

Muoversi per dislocamento: il corpo e i saperi danzanti

Premessa (novembre 2015)

Nel dicembre 2013, l'Associazione Nazionale DES – Danza Educazione Società, ha promosso e organizzato a Bologna un convegno dal titolo *La saggezza dell'insicurezza. Danza, esistenza, resistenza*. Il flyer di presentazione del convegno apriva con una frase di Ida Rolf¹: «Le poche persone che possono costruire un corpo sono quelle che hanno un senso di sicurezza nell'insicurezza. Abbiamo davvero dato alla saggezza dell'insicurezza una componente fisica»².

Inoltre, all'interno dei lavori preparatori del convegno, al fine di stimolare e indirizzare i contenuti delle relazioni, era stata formulata una serie di domande, due delle quali mi colpirono in particolar modo: «Può la danza offrire un'apertura di pensiero e azione verso un nuovo modo di essere e di fronteggiare il senso di insicurezza così diffuso?». E ancora: «Quali saperi può offrire la danza, in termini di costruzione di consapevolezza individuale, di centratura di sé, di riassetto dinamico della persona?».

Lo scritto che segue è stato presentato in quell'occasione ed è il frutto delle riflessioni sollecitate da queste domande. L'idea di orientare l'analisi dell'insicurezza in senso corporeo mi ha catturata e stimolata: ho provato a individuare una possibile origine del senso di insicurezza, oggi così diffuso, nella dis-abitudine al «fare pratica di esperienza», intesa come confronto quotidiano con i nostri limiti fisici, sensoriali, emozionali. Il filo del pensiero si è poi naturalmente spostato sul «fare esperienza del danzare» come percorso di rivisitazione percettiva che chiede di stare in ascolto e in dialogo tonico con il mondo.

Il senso d'insicurezza è una caratteristica ineliminabile della condizione umana: l'impossibilità di prevedere e controllare l'evolversi futuro della nostra esistenza genera ansie, paure, frustrazioni che da sempre ognuno cerca di fronteggiare come può. Potremmo definirlo uno stato di insicurezza congenita legata allo stesso fatto di esistere. Poi c'è un altro tipo di insicurezza, più direttamente legato alla precarietà di questo nostro tempo storico che appare oggi sempre più minacciato da molteplici e possibili cambiamenti più o meno tutti avversi e preoccupanti. Potremmo chiamare questo tipo di insicurezza, insicurezza contingente. Sta di fatto che la congiunzione di queste due forme di insicurezza – quella congenita e quella contingente – sembra stare inquinando l'atteggiamento vitale di molta parte della nostra società generando nelle persone una diffusa inclinazione alla sospensione, all'attesa, un clima di esitazione, indugio, sbilanciamento che è diventato un abito mentale e

¹ Ida Rolf (1896-1979), medico statunitense, è l'ideatrice di un metodo di lavoro corporeo per il riequilibrio armonico e strutturale della persona, chiamato Rolfing®.

² Rolf, Ida, *Il Rolfing e la realtà fisica*, Roma, Astrolabio, 1996, p. 76.

inevitabilmente anche corporeo. A volte, quando incontro per la prima volta i gruppi che poi lavoreranno con me, mi arriva attraverso il loro movimento come una sorta di disorientamento di fronte all'uso più spontaneo e naturale del corpo, come un'incapacità a entrare con intenzione nei propri gesti: è come se ci fosse una patina opaca che imbriglia le persone (di tutte le età), come se mancasse – e non esagero – la normale esperienza del muoversi.

Ecco, è proprio dalla parola “esperienza” che vorrei partire a ragionare.

Non sono in pochi a segnalare l'assenza della pratica dell'esperienza come caratteristica del vivere attuale, addirittura il filosofo Giorgio Agamben apre il suo saggio intitolato *Infanzia e storia* con questa affermazione:

Ogni discorso sull'esperienza deve oggi partire dalla constatazione che essa non è più qualcosa che ci sia ancora dato di fare. L'uomo moderno torna a casa la sera sfinito da una farragine di eventi – divertenti o noiosi, insoliti o comuni, atroci o piacevoli – nessuno dei quali è però diventato esperienza. È questa incapacità di tradursi in esperienza che rende oggi insopportabile – come mai in passato – l'esistenza quotidiana, e non una pretesa cattiva qualità o insignificanza della vita contemporanea rispetto a quella del passato.³

Chiediamoci allora cosa significa fare un'esperienza? Non certo semplicemente “fare qualcosa”... Cos'è che fa diventare esperienza un evento qualsiasi che ci accade?

È la capacità di attraversare quell'evento con vigile attenzione alle proprie sensazioni, con atteggiamento aperto a ciò che sta accadendo, senza preconcetti, previsioni, pregiudizi. In questo senso, non c'è reale esperienza senza apertura all'apporto di novità che ciò che sta succedendo porterà alla nostra vita, perché non esiste una forma di esperienza al di fuori di una dimensione caratterizzata da ampi margini d'imprevedibilità e di non noto. Se so già tutto, se so già fare quello che sto facendo, allora non sento di stare facendo un'esperienza. Questa considerazione può apparire scontata e forse banale, ma è importante perché ci suggerisce una chiave di lettura, ovvero che il fare esperienza è sempre anche fare pratica di insicurezza.

³ Agamben, Giorgio, *Infanzia e storia. Distruzione dell'esperienza e origine della storia*, Torino, Piccola Biblioteca Einaudi, 1978, p. 6.

Allora mi chiedo: e se stesse proprio in quest'abito della nostra contemporaneità, in questa dis-abitudine all'esperienza come pratica di confronto quotidiano con il limite (corporeo, emozionale, mentale, sensoriale), la ragione di un profondo e diffuso stato d'insicurezza? Se avessimo perso la capacità di stare nell'esperienza, e cioè nell'insicurezza, come in uno stato di vigile ricerca, di produttiva creazione di senso e di sensibile riorganizzazione degli stimoli ricevuti, di continua negoziazione fra ciò che già conosciamo e ciò che stiamo per conoscere, fra il nostro passato e il nostro futuro?

Ho intitolato questo intervento Muoversi per dislocamento: il corpo e i saperi danzanti. Di fatto ho utilizzato il termine "dislocamento" nella sua accezione nautica, come metafora di una particolare forma di spostamento. Mi spiego meglio. Nella nautica le barche si spostano in due modi: "planando" oppure "per dislocamento". Quando planano non toccano l'acqua, ma scivolano sull'acqua (in genere sono barche con grossi motori), oppure si muovono spostando l'acqua (come i pescherecci o le barche a vela) e vengono dette barche dislocanti. La misura che definisce la capacità di dislocamento di una barca è data dalla massa d'acqua spostata che è uguale al peso della nave più quella del suo contenuto. Ecco, mi piace questa idea di attraversare uno spazio materico come l'acqua immergendo la propria massa che è data anche del contenuto che porta con sé.

Questa immagine mi piace non solo come metafora del fare esperienza, ma in particolare come metafora del fare esperienza del danzare. Perché – abbiamo detto - fare esperienza richiede un'apertura verso l'incerto, l'imprevisto, il non prestabilito, richiede cioè la voglia di immergersi nella vita con il proprio "scafo", la propria massa fisica, ma anche e soprattutto col contenuto che essa porta con sé – la propria storia, le esperienze, l'età, i limiti. Questa immersione nel flusso vitale che è il movimento, quest'apertura al non prestabilito e questa accettazione dei propri limiti fanno già parte delle qualità dei saperi danzanti, ma ce ne sono altre.

Nel fare un'esperienza di danza, che non significa semplicemente danzare, il corpo è ri-chiamato a una forma di attivazione di tutti i suoi sensi per creare quei necessari nessi di connessione fra ciò che già sai e ciò che stai per sapere, fra ciò che sei e ciò che stai per essere. L'esperienza del danzare richiede in

questo senso un continuo assestamento prospettico, perché di fatto nel danzare noi percepiamo la realtà che ci circonda da un punto di vista cinestesico, che è mobile e dinamico. Come dice l'antropologo David Le Breton, i nostri sensi non si comportano come «finestre sul mondo»⁴ che registrano le cose in maniera oggettiva, quanto piuttosto come dei filtri, che selezionano e trattengono soltanto qualcosa. Perciò la realtà fenomenica che io percepisco non può essere considerata oggettiva, non è autonoma, non è indipendente rispetto alla mia esperienza, ma è piuttosto il risultato di una negoziazione, di una continua ridefinizione del mio essere corpo, “scafo dislocante” immerso in uno spazio-tempo di vita con tutto il suo contenuto. Questa transazione dialogica è alla base di ogni esperienza del danzare, paradossalmente potremmo arrivare a dire che danzando noi creiamo e ricreiamo quella stessa realtà di cui stiamo facendo esperienza. Mi spiego meglio: mentre danzo sono immerso in sensazioni di vario genere - tattili, olfattive, visive, posturali, spaziali, articolari, muscolari, dinamiche - ma non posso sentirle tutte assieme, non posso essere consapevole di tutte queste sensazioni contemporaneamente; posso però scegliere di privilegiare alcune di queste percezioni. Solo così una sensazione viene isolata e scorporata dalle altre per diventare un vissuto percettivo, una conoscenza acquisita da analizzare, organizzare, memorizzare, che può guadagnare un valore generale, un valore esperienziale. Solo così essa può andare a costruire una semantica personale del movimento, una semantica che dà un nome alle mie percezioni e mi aiuta, di volta in volta, a indirizzare ascolto e attenzione al mio rapporto con lo spazio, alla qualità della mia energia, al funzionamento delle mie articolazioni, ai perimetri della pelle, alla varia utilità dei miei muscoli, a immagini ed emozioni evocate dai gesti. In questo senso la danza è sicuramente un filtro potente, un filtro di qualità superiore e io credo possa oggi, più che mai, essere chiamata a sopperire a una sorta di paralisi della corporeità in cui la gente è scivolata. Le persone hanno oggi bisogno di ritrovare e di rivisitare nel danzare quell'esperienza naturale del movimento che chiede di stare in ascolto e in dialogo tonico con il mondo. È un percorso di rivisitazione percettiva quello che si offre e si prospetta, un percorso sensibile

⁴ Le Breton, David, *Il sapore del mondo. Un'antropologia dei sensi*, Milano, Raffaello Cortina, 2007, p. 5.

che può essere anche molto raffinato, che seleziona un certo tipo di sentire, di stare, di ascoltare, di inventare e che dovrebbe cercare di mantenere aperto e praticabile, a tutti e per tutti, il legame fra l'atto del corpo che si muove e la consapevolezza del corpo che danza.

C'è un verso del poeta inglese Thomas Eliot che dice: «Ne abbiamo avuto l'esperienza, ma ci è sfuggito il significato,/ E avvicinarci al significato restituisce l'esperienza / In una forma diversa, al di là di ogni significato»⁵.

Noi possiamo avere fatto un movimento senza essere entrati nell'esperienza di quel movimento, senza aver trasformato quel movimento in esperienza, ma se attraverso la danza recuperiamo il senso di quel movimento, l'esperienza ci viene restituita arricchita di un sapere più complesso che è principalmente corporeo, sì, ma è anche altro, perché tutto il movimento che facciamo non è mai a sé, ma entra sempre in relazione con altre aree di amplificazione percettiva. L'esperienza è dunque un reticolo formato dai nessi che dall'interno del soggetto si proiettano all'esterno e dall'esterno si ripresentano al soggetto che deve organizzare e riorganizzare il proprio mondo.

Attraverso l'esperienza del danzare noi permettiamo a chiunque, compreso noi stessi, di recuperare tutto il patrimonio esperienziale di movimento che dimora da qualche parte nel nostro corpo. Il filtro privilegiato del danzare ci permette di dislocare il nostro sentire all'interno di parametri d'ascolto che possono modificarsi ed essere modificati a seconda dell'età che abbiamo, del luogo in cui siamo, del momento che stiamo vivendo, delle persone che ci sono vicine. Parliamo naturalmente di una danza fatta per dare a ognuno la possibilità di essere se stessi, che non allude a un generico spontaneismo liberatorio, né tanto meno a un tipo di apprendimento strumentale, quanto piuttosto a un sentimento corporeo di percezione globale di sé, a una presenza nutrita di curiosità, di piacere, di consapevolezza. Io credo che ognuno possa entrare nell'esperienza della danza a partire da ciò che è e che sa in quel momento e che possa poi spostarsi lungo strade illuminate da possibilità di trasformazione. E ogni trasformazione inizia sempre dal confrontarsi con i propri limiti, che possono essere legati a fattori emozionali, corporei,

⁵ Eliot, Thomas Stearns, *I Dry Salvages*, in Id., *Opere*, a cura di Roberto Sanesi, Milano, Bompiani, 1986, pp. 288-303: p. 295.

comportamentali, ambientali, ma possono anche essere limiti che volontariamente andiamo a ricercare cimentandoci in pratiche di studio che mirano all'apprendimento di specifiche abilità, per trovare nuovi gesti e modalità espressive non abituali. Si danza oggi per destrutturarsi, si abbandonano gli automatismi legati alle abitudini e si ricercano nuovi equilibri, si ricompono, si ricrea «in una forma differente al di là del significato».

Nessun movimento ogni volta che viene ripetuto potrà mai essere uguale a sé, non abbiamo nessuna sicura garanzia di ripetibilità dell'evento in sé, ma possiamo aprirci e accogliere quel nostro stare insicuri nel momento di quell'atto che ci porta ad abitare il nostro movimento con una diversa qualità del gesto, che ci distanzia dal nostro fare quotidiano, dalla prevedibilità dei nostri pensieri, dalla familiarità delle nostre azioni.

E questo processo ci aiuta a sentirci vitali, concreti, materici e allo stesso tempo ci fa scoprire una dimensione di ri-creazione di noi stessi: danzando possiamo permetterci di essere ciò che siamo, ma anche ciò che sogniamo di essere.

Danzare diventa così una proiezione verso ciò che è potenziale e intenzionale, la concretizzazione di una dimensione latente in ognuno di noi, perché non c'è gesto, azione, movimento che non possa assumere una valenza artistica e poetica. In quest'ottica l'esperienza del danzare ha poco a che fare con passi e sequenze, ma ha principalmente a che fare con la possibilità di trasformare: prendere qualcosa per trasportarla da qualche altra parte.

Creare ponti non è un compito da poco, ma può essere proprio questo il nostro contributo alla gestione dell'insicurezza. Come insegnanti, danzatori, danzeducatori possiamo cercare di costruire ponti fatti di esperienza danzata per unire due sponde, senza però mai dimenticarci di due cose: la prima è che i ponti, che sono fatti per essere attraversati, si attraversano se interessa andare sull'altra sponda; la seconda è che ciò che sostiene i ponti, come ci ricorda Italo Calvino, non sono le singole pietre, ma la linea dell'arco che esse formano, che è qualcosa di più delle singole pietre. L'insicurezza contingente, quella dei tempi attuali, si vince anche e soprattutto adottando un approccio sistemico anche nella danza: quel qualcosa in più sono allora le relazioni, le

collaborazioni, la condivisione partecipata di idee, esperienze e processi artistici.