

"L'educazione alla corporeità"

Gaetano Mollo

L'educazione alla corporeità non rappresenta una delle tante educazioni, che assieme costituiscono il processo formativo, col conseguente pericolo - come già paventava Dewey - che nel moltiplicare le educazioni diminuisca l'educazione stessa.

Ognuno di noi, infatti, è "corpo": un corpo animato, impastato d'anima, un corpo denso di tensioni ed appassionato all'esistere. Ed è con tale corpo che pensiamo, amiamo, c'esprimiamo, comunichiamo e speriamo. Per questo l'educazione alla corporeità rappresenta la stessa educazione della persona in tutto il suo essere, incentrata nel riconoscimento, accettazione e valorizzazione del proprio "essere corpo".

Il nostro essere corpo è un corpo acculturato, ossia un corpo intriso di cultura, dato che la cultura segna il corpo. Questo è chiaramente comprensibile se consideriamo che la realtà percettiva è sempre intrisa di cultura. Ogni sensazione che proviamo è all'interno di una particolare forma culturale, come lo è l'apprendimento del linguaggio da parte di un bambino. Così la realtà percettiva è plasmata dalla cultura, e questo è fondamentale per riflettere sull'educazione alla corporeità, dato che i nostri pensieri sono dissociati se non si pensa col corpo.

1. E' attraverso la corporeità che si sviluppa il primo senso culturale, che è appunto quello corporeo (Cfr. G. MOLLO, La via del senso, La Scuola, Brescia 1996, pp. 215-227). La stessa identificazione dell'io e la differenziazione dagli altri avviene attraverso la percezione corporea, luogo dell'incontro interpersonale e del riconoscimento sociale.

Pensare col corpo è quello che un bambino fa quando usa il movimento, le mani, la vista e tutti gli altri sensi: si comporta come un tutto vivente che entra in rapporto con se stesso, con gli altri e col mondo in quanto spirito incarnato. Per questo il corpo è come una "stanza aperta" alle altre dimensioni dell'essere. Una stanza ha bisogno di far entrare aria e luce per ospitare vita, deve esser in collegamento con le altre stanze, per permettere di vivere di relazioni, e dalla sua finestra o dal suo balcone è importante che si possano scorgere ampi panorami, per permettere di sentirsi dentro il mondo del sapere, dei linguaggi e delle relazioni.

Così, Ortega Y Gasset sostiene che il nostro stesso corpo non è altro che una parte del mondo che c'incontra, ed è nel vivere incontri che possiamo vedere, analizzare, investigare le cose-corpo e le cose-anima. Il nostro corpo è una risonanza del mondo e vive della relazione con le cose, con gli altri e con il mondo.

Da queste rilevazioni possiamo dedurre alcune conseguenze per una corretta educazione alla corporeità.

Innanzitutto la considerazione che ogni corpo-vissuto è un corpo di personalità, ed in tale dimensione va rispettato e ne va colta l'intrinseca dignità. Ogni corpo-vissuto è centro d'esperienze significative, attraverso le quali s'istituisce lo stesso senso dell'esistenza. Per questo il corpo non è un semplice attributo od una qualità aggiuntiva, ma un centro d'emozioni, di sentimenti, di tendenze e di valori, ed in quanto tale va considerato e rispettato.

Quindi, il diritto - per ogni corpo-persona - di vivere incontri autentici ed arricchenti. E' attraverso tali incontri che si sviluppa la stessa identità, in quanto costituita attraverso il relazionarsi di valore. Tale impostazione ci permette di non cadere nella trappola di costruire l'identità con riferimento all'adattamento del nostro corpo all'immagine che desideriamo creare di noi stessi.

Poi, la necessità d'aprirsi alle altre dimensioni dell'essere, da quella affettiva a quella intellettuale, da quella sociale a quella spirituale. Così vanno sviluppati tutti gli altri sensi culturali, quali sono il senso estetico, il senso critico, il senso morale ed il senso religioso. Per questo Agostino sostiene che la sua stessa pace del corpo è data dal contenimento ben ordinato del sue parti.

2. E' con il corpo che noi non solo percepiamo, ma apprendiamo e comprendiamo. Per questo - come rileva Merleau-Ponty - il corpo è come un nodo di significati viventi, perché è attraverso di esso che possiamo cogliere la stessa essenza del mondo, col riferirla alle nostre sensazioni ed ai nostri vissuti. Così, ogni bambino inizia a farsi non solo un'idea di se stesso e degli altri, ma della stessa vita. Ciò avviene attraverso l'attività motoria, nel movimento che gli permette di riconoscersi e di relazionarsi, entrando in contatto con un orizzonte di vita e di senso sempre più ampio.

Il movimento rappresenta, in tale ottica, la via maestra per esprimersi, comunicare e comprendere. Questo nella consapevolezza del fatto - così come anche Husserl ci dimostra - che l'uomo non manifesta il suo essere soltanto attraverso le forme del pensiero, ma sempre, contemporaneamente, attraverso le modalità del muoversi, del vedere, del percepire e del fare.

Il movimento è via per esprimersi: la voglia di rendersi conto attraverso il piacere di percepire e la soddisfazione del manifestarsi. La necessità, pertanto, è quella di sviluppare adeguate modalità espressive, attraverso il gesto che diventa comunicazione ed il giuoco che si fa azione e relazione. Da qui il grande valore e l'essenziale funzione dell'espressione ludica, motoria e sportiva.

Il movimento è via per comunicare: il desiderio ci farsi capire e di manifestare sentimenti e pensieri. La necessità, pertanto, è quella di sapersi rivolgere agli altri, nel rispetto della diversità e nella accettazione di comuni norme di vita sociale.

Il movimento è via per comprendere. E' attraverso il movimento che si possono cogliere i significati dell'esistenza. Non solo i significati percepibili attraverso le percezioni, ma anche i significati ulteriori. In tale percorso di comprensione si sviluppa il senso corporeo, ossia il senso di base che permette l'apertura e la flessibilità cognitiva, nonché l'attenzione

emotiva e la relazionalità affettiva. E' in tale percorso che si può arrivare a comprendere che "la smania di crescere e di far corteccia non porta ad essere più grandi, ma a sentirsi più partecipi di tutto che accomuna nel creare vita" (Cfr. G. MOLLO, Ramoso, *La storia di un giovane albero che voleva scoprire il mondo*, Ed. Paoline, Milano 2004).

3. Da queste prospettive di fondo derivano alcuni obiettivi, da intendersi e viverli come significative direzioni di vita.

Per primo quello dell'accettazione. Oggi l'accettazione corporea è messa in difficoltà dalle invadenti e dominanti immagini massmediali, che impongono - come rileva Alissa Quart - una "gioventù marchiata", per cui il corpo è considerato qualcosa da elaborare, da smontare e sottomettere, da rifinire con un esborso economico. Per questo bisogna fare sì che ogni bambino possa costruirsi un'immagine corporea adeguata ed ogni adolescente possa migliorare il proprio corpo non come oggetto da mostrare o da utilizzare, bensì come totalità del proprio essere con cui agire, relazionarsi e misurarsi. E' in tal senso che Giovanni Gentile ci ricorda che se la volontà si serve del corpo, questo è segno certo che il corpo è prodotto dalla volontà.

Così, l'accettazione non deve risultare né statica né idealizzata. L'accettazione statica è quella che non si apre al miglioramento, subendo quasi il proprio corpo. L'accettazione idealizzata è quella narcisistica, per cui ci si forma un'immagine irrealistica di se stessi, enfaticizzata e perfetta. Per questo, bisogna educare al riconoscimento dell'unicità e della diversità, valorizzando gli aspetti personali e facilitando l'istituzione d'autentiche relazioni interpersonali.

Riconoscere l'unicità significa vedere in ognuno il suo modo di presentarsi e di essere. E' questa la dimensione di vocazione d'ogni persona.

Valorizzare gli aspetti personali significa considerare in ogni persona le sue peculiarità, in ogni espressione corporea e nella particolarità di doti e di modalità motorie. E' questa la dimensione d'incarnazione d'ogni persona.

Istituire genuine relazioni interpersonali significa predisporre la disponibilità emotiva, l'apertura, la flessibilità ed il senso del gruppo. E' attraverso tali dimensioni che la vita affettiva, sociale e professionale può adeguatamente svolgersi. E' questa la dimensione di comunione d'ogni persona.

Ulteriore obiettivo è quello di vivere il proprio corpo come dimensione relazionale. Condizione di tale dimensione è la disponibilità emotiva, da intendersi come apertura alla presenza dell'altro nella nostra interiorità. Tale dimensione è facilitata dalla vita relazionale di gruppo e dai rapporti d'amicizia. Tutto ciò può permettere l'istituirsi di un atteggiamento d'adattabilità e di flessibilità, fondamentale per le relazioni interpersonali a tutti i livelli. In questa dimensione si ritrova anche la base per un'armonica educazione alla sessualità, quale modalità relazionale espressiva e comunicativa privilegiata (Cfr. G. MOLLO, A scuola di valori, Ed. Porziuncola, Assisi 1996).

4. Nella consapevolezza che il linguaggio del corpo è il più potente mezzo d'espressione e di comunicazione, ci si deve far consapevoli della necessità di educarsi alla liberazione delle sensazioni, sempre nel rispetto e nella considerazione della situazione e della condizione di coloro con cui si entra in relazione. Se ci facciamo consapevoli che la funzione delle sensazioni è quella di favorire il processo vitale, allora è attraverso di esse che si sviluppa il senso dell'essere, consistente appunto non tanto in ciò che si fa, ma nel come lo si fa. Nel fluire delle sensazioni, infatti - come ci ricorda anche Alexander Lowen - convergono sia il processo d'azione sia l'intenzionalità dello scopo.

Primo aspetto di tale processo è quello dell'affinamento della sensibilità. Per questo Erich Fromm nel suo libro *L'arte d'amare* attribuisce alla disciplina, alla concentrazione, alla pazienza ed alla sensibilità con se stessi la funzione d'attivazione della pratica dell'amare, come comunicazione profonda ed autenticazione dell'essere.

Ulteriore aspetto è quello dell'esercizio del sentimento, quale arte dell'immedesimazione e dell'immaginazione. Abituarsi a con-sentire, con-venire e con-dividere è la via maestra per apprezzare modi di essere genuinamente e correttamente affettuosi, in maniera tale da appropriarsi di una modalità di essere capace di disponibilità e di cura.

In fine, c'è la dimensione dell'ampliamento del pensiero, per cui la stessa realtà dipende sempre da come la pensiamo e l'inventiamo, in quanto relazione che si struttura attraverso intenzioni e dinamiche valoriali (Cfr. G. MOLLO, Il senso della formazione, La Scuola, Brescia 2004). Per questo, il senso della realtà dipende sempre dal grado evolutivo della coscienza e dall'atteggiamento dell'animo umano rispetto agli altri ed al mondo.

L'educazione alla corporeità, pertanto, deve poter rappresentare l'accoglienza d'ogni persona nella sua incarnazione d'essere ed il riconoscimento dell'immersione dell'uomo nella sua corporeità. In tal modo si può consentire ad ogni persona di autotrascendersi nella relazione con l'altro e col mondo, così da consentire ad ogni corpo-persona di sentirsi iscritto in un orizzonte di senso ampio ed accomunante, dove potersi tutti riconoscere nella comune umanità.