cuore è «vaso e centro»<sup>36</sup>, vaso che raccoglie i sentimenti e il dolore, ma anche centro attivo del sentire. *Passività attiva*<sup>37</sup>. «Centro che si muove soffrendo e che ricettivo deve dare continuità [...] Per esso passa il fiume della vita»<sup>38</sup>.

Il cuore, organo costituito di cavità e aperture, «una modesta casa» dove circola la vita, sostiene e anima il vuoto in cui abita, dotando l'essere corporeo di movimento e ritmo.

E così ogni organismo vivo punta a possedere dentro di sé un vuoto, una cavità, vero spazio vitale [...] I vuoti dell'umano organismo carnale sono tutto un continente o meglio un arcipelago sostenuto dal cuore, centro che ospita il fluire della vita, non per trattenerlo, ma perché scorra in forma di danza, senza perdere il ritmo, avvicinandosi nella danza alla ragione che è vita<sup>39</sup>.

Il cuore con il suo pulsare ritmato ci dà il senso del tempo, interiorizzandolo e vivificandolo, e «segna senza che ciò debba passare per la percezione né per la controproducente volontà, la pausa in cui una situazione si estingue, dono del vuoto necessario al sorgere di quanto è lì in attesa di insignorirsi del volto del presente»<sup>40</sup>.

Donandoci l'ascolto della pausa, di quel vuoto generatore che cadenza gli eventi, il cuore ci consente di assaporare ogni nuovo inizio e ogni nuovo respiro<sup>41</sup>.

## Il respiro

Nel respirare la prima cosa non può non essere l'inspirazione, soffio che poi si trasmette in un sospiro<sup>42</sup>

Respirare è funzione vitale imprescindibile, è un'azione concreta, spontanea, ma non automa-

---

35. María Zambrano, *Verso un sapere dell'anima*, cit., pp. 43-52.

36. María Zambrano, *Chiari del bosco*, cit., p. 74.

37. *Ibidem*.

38. *Ibidem*.

39. *Ivi*, p. 62.

40. *Ivi*, p. 63.

41. *Ivi*, pp. 63-64.

42. *Ivi*, p. 26.

tica.

Il respiro può essere ascoltato, regolato, volutamente controllato. Anche volontariamente interrotto. È il primo segno di vita alla nascita, e ci fa stare in ascolto vigile sulla culla del neonato. Possiamo vivere senza consapevolezza del respiro, ma se impariamo ad ascoltarlo e guidarlo, possiamo donare nuova pienezza alla nostra vita. Questo è un sapere imprescindibile per la pratica di molte arti, e tra queste soprattutto per la danza e per l'arte scenica in generale.

Il controllo del movimento e della parola, la loro fluidità e la loro capacità di comunicare efficacemente si conseguono con un lavoro costante sulla respirazione. Le metodologie e le tecniche possono essere diverse, ma alla base è sempre l'ascolto: la capacità di equilibrare e dosare e modulare l'aria che vivifica le membra e la voce.

L'ascolto consapevole del respiro, fondamento della millenaria meditazione *zen*, è una pratica semplice che richiede solo qualche minuto della nostra giornata perché i suoi benefici possano essere apprezzati, eppure difficilmente nella vita quotidiana si riesce a trovare una breve sospensione nel tempo indaffarato per fermarci e respirare. Le parole di María Zambrano possiedono la capacità di offrirci un tempo di sospensione in cui sostare e respirare di nuovo: «E allora sospira chiamando, invocando un ritorno più poderoso ancora di quello della prima inspirazione [...]. Una nuova inspirazione che sorregga lui, lui stesso e tutto ciò che su di lui pesa e si sorregge»<sup>43</sup>.

Nel breve paragrafo del testo *Chiari del bosco*, cui la citazione fa riferimento, il respiro zambriano ci avvolge attraverso parole cariche di poesia e delicatezza, soffermandosi sul primo ispirare, che ci inaugura alla vita, e del suo perdurare che poi, sciogliendosi nel soffio, perpetua il nostro vivere e si tramuta in sospiro carico di nostalgia, forse, ma anche di desiderio e richiesta di nuova forza per il cammino della vita.

Capire il respiro, averne consapevolezza, è una pratica che concerne il corpo, non può essere acquisita solo teoricamente. Pensiero e azione devono andare insieme, esercitandosi a stare nell'ascolto, nel silenzio. Per danzare con qualità fluida, si dovrebbe imparare a muoversi utilizzando il minimo sforzo muscolare, e questa capacità può essere raggiunta allenandosi a utilizzare quel momento della respirazione in cui il *soffio*, l'esprire, consente la maggiore distensione ed elasticità. Ma ancora più importante è l'esercizio che insegna a sentire il *vuoto*, quel momento di sospensione che si crea tra un'inspirazione e un'espiazione, che crea uno spazio libero per il movimento, dove il danzare diviene fluttuante e corposo.

Si tratta di percepire un vuoto fisico che è tutt'uno con quello mentale, che libera il pensiero regalando schegge di «illuminazioni profane»<sup>44</sup>, movimenti che durano, che incidono lo spazio e il

43. *Ivi*, p. 27.

44. Walter Benjamin, *Avanguardia e rivoluzione. Saggi sulla letteratura*, traduzione di Anna Marietti, Einaudi, Torino 1973, p. 23.

tempo.

Il respiro esprime la continuità del corpo, la sua relazione con il mondo, il suo nutrirsi e restituire all'universo una parte di sé. In greco la parola *pneuma* indica sia il respiro che lo spirito, ciò che rende il corpo vitale. La danza vive del respiro, è fatta della stessa materia, come il respiro è attività spontanea, ma non automatica, è comunicazione tra il dentro e il fuori.

Nel danzare il respiro e il *fare* del corpo si fanno pensiero, pensiero poetico e danzante.

Respirare il movimento della vita, è questo, forse, il senso che cerchiamo nella ragione poetica-danzante, che apre al pensare come dire metaforico, che non è mero esercizio di abbellimento espressivo, bensì è la modalità strutturale della nostra mente, il nostro modo di dare forma ai concetti<sup>45</sup>. María Zambrano ci invita a riflettere sul pensare poetico-razionale-corporeo che comprende tutto il senso delle cose, che non cancella le sfumature, che non scarta l'incerto. Un pensare che è insieme estetico<sup>46</sup> ed etico perché ci guida nel cercare il vero, l'autentico dell'esistenza.

## Il metodo come cammino *danzante*

Pensare per trovare la verità, il senso dell'esperienza della vita, significa per María Zambrano assumere un'attitudine passiva, discreta e ricettiva davanti al disvelarsi delle cose. La filosofa afferma la necessità di abbandonare ogni residuo positivista nella ricerca, oltrepassando anche il metodo fenomenologico husserliano che si rivolge esclusivamente a ciò che si manifesta<sup>47</sup>, mentre, invece, bisogna essere pronti ad accogliere anche ciò che dei fenomeni non appare. È necessario stare in ascolto della vita, mantenendo una postura ricettiva, attenta, ma non indagatrice: «Stare in attesa silenziosa della verità [...], cercare la verità è come cercare la luce chiara nel fitto del bosco, ma il chiaro si rivela solo se non lo cerchi»<sup>48</sup>.

Una modalità di ricerca della verità in levare, che per giungere alla comprensione si spoglia, alleggerendosi di tutto, e crea uno spazio vitale di quiete in mobilità sospesa, come in una danza.

Non bisogna cercare la verità così come non bisogna cercare un metodo.

Il metodo è un attraversamento, un camminare all'aperto, senza imporsi di rispondere a domande predefinite. Le domande devono essere generate dall'andare, il metodo sarà l'osservazione

45. George Lakoff – Mark Johnson, *Metafora e vita quotidiana*, a cura di patrizia Violi, Bompiani, Milano 2004. (I ed. *Metaphors we live by*, University of Chicago Press, Chicago 2003).

46. Riferendosi a un'espressione di José Ortega y Gasset («La vita umana somiglia più di ogni altra cosa a un romanzo»), Zambrano scrive: «Vivere bene non è solamente una questione morale, ma estetica, come fanno tutti coloro che guidano le proprie vite, che lo dicano o meno» (María Zambrano, *Verso un sapere dell'anima*, cit., p. 70).

47. Edmund Husserl, *Idee per una fenomenologia pura e per una filosofia fenomenologica*, a cura di Vincenzo Costa, Einaudi, Torino 1965, p. 19 (I ed. *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie*, Martinus Nijhoff, L'Aia 1913).

48. Luigina Mortari, *Un Metodo a-metodico*, cit., p. 62.

del tracciato e la riflessione sul cammino percorso. Riprendendo il principio epistemico husserliano dell'*iniziare in assoluta povertà di conoscenze*<sup>49</sup>, Zambrano assume radicalmente questo aspetto della fenomenologia e lo estende alla fiducia nel *sapere dell'anima* più che nel sapere della ragione che intuisce cognitivamente.

Quello che Zambrano propone di seguire, è appunto un metodo *a-metodico* un porsi davanti alle cose della vita con atteggiamento aperto e accogliente, volto a captare, intuire e sentire tutto ciò che ci circonda come esseri viventi.

Il metodo nasce dalla vita, non ci sono regole poste a priori. «Si potrebbe dire che l'esperienza è a priori e il metodo è a posteriori»<sup>50</sup>. Solo nell'esperire, nella *vivenza*<sup>51</sup>, si può arrivare a capire e dunque trovare un cammino da seguire. Questo pensare mobile, traslando l'atteggiamento meditativo, sospeso e *ascoltante* della filosofia, ci riconduce ad un aspetto della pratica di danza che si apre anche alla condivisione e all'esperienza formativa e di cura educativa, oltre che performativa e teatrale, che consente la maturazione di un atteggiamento di passività attiva, tale da percepire, nel corpo, i ritmi e le cadenze di chi ci sta accanto.

Una condizione/apprendimento che permette il lasciarsi naufragare nel tempo dell'esperienza, per vivere e agire in modo autentico, avventurandosi nella vita senza timore di perdere nulla, capaci di abbandono e di slancio verso l'Altro.

Zambrano riprende il concetto di *abbandono*, che fu già espresso da Heidegger, come *Gelassenheit*, e che ritorna a più riprese nella riflessione filosofica contemporanea<sup>52</sup>.

L'abbandono, come capacità di lasciarsi andare alla fluidità del movimento<sup>53</sup>, è la dimensione più avvolgente del danzare, in cui ci si sente straordinariamente liberi e protetti al contempo, in cui si percepisce pienamente l'appartenenza e la relazione con l'ambiente in cui si è immersi.

In Zambrano, l'abbandono, più che un lasciarsi andare al sentire e al toccare dell'esistenza, significa lasciare, *disfare* la propria forma per ricominciare a plasmarne una nuova. Il metodo consiste proprio nell'imparare a non trattenere nulla, a fare del vuoto in cui ci si trova il fondamento per una nuova vita: come «la serpe»<sup>54</sup> che lascia la sua vecchia pelle per ritornare a vivere in un'altra. Così è la

49. María Zambrano, *Verso un sapere dell'anima*, cit., p. 187, con riferimento a Edmund Husserl, *Meditazioni cartesiane*, Bompiani, Milano 1989, p. 38.

50. María Zambrano, *Note di un metodo*, a cura di Stefania Tarantino, Filema, Napoli 2003, p. 35 (I ed. *Notas de un método*, Mondadori, Madrid 1989).

51. Il termine "vivenza" è qui inteso nel senso dell'*Erlebnis* husserliano, cfr. nota 8.

52. Cfr. Jean-Luc Nancy, *L'essere abbandonato*, traduzione di Elettra Stimilli, Quodlibet, Macerata 2005 (I ed. *L'être abandonné*, in «Argile Paris», n. 23-24, 1981, pp. 93-206). Sull'argomento si veda Elettra Stimilli, *L'essere abbandonato*, in «B@belonline/print. Rivista semestrale di filosofia», n. 10-11, pp. 195-202, online: <https://romatrepress.uniroma3.it/wp-content/uploads/2020/01/B@belonline-vol.-10-11-Pensare-con-Jean-Luc-Nancy.pdf> (u.v. 4/9/2023).

53. Rudolf Laban utilizzava spesso la metafora dell'acqua per descrivere la qualità avvolgente del flusso di movimento. Si veda Rudolf Laban, *La danza moderna educativa*, tradotto e commentato da Laura Delfini e Franca Zagatti, Ephemeria, Macerata 2009, p. 64 (I ed. *Modern Educational Dance*, MacDonald & Evans, London 1948).

54. María Zambrano, *I beati*, cit., pp. 17-25.

pratica consapevole della danza, dove apprendere a danzare altro non è che sviluppare questa capacità trasformativa e mobile che permette di entrare ed uscire, senza soluzione di continuità, da una forma ad un'altra, abitando quello *spazio cavo*, generativo di nuove forme e nuovi spazi.

Attingendo alla sua esperienza di esilio<sup>55</sup>, María Zambrano offre una guida, un esempio di come la solitudine e lo sradicamento possa essere trasformato in nuova pienezza e inaugurare nuove possibilità di esistenza. È un percorso di rinuncia che molto ha in comune col cammino dei mistici, cui dedicherà diverse pagine dei suoi testi<sup>56</sup>, e che riporta alla natura concreta dell'umano. Non si tratta, infatti, di un rivolgersi all'oltremondano, al sacro della religione, bensì a qualcosa che, pur non concernendo la sfera del tangibile, appartiene pienamente all'essere umano: un luogo in cui trascendente e immanente si compenetrano.

Per lei la verità è, sì, da ricercarsi nell'esperienza dell'esistenza, ma la *vivencia* non è mero visibile, è anche ciò che si nasconde, ciò che per essere capito deve essere sentito. Vi è sempre una spinta continua alla trasformazione e alla rinascita: una tensione ad andare più lontano, ad ascendere, ad *ex-sistere*. Ma insieme alla tensione verso il fuori vi è anche la necessità di guardarsi dentro e di sentirsi ancorati, umilmente, alla terra.

Anche questo può essere per noi motivo di riflessione sulla danza come esercizio che si sperimenta nel corpo, nel confronto con le *forze* che dal centro si dirigono verso il basso ancorandoci al suolo, nello studio delle direzioni di energia che dallo stesso centro muovono verso l'alto attraversando la colonna fino al capo, per consentire la possibilità di librare e vibrare. Danzando impariamo a stare saldi sulle radici, eppure mai immobili: la danza è un accordo con lo spazio circostante, un captare continuo e vibrante con il suolo e l'aria, come fanno le piante con le radici, i rami e le foglie. Una, in particolare, tra le tante metafore poetiche di Zambrano ci porta a pensare il fondamentale e imprescindibile gioco dinamico e trasformativo che il corpo danzante e pensante opera incessantemente con la gravità: «la crisalide che disfa il bozzolo ove giace avvolta come in un sudario, per uscirne a volo; che divora il suo stesso corpo per trasformarlo in ali, che baratta ciò che pesa con ciò che invece vale a liberare da questa gravità asservitrice»<sup>57</sup>.

Danzare infatti è anche allenamento alla precarietà, al disequilibrio e al rischio che ci permette di entrare in contatto con l'estraneo fuori e dentro di noi, aiutandoci a riconoscerlo e a riconoscerci. Nell'abbandonarci alla danza, possiamo sperimentare la mancanza di tutto, per sentire e conoscere nel corpo, sulla pelle, la condizione di estrema povertà e disagio di chi è straniero, di chi non ha più

---

55. María Zambrano ha vissuto l'esilio dal 1939, anno dell'instaurarsi della dittatura di Francisco Franco in Spagna, fino al 1984, quando, con il ripristino del governo democratico, rientrerà in patria.

56. Cfr. María Zambrano, *I beati*, cit., p. 65 e María Zambrano, *Note di un metodo*, cit., pp. 70-71.

57. María Zambrano, *La confessione come genere letterario*, traduzione di Eliana Nobili, Bruno Mondadori, Milano 1997, p. 114.

un approdo.

Farsi cavi, sgretolando la soggettività prepotente di un *Io* troppo presente e volitivo, per ritrovare umiltà e innocenza, questo è il metodo che María Zambrano sembra indicarci per poter intraprendere un cammino che aspiri all'autenticità del vivere e danzare con gli altri: un lungo sentiero da percorrere stando il più possibile leggeri e agili, pronti a cambiare, ad assecondare le tortuosità, ma anche pronti a fermarsi e a sostare in silenzio.

## Il con essere: la pietà e l'abbraccio

María Zambrano pensa e scrive per elaborare dentro sé, nel vuoto del suo esilio, il senso di un cammino autentico verso la verità, ma soprattutto scrive per la filosofia e per tutti noi. I suoi scritti carichi di sentire poetico e metaforico cercano di svelare una verità che è del mondo e per il mondo. È per l'umanità che scrive, cercando di proporre un sentiero, una guida che possa aiutare a ritrovarsi con l'altro, a condividere l'esistenza con il mondo. Il suo rivisitare il misticismo, indicando percorsi di riflessione interiore, non è rivolto alla mera trascendenza, non si tratta di un ritorno alla metafisica, né ad un'idealità oltremondana: il suo sguardo si rivolge sempre e tenacemente al qui dell'esistenza umana, sulla terra. La sua è una guida alla convivenza e all'incontro con l'altro, alla danza con l'altro.

Il tramite alla conoscenza dell'altro e alla sua accoglienza è per Zambrano la *Pietà*. Un concetto che potrebbe apparire insidioso per i suoi legami con la religione, per il significato che comunemente si suole attribuirgli, ma che nella sua riflessione affonda in una pietà originaria, ante cristiana, la *Pietas* tragica della classicità, quella che concerne l'umano e niente più che l'umano. Accordandoci con la profonda e argomentata analisi di Salvatore Piromalli, vediamo come la "pietà" sia, per la filosofa spagnola, da intendersi nel suo significato etimologico che dal verbo greco *sebomai*, ritrarsi, significa fare spazio per l'altro<sup>58</sup>, non dunque nel senso di una compassione e partecipazione soggettiva al dolore altrui, «consegnata alla dimensione interiore, emotiva»<sup>59</sup>.

La pietà è per Zambrano una modalità di accoglienza, ben diversa dalla definizione aristotelica che la interpreta quale reazione alla «vista di qualche male, distruttivo o penoso che colpisce uno che non lo merita e che possiamo temere possa colpire noi stessi»<sup>60</sup>. Non è quindi una compassione s-passionata, anestetizzata<sup>61</sup>, bensì un sentire del corpo che fa spazio per l'altro, *che gli va incontro abbracciandolo*<sup>62</sup>.

58. Cfr. Salvatore Piromalli, *Vuoto e inaugurazione. La condizione umana nel pensiero di María Zambrano e Jean-Luc Nancy*, Il Poligrafo, Padova 2009, p. 87.

59. *Ibidem*.

60. *Ivi*, p. 91 (con riferimento a Aristotele, *Retorica*, II, 8, 1385).

61. *Ibidem*.

62. Cfr. Salvatore Natoli, *Il divino nel mondo. Quale misura per l'imponderabile, lectio magistralis*, Fondazione Collegio

La danza, quale allenamento all'ascolto e alla sensibilità estetica, contribuisce a questo cammino di incorporazione di un sentire *pietoso*, che si dedica all'Altro, donandoci la piena consapevolezza di essere gli uni per gli altri e di non poter esistere altrimenti che in questa relazione sensibile con il mondo.

---

S. Carlo, Modena 2005, p. 19. «La pietà, così intesa, non è una commiserazione sentimentale, ma è un lasciar essere. Nell'accettazione di ciò che è altro io mi ritiro per lasciargli spazio e, se gli vado incontro, lo faccio nella sola grande umiltà dell'abbraccio» (Salvatore Piromalli, *Vuoto e inaugurazione*, cit., p. 87).