

Viaggio per acqua

Piera Principe
Coreografa e danzatrice terapeuta

Un percorso di formazione per portare alla luce i propri limiti corporei e comunicativi e utilizzarli come risorse.

Confondendo il termine danza con quello di balletto, c'è chi crede che la danza sia concepita per e riservata a chi ha un'estrema abilità fisica. Considerandola, invece, come uno dei modi di fare poesia, scrittura creativa, vivente e immediata, diventa evidente quanto sia praticabile e godibile da chiunque.

Danza è anche quel semplice alfabeto di segni di cui tutti ci serviamo, più o meno consapevolmente, per affermarci fisicamente ed emotivamente nello spazio che ci separa dagli altri.

E allora via per un viaggio senza bagaglio alcuno.

All'aurora del giorno della partenza sapevo che avrei proposto ai miei nuovi compagni di viaggio, abili e non, un viaggio di ritorno a casa come quello di Ulisse, e che saremmo tornati idealmente all'alba del giorno dopo. Il mio luogo d'incontro si sarebbe chiamato *Zattera di Nessuno*. Lì ognuno, disposto al gioco del teatro, vi poteva traghettare la sua parte bambina poi tutti saremmo stati l'Odisseo, noi stessi e Nessuno.

La *Zattera di Nessuno* è un percorso di viaggio per acqua dove il mare Mediterraneo è onda che cura, è abbraccio che culla, *mer (mère) de la proximité*.

La partenza, al delta del Po, l'aurora.

Alla partenza, ogni viaggiatore sceglie un nome facile da ricordare con cui presentarsi ai compagni, questo renderà tutti Nessuno.

"Disposti in un cerchio impariamo a memoria i nick-names di viaggio tirandoci prima un bastone, poi una pallina, poi un tessuto rosso, scoprendo come oggetti, così diversi per peso e forma, richiedano un'attenzione particolare sia nel tiro che nella presa".



La tappa è esplorativa non solo dello spazio esterno, ma anche di quello interno che si imparerà a mettere in gioco. Serve a sciogliere l'imbarazzo e intraprendere il processo di fondazione del gruppo. L'immersione è graduale e delicata, come dentro un'onda. Arriveremo al mare (alla condivisione e alla relazione) grazie alla guida esperta del fiume.

All'inizio, ognuno presta attenzione alla propria andatura, decide le direzioni, ascolta il ritmo generato dal proprio passo e sente la presenza e lo sguardo degli altri scoprendo la necessità di mantenere inizialmente una certa distanza.

Le camminate nello spazio prevedono, ad un certo punto, un *leader* che decide gli stop, le riprese e le corse. Rispondere agli stimoli del *leader* aiuta il gruppo a ricercare la sincronia.

A fine giornata, ognuno scriverà sul *Diario di viaggio* da chi o da che cosa sta prendendo le distanze.

La magia, a Tabarka, Nord Africa

"In sala metto tutti seduti intorno a me a eseguire la partitura gestuale della Memoria poetica, abbinando al gesto una metafora. Prendo fra le mani il sole sopra di me, le mie braccia sono dapprima i suoi raggi luminosi, poi le pareti di un faro, braccia di una mamma che culla, che bacia, che ninna... I miei compagni lavorano in silenzio, rapiti dalla concretezza della visione. Ognuno a modo suo sta trasformando quel gesto in viaggio della mente".

Pensiamo e pratichiamo con il corpo dapprima un animale che sentiamo molto affine, quello che vorremmo essere, poi un animale opposto al nostro sentire. Con identica apertura mentale ed attenzione, dedichiamo



Se credi

tempo a definire le due esplorazione fisiche. Scopriremo con sorpresa quanto l'immedesimazione con l'animale che pensavamo avverso sia altrettanto piacevole e coinvolgente.

Magia è allontanarsi da sé, giocare con quello che non siamo o non crediamo di poter essere e scoprirci aperti, curiosi, diversi.

Nel diario di viaggio, oggi, scriviamo cosa vorremmo cambiare della nostra vita se avessimo una bacchetta magica.

L'oblio, ad Alicante, Spagna

"Nel viaggio della Zattera la necessità di dimenticarsi di sé e di assumere un'altra identità culmina nella tappa dell'oblio, ad Alicante. Giornata ebraica, umorale, dove potremo avventurarci là dove non osiamo, nel Nessuno; perdendo il giudizio e la faccia. Giocheremo a esagerare tentando di rompere le catene del conforme, concedendoci all'urlo ed al ballo sfrenato. Stravolti dal movimento, volutamente ubriaco, ci avventureremo nell'altro mare dove sopravvive il naufrago che crede alle fate morgane".

Gli esercizi proposti nella tappa dell'oblio sospingono i viaggiatori della Zattera a contattare le zone che normalmente educazione e società inibiscono. Ai naviganti oggi è concesso di abbandonare le buone maniere e la via di mezzo, così come l'importanza attribuita allo sguardo degli altri, per esprimersi attraverso una gestualità liberatoria, incoerente e una vocalità stralunata.

Dopo aver praticato sulla sedia la partitura gestuale della Memoria poetica, i compagni sperimenteranno la propria capacità di agire con il corpo e la mente liberati. Per aiutare lo straniamento uno dei compagni della cop-

pia viene bendato, il compagno-guida lo aggancia trasportandolo in un ballo velocissimo, pieno di pirouettes, permettendogli di sperimentare la vertigine. È un sodalizio di fiducia.

Il grande e il piccolo, a Stromboli... allo zenit

"Nei primi drammatici mesi che seguirono l'incidente stradale, mi convinsi che alle 18 parti spezzate della mia struttura ossea avrebbero fornito informazioni le parti rimaste intatte e che, come in una croce, nel punto in cui si uniscono i bracci, le forze alleate alle debolezze avrebbero costituito un nuovo, diverso equilibrio. Da allora ho lavorato per riconoscere quelle croci, quei punti privilegiati di osservazione e di informazione che erroneamente chiamavo limiti".

Il Ciclope nella Zattera è rappresentato da un'isola vulcanica: un occhio infuocato tra gli azzurri del mare e del cielo. Prendendo confidenza con i nostri limiti possiamo trasformarli in punti di forza.

Durante le nostre immancabili camminate nello spazio, affianchiamo un compagno, uno di noi si abbandona all'altro cedendo il proprio peso, ma cercando di non interrompere il suo incedere.

In cerchi formati da persone che lavorano spalla contro spalla, entra un viaggiatore come fosse il *batacchio* di una campanella. Ad occhi chiusi, egli si lascia oscillare trattenuto dalla forza dei compagni. Sospeso, viene fatto viaggiare dal gruppo come un vascello volante.

A questo punto del viaggio lo spazio fisico della sala-zattera si restringe.

La tempesta (o della madre), a Tim-Sah, Suez... al tramonto

"Bendati di rosso, alcuni compagni vengono portati nello spazio. Noi, dopo averne scelto uno, ne richiameremo l'attenzione con un pigolio, un versetto squillante che ci faccia riconoscere e seguire, come un cucciolo la madre. Trovato il compagno-guida, i bendati gli affideranno un solo dito della mano attraverso il quale esploreranno l'esterno; poi, accovacciati a terra, l'angelo-guida ninnerà il compagno con il suo canto muto".

A Tim-Sah incontriamo la nostra infanzia, i giochi e le carezze che l'hanno popolata. La tappa della tempesta è dedicata alla nascita e al ricordo dei gesti materni.

A gruppi di tre, i viaggiatori giocano nel ruolo di uno scultore che ha due corpi da plasmare per dare alla luce una scultura che parlerà della relazione con la propria madre. Una volta ultimata, la scultura potrà essere arricchita con una pennellata rosso fuoco utilizzando un foulard messo come accento in un punto particolare.

Nel diario di viaggio, una lettera a nostra madre le dirà quello che non abbiamo mai osato dirle.

L'amore, a Creta... di notte

"Perché non provate a farlo con tutto il vostro corpo? urlavo oggi ad alcuni operatori che con il bacino tenuto debitamente all'indietro salutavano i loro assistiti, abbracciandoli. Provate imbarazzo, senso di inadeguatezza? Bene, siamo perfettamente in linea con ciò che Omero dice nell'incipit scelto per la giornata dell'amore: ... sono incantato e ho una paura tremenda ad abbracciarti. Addestriamoci oggi ad essere semplice forma vuota, materia ospitale, carne sensibile ad altra carne... cavità... abbraccio".

Oggi, ai viaggiatori, vengono proposti contatti ravvicinati, gesti che partono dall'esperienza personale.

Dopo le camminate nello spazio, ogni viaggiatore pratica intorno al corpo di un compagno una danza di avvicinamento, dopo avergliela insegnata apprende a sua volta quella del compagno; la sequenza di questi gesti darà vita ad una piccola coreografia.

I naviganti, sempre a coppie, si concedono un tempo per la vicinanza, registrando le percezioni, sperimentando l'importanza di aprirsi ad uno sguardo svuotato dal giudizio. Un tocco angelicato libererà dall'imbarazzo e dalla prevaricazione. Non più braccia ma ali.

Nel diario di viaggio, lancio il mio "J' accuse..." per il poco amore ricevuto da qualcuno.

L'immobilità (o del corpo legato) a Zacinto

"A Zacinto, oggi Zante, sulla costa greca, c'è una spiaggia dove da secoli giace arenato un vascello. È una tappa importante del viaggio quella che oggi dedicheremo all'immobilità. Ridotti nello spazio e nel movimento anche noi presteremo il corpo e la voce a forme antropomorfe, cariatidi, sirene e bassorilievi sperimentando, per assurdo, come proprio dentro ad un limite si riesca a comprendere la vera natura del movimento".

È un'esplorazione delle possibilità comunicative e dell'extra-ordinarietà del limite imposto. Seduti sulla sedia, ma obbligati a non appoggiare i piedi a terra, come sirene sperimentiamo l'abilità nell'instabilità. Questa esplorazione individuale porta alla scelta di quattro figure da collegare tra loro e praticare a forma di canone coreografico. Successivamente, viene aggiunta una partitura narrativa. Ogni navigante, senza interrompere il suo canone gestuale, dà voce alla sua storia di sirena che urla al mare.

In seguito, dopo aver scelto un tema, un primo gruppo, in un'unica fila, si muoverà verso la parete di fondo andando a costruire un bassorilievo vivente che tratterà il tema assegnato; un secondo gruppo, rimasto a guardare, potrà evidenziare il contenuto delle forme andando a mettere l'accento con un tessuto rosso. Il terzo gruppo, infine, rotolando sul bassorilievo, andrà ad occupare lo spazio vuoto tra una cariatide e l'altra, interagendo con la forma della figura.

Il grande racconto a Smirne, Turchia

"In sala iniziamo un lavoro di memorie, ripassando la partitura sulla sedia, le coreografie in cerchio, la ritmica dei piedi e anche i gesti rubati ai ricordi materni. È attraverso la memorizzazione di partiture gestuali che un danzatore prima allena il proprio corpo poi personalizza il segno infine... firma l'infinito".

Giornata della corallità, del tutti Nessuno.

Le partiture, archiviate nella memoria del corpo durante le esplorazioni individuali e di coppia, vengono praticate a lungo in modo corale e a canone; ciascuno vi può rintracciare il proprio segno-gesto ampliato e commisto a quello dei compagni.

Il ritorno al delta del Po... all'aurora

"Immaginato in un solo giorno, il mio viaggio circolare (come il pensiero di chi decide di tornare) riporta i viaggiatori a casa risalendo la via d'acqua che li aveva accompagnati al Mediterraneo.

Il giorno della partenza avevo informato i miei compagni che il nostro sarebbe stato un viaggio rassicurante, come lo è un viaggio di andata e ritorno per chi ha già il biglietto in tasca".

Concluso il viaggio ritorniamo al punto di partenza, ma arricchiti di nuove esperienze e strategie "...e poi ripartimmo conoscendo più cose", dice Omero.

La Memoria poetica del corpo è praticata oggi nel silenzio più assoluto.

In cerchio, costruiamo nel gesto la coreografia del ritorno. Il gruppo si dispone per una foto di gruppo, ognuno con un segno-gesto di saluto.

Nella Zattera di Nessuno l'attesa è un sentimento...

Nota

Sono state eliminate, per motivi di spazio, alcune parti dedicate alla narrazione e alla sperimentazione vocale. L'importanza di queste parti, in un percorso del genere, è evidente.

Chi fosse interessato può richiedere la trascrizione integrale dell'esperienza alla redazione ecolevaldotaine@regione.vda.it.