

Premessa

Sto per iniziare il mio corso annuale universitario.

Di fronte ho alcune centinaia di giovani uomini e donne. Li guardo ma soprattutto mi sento guardato. Ci “annusiamo”, come sempre accade quando una relazione colma di attese fra coloro che ancora sono sconosciuti inizia a dipanare il suo faticoso ma affascinante cammino.

Mi presento, dico alcune cose di me, del percorso che mi ha condotto circa quindici anni fa a proporre la materia che mi appresto a insegnare loro, la pedagogia del corpo. Come trasmetterla, da dove cominciare?

Chiedo loro di assumere una posizione seduta comoda ma presente, eretta, di fare silenzio e di chiudere gli occhi. Avverto sorpresa, stupore, spiazzamento. Qualcuno, più d'uno, ricerca conforto nella parola scambiata con il vicino di banco, qualcun altro furtivamente apre gli occhi guardandosi intorno, come a cercare conferma nell'atteggiamento degli altri di aver compreso quanto richiesto, di non essere il solo. Essere solo, essere non visto. Anch'io lo sono, anch'io avverto il bisogno di conferma, di essere riconosciuto, accettato, di sentire di essere-in-relazione. Mentre parlo, misuro la mia emozione nel suono della voce, nel riflesso del respiro, nell'amplificazione del battito cardiaco. Ascoltandomi, rallento e mi calmo. Con il tono e il volume con cui parlo cerco di essere adeguato a una condizione che favorisca in loro un ascolto introspettivo. Do poche indicazioni: di ascoltarsi respirare, di sentirsi nel proprio corpo, di osservare senza troppo giudicare il flusso di pensieri, le sensazioni, le emozioni. Soprattutto prendo tempo, lascio loro tempo affinché questa esperienza di sospensione assuma uno spessore significativo. Siamo in duecento in un'anonima aula universitaria, immobili e in silenzio. Lo siamo da diversi minuti...

Cos'è successo, cosa avete sentito, provato, vissuto, quali difficoltà avete incontrato? Li richiamo con queste domande alla riflessione dopo aver sciolto l'esperienza. Qualcuno riferisce di aver incontrato difficoltà a mantenere l'ascolto centrato su di sé, di aver provato imbarazzo, di essersi sentito inadeguato, fuori luogo. Qualcun altro parla di una sensazione di piacevole rilassatezza, di rigenerazione come dopo un lungo sonno. Altri ancora, al contrario, comunicano di aver provato disagio, tensione, addirittura paura e ansia. Molti dicono di essersi accorti finalmente di avere un corpo, un corpo che vive e partecipa dell'esperienza del conoscere, anche qui, anche in un'aula universitaria. Un corpo di cui però mancano le esperienze educative capaci di farlo vivere e le parole per dirlo.

Per quanto il sapere del corpo rappresenti lo snodo fondamentale di tutti i saperi, poiché ogni sapere è un sapere del corpo, non si è mai pensato abbastanza il problema che esso pone. Il corpo non è un oggetto. Come ci ricorda il filosofo Carlo Sini,¹ corpo è una parola (come “mente”, del resto) i cui significati tendono a definirsi all'interno di una relazione, di un contesto.

Il bambino è un corpo. Ho fame, ho sete, soffro, gioisco, egli non lo dice, lo vive. Il neonato che grida, ci ricorda ancora Sini, non sa di gridare, è il mondo che gli torna indietro attraverso le risposte e i rimandi degli altri che lo condurranno a fargli scoprire, nel tempo, di non essere solo un corpo ma anche di avere un corpo. Essere/avere è l'ambivalenza costitutiva dell'essere umano. Noi siamo e abbiamo un corpo. Il corpo è un fenomeno doppio. Nella distinzione che ne fa la lingua tedesca per la quale esistono, appunto, due termini distinti a sottolineare la differenza, è corpo “sentito” (*Leib*) e corpo “cosa” (*Körper*).

Nella conoscenza scientifica di matrice medica il corpo è semplicemente organismo – della cui salute giustamente ci preoccupiamo – qualcosa che riteniamo di avere, dimenticando spesso però di esserla. Siamo, per così dire, abbagliati dal “corpo saputo” e dimentichi del “corpo sentito”. Il sapere del/sul corpo che si insegna dai primi anni di scuola alla laurea sembra rimuovere il dato vivo, sensibile, della relazione.

¹. C. Sini, *Il silenzio e la parola. Luoghi e confini del sapere per un uomo planetario*, Ipoc, Milano, 2012.

Il corpo medico istituisce la sua nozione di corpo nel Settecento basandosi sulle leggi della fisica.

Poi, quando sarà la chimica a fornire nuovi parametri di riferimento, il corpo fisico sarà sostituito dal corpo chimico. Oggi il nostro è diventato un corpo biochimico, ed è già in atto il passaggio al corpo genetico.²

Quello che si studia è un corpo astratto, di cui molto si parla, a volte si pensa, quasi mai si ascolta. Ma cosa può significare una relazione con il corpo “vissuta”, percepita da dentro e contemporaneamente vista da fuori, “sentita”?

Questo libro, come i miei precedenti, è il tentativo, inevitabilmente incompleto, di rispondere ai dubbi e alle curiosità che da diversi anni animano le mie lezioni e i miei seminari dedicati alla pedagogia del corpo.³ La pedagogia del corpo, nelle mie intenzioni, va intesa come una composizione di saperi ed esperienze sul valore educativo dei vissuti corporei. Non si lascia ridurre a una sintesi esaustiva, non si circoscrive in uno spazio specialistico d'intervento, non è da pensare come un'ulteriore educazione da aggiungere alle tante che la società tende a sollecitare come risposta ai problemi emergenti che l'affliggono. Non si limita a questo o a quell'esperto. È piuttosto un'attitudine formativa trasversale, che si rivolge a chiunque e a qualunque titolo educi, segnata dalla dimensione della scoperta, dall'apertura ai sensi, dalla messa in gioco di pensiero-corpo-emozione. La pedagogia del corpo intende rivisitare criticamente gli scenari dell'educazione e della cura, dove il corpo risulta assente, immobilizzato, disciplinato, semplicemente parlato (teorizzare senza incorporare è uno dei grandi limiti del sapere accademico), per integrare saperi ed esperienze abitualmente separati. La formazione corporea all'educazione e alla cura è formazione a una presenza, una competenza a esserci. Da un punto di vista metodologico, la pedagogia del corpo trasferisce negli ambiti formativi, rivisitandole, idee e proposte che stanno alla base dell'educazione cor-

² U. Galimberti U., “Presentazione”, in E. Soresi, *Il cervello anarchico*, UTET, Torino, 2013, p. XII.

³ I. Gamelli, *Pedagogia del corpo*, Raffaello Cortina, Milano, 2011.

Ivano Gamelli

porea nelle sue diverse forme, quali ad esempio il gioco spontaneo, il piacere del movimento, la psicomotricità, la danza, il massaggio, le pratiche sportive, senza tralasciare le discipline corporee proprie di altre culture, le tecniche di rilassamento e di utilizzo della voce, la meditazione, il teatro, i molteplici metodi di cura e le proposte artistiche a mediazione corporea. E anche altro, che certamente ritroverete nei sette saggi che compongono questo libro.