

Fare esperienza delle possibilità del corpo mediante la contact improvisation dance

*Alessandro Bortolotti**

*Martina Delprete***

Sommario

Basandosi sulla dimensione epistemologica di rottura fornita dalla *Prasseologia motoria* elaborata da Pierre Parlebas, che mira a superare le scissioni dicotomiche corpo/mente e teoria/pratica, in questo articolo intendiamo sia sottolineare il valore comunicativo o *semiomotorio* del movimento, sia evidenziare quanto risulti *incorporata* la conoscenza. Da tali premesse prende il via la ricerca empirica qualitativa di taglio etnografico qui presentata, la quale, riportando la voce di chi ne fa esperienza, consente d'avanzare una serie di riflessioni circa la danza Contact Improvisation. I temi riportati, articolati mediante continui richiami al campo della pratica, illustrano come tale dispositivo formativo risulti adeguato ad esperire il corpo in quanto *Leib*, ovvero un elemento vivo e pulsante, nonché depositario di saperi legati ad una visione ecologica, permettendo non solo di contrapporsi alla concezione del *Körper* o corpo-cosa della scienza spersonalizzante, ma anche di contribuire alla ridefinizione di una contemporanea *pedagogia del corpo* centrata sulla dimensione del *possibile*.

Parole chiave: Contact Improvisation Dance; Leib; Pedagogia del corpo; Formazione, Prasseologia motoria.

* Università di Bologna. Bologna, Italia.
E-mail: alessandro.borotlotti@unibo.it. <http://orcid.org/0000-0001-5112-2399>.

** Università di Bologna. Bologna, Italia.
Email: marti.delpre@gmail.com/martina.delprete2@studio.unibo.it. <http://orcid.org/0000-0001-8258-839>.

Experiencia des possibilites du corps par la danse d'improvisation de contact

Résumé

En se fondant sur la dimension épistémologique de rupture fournie par la Praxéologie motrice élaboré par Pierre Parlebas, qui vise à surmonter les divisions dichotomiques comme corps / esprit ou théorie / pratique, on souhaite soit mettre l'accent sur la valeur communicative ou semio-moteur du mouvement, soit mettre en évidence l'incorporation des savoirs. A partir de ces prémisses, voici cette recherche empirique qualitative de nature ethnographique qui, en rapportant la voix de ceux qui l'ont vécue, permet de faire une série de réflexions par rapport à la danse contemporaine de *Contact Improvisation*. Les thèmes présentées, articulés précisément par des références continues au domaine de la pratique, illustrent la façon dont ce dispositif de formation peut conduire le corps comme *Leib*, un palpitant et vivant élément unique, dépositaire aussi des connaissances et lié à une vision écologique, ce qui permet non pas seulement de combattre la conception de *Körper* ou corps-cadavre d'une science dépersonnalisant, mais aussi contribuer à la redéfinition d'une *contemporaine pédagogie du corps* centrée sur la dimension du possible.

Mots-Cles: Contact Improvisation Dance, Leib, Pédagogie du corps, Formation, Praxeologie motrice.

Experimente las posibilidades del cuerpo por la danza de improvisación de contacto

Resumen:

Basándose en la dimensión epistemológica de rotura dotada de la Praxeología motriz elaborada por Pierre Parlebas, que tiene como objetivo superar las divisiones dicotómicas mente / cuerpo y teoría / práctica, se puede recalcar el valor comunicativo o semiomotorio del movimiento, tanto remarcar cómo el conocimiento puede ser incorporado. A partir de estas premisas, comienza la investigación empírica cualitativa de corte etnográfico que aquí se presenta, la cual, a través la voz de quienes la experimentan, permite de avanzar unas reflexiones sobre la práctica de danza contemporánea *Contact Improvisation*. Los temas propuestos, articulados a través de referencias continuas al campo de práctica, ilustran cómo este dispositivo de entrenamiento y búsqueda en el movimiento es adecuado para experimentar el cuerpo como *Leib*, es decir, un elemento vivo y pulsante, depósito de conocimiento y parte de una visión ecológica, que permite no solo contraponerse al concepto de *Körper* o cuerpo-cosa de la ciencia despersonalizada, pero también a contribuir a la redefinición de una pedagogía contemporánea del cuerpo centrada en la dimensión de lo posible.

Palabras Clave: Contact improvisation; Leib; Pedagogía del cuerpo; Formación; Praxeología motriz.



Introduzione

“L'uomo è un corpo che deve essere educato”
(Fullat i Genis, 2002, p. 25)

Il presente contributo riporta alcune riflessioni che emergono da un percorso di conoscenza centrato sulle possibilità del corpo, il quale può essere definito il “luogo fisico” per eccellenza della cultura e dell'educazione. Come evidenziato dalla filosofia fenomenologica (Merleau-Ponty, 1945) ma anche dal neurofisiologo Damasio (1994), non può essere data alcuna conoscenza al di fuori della percezione, la quale risulta appunto un processo saldamente *incorporato*. A partire da questa consapevolezza nasce la necessità di ri-elaborare una *pedagogia del corpo* capace di valorizzarne il ruolo all'interno dei processi formativi, ben sapendo che nello stesso tempo ciò comporta il rivedere le categorie epistemologiche di riferimento.

Per ragioni complesse il corpo rappresenta uno dei più grandi tabù della nostra epoca, schiacciato com'è da tendenze oggettivanti che, privandolo di significati propri, lo riducono a loro portavoce. Sintetizzando radicalmente, il suo destino risulta paradossale: essendo segnato da una condizione che lo consegnerebbe alla nudità dell'in sé, cioè spogliato di ogni significato, finisce per fungere da supporto efficace di diverse teorie che lo fanno apparire sempre “vestito” proprio in quanto “nudo” (Leoni, 2008, p. 29). Elemento spesso in bilico tra banalità da un lato e ambiguità dall'altro, il più delle volte appare quindi un *oggetto* studiato in senso tecnico a causa del predominio dell'intellettualizzazione di marca scientifica *hard*. Ma come affermato con una buona dose d'ironia: “L'oggettività, questa venerata parola d'ordine della filosofia come delle scienze, dell'etica come della politica, non è che un velo disteso alla buona su un campo minato in cui di continuo serpeggiano i lampi e i fruscii del trascendentale [...] quello del corpo in movimento, del corpo vivente” (Leoni, 2008, p. 2).

Appare infatti imprescindibile considerare la nostra esistenza come incorporata nell'attualità del qui-ed-ora, in quanto: “Noi ci troviamo estesi nello spazio e sviluppati nel tempo, ma lo siamo nel nostro corpo” (Fullat i Genis, 1997, p. 44). L'elemento epistemologico di rottura sulla quale intendiamo fare leva è tuttavia la prospettiva della *Semiomotricità* elaborata da Pierre Parlebas, con la quale, sottolineando il valore squisitamente comunicativo e relazionale del movimento, s'intendono superare le scissioni dicotomiche quali corpo/mente e teoria/pratica.

È da queste premesse che prende il via la ricerca empirica qualitativa di taglio etnografico qui presentata, la quale ha consentito di avanzare una serie di riflessioni circa l'attività di danza contemporanea della *Contact Improvisation* (d' ora in poi C.I.). I temi riportati, articolati mediante continui richiami al campo della pratica, sono quelli che rendono la C.I. un dispositivo formativo adeguato ad esperire il corpo in quanto *Leib*, inteso come elemento vivo e pulsante, forma di esistenza del soggetto e non contenitore o corpo-cosa, oggetto di studio delle scienze quantitative.

Lo studio vuole dar voce (e corpo) alle possibilità formative della C.I. sia in ambiti formali che non formali, come modalità per fare esperienza del/nel movimento danzato.



Le possibilità del corpo come s-oggetto vitale o *leib*

Il corpo ha da sempre costituito una questione concettualmente controversa, fonte di dispute ed interpretazioni che risultano in balia dei continui cambiamenti storico-culturali, sociali, economici ed anche politici di ogni epoca e contesto storico (Sarsini, 2003). Per evidenti ragioni di spazio, ci limitiamo tuttavia a richiamare solo alcuni passaggi particolarmente significativi di tali processi, quale ad esempio l'introduzione del concetto di *unità* dell'essere vivente da parte di Spinoza. Nella metà del XVII secolo, al fine di contrapporsi al dualismo cartesiano, egli definisce mente e corpo come due modalità per esprimere una medesima realtà: "Chi ha un Corpo capace di molte cose, ha una Mente la cui massima parte è eterna" (Spinoza, 2004 p. 314).

Anche Nietzsche, individuando in Spinoza le basi per considerare l'esperienza corporea come elemento imprescindibile verso la conoscenza, fornisce un'affermazione interessante: "Ma il risvegliato e il sapiente dice: corpo io sono in tutto e per tutto, e null'altro; e anima non è altro che una parola per indicare qualcosa del corpo. [...] Dietro i tuoi pensieri e sentimenti, fratello, sta un possente sovrano, un saggio ignoto – che si chiama Sé. Abita nel tuo corpo, è il tuo corpo. Vi è più ragione nel tuo corpo che nella tua migliore saggezza" (Nietzsche, 1883/1976, pp. 34-35).

Nell'epoca moderna, solo a cavallo tra gli anni Sessanta e Settanta del secolo scorso le scienze umane e sociali iniziano ad interrogarsi sistematicamente sulla dimensione corporea, un interesse che si è ovviamente esteso dalla sfera della prassi a quello della teorizzazione epistemologica. (Isidori, 2002). La *sfida del corpo* (Galimberti, 1987) coinvolge quindi in maniera perentoria anche la pedagogia. "E non si tratta qui soltanto di raccogliere tale sfida sintetizzandola nella formula di educare attraverso il corpo, bensì di contestualizzarne il significato pedagogico rispetto alla cultura ed al suo tempo" (Isidori, 2002, p. 10).

Non ci si riferisce solo ad una pedagogia che mira all'esperienza concreta e che guarda al corpo come manifestazione d'esistenza, apprendimento e scoperta, quanto al riconoscere la centralità delle concezioni sulla corporeità nelle costruzioni culturali che caratterizzano la contemporaneità; non a caso s'inizia a parlare di "umanesimo del corpo" (Bernard, 1976, p. 13).

Tuttavia questa rinascita, al fine di superare una lunga tradizione occidentale segnata da concezioni fortemente penalizzanti rispetto alla dimensione corporea, può avvenire solo mediante una netta rottura epistemologica. Da un lato occorre superare i termini della filosofia classica (corpo/mente, teoria/pratica) in quanto il loro potere evocativo è talmente alto da portare ogni discorso in un cul de sac che impedisce il cambiamento; dall'altro, però, se per cercare di superare i limiti concettuali si ricorre a temi così ampi da produrre rimandi a scienze quali biologia, psicologia, sociologia, linguistica e così via, c'è il rischio di formare una matassa inestricabile.

Al fine d'uscire dalle aporie richiamate occorre dunque individuare delle prospettive totalmente nuove, ed a questo proposito riteniamo illuminante quelle indicate da De Fazio e Levano nel loro contributo per il focus. Per ovvi motivi, ci limitiamo ad indicare solo quelli che a nostro avviso sono i punti salienti come sfondo del presente lavoro, ovvero: l'*Ecosofia* (Naess, 1989), secondo cui fare e pensare non devono inter-



pretarsi come mutualmente trascendenti bensì nello stesso piano di composizione, pena l'infantilizzazione delle opinioni che separano nettamente psiche, società e ambiente; e la *Praktognosia* (Merleau-Ponty, 1945), secondo cui il corpo è una potenza, e il saper fare equivale all'apprendere, dunque lo sperimentare appare una qualità cruciale della conoscenza situata tra individuo, ambiente e condizioni normative di questa relazione.

Sintetizzando all'osso: ciò che un corpo può fare si sviluppa in percorsi che non realizzano un destino naturale, bensì trasformando la situazione data mediante sperimentazioni corporee basate sulle condizioni di libertà e della riappropriazione di sé.

Tali posizioni risuonano del tutto coerenti con la pratica di C.I. (comprese ovviamente le sue premesse), inoltre appaiono pure in linea con l'interpretazione della Prasseologia rispetto all'educazione motoria intesa come *espressione della personalità del soggetto che agisce* (Parlebas, 1997).

Il corpo secondo la prospettiva della *semiomotricità*

Il quadro epistemologico relativo alla dimensione tecnico-espressiva del presente lavoro sorge nell'ambito della *Prasseologia motoria* (Parlebas, 1987). Il principale motivo che ci spinge a seguire tale cornice teorica è imperniato sulla sua capacità di esaminare le azioni motorie in modo pertinente perché intrinseco al movimento, dal momento che utilizza categorie attinenti alle attività stesse e quindi evita di ricorrere a scienze esterne all'ambito dell'educazione corporea, il che renderebbe più complesso e meno specifico il lavoro d'analisi. Per fare ricerca nella pratica del movimento danzato di Contact Improvisation occorre dunque tenerne presenti gli elementi strutturali, evitando di fare riferimento a dimensioni generiche.

Uno degli elementi più interessanti dal punto di vista dell'interpretazione sul corpo è la prospettiva *Semiomotria*, secondo cui quella motoria sarebbe da interpretare come attività che esprime integralmente la persona. Ritenendo infatti piuttosto ambiguo il concetto di corpo, Parlebas ritiene che quest'ultimo vada ulteriormente definito. Dunque egli prende a prestito dalla linguistica il concetto di *sema* (segno) per creare così il neologismo *Semiomotricità* al fine di sottolineare l'aspetto profondamente comunicativo delle pratiche corporee. In tal modo intende superare le concezioni che fanno riferimento ai modelli limitanti e settoriali di corpo *meccanico*, *energetico* e *informazionale*, ovvero ai concetti di macchina anatomica il primo, fisiologica il secondo e neuro-informatica il terzo. Attraverso tali metafore si suggerisce come l'analisi scientifica e pedagogica tendano di fatto a basarsi su elementi tecnici, medici o neurologici, di fatto espungendo l'educazione fisica (o meglio corporea) dal proprio ambito stesso (Parlebas, 1987, p. 371).

Al fine di cogliere i significati peculiari di dell'attività motoria occorre insomma dotarsi di una teoria di riferimento pertinente ed operativa, capace di analizzare la struttura di fondo in modo da comprendere appieno gli elementi pertinenti delle attività stesse, in particolare le caratteristiche relazionali o sociomotorie, dunque le opportunità formative legate a queste ultime.

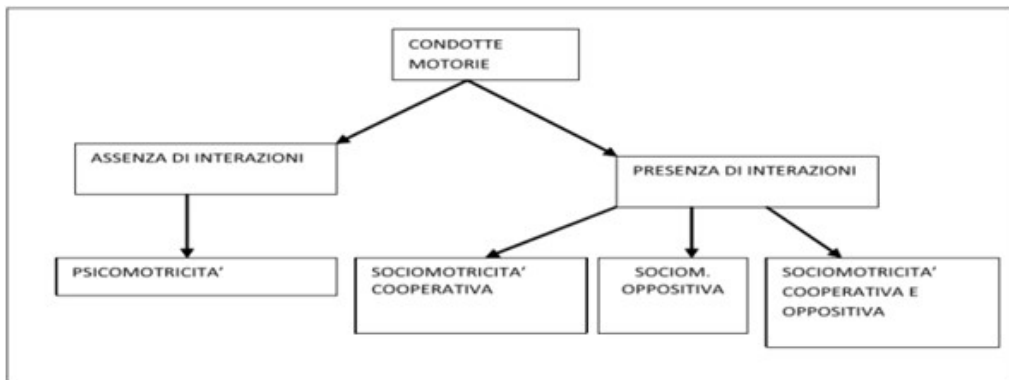
Per condurre analisi pertinenti rispetto all'esperienza motoria la Prasseologia propone la chiave di lettura *sociomotria*, definita come la prospettiva interazionale tra individui implicati in situazioni motorie, e quella delle *condotte motorie*, concetto che evidenzia



come l'attività corporea non mobilita solo il piano organico ma anche quello psicologico, cognitivo e socio-relazionale, ovvero l'intera personalità. Tramite le condotte motorie la persona manifesta globalmente se stessa mediante interazioni con l'ambiente fisico e l'entourage sociale. Il concetto di azione sociomotoria fa quindi riferimento alla componente "interazione" tra soggetti coinvolti nelle attività, appaiono scambi di tipo sociomotorio caratterizzati da due diverse interazioni contemporanee: *cooperativa* ed *oppositiva*, infine cooperativa ed oppositiva mista.

Nel caso della C.I. le interazioni possono definirsi miste, a secondo del/dei partner e del dialogo danzato. Il quadro complessivo è sintetizzato nello schema n. 1.

Schema n. 1. *Le interazioni psicomotorie e socio-motorie* (adattato da Parlebas, 1997, p. 166).



Concludendo questa parte, intendiamo ribadire come considerare il movimento in una prospettiva espressivo-comunicativa, che definisce un sistema dove ognuno può entrare in rapporto con altre persone e manifestare tratti di personalità in relazione all'ambiente fisico, ci pare piuttosto ricca in ottica formativa, nonché decisamente pertinente all'interno di esperienze d'espressione corporea.

Mediante queste ultime, infatti, siccome l'azione diviene esplicitamente comunicativa, s'intende fornire opportunità di sperimentare le capacità comunicative ed espressive del soggetto, pertanto stimolare la consapevolezza delle sue possibilità esistenziali. È dunque un modo di conoscere il mondo attraverso l'integrazione delle esperienze percettive, infine rappresentare forme incarnate d'abitare la realtà.

La contact improvisation: definizione e cenni storici

La danza rappresenta una proposta che da decenni sta cercando il sostegno teorico necessario per essere riconosciuta all'interno delle attività degli ambiti sia formale che non formale per la formazione della persona. Senza inoltrarci nei dettagli riguardanti la storia della danza o del suo sempre più consistente ramo educativo, occorre tuttavia rievocare Rudolf Laban, promotore di una ricerca nel movimento come necessità di formazione per l'essere umano e non solo l'artista.

La domanda da cui partiamo per impostare il lavoro sul campo risulta quindi la seguente: *quale pratica consente di vivere un'autentica possibilità di espressione corporea mostrando il legame tra conoscenza ed esperienza?* Il focus viene pertanto ristretto alla

pratica di movimento danzato nota come *Contact Improvisation* in quanto appare in grado di fornire esperienze formative significative. Esistono diverse definizioni di C.I., di seguito riportiamo le due principali in lingua originale¹:

Contact Improvisation is an evolving system of movement initiated in 1972 by American choreographer Steve Paxton. The improvised dance form is based on the communication between two moving bodies that are in physical contact and their combined relationship to the physical laws that govern their motion—gravity, momentum, inertia. The body, in order to open to these sensations, learns to release excess muscular tension and abandon a certain quality of willfulness to experience the natural flow of movement. Practice includes rolling, falling, being upside down, following a physical point of contact, supporting and giving weight to a partner. Contact improvisations are spontaneous physical dialogues that range from stillness to highly energetic exchanges. Alertness is developed in order to work in an energetic state of physical disorientation, trusting in one's basic survival instincts. It is a free play with balance, self-correcting the wrong moves and reinforcing the right ones, bringing forth a physical/emotional truth about a shared moment of movement that leaves the participants informed, centered, and enlivened (PAXTON, S. & al., 1979).

Contact Improvisation is an open-ended exploration of the kinaesthetic possibilities of bodies moving through contact. Sometimes wild and athletic, sometimes quiet and meditative, it is a form open to all bodies and enquiring minds (Chung, R. 2009. About Contact Improvisation (CI), from <https://contactquarterly.com/contact-improvisation/about/index.php>).

Inizialmente presentata come una serie di performance ideate e dirette dal coreografo americano Steve Paxton nel giugno 1972 alla John Weber Gallery di New York City, la C.I. è una tecnica nata per ricercare nuove possibilità di movimento attraverso il contatto fisico e sensoriale. Paxton, danzatore con un background in tumbling e arti marziali, è stato membro di diverse compagnie di danza moderna, tra cui quella del coreografo rivoluzionario Merce Cunningham ed il suo collaboratore di lunga data, il compositore John Cage, grande innovatore nel pensiero musicale ed artistico. Paxton è stato pure uno dei primi motori nelle prestazioni innovative del Judson Dance Theater a metà degli anni sessanta a New York: sfidando le ipotesi circa la danza e l'apertura di nuove possibilità per questa forma d'arte, cominciò ad interrogarsi su quali tipi di movimento potessero essere considerati danza e da che cosa fosse costituita. Fece dunque delle radicali proposte coreografiche negli anni sessanta, includendo la sua esplorazione nell'improvvisazione, sia da solista che in gruppo, in particolare con il collettivo di danza-teatro Grand Union (1971-1976), il quale comprendeva Yvonne Rainer, Barbara Lloyd (Dilley), Nancy Lewis, David Gordon, Douglas Dunn, e Trisha Brown. Fu durante il periodo con la Grand Union che per primo Paxton propose la C.I.

Dagli Stati Uniti la pratica si è poi diffusa nelle scuole e nei centri di formazione ed artistici di tutto il mondo, per cui oggi è diffusa ed insegnata in tutti i continenti. Sono diverse le tipologie di persone che la praticano: non sono solo i danzatori professionisti,

¹ Le informazioni riportate sono state estrapolate dalla pagina web del *Contact Quarterly*, giornale indipendente e di più lunga vita sul tema, fatto da artisti e supportato da lettori, atto a dar voce ai danzatori nel campo della danza contemporanea e d'improvvisazione. Per ulteriori approfondimenti: www.contactquarterly.com



ma pure sportivi, persone disabili, giovani, anziani, soggetti estranei alla danza, e da qualche anno si sta diffondendo la versione rivolta specificatamente ai bambini o *Contact Kids*. I promotori della C.I. la applicano per fini coreografici, per svolgere ricerche sul movimento, per arte visiva e musicale, per attivismo sociale, come pratica corporea con bambini, adulti, anziani e disabili. La maggior parte dei praticanti lo fa per il piacere di danzare o come ricerca personale, rendendo possibile lo sviluppo della C.I. in diversi paesi, tipologie di danzatori e campi d'applicazione. Il lavoro del resto si presta ad essere applicato sia a chi è estraneo alla pratica, sia a coloro i quali si sono dedicati al suo studio per decenni.

In ogni caso la C.I. potenzia la capacità di relazione e percezione sensoriale: educando il corpo a livello della propria pesantezza statica e dinamica, delle categorie spazio/tempo, si finisce per acquisire una consapevolezza personale che permette di “giocare” con le leggi della fisica. Praticata inizialmente come training per i danzatori, ora è definitivamente riconosciuta come tra le tecniche più innovative e praticate di danza contemporanea.

Disegno di ricerca e strumenti d'indagine

Data la volontà di elaborare un discorso intorno al corpo a partire dalla pratica della C.I., si è optato per un approccio qualitativo in quanto più adeguato a cogliere l'esperienza legata al vissuto dei praticanti. L'opportunità dell'operazione è stata resa possibile anche per la facilità di contattare diversi praticanti, in quanto la ricercatrice che ha raccolto i dati è una *insider*, ovvero partecipa a sua volta all'attività oggetto dello studio. Questo ha permesso di raccogliere materiale attraverso lo strumento dell'*intervista semi-strutturata a distanza ed in forma scritta*.

La ricerca narrativa appare qui particolarmente indicata poiché risulta adeguata ad esplorare esperienze sfumate, fluide e non facilmente concettualizzabili (SORZIO, 2002). L'indagine qualitativa è un'attività situata che colloca l'osservazione nella realtà, componendosi di un insieme di pratiche interpretative e fattuali attraverso le quali la realtà acquista visibilità (DENZIN, LINCOLN, 2000, p. 3). Visto che la fonte primaria dei dati è la visione individuale, le interviste rappresentano lo strumento per risalire al pensiero e alle esperienze vissute dai *movers*². Da cui si sviluppano delle riflessioni teoriche in continuo richiamo alla pratica”

² *Movers*: danzatori praticanti la C.I.



Dall'interpretazione e la rielaborazione dei dati ad un discorso sul corpo e sul movimento

Tra Italia e Spagna, sono 9 i soggetti che hanno formulato un discorso a partire dalle domande predisposte dall'intervista, un gruppo d'informatori di età compresa tra i 33 e i 46 anni con una media di 10 anni di pratica alle spalle, il cui contributo ha creato le basi per elaborare una tesi di Laurea Magistrale in Motorie (nel periodo compreso tra Settembre 2016 a Febbraio 2017). Hanno partecipato danzatori, alcuni dei quali anche insegnanti, appartenenti a differenti gruppi di studio della C.I. Nonostante l'enorme differenza dei soggetti, si possono trovare dei punti di riflessione comuni rispetto ai temi riportati e sistematizzati nelle pagine successive.

La C.I. e la possibilità di relazionarsi a partire dal corpo

Sabino Acquaviva (1983) sosteneva come l'umanità potesse ricominciare il suo cammino partendo dal corpo inteso come portatore di senso per l'esistenza dell'uomo e la liberazione dai condizionamenti sociali e culturali di cui è "vittima" (Isidori, 2002). Nulla di più facile ed immediato, l'interazione che parte e torna nel corpo, luogo effettivo di incontro: questo è esattamente ciò che si esperisce nella C.I. sullo sfondo di uno spazio-tempo in cui sono inseriti i corpi, nella reale e concreta possibilità di relazionarsi e di incontrare l'*alterità* in un contesto ecologico dove poter autenticamente esprimere il sé, in cui "*The human body cannot be isolated from its relation with other bodies dwelling in the ecosphere, bodies that effectively constitute the environment of the human body*" (De Fazio & Lévano, 2018).

Il corpo diventa partecipe di un contesto che modifica e da cui è modificato, oltre a diventare casa di sensazioni e "significati", in quanto il movimento, il gesto, il contatto comunicano e permettono un dialogo, mentre le parole sono strumenti non sempre necessari. La relazione con gli altri corpi e l'ambiente nasce dall'intuizione, senza che l'azione venga necessariamente decisa secondo le modalità del pensiero logico e razionale (riflessione, identificazione, categorizzazione...).

"Relazionarsi con altre persone partendo dal corpo permette di pulire il campo dalle sovrastrutture: intellettive, mentali, razionali, permette di connettersi con se stessi e di comunicare/scambiare con i compagni di viaggio in maniera più veloce, onesta, profonda. I ruoli vengono dimenticati, ogni danzatore può ritornare bambino e aprirsi alla sperimentazione del mondo e all'incontro dell'altro da dentro la gioia. Gioia che nasce dal sentire il proprio corpo libero di muoversi nello spazio fisico, gioia che nasce nel sentirsi liberi di creare poesia in movimento, di permettere al nostro corpo-mente-emozione di centrarsi, di esprimere e condividere sensazioni, emozioni, intuizioni, in un atto creativo condiviso" (M.P., praticante e insegnante C.I. Udine)

"Con la pratica ed il tempo si sviluppa una maniera di relazionarsi che agisce anche fuori dal contesto Contact, dove già dalla fase di scelta del "con chi relazionarsi" è più spontanea, intuitiva, onesta, intenzionale ed allineata con se stessi, con il proprio stato interiore e le proprie, reali, necessità. Più spontanea perché meno filtrata da pregiudizi, stereotipizzazioni e più equanime. Più intuitiva perché parte dal corpo,



mio e dell'altra persona, e dalla loro interazione (anche sottile, anche a distanza). Ed è radicato in un ascolto, anche energetico, sempre più spoglio di giudizi o concettualizzazioni. Più onesta, come conseguenza dei precedenti due. Ad esempio sento, intuisco che questa danza per me è finita e spontaneamente la chiudo, senza entrare in pattern mentali sull'opportunità di farlo, di cosa penserà l'altro. Più intenzionale e quindi più chiara, perché ci si avvicina all'altro con una intenzione precisa e contestuale nel suo livello più pratico: danzare assieme. Più allineata con se stessi, perché radicata nell'ascolto.” (C.S., praticante C.I. Genova)

La possibilità di creare relazioni in un contesto di consapevolezza ecologica e a partire dal fenomenologico aspetto di presenza nel qui-ed-ora con favorisce l'incontro, valorizzando i saperi del/nel corpo e le sue sensazioni come motori d'azione, rendendo possibile il frutto della percezione situata: nel *pensare in movimento* il corpo si nutre delle informazioni necessarie per dialogare con se stesso e con tutto ciò che è fuori di sé.

C.I. e comunicazione

La C.I. è una danza che esplora la possibile comunicazione attraverso il contatto tra due o più persone. Basandosi su un ascolto profondo di sé e dell'altra/e persona/e e dello spazio circostante, si instaura un vero proprio dialogo tra corpi in cui i movimenti ne rappresentano il “linguaggio”. Dopo che per lungo tempo l'attenzione è stata rivolta quasi esclusivamente ai messaggi verbali, ormai è da tempo che si riscontra il ruolo insostituibile degli aspetti comunicativi di tipo non-verbale; per questo abbiamo ritenuto di fare riferimento alla già richiamata *prospettiva semiomotoria*.

“El C.I. cómo la danza, es un proceso de comunicación, por tanto es una manera de poder comunicarse y generar significación. Seguramente es un lenguaje de comunicación anterior a la palabra y la escritura. Por tanto actúa recuperando la memoria corporal, somática, y actualizando nuestra inteligencia cinestésica.” (P.C.R., praticante e insegnante C.I. Spagna)

Comunicare appare un processo sostenuto da una consapevolezza che non è solo cognitiva ma soprattutto fisica e corporea, poiché tutte le capacità sensoriali ed espressive sono coinvolte. Dal respiro ai suoni, dai gesti più riconoscibili ai più piccoli movimenti del corpo, tutto si mette in moto per veicolare messaggi impliciti ed espliciti, rendendo la corporeità e la percezione i protagonisti dell'atto comunicativo, attraverso una semiotica strutturale più che formale.³ Se, come nel caso della C.I., si lascia che il corpo dialoghi e comunichi senza far necessariamente riferimento alle parole, si riduce (non si elimina) il rischio di contraddizione tra contenuto e forma, con maggiore uniformità tra ciò che letteralmente esprimo rispetto a ciò che il mio corpo (postura, mimica, gesti, movimenti) comunica.

“Credo che la C.I. agisca molto chiaramente sul processo comunicativo. Nel senso che nell'incontro con l'altro nasce una comunicazione fisica. Il corpo non nasconde, il cor-

³ Sul tema semiotica e corporeità rimando a Paolucci (2012).



po comunica direttamente, sente e si fa sentire. Credo che il processo comunicativo sia meno filtrato da aspetti mentali, risultando più diretto e forse anche più direzionato”
(N.P. praticante e insegnante Bologna)

Nella C.I., come già accennato, la comunicazione è basata sulla ricerca di un profondo *ascolto* che parte da se stessi (cosa posso oggi? Come mi sento e dunque come questa condizione influenza il mio corpo ed il suo muoversi?) fino all’ascolto del/dei partner, del gruppo e dell’ambiente in cui la danza avviene. Si tratta di un processo molto delicato in cui il corpo negozia e sceglie continuamente sulla base di ciò che percepisce internamente ed esternamente da sé.

Oltre al contatto, la C.I. si nutre di un altro elemento caratterizzante: l’improvvisazione. Improvvisare significa comporre all’istante i movimenti rimanendo presenti nel qui-e-ora della danza. Il dialogo è per questo costantemente legato all’attimo presente da cui nasce e si sviluppa il contatto con altri corpi. Il con-tatto (di qualsiasi tipo, sia esso specificamente fisico o anche solo visivo) è il punto in cui avviene questo scambio, letteralmente il luogo della conversazione. Spesso si creano situazioni di duetti⁴ in cui il dialogo si articola in un equilibrio tra l’assecondare e il proporre, tra il seguire e il prendere l’iniziativa, nella disponibilità di co-creazione dei danzatori in quanto “partecipanti alla comunicazione”. Non viene identificata una persona leader, ma del tutto similmente ad una conversazione verbale il dialogo corporeo si instaura in un continuo scambio tra l’ascolto e la proposta, tra il condurre e l’essere condotti, il che crea una comune entità terza non identificabile con nessuna delle due parti, ma frutto dell’interazione di entrambe.

Attraverso la ricerca nella C.I. si è nel tempo codificato un vocabolario che può rappresentare un codice di movimenti per il migliore o più funzionale trasferimento del peso in grado di sistematizzare la comunicazione tra corpi: questo materiale rappresenta l’apparato tecnico e strutturale della pratica. I danzatori imparano così a trasferire il peso in maniera fluida senza cedere al suolo ed offrendo un supporto fisico che spesso si articola in alcune figure e passaggi, come il *back to back and roll*, la *low e high table*, i *lift* di vario genere. Gli elementi tecnici possono essere usati come strumento-risorsa per alimentare le danze e fare esperienza di alcune soluzioni di trasferimento del peso: rimane tuttavia necessario mantenere la caratteristica dell’improvvisazione e, dunque, la “freschezza” della danza e delle proposte, abitando il presente in ogni momento e permettendo di dialogare con elementi e movimenti al di fuori di un possibile fraseggio codificato che tale vocabolario permette, ma che risulterebbe stereotipato e dunque inadeguato alla ricerca che s’intende portare avanti.

Problem Solving

Durante il processo di comunicazione danzata, dove il dialogo crea spesso situazioni di improvvisi cambiamenti cinestesici e corporei, ogni *mover* sa che è necessario rimanere responsabile di se stesso e della propria “sicurezza”. In questo processo si dev’essere pronti ad agire e, soprattutto, a reagire prontamente, in modo da evitare o superare situazioni di

4 La possibilità di creare scambi in un duo non limita la C.I. ad una “danza di coppia”: nella sessione si tiene sempre conto dei movers che sono inseriti nello spazio di pratica, attraverso una fitta rete di dialogo diretto o indiretto tra i presenti.



rischio. A tal proposito Mabel Elsworth Todd parla di *Thinking Body*⁵: il *think/feel* costituisce un apprezzabile tentativo di definire il processo con cui la conoscenza intellettuale e l'esperienza dei sensi, insieme, fanno in modo che tutti i meccanismi cinetici e gli aggiustamenti corporei consentano d'attuare per così dire "naturalmente" il meccanismo di *problem solving*. Benché non priva d'interesse, non ci inoltreremo nell'articolazione di tale teoria che fonda le sue radici in concetti fisiologici e neurologici che intendiamo superare in questo estratto. Portando il discorso sul piano del *possibile* s'evidenzia invece come i processi di conoscenza fungano da anticorpi alla riduzione del soggetto verso una condizione di natura, anzi lo sperimentare consapevolmente i propri riflessi automatici accende stimolanti riflessioni:

“La maggior parte degli studi riguardanti la C.I. sono incentrati sul “come fare”. Come gestire il corpo, come muoverlo, come radicarlo, come sollevare, come rotolare, come ascoltare, come risolvere, come usare il centro... un bel pacchetto d'informazioni, essenziale, che ritengo giusto sia esercitato, approfondito, studiato. Prima del “come” però c'è il “cosa”. Entrando subito nel merito, il “cosa fare” è governato fondamentalmente da due sistemi: la scelta o la reazione, e non sono prerogativa del corpo ma del sistema nervoso.(...) L'improvviso (improvvisazione) è causato dal nostro partner e dai noi stessi poi a seguire. C'è tempo di fare una scelta? Nell'imprevisto assoluto no, possiamo solo reagire. L'improvvisazione assoluta non dà quindi possibilità di scelta. Il sistema nervoso volontario non ha tempo sufficiente per analizzare la questione e fare una scelta. Ovviamente questo è un punto limite, ma più siamo vicini a questa idea più stiamo improvvisando. Faremo sempre delle scelte, ma saranno gli stimoli alla vera danza di improvvisazione, di risoluzione in contatto dell'imprevisto.(M.M., praticante e insegnante, Orvieto)

La C. I. in relazione alla possibilità e all'intenzionalità

L'articolato e complesso termine *possibilità* evoca una poliedricità di significati che in ambito educativo possono accogliere ciò che non è impossibile: “essa indica, cioè, quel qualcosa che reputo realizzabile anche se ancora non realizzato [...], una soglia sottile tra realtà ed alternativa, come un'occasione che si presenta proprio perché ve ne sono tutte le condizioni, a metà strada tra la mia volontà e gli aspetti fattuali di cui devo necessariamente tener conto. Da questo punto di vista, essa può essere considerata come prodotto di una sintesi – in senso fenomenologico – fra elementi contingenti e tensioni soggettive, fra le specificità del sé e specificità del mondo in cui esso si situa” (BIFFI, 2006, p.194).

“La C.I. è una danza improvvisata in cui non si dà nulla per scontato. E quando non si dà nulla per scontato le possibilità (su tutti i livelli) aumentano” (L.B., praticante e insegnante Macerata)

Nella C.I. è possibile esperire queste infinite possibilità di azione e reazione. I corpi si muovono improvvisando, si ricerca il movimento autentico e non premeditato in una

5 Il concetto di “corpo pensante” è stato introdotto da Mabel Elsworth Todd, la quale ha segnato le basi per il discorso sulla fisiologia umana e sulle profonde relazioni tra psiche e movimento corporeo, da cui molti danzatori, autori ed esperti nel movimento hanno poi basato e continuato la propria ricerca.



continua creazione di possibilità. In questo modo lo spazio e il tempo diventano gli elementi necessari per esperire le infinite possibilità di movimento, gli altri corpi diventano superfici con le quali inter-agire, supporto su cui far leva per proiettarsi nelle diverse direzioni, creatori d'immagini ma nello stesso tempo disegni nello spazio. Insieme si generano possibilità, istante per istante, con quello che c'è: il mio e il tuo corpo, lo spazio attorno a noi, il tempo e lo spazio (qui-ed-ora) in cui creiamo.

Il possibile diventa dunque potenza nell'ottica in cui conoscere significa sperimentare ciò che un corpo può fare senza premeditazioni aprioristiche. Esiste perciò uno stretto legame "fra l'orizzonte delle possibilità e l'incontro soggetto-mondo" (Biffi, 2006), in cui l'uomo interviene "con la sua capacità di 'intenzionare' ciò che gli sta di fronte", il che significa proprio il pensare in termini di possibilità rispetto a *come effettivamente fare* (BERTOLINI, 1998).

Il concetto di *intenzionalità* rappresenta un altro punto d'elaborazione complessa: essa risulta essere una delle caratteristiche legate al corpo ma non trascendente la coscienza, bensì nello stesso spazio di composizione. Nella C.I. si vive continuamente uno stato d'intenzionalità presente che non corrisponde alla *volontà* dell'agire (quindi alla premeditazione di un movimento, contraria in un certo senso al tentativo di raggiungimento dell'autentico e dell'improvvisato alla quale la C.I. aspira), ma come intenzione stessa contenuta nell'azione di sollevarsi, spingere, sostenere, rotolare, scivolare... Ogni azione ha dentro di sé l'intenzionalità racchiusa, esplicitata ed agita dai movers che ne sono i corpi manifestanti, ponti e mediatori della situazione creata.

"Credo che l'intenzione può svilupparsi in un senso più istintuale e inconscio rispetto alla sfera razionale." (G. S., praticante Catania)

Da dentro a fuori la sala. La trasferibilità formativa della C.I.

Quanto la vita è attraversata da ciò che viene esperito e appreso dalla pratica di C.I.? Tutto ciò che viene scoperto col *m-io corpo* rappresenta una formazione che viene compresa e poi trasferita nell'integrità della persona?

Per rispondere a tali questioni vale la pena considerare la danza come *possibilità di fare esperienza* dei saperi corporei, per cui considerabile come uno strumento formativo globale per la vita personale.

"La práctica somática y motriz es transversal a todas las ciencias y conocimientos. Ya que es desde el soma, cuerpo, que somos, estamos, accionamos, interaccionamos. A lo largo de mi propia experiencia cómo practicante y cómo facilitadora y educadora, se han dado muchas situaciones en que las personas que han profundizado en dichas prácticas las han incorporado a sus vidas profesionales e incluso ayudado e evolucionar, continuar, en sus trayectorias profesionales y vitales." (P.C.R., praticante e insegnante Granada)

Nello specifico della C.I. la *relazione* diventa il punto focale della ricerca danzata, nella presa di coscienza delle difficoltà per l'esperienza relazionale di diventare *vissuto*: ci si confronta con l'altro il quale diventa complice del nostro agire e, al tempo stesso, specchio di limiti e potenzialità del *m-io corpo* (MADRUSSAN, 2006) (secondo la prospet-



tiva semiomotioria; interazione cooperativa e oppositiva) . Durante le danze si mette alla prova la capacità di esporsi e di esperire nuove realtà ontologiche, superando il dualismo forma-contenuto, corpo-mente- necessità-contingenza, teoria e pratica. Attraverso il dialogo danzato s’impara a gestire l’ego e ad ascoltare, apprendendo l’arte della disponibilità. Si accoglie l’imprevedibile come evento fenomenologico, si agisce ma soprattutto si re-agisce, studiando come comunicare chiaramente e considerando la forma come verità dell’essenza, assumendo la responsabilità dell’agito si diventa autore del presente. Si ritorna infine a giocare, a riscoprire la bellezza del ludico in quanto via di creazione, scoperta, sorpresa. Dalla prospettiva semiomotoria, proiettandosi in nuove prospettive di pensiero e di azione, ci si slancia in territori dove il corpo è il seme dell’ontologia.

Alcune riflessioni

La C.I. costituisce un potenziale strumento da proporre in ambito educativo per una contemporanea *pedagogia del corpo e del movimento* che, a partire dai riferimenti della prospettiva semiomotoria, rende esperibile il valore comunicativo del movimento, le infinite possibilità e i saperi del corpo in relazione a se stesso, agli altri e all’ambiente (consapevolezza ecologica).

La presente indagine rappresenta dunque solo l’inizio di una ricerca nel movimento danzato come pratica educativa del corpo da proporre in ambiti non formali ma anche formali, come quello accademico-universitario, curriculare-scolastico e anche specificatamente lavorativo. La pratica rappresenta la possibilità di esperire il corpo in quanto leib, sinteticamente *corpo vivo* e mediatore di *esistenza*, inserito in uno *spazio-tempo* in cui sperimentare *possibilità*, attraverso i processi *comunicativi* propri della *relazione espressiva*. I riscontri ci consentono infatti d’affermare quanto tali esperienze assumano una rilevanza centrale nel processo di vita coinvolgendo le dimensioni fisica, psichica, emotiva e socio-relazionale della personalità. Il corpo vivo rappresenta il luogo dove è possibile educare alla vita: per questo è necessario fare riferimento ad una prospettiva in grado di declinare il movimento come relazioni incarnate tra soggetti in comunicazione tra loro ed il mondo.

Riferimenti bibliografici

- Acquaviva, S. (1983). *In principio era il corpo*. Roma: Borla.
- Bernard, M. (1976). *Le corps*. Paris: J.P. Delarge.
- Bertolini, P. (2006). *Per un lessico di pedagogia fenomenologica*. Trento: Erickson.
- Biffi, E. (2006). *Possibilità*. in Bertolini, P. (a cura di), *Per un lessico di pedagogia fenomenologica*. Trento: Erickson, 193-202.
- Chung, R. (2009). From *About Contact Improvisation (CI)*, <https://contactquarterly.com/contact-improvisation/about/index.php>
- Damasio, A. (1994). *Descartes’ Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*, New York (NY): Putnam.
- De Fazio, G., Levano, P.F. (2018). *Praktognosia. Ecosophical remarks on having a body*. ??????



- Denzin, N., & Lincoln, Y. (Eds.) (2000). *Handbook of Qualitative Research*. London: Sage Publ.
- Di Bernardi, V. (1979). *Cosa può la danza – saggio sul corpo*. Roma: Bulzoni.
- Francesconi, D., & Tarozzi, M. (2012). *Embodied Education. A Convergence of Phenomenological Pedagogy and Embodiment*. *Studia Phaenomenologica*, XII, 263-288.
- Foucault, M. (1976). *Sorvegliare e punire*. Torino: Giulio Einaudi.
- Fullat i Genís, O. (1997). *Antropología filosófica de la educación*. Barcellona: Ariel.
- Fullat i Genís, O., (2002). *Le parole del corpo*. Roma: Anicia.
- Galimberti, U. (1987). *Il corpo*. Milano: Feltrinelli.
- Gamelli, I. (2001), *Pedagogia del corpo*, Roma: Meltemi.
- Iori V. (2002), *Dal corpo- cosa al corpo- progetto*, in BALDUZZI L. (a cura di), *Voci del corpo. Prospettive pedagogiche e didattiche*, La Nuova Italia Milano-
- Isidori, E. (2002). *La pedagogia come scienza del corpo*. Roma: Anicia.
- Laban, R. (1999). *L'arte del movimento*. Macerata: Ephemeria.
- Lengrand, P. (1973). *Introduzione all'educazione permanente*. Roma: Armando.
- Leoni, F. (2008). *Habeas corpus. Sei genealogie sul corpo occidentale*. Milano: Bruno Mondadori.
- Madrussan, E. (2006). *Relazione*. in Bertolini P. (a cura di), *Per un lessico di pedagogia fenomenologica*. Trento: Erickson, 217-226.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Phenomenologie de la perception*. Paris: Gallimard.
- Naess, A. (1989). *Ecology: community and lifestyle*. Cambridge University Press: Cambridge.
- Nietzsche, F. (1976). *Also sprach Zarathustra: Ein Buch für Alle und Keinen*. Chemnitz: Schmeitzner. (Ed. originale: 1883).
- Paolucci, C. (2012). *Per una concezione strutturale della cognizione: semiotica e scienze cognitive tra embodiment ed estensione della mente*, in: Graziano, M. e Luverà, C. (a cura di) *Bioestetica, bioetica, biopolitica. I linguaggi delle scienze cognitive*, Messina: Corisco, 247-276.
- Parlebas, P. (1986). *Éléments de sociologie du sport*. Paris: PUF.
- Parlebas, P. (1987). *Jeux, Sports et Sociétés. Lexique de Praxelogie Motrice*. Paris: INSEP.
- Parlebas, P. (1997). *Giochi e sport. Corpo, comunicazione e creatività ludica*. Torino: Il Capitello.
- Paxton, S. & others(1979). *From About Contact Improvisation (CI)*, <https://contactquarterly.com/contact-improvisation/about/index.php>
- Sarsini, D. (2003). *Il corpo in Occidente. Pratiche pedagogiche*. Roma: Carocci.
- Shilling, C. (1993). *The social Body and social Theory*. London: SAGE and TGS.
- Sorzio, P. (2002). *Struttura e processi della ricerca qualitativa in educazione*. Padova: CLEUP.
- Spinoza, B. (2004). *Etica. Dimostrata con Metodo Geometrico*, (a cura di) E. Giancotti, Bari: Editori Riuniti.
- Spinsanti, S. (1983). *Il corpo nella cultura contemporanea*. Brescia: Queriniana.

Sitografia

www.contactimprov.it

www.contactquarterly.com



Sobre os autores

Alessandro Bortolotti

Ricercatore in Pedagogia speciale all'Università di Bologna, afferisce al Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita (QuVi) del Campus di Rimini. Fa parte del centro di ricerca in Outdoor Education (OE) del QuVi e del gruppo internazionale Jeux et Pratiques Ludiques dei CEMEA, coordinato dal prof. Pierre Parlebas. Attualmente è referente per l'Italia di due progetti Erasmus: BRIDGE e GOaL, rispettivamente focalizzati sui processi di socializzazione nel Gioco Sportivo Tradizionale e nell'Outdoor Learning.

Martina Delprete

Danzatrice contemporanea e laureata specialistica in Scienze e Tecniche dell'Attività Motoria Preventiva e Adattata presso l'Alma Mater Studiorum- Università di Bologna, con una tesi in pedagogia intitolata "Leib, il corpo vivo nella Contact Improvisation". Conclude la formazione accademica a Granada, in Spagna, con borsa di studio Erasmus Plus. Vincitrice della borsa di studio presso il dipartimento di scienze per la qualità della vita per l'inserimento nella ricerca "Analisi del fattore "inclusione" nel campo delle attività ludico-motorie e/o di espressione corporea".

