



NERVALTEATRO



PREMESSA

di Nerval Teatro e Lorenzo Donati

Il teatro è uno spazio di incontro e di trasformazione, un luogo in cui interrogarsi, confrontarsi con i propri limiti e aprirsi alla relazione con l'altro. Su questa visione si fonda l'esperienza di Nerval Teatro, realtà attiva dal 2007 nella creazione e promozione di progetti teatrali, culturali e formativi orientati alla ricerca artistica e all'inclusione sociale.

Il Laboratorio Permanente *Il Teatro è Differenza*, attivo a Ravenna dal 2019, rappresenta uno dei percorsi più significativi di questo impegno. Rivolto a persone con disabilità, il progetto nasce dalla consapevolezza del valore artistico e umano di un lavoro che mette al centro le differenze come risorsa espressiva, capace di generare nuove forme di linguaggio scenico e nuove possibilità di relazione.

Il laboratorio coinvolge stabilmente circa 25 partecipanti provenienti da cooperative sociali del territorio – Selenia, San Vitale e La Pieve – ed è strutturato come un percorso continuativo che si sviluppa durante l'intero anno attraverso incontri intensivi e momenti di condivisione. Attivato in dialogo con l'Assessorato alle Politiche Sociali del Comune di Ravenna e ispirato a un'esperienza pluriennale nella Bassa Val di Cecina, il progetto si configura come un modello di intervento culturale capace di coniugare pratica artistica e inclusione.

Nel tempo, *Il Teatro è Differenza* ha dimostrato la propria efficacia non solo nel favorire percorsi di crescita personale e collettiva per i partecipanti, ma anche nel contribuire a trasformare lo sguardo della comunità sui temi della disabilità, della marginalità e della convivenza delle differenze.

Nerval Teatro

Il Diario delle differenze è un esperimento che ripetiamo per il secondo anno, confortati dagli esiti della prima edizione. Come lo scorso anno, ci siamo chiesti: cosa accade se mettiamo a confronto lo sguardo di chi sta crescendo con le persone che partecipano al laboratorio *Il teatro è differenza*? Chiunque ne faccia parte: attori e attrici, registi e guide, educatrici ed educatori. Quello a cui abbiamo assistito è uno spaesamento creativo che ha prodotto un dialogo fra persone fra loro diverse, qualcosa che a ben vedere dovrebbe sostanziare il vivere collettivo. I testi che seguono sono frutto di una settimana di osservazione intensiva da parte di tre studentesse impegnate nel loro percorso di PCTO. Noi ci siamo assunti la responsabilità di nutrire il campo di indagine attraverso alcune richieste e domande, in modo che le tre giovani potessero esercitare diverse modalità di osservazione partecipante e di restituzione scritta: in prima battuta scrivendo liberamente, poi concentrandosi su dettagli importanti e descrivendoli, ma anche prendendo parte agli esercizi e al laboratorio, approfondendo la conoscenza con le persone. Quale è la cosa più importante successa oggi? Quali sono i fatti che non dobbiamo assolutamente dimenticare, se pensiamo di ritrovare questi appunti fra qualche anno? Provate a scrivere a "voi stesse" nel futuro, appuntando ciò che è essenziale ricordare, mescolando fatti accaduti e considerazioni personali (emozioni, dubbi, imbarazzi ecc.).

Al centro del diario trovate alcuni "ritratti" e "incontri", un tentativo di sperimentare una dinamica teatrale anche nella scrittura mettendosi nei panni degli altri, mentre i testi degli ultimi giorni contengono domande e risposte sul senso dell'operazione.

Crediamo via via che qualcosa di piccolo stia cambiando, anche grazie a questi incontri. Cambia qualcosa nel teatro, nel modo di condurlo e di "pensarlo" a contatto con le studentesse, cambia qualcosa nella scuola e nel modo di immaginare percorsi di Pcto. Teatro, scuola, educazione qui si incontrano in un terreno comune, una zona mediana ancora sperimentale e che va interrogata e osservata, così che possa fungere da specchio sulle reciproche direzioni.

Lorenzo Donati

Diario delle differenze

FSL - Formazione Scuola Lavoro (ex PCTO)
Polo umanistico Liceo Dante Alighieri di Ravenna

Studentesse partecipanti: Leticia Maria Arcangeli,
Lucia Boccolacci, Martina Cavalieri D'Oro

Tutor progetto: Professoressa Iacono Caterina
Tutor esterno: Flaminia Pasquini Ferretti

Laboratorio Il teatro è differenza

A cura di Maurizio Lupinelli ed Elisa Pol
condotto da Maurizio Lupinelli, Flaminia Pasquini Ferretti, Elisa Pol

L'Attraversamento della settimana di febbraio è stato curato dalla
danzatrice e coreografa Cristina Rizzo

9 febbraio: il primo incontro e un esercizio di osservazione

Consegna: scegliamo un momento che ci è parso significativo, importante, da ricordare. Prendiamo quel momento e proviamo a raccontare che cosa è successo. Senza giudizi, senza "interpretare", senza spiegare. Ma solo raccontando: testimoniando quello che è accaduto. Dunque chi era coinvolto, quali azioni sono state fatte (i gesti, il corpo, il ritmo dei gesti ecc.), quali parole sono state dette. Proviamo a scrivere una decina di righe (mettendo nome e cognome).

Riflettendo sull'esperienza vissuta, mi risulta difficile individuare un singolo momento che mi abbia colpita più di altri. L'intera mattinata di ieri, infatti, non è stata caratterizzata da episodi isolati, ma si è configurata come un continuo susseguirsi di emozioni, profondamente intrecciate tra loro. Per questo motivo, più che soffermarmi su un evento specifico, ritengo significativo descrivere le sensazioni e gli stati d'animo che queste persone sono state capaci di trasmettermi.

La prima emozione che ho percepito con chiarezza è stata la calma. Fin dal primo istante, l'ambiente e le persone che lo animano sono riusciti a mettermi a mio agio, facendomi sentire accolta e accettata, senza alcuna forma di giudizio. In questo contesto, i pregiudizi sembrano dissolversi naturalmente, lasciando spazio a una dimensione in cui tutti si trovano sullo stesso piano umano e relazionale, così come dovrebbe essere. Un altro elemento che mi ha profondamente colpita è il forte senso di sostegno reciproco che caratterizza il gruppo. Nel momento in cui una persona manifestava difficoltà durante un esercizio o attraversava una fase di disagio, gli altri intervenivano immediatamente, con una spontaneità sincera. Bastavano poche parole o un gesto semplice, come stringere una mano o fare una carezza, per offrire conforto e incoraggiamento, dimostrando un'attenzione autentica verso l'altro.

Ciò che rende questo gruppo particolarmente significativo è il fatto che ognuno possiede caratteristiche uniche e ben riconoscibili. C'è chi riesce a ricordare i nomi di tutti, chi ama parlare e porre domande con entusiasmo, chi accompagna ogni situazione con il gesto delle mani che sembra chiedere "che senso ha?", ma che in realtà si rivela essere la persona più dolce e premurosa.

Altri sorprendono per le loro capacità fisiche ed espressive: chi è in grado di eseguire movimenti di arti marziali, chi sa ballare la breakdance con grande abilità e sicurezza. C'è poi chi appare più sensibile e riservato, tende a sminuirsi, ma, una volta sciolto, è capace di fare numerosi complimenti sinceri, rivelando una profonda delicatezza. Particolarmente toccante è stata per me la presenza di chi non riesce a parlare liberamente o a muoversi con disinvoltura nello spazio: in lei ho visto l'immagine di una ballerina spezzata, che, nonostante le difficoltà, conserva un'eleganza naturale nei movimenti, capace di scaldare il cuore. Accanto a queste figure, c'è anche chi parla velocissimo, trascinando tutti nel suo flusso di parole, per poi concludere con un ironico "chupa", accompagnato dal gesto dell'ombrello, regalando sorrisi e leggerezza.

Leticia Maria Arcangeli

C'è stato un momento che mi sembra significativo e importante da riportare.

Era ormai mezzogiorno e si stava svolgendo un'attività molto carina nella quale si doveva, una persona alla volta, interpretare un animale ed imitarne le movenze così da farlo indovinare al resto del gruppo. Mentre tutti noi cercavamo di capire l'animale mimato ed imitato da uno dei ragazzi, c'era un ragazzo, Lucio, visibilmente agitato. Il motivo l'ho capito solo dopo: voleva mostrare a noi ragazze del PCTO le sue capacità nella break dance. Aveva però già ballato davanti a noi, circa venti minuti prima, durante la pausa, e non era più il momento di ballare. Proprio per questo, le "educatrici", gli hanno riferito che non poteva ballare o parlare con noi perchè per quell'attività si aveva bisogno della massima concentrazione e del massimo silenzio anche da parte di chi cercava di indovinare. A quel punto Lucio, penso infastidito da questa negazione a lui data, è uscito dalla sala in cui eravamo.

A seguirlo è stata una delle educatrici che, prima di uscire ha comunicato alle colleghe il fatto che probabilmente si era infastidito a seguito del loro discorso.

Non so cosa abbia detto l'educatrice a Lucio, ma sono poi rientrati e subito anche un'altra educatrice, vedendolo ancora agitato (infatti sbatteva le mani sui gradoni dove eravamo seduti e sul palco) ha cercato di fargli lo stesso discorso già fatto dalle colleghe. Volevo riportare questo avvenimento perché mi ha colpito molto.

Soprattutto mi ha colpito il modo calmo, tranquillo e gentile delle educatrici (almeno per ciò che sono riuscita a sentire). Loro sono infatti sempre pronte ad aiutare, come in questo caso, e non a giudicare.

Lucia Bocolacci

Un ricordo che ho particolarmente vivido di questa giornata è avvenuto durante l'attività di imitare un animale attraverso il corpo. L'istruttrice aveva spiegato l'attività ma i ragazzi non riuscivano completamente a lasciarsi andare ed eseguirlo nella maniera in cui lo aveva spiegato. A un certo punto ricordo un ragazzo di nome Lorenzo che ha iniziato ad imitare un animale, questo animale si capiva poiché il ragazzo faceva movimenti molto riconoscibili però abbiamo tutti aspettato che lui finisse. Improvvisamente però l'istruttrice lo ha fermato e gli ha chiesto di rifare i gesti e di non fermarsi ad imitarlo ma di cercare di immedesimarsi usando tutto lo spazio a disposizione. Questo ragazzo ha iniziato a fare gesti quasi raccontando una storia spesso guardando negli occhi l'istruttrice, faceva movimenti come grattarsi la pancia o vicino alle ascelle, raccoglieva e mangiava una banana e molti altri gesti. Alla fine della sua performance si è fermato e dovevamo indovinare, si capiva che questo animale era un gorilla ma un altro ragazzo ha detto che era una scimmia, si è creato un veloce dibattito sulla differenza tra scimmia e gorilla. Lorenzo ci ha poi spiegato che questo gorilla era una femmina che aveva avuto 8 cuccioli e li stava allattando, i cuccioli piano piano sono cresciuti. Non so perché ma mi è rimasta impressa la sua espressione mentre guardava l'istruttrice come se stesse cercando di farglielo capire in tutti i modi.

Martina Cavalieri D'Oro

10 febbraio

La giornata di oggi è stata, ancora una volta, una vera e propria altalena emotiva. L'esercizio che ha dato inizio a tutto è stato quello dell'inchino teatrale, un gesto semplice solo in apparenza, che si è poi trasformato in qualcosa di molto più profondo grazie alle persone che lo hanno attraversato. Tra le prime a svolgerlo ci sono state Cristina e Michela. Entravano ed uscivano dalla scena con movimenti essenziali, quasi trattiene. Cristina, in particolare, appariva inizialmente spenta, come se il suo corpo fosse presente ma la sua energia altrove. Poi è partita la musica. In quel momento l'ho vista cambiare: si è accesa, si è animata, ha iniziato a cantare, a muoversi, a occupare lo spazio con una vitalità improvvisa e autentica. Non stava semplicemente eseguendo un esercizio, stava vivendo quel momento. In lei ho visto una presenza piena, intensa, come se per quei minuti fosse davvero libera, come se nulla avesse più peso se non ciò che stava esprimendo. È stato lì che ho percepito quanto il teatro possa diventare un luogo in cui una persona non solo agisce, ma esiste pienamente.

Successivamente è stato il mio turno insieme a Lucio, ed è qui che l'esercizio ha assunto per me un significato ancora più profondo. All'inizio eravamo due presenze separate, ciascuna immersa nei propri inchini e nei propri movimenti, come due percorsi paralleli sul palcoscenico. Poi, a un certo punto, ho sentito dentro di me una spinta silenziosa, una sorta di invito ad abbandonare la distanza e il controllo, a lasciarmi andare davvero. Ho iniziato a seguire Lucio. Volevo che il mio corpo si sintonizzasse con il suo, con il suo ritmo e con il suo modo di sentire. Non avevo un messaggio preciso in mente, ma sentivo che quel dialogo non verbale ne conteneva uno molto forte. Ho cominciato a camminare come lui, muovendo i piedi lentamente, con attenzione, come se ogni passo dovesse essere riscoperto, pesato, riconquistato. Era un camminare consapevole, quasi fragile, come se stessi entrambi imparando di nuovo a stare nello spazio. Osservando Lucio, ho notato il modo in cui muoveva le braccia, aprendole sopra la testa, e ho cercato di riprodurre quel gesto. Le tenevo aperte, mai chiuse in difesa, come segno di fiducia e disponibilità. Attraverso quei movimenti volevo fargli capire che poteva fidarsi, che ero lì con lui e non sopra di lui.

Anche nel gesto di accarezzarmi le braccia ho cercato di rispecchiarlo, fino ad arrivare a desiderare, dentro di me, che fossimo un'unica presenza scenica, come le due facce della stessa moneta. Non volevo che fosse solo lui a parlarmi attraverso il corpo, ma che ci fosse uno scambio reale.

Quando la musica è cambiata, ho deciso di avvicinarmi ulteriormente, entrando nel suo spazio con estrema delicatezza, lasciandogli sempre la possibilità di allontanarmi. Non lo ha fatto. Anzi, ci siamo scambiati i ruoli, occupando ciascuno il posto dell'altro sul palcoscenico, come se avessimo accettato reciprocamente di affidarci. Osservando di nuovo i suoi piedi, ho avuto l'impressione che stesse danzando un valzer silenzioso, fatto di equilibrio e ascolto, e ho seguito quel ritmo, lasciandomi guidare dalle sue movenze.

È stato in quel momento che ho sentito di essere davvero vista. Lucio ha alzato lo sguardo e ci siamo guardati per alcuni secondi, sospesi, prima di iniziare una sorta di valzer a distanza, senza contatto, ma pieno di presenza. Alla fine mi sono fermata, ho lasciato scendere le braccia e, per la prima volta, sono stata io a guidare. Lucio mi ha seguita. Ho sollevato prima un braccio, poi l'altro, ho fatto un inchino e gli ho sorriso.

In quei minuti mi sono sentita parte del loro mondo, non come osservatrice ma come partecipante. Mi sono adattata al tempo, al sentire e al linguaggio corporeo di un'altra persona, comprendendo che non sempre ciò che definiamo "normale" è ciò che comunica di più. Spesso è ciò che è diverso, ciò che lascia un segno dentro, a trasformarci davvero. Anche se non riesco a descrivere ogni sfumatura di ciò che si è creato, so che questa esperienza ha lasciato in me qualcosa di profondo e duraturo.

Leticia Maria Arcangeli

Ciò che oggi mi ha particolarmente scosso e che mi ha emozionato, è avvenuto durante un'attività che richiedeva di inchinarsi come se si fosse a teatro e di farlo inizialmente senza musica e poi con una musica sotto muovendosi nella scena.

Dopo che lo ha svolto la prima coppia composta da Gilberta e Simone, è stato il turno di Cristina e Michela. Le due donne sono partite a inchinarsi entrando ed uscendo da quella che Lupo e Cristina Rizzo avevano definito fosse la scena. Inizialmente, come ho detto, lo hanno fatto senza musica, poi, ascoltando le continue richieste da parte di Cristina di mettere una canzone di Laura Pausini, è stata messa in sottofondo La solitudine. Se prima Cristina era moscia, senza voglia e spenta, con la canzone si è svegliata, si è caricata e ha iniziato a cantarla gesticolando, ballando ed inchinandosi come richiesto. Non so descrivere il motivo della mia emozione durante e dopo la sua "esibizione", forse proprio il modo in cui la cantava: era entrata in una sorta di trans ed è stata proprio forse questa trans a farmi emozionare.

Cantava come se effettivamente fosse l'unica cosa che contava davvero. Come se il resto dei problemi non esistessero. È così che mi sono sentita in quel momento: sollevata dai problemi, dai pensieri e dalle preoccupazioni.

Lucia Bocolacci

Sulla giornata di oggi ci sarebbero molte cose da raccontare. Questa mattina alle 10 ci siamo messi in cerchio insieme agli altri ragazzi, c'era chi era arrivato prima e chi arrivava durante l'attività. La prima attività proposta da Cristina è "dire il proprio nome" associandolo a un gesto. Successivamente, dopo questa presentazione abbiamo, ripetuto l'attività svolta ieri: imitare una persona che stava al centro. Poi abbiamo fatto un gioco in cui dovevamo riportare un disegno che ci veniva fatto sulla schiena dalla persona davanti a noi, fino ad arrivare all'ultima della fila che doveva disegnare quello che sentiva. Questo gioco non è andato benissimo perché alla fine non arrivava mai il disegno, anche se in qualche modo alcune linee alla fine ritornavano. Poi abbiamo fatto un'altra attività dove una persona era a margine della scena e un'altra doveva copiare i suoi movimenti cercando di far capire la storia raccontata. Un'attività su cui mi vorrei soffermare è l'ultima in cui era stato richiesto a due persone di fare inchini davanti a tutti, muovendosi liberamente nello spazio e prendendosi tutto il tempo che gli serviva. A un certo punto partiva la musica e in alcuni momenti sembrava che le due persone prese dalla musica danzassero a volte anche interagendo l'uno con l'altro sempre attraverso gli inchini. Un momento che mi ha particolarmente colpito è stato quando Letizia ha fatto l'attività con Lucio, che in quel momento sembrava come se fosse in un mondo a sé, concentrato sul fare questi inchini mentre Letizia cercava di seguire i suoi movimenti ma anche di improvvisare. Improvvisamente è partita la musica e ho notato come entrambi sembrava che stessero ballando, inizialmente senza un senso apparente. Poi Letizia ha iniziato a imitare i movimenti di Lucio cercando di creare qualcosa di più armonioso e muovendosi in tutto lo spazio rispettando sia la richiesta di fare gli inchini sia la musicalità che donava la canzone di sottofondo. Questo momento, anche guardando i nostri video e foto, mi ha colpita molto sia per la musica toccante sia per l'emozione che in quel momento mi trasmettevano i loro movimenti, perché a quel punto non erano più solo inchini fatti verso un pubblico ma era come se stessero raccontando qualcosa.

È stato molto bello anche il momento in cui alla fine si sono girati l'uno verso l'altra e hanno fatto un inchino con tanto di chiusura della musica, passaggio che mi ha dato ancora di più l'idea del racconto di una storia. E mi piace notare come tutte le coppie abbiano svolto l'attività in modo completamente diverso le une dalle altre trasmettendo emozioni diverse. C'era chi trasmetteva eleganza, chi a volte sembrava quasi insicura davanti al pubblico. È stata un'attività interessante ed emozionante anche per chi osservava e questo ci mostra come non sempre si deve entrare dentro a un momento per imparare e sentire qualcosa.

Martina Cavalieri D'Oro

CHI SIAMO E CHE COSA CERCHIAMO

Leticia Maria Arcangeli

Sono Leticia, e sono alla ricerca della mia strada. Non saprei neanche come continuare perché non so quali siano le informazioni importanti da sapere sulla mia persona per fare colpo su un lettore futuro. Però so perché mi trovo qui. Sono qui, oggi, per potermi un giorno rammentare che nel mio essere io non vedo differenze fra una persona con o senza disabilità. Voglio poter assicurare alla me del futuro che non tutto il mondo è bianco e nero, ma ci sono molteplici sfumature, e io posso essere una di queste. E voglio poter portare un messaggio; ovvero quello di dare una possibilità a quello che ci fa paura.

Il primo giorno ero terrorizzata dal fare una brutta impressione, dallo sbagliare e, lo ammetto: avevo paura di come il mio corpo, anche se inconsciamente, potesse reagire a uno stimolo nuovo e diverso. Eppure una volta messo piede in quello spazio nuovo, mi sono sentita subito a casa. La verità era che ero solo spaventata da un'idea che mi avevano inculcato da piccola: «il diverso deve far paura perché non agisce come il normale». Ed io, Leticia, non voglio più che qualcosa mi spaventi a tal punto da dubitare della bontà d'animo di qualcuno.

Lucia Boccolacci

Mi chiamo Lucia Boccolacci e non mi piace parlare di me, ritengo che ci siano cose più importanti di cui parlare e questa penso sia una delle mie caratteristiche più importanti e forse anche uno dei miei difetti più grandi. Una parte di me vorrebbe raccontarsi, l'altra invece crede che la mia persona venga dopo i problemi degli altri e quelli del mondo.

Tendo a non parlare di me, a non cercare l'attenzione mettendomi in mostra. Tendo a non espormi per non risultare imbarazzante, diversa e complicata. E forse è proprio quello che voglio imparare da questa esperienza e dal Teatro. Vorrei imparare ad eliminare l'ansia di essere giudicata, ma ad oggi ho sempre incontrato persone pronte a farlo.

In questi tre giorni di PCTO ho notato come in questo ambiente non esista il giudizio, ognuno è libero di essere quello che è senza il timore di essere messo in discussione. Credo che per me sia la cosa più bella del percorso: riuscire ad essere me.

Un'altra cosa che mi piacerebbe imparare dal percorso è gestire situazioni a me sconosciute e che mi rendono debole. In questi tre giorni mi sono relazionata a una realtà a me sconosciuta e, nonostante la costante paura di sbagliare, sento già di aver imparato qualcosa in più rispetto a come sono arrivata, di essere una persona diversa rispetto a quella che ero quando sono arrivata. Questo percorso e queste persone ti cambiano, spero di riuscire ad imparare a fare ciò che ho scritto.

Martina Cavalieri D'Oro

Mi chiamo Martina e sono tre giorni che partecipo a questa nuova esperienza. All'inizio avevo molte domande e un po' di timore su come comportarmi, ma osservando gli altri ragazzi ho capito che qui tutto nasce dall'ascolto e dalla semplicità. Mi ha colpito quanto siano stati accoglienti e disponibili a raccontarsi, rendendo il rapporto naturale e spontaneo. Questo posto mi sta facendo capire quanto il teatro possa aiutare le persone ad aprirsi e a comunicare anche oltre le parole. Con persone con disabilità sto imparando a superare le mie insicurezze e a guardare prima la persona, non la difficoltà. Da questa esperienza cerco crescita umana, prima ancora che artistica. Voglio imparare a relazionarmi in modo autentico, mettermi in gioco e capire come l'arte possa diventare uno strumento di inclusione e incontro vero tra le persone.

11 febbraio

Oggi mi colpisce particolarmente un avvenimento con Erica.

Erica cerca sempre un contatto con me, fisico e mentale.

È come una frequenza sottile che vibra intorno a noi: un tocco leggero, uno sguardo che resta un secondo in più, un'aura che sembra cercare la mia.

Durante il primo esercizio dobbiamo ballare.

La musica si diffonde nella stanza come un'onda calda che accarezza l'aria.

Lei è seduta accanto al signor Romano e ci guarda con occhi persi, come se fosse dietro un vetro sottile, la luce attorno a lei tremolante e distante.

Mi avvicino e le prendo la mano.

La sua pelle è tesa, quasi fredda, all'inizio. La invito a ballare.

Mi guarda sorpresa, incredula.

Le accarezzo la mano: le dita si sciolgono, le spalle si abbassano, e il suo respiro si mescola al ritmo della musica.

È come se una luce calda scorresse tra noi. La porto al centro della stanza.

La musica sembra avvolgerci, vibrante, più vicina.

Balliamo senza perfezione, ma con presenza, e la nostra energia si intreccia.

A un certo punto mi dice che sono la sua migliore amica.

Vedo in lei una bambina che cerca affetto, scelta, riconoscimento.

E dentro di me qualcosa si incrina: vedo la me piccola, quella che desiderava solo essere notata, essere scelta, avere un gesto sincero che la confermasse.

La sua aura riflette la mia, come due luci che si sfiorano.

So che tra poco tutto finirà.

Torneremo a essere quasi sconosciute, con un ricordo in comune.

Potrei avvisarla, ma non me la sento.

Non voglio spegnere questa luce né ferirla, né farmi ferire.

Così le sorrido.

Le restituisco quello che posso: presenza, calore, attenzione.

Non voglio lasciare questo gruppo.

Alcuni di loro hanno bisogno di me.

E io ho bisogno di loro.

Questi scambi, imperfetti ma veri, sono ciò che ci tiene insieme.

Oggi, mentre ballo con Erica, capisco che non è solo un esercizio: è un incontro, un punto di contatto tra due fragilità che per un attimo si sostengono a vicenda.

E in quel contatto, qualcosa dentro di me si apre come una luce che si espande.

Leticia Maria Arcangeli

Oggi un avvenimento più di tutti mi ha coinvolto totalmente e ora voglio raccontarlo.

Sono le 11 e c'è la pausa, durante la quale ho la possibilità di avere una conversazione molto coinvolgente con Barbara, una donna sempre sorridente e simpatica.

Come i giorni precedenti, infatti, io e le mie compagne ci mettiamo sui gradini che portano al palco, a parlare con Erica e Barbara.

Parliamo del fatto che i parenti di Erica le abbiano comprato dei pantaloni e del fatto che Barbara si è fatta tagliare i capelli in vista dell'incontro con suo papà di oggi.

Subito noto come Barbara si faccia indietro, come se fosse estraniata dal resto.

Non so il motivo di questo allontanamento.

Vedo le sue mani elevarsi verso il suo viso e coprirsi la faccia.

Subito penso che lo stia facendo per la vergogna di provare quell'emozione, come se queste fossero uno scudo verso il mondo esterno.

Capisco, quando le toglie dal viso e mostra così un'espressione diversa da quella imbarazzata, quasi disperata, con la fronte corrugata e la bocca increspata, che sta per piangere.

Non so come intervenire, ho paura di sbagliare.

Cerco sostegno dalle mie compagne che però sono prese dal discorso di Erica e per questo le chiedo cosa c'è che non va.

Lei mi risponde che le è tornata in mente la morte della sua mamma.

Ora capisco il motivo della sua espressione.

A questo punto, penso a cosa fare per aiutarla: le prendo le mani, calde ed accoglienti, e lei le stringe, come se avesse fisicamente e mentalmente bisogno di questo.

Si avvicina a me con le braccia aperte.

In questo momento mi si scioglie il cuore.

Mi cerca con le braccia e io metto fine alla sua ricerca: porto le sue braccia intorno al mio bacino e le cingo le spalle con le mie e lei mi stringe, senza staccarsi.

È un abbraccio caldo e comunicativo.

È lei la prima a sollevare la testa e a staccare le braccia, io sarei rimasta in questa posizione per delle ore, seppur per me scomoda perché in ginocchio

sui gradini, ma probabilmente quell'abbraccio ha fatto il suo dovere.

Ha curato.

Forse anche io avevo bisogno di quell'abbraccio, lo sento.

Ora mi guarda con il suo sorriso di sempre, come se quell'abbraccio le avesse cancellato tutto, e mi mima un "grazie" con la bocca.

Io le sorrido ed è un sorriso sincero, di chi sa di aver fatto del bene ed è lo stesso che ha lei.

Forse in fondo sa di aver fatto del bene anche a me.

Forse sa che avevo bisogno di questo.

Sono contenta di aver gestito questa situazione, e di aver fatto stare bene una persona.

Lucia Bocolacci

Come ogni altro giorno, anche oggi è stata una giornata ricca di avvenimenti che meriterebbero di essere raccontati. Tuttavia, voglio soffermarmi su un momento preciso, che avviene durante una delle prime attività proposte.

L'attività prevede che una persona si posizioni al centro del cerchio e crei movimenti seguendo la musica di sottofondo, lasciandosi guidare dal ritmo e dalle emozioni. Quando arriva il turno di Cristina, l'atmosfera cambia. Appena parte la musica, lei rimane immobile, con il corpo rilassato, come se stesse ascoltando attentamente ogni nota. Sembra concedersi il tempo necessario per accogliere la melodia dentro di sé, per farla propria in modo profondo e autentico.

Poi, lentamente, quasi impercettibilmente, inizia a muovere le braccia con gesti fluidi, delicati e armoniosi, tenendo gli occhi chiusi. I suoi movimenti sono lenti, controllati, mai eccessivi. Spesso si sfiora i capelli e il viso con una dolcezza sorprendente; quei gesti, semplici ma intensi, assumono un significato profondo grazie alla musica malinconica che li accompagna. In me suscitano una sensazione di tristezza lieve ma anche di pace interiore, come una malinconia serena. Cristina comincia a muoversi nello spazio con piccoli passi leggeri, compiendo qualche giravolta lenta su se stessa. Ricordo con particolare chiarezza un movimento: solleva le mani sopra la testa e, con estrema lentezza, le fa scivolare tra i capelli, per poi portarle sempre più in basso, fino a fermarsi all'altezza del cuore. In quel gesto percepisco un passaggio simbolico, come se accompagnasse un'emozione dalla mente al cuore. Per quasi tutto il tempo tiene gli occhi chiusi, aprendoli solo raramente, come se fosse immersa in uno spazio intimo e personale. In questo momento mi sento profondamente tranquilla, ma anche commossa. Mi chiedo quali emozioni stia vivendo, quali pensieri stia trasformando in movimento. Cristina, solitamente silenziosa e riservata, attraverso quei gesti espressivi e autentici dimostra che esistono emozioni impossibili da tradurre in parole, ma perfettamente comunicabili attraverso il corpo. È stato per me un momento intenso, delicato e sorprendentemente liberatorio, che mi fa riflettere su quanto il linguaggio dei gesti sia potente e sincero.

Martina Cavalieri D'Oro

RITRATTI E INCONTRI

Barbara raccontata da Lucia

Grazie a quest'esperienza ho avuto modo di conoscere molte persone, alcune con difficoltà maggiori, altre con difficoltà minori. La persona che più di tutte mi ha colpito e incuriosito, oltre ad essere quella con cui ho più legato, è stata Barbara.

Barbara è una signora molto dolce e calorosa di appena 57 anni, nata il 20 ottobre del 1968.

Ho avuto modo di conoscerla a fondo, di conoscere i suoi modi di fare, il suo modo di parlare, il tono di voce, la sua camminata, la sua storia. Ho avuto modo di "saperla", non solo di conoscerla. Di vederla, non solo di guardarla. Di ascoltarla, non solo di sentirla.

Ha i capelli castani tendenti al rosso e un viso molto tenero.

Parliamo spesso della sua vita, della sua famiglia.

Mi ha raccontato cose che puoi raccontare solo se sei una persona aperta e dal cuore buono.

Mi sono legata molto a lei, al punto che mi dispiace lasciarla, non vederla più. Questo progetto ti fa legare umanamente alle persone, ti ci affezioni.

In scena è sempre attiva, in tutte le attività che abbiamo svolto. Riesce a "mettere il suo" in tutto ciò che fa, senza però strafare o prevalere sugli altri. Ed è questo ciò che ammiro di lei.

Alcune volte, per la stanchezza forse, si allontana durante un'attività dal resto del gruppo e si siede vicino a Romano, un uomo del gruppo, per riposare le gambe.

È molto lenta nei movimenti, nonostante non sia avanti con l'età.

Per quanto ho avuto modo di conoscerla, mi sembra essere una persona affettuosa, genuina e sensibile. Spesso infatti, mi ritrovo immersa in un suo abbraccio, specialmente nei momenti in cui i pensieri riguardo a questioni personali prendono il sopravvento.

La sua voce è calda, dolce, leggera, come fosse una farfalla, ma allo stesso tempo molto marcata.

Non sempre mi ha dato l'idea di essere felice ma, per quanto mi è parso standole accanto, riesce comunque a mettere da parte tutto e sorridere.

Ama ballare, però ama anche stare ferma. Ama parlare, però ama anche stare in silenzio. Almeno questo è ciò che io ho compreso ed inteso di lei in questa settimana.

Ha uno sguardo intenso, dolce, che dona tranquillità. Ecco, forse è questa la parola che assocerei alla sua persona: tranquillità.

Se dovessi paragonarla a qualcosa, penserei a un giardino interno fiorito all'interno di un castello: ricco di fiori che purtroppo si fanno fatica a vedere, se ci si ferma alle apparenze e a ciò che viene detto. Si riescono a vedere i fiori splendidi solo se si va oltre. Se si vogliono annusare i fiori, c'è bisogno di tempo e conoscenza del giardino e dei fiori che lo compongono. Ecco io credo di essere arrivata a vedere i fiori, ma credo anche di non avere avuto abbastanza tempo per annusarli e sentirne l'essenza.

Spero solo che non si dimentichi di me, perché io non lo farò.

Mi ha segnato dentro, senza un motivo preciso.

La sua persona mi ha segnato dentro e questo segno, io, non voglio cancellarlo.

E con il suo, ho i segni di tutti gli altri, che conserverò per sempre, spero.

Cristina raccontata da Leticia Maria

Cristina ha superato i cinquanta, ma non è una donna che si lascia definire dall'età. Porta i capelli argentati, corti, con una naturalezza che mi ha sempre colpita. Come se avesse fatto pace con il tempo, anche se forse non del tutto con sé stessa. Quando balla chiude gli occhi. Sempre. All'inizio pensavo fosse per timidezza, poi ho capito che no, è perché sente davvero.

Si lascia attraversare dalla musica come se fosse l'unico modo che ha per dirsi certe cose.

Le piace Laura Pausini, e come la canta Laura Pausini! Con quella voce che non è perfetta ma è piena, piena di emozione, di nostalgia, di speranza. Quando parte una sua canzone, Cristina si trasforma, stringe un po' le labbra, poi sorride, poi chiude gli occhi.

E in quel momento ho sempre avuto l'impressione che desiderasse essere scelta, non per forza da qualcuno in particolare. Scelta e basta. Vista. Voluta.

Veste casual, senza troppi pensieri. Jeans, maglie semplici, scarpe comode. Non è il tipo che entra in una stanza per farsi notare. Ma se la guardi, lei se ne accorge e ti regala quel sorriso, un sorriso vero, quasi grato. Come se il fatto di essere notata fosse un regalo inatteso.

Ballare con lei è bello proprio perché è imperfetto, magari non si è subito in sintonia, magari si sbaglia il tempo, ma si ride, con Cristina si ride sempre. Ha un'ironia sottile, intelligente, che usa anche per proteggersi. Perché spesso si siede un po' in disparte, si autoesclude, come se non volesse disturbare, come se non fosse sicura di avere diritto a stare al centro. E io, quando parlavo con altre e la vedevo lì, magari con quel mezzo sorriso e lo sguardo che fingeva indifferenza, sentivo qualcosa stringermi il cuore. Perché sapevo che avrebbe voluto essere scelta lei. E forse anch'io, in quei momenti, avrei voluto scegliere diversamente. Non per dovere, ma per quella stretta che mi faceva capire che lei, in mezzo agli altri, per me non era una delle tante.

Cristina a volte mi è sembrata una donna triste. Non in modo evidente, non plateale.

Una tristezza silenziosa, come se non si rendesse conto di quanto vale, come se non avesse ancora capito che è al mondo per un motivo preciso. E invece ce l'ha. Ce l'ha nel modo in cui ascolta, nel modo in cui ride, nel modo in cui balla a occhi chiusi come se stesse affidando alla musica tutto quello che non riesce a dire.

Ha un cuore grande, di quelli che si fanno piccoli solo per non pesare sugli altri. E mi mancherà. Mi mancherà il suo modo di cercare senza chiedere, di sperare senza pretendere. Mi mancherà la sua voce che canta Laura Pausini con un filo di malinconia. Ma più di tutto mi mancherà la versione di me che esce fuori quando sono con lei. Più leggera, più vera, più attenta. Con Cristina ero una versione di me che mi piaceva. E forse è questo che fa più male.

Non solo perdere lei, ma perdere anche quel pezzo di me che con lei riusciva a esistere.

Erica raccontata da Martina

Partecipando a questo progetto ho conosciuto persone davvero meravigliose e sceglierne una sola non è stato facile, ognuna di loro ha qualcosa di speciale. Oggi però voglio parlare di Erica. Forse può sembrare una scelta scontata, ma fin dal primo momento il suo modo di fare mi ha colpita. Erica ha 49 anni ed è una donna sempre solare. Quando entra nella stanza si nota subito: cerca il nostro sguardo, ci saluta con entusiasmo e nei suoi occhi c'è una luce così viva che ogni volta mi trasmette tranquillità. Ha un accento romagnolo molto marcato che all'inizio quasi ci faceva ridere, ma in realtà è una cosa che la rende ancora più unica. Un giorno le abbiamo chiesto di parlarci in romagnolo e lei, divertita, ha iniziato a dire qualche frase nel suo dialetto. È una persona molto aperta. Fin dal primo giorno ci ha parlato della sua famiglia, di sua sorella e dei suoi animali, di cui racconta sempre con tanto affetto. A volte ripete le stesse cose più di una volta, ma si capisce che per lei sono importanti. Anche quando le cose vanno male, Erica cerca sempre il lato positivo e tende a giustificare anche chi magari la tratta male. In lei vedo un'anima davvero buona e genuina. Spesso la vedo parlare con Barbara. Secondo me sono molto legate. A volte si parlano sopra o si zittiscono, ma subito dopo ricominciano a parlare come se niente fosse. Si vede che c'è affetto. Durante le attività Erica è quasi sempre molto attiva. Le piace sperimentare cose nuove e mettersi in gioco, a volte anche con un po' di fretta. Quando parte la musica si scatena: inizia con il suo movimento di bacino e poi coinvolge tutto il corpo. Si vede che ama ballare, lo fa con naturalezza e senza preoccuparsi del giudizio degli altri. Nelle attività di imitazione, fin dal primo giorno, fa sempre una faccia buffa con la lingua fuori e lo sguardo arrabbiato. La prima volta l'ho vista farla in un esercizio con Lupo e mi ha fatto ridere tantissimo. Erica riesce sempre a strapparmi un sorriso. Ricordo però anche un momento diverso. Il secondo giorno è entrata con uno sguardo triste, diverso dal solito. Aveva litigato con qualcuno. Durante un'attività in cui dovevamo dire il nostro nome, ha detto di chiamarsi "nessuno".

Vederla così, lei che è sempre così luminosa, mi ha fatto molta tristezza. Io e le mie compagne siamo andate a parlarle per tirarle su il morale e, poco dopo, il suo sorriso è tornato. Di Erica probabilmente non ho raccontato neanche una piccola parte. Non ci conosciamo da tanto tempo, ma sono sicura che dentro di lei c'è un mondo intero. E forse è proprio questo che la rende così speciale.

Un incontro fra Romano e Leticia

Certe esperienze arrivano senza preavviso e ti sorprendono proprio dove meno te lo aspetti. L'esercizio degli inchini, che all'inizio mi sembrava soltanto una pratica formale, quasi teatrale, si è trasformato in qualcosa di molto più profondo grazie a Romano. Lui è un signore anziano, con i capelli ormai radi e lo sguardo che alterna vivacità e malinconia, parla sbiascicando, le parole gli si impastano in bocca e spesso si fatica a comprendere ciò che sta dicendo, i primi giorni annuivo per cortesia, cercando di intuire il senso dai gesti, dagli occhi, dal tono della voce, mi sentivo un po' in colpa, ma anche disorientata, era come trovarsi davanti a una radio sintonizzata male, dove la musica arriva a tratti, disturbata. Eppure Romano aveva una presenza che non passava inosservata, nei suoi movimenti c'era qualcosa di antico, un'educazione d'altri tempi che si percepiva anche nei dettagli più piccoli, quando abbiamo iniziato l'esercizio degli inchini ho capito che per lui non era solo un compito assegnato, c'era un'intenzione, un rispetto autentico nel modo in cui si disponeva davanti a me. La prima volta che si è chinato l'ha fatto con lentezza, quasi con solennità, io ho ricambiato, cercando di mantenere la postura, di essere precisa, ma dentro sentivo una strana emozione, come se quel gesto semplice stesse aprendo uno spazio nuovo tra noi. Poi è successo qualcosa che non mi aspettavo: dopo l'inchino Romano ha preso la mia mano e me l'ha baciata, non in modo frettoloso o imbarazzante, ma con una delicatezza che mi ha spiazzata, è stato un gesto breve, ma carico di significato, mi sono sentita arrossire, sorpresa da quella galanteria così rara oggi, e non è finita lì, lo ha fatto una seconda volta, come se volesse ribadire il rispetto, la cura, forse

anche l'affetto che stava nascendo in quel momento di condivisione. In un altro passaggio dell'esercizio mi ha dato anche due baci sulle guance, erano baci leggeri, quasi paterni, ma hanno avuto su di me un effetto inatteso, mi sono sentita per un attimo una ragazza d'altri tempi, come se fossi uscita da una scena in bianco e nero, dove gli uomini baciano la mano alle donne e gli inchini non sono solo formalità, ma dichiarazioni silenziose di stima. In quel gesto ho percepito qualcosa di profondamente umano, un bisogno di connessione che andava oltre le parole. E pensare che per quasi tutto il tempo non riuscivo a capire davvero cosa dicesse! Solo negli ultimi giorni, forse perché mi sono abituata al suo modo di parlare, forse perché ho iniziato ad ascoltarlo con più pazienza, ho cominciato a comprendere le sue frasi, ho scoperto che dietro quel parlare confuso c'erano osservazioni attente, battute sottili, piccoli racconti, mi è dispiaciuto immensamente aver colto il senso delle sue parole solo alla fine, è come se mi fossi persa una parte del viaggio, come se avessi camminato accanto a lui senza accorgermi fino in fondo della sua voce. Questa consapevolezza mi ha lasciato un velo di malinconia, mi sono chiesta quante volte, nella vita, non capiamo qualcuno solo perché non ci fermiamo abbastanza ad ascoltare. Romano, con il suo parlare incerto, mi ha insegnato una lezione silenziosa: la comunicazione non è fatta solo di parole chiare, ma di presenza, di sguardi, di gesti, il suo bacio sulla mano valeva più di mille discorsi ben articolati. Durante l'esercizio ho sentito il mio cuore sciogliersi poco a poco, all'inizio ero concentrata sulla tecnica, la posizione dei piedi, l'inclinazione della schiena, la coordinazione del movimento, poi, quasi senza accorgermene, ho iniziato a vivere quel momento in modo più autentico, non era più un semplice esercizio, ma un dialogo muto, ogni inchino diventava un modo per dirci ti vedo, ti rispetto, sono qui con te. Romano, con la sua età e la sua fragilità, mi ha fatto sentire vista in un modo diverso, non come una ragazza del presente, immersa nella fretta e nella praticità, ma come una donna degna di un gesto elegante, di un'attenzione speciale, è stato un regalo inaspettato, in un mondo dove tutto è rapido e spesso superficiale. Quel bacio sulla mano mi ha ricordato che esiste ancora una forma di delicatezza che non ha bisogno

di parole perfette... quando ripenso a quei giorni non ricordo tanto le difficoltà nel capire ciò che diceva, quanto la dolcezza che ha saputo trasmettermi, mi resta il rimpianto di non aver affinato prima l'ascolto, ma anche la gratitudine per averlo fatto almeno alla fine. Forse è proprio questo il senso degli incontri: non sempre comprendiamo subito chi abbiamo davanti, ma se restiamo abbastanza a lungo qualcosa si apre. Romano mi ha lasciato un'immagine tenera nel cuore, quella di un uomo che, nonostante l'età e le difficoltà nel parlare, sceglie ancora la gentilezza come linguaggio principale, e io, grazie a lui, ho potuto sentirmi per un attimo parte di un'epoca in cui gli inchini erano promesse di rispetto e i baci sulla mano facevano arrossire, un piccolo frammento di passato che ha illuminato il mio presente.

Un incontro fra Lucia e Antonietta

Abbiamo svolto lo stesso esercizio di Lucio e Lorenzo: arrivare al centro della "scena", inchinarsi e tornare indietro. Una delle due doveva guidare l'altra. Inizio io a guidare. Prendo la mano della mia compagna e prima di entrare in scena, tiro un sospiro liberatorio. Camminiamo, lentamente, verso la scena. Sento una pesantezza addosso, come se mi stessero spingendo verso il basso. Questa passa appena Antonietta si gira verso di me. Camminiamo verso la scena, serie, lente, concentrate a non sbagliare. Non ci guardiamo lungo il tragitto, forse imbarazzate da quella vicinanza improvvisa e non abituale. Solo prima dell'inchino ci scambiamo uno sguardo fugace e convinto. Le alzo il braccio, poi ci inchiniamo. Torniamo indietro, sorridendo, sapendo, almeno da parte mia, che si era creato un legame nuovo e autentico. Ripartiamo, questa volta è lei a guidarmi, ma in modo delicato, mi sembrava quasi di essere io a guidare me stessa. Ci inchiniamo elegantemente, senza badare troppo al momento dell'altra, ma facendolo in maniera coordinata e in sintonia ugualmente, come se ci fosse un filo che legava i nostri corpi. E forse c'era veramente quel filo. Era il nostro legame, che fino ad allora non esisteva, e l'abbiamo creato noi con quegli inchini, con quelle strette di mano. Questo filo si è rafforzato alle 12:30 quando ci siamo salutate: mi ha abbracciato, ha pianto, e con lei anche io. Mi ha abbracciato come se le fosse crollato il mondo addosso, cosa che era successa a me.

12 febbraio: le coppie del laboratorio

GILBERTA E LUISA

Gilberta e Luisa formano un duo completamente diverso fra loro, entrambe donne sui cinquant'anni, portano con sé una calma che si percepisce appena entrano nella stanza. Non è una calma passiva ma una presenza pacata, consapevole, quasi rassicurante, accanto a loro l'aria sembra distendersi, come se ogni gesto fosse misurato e ogni parola scelta con attenzione. Eppure, pur condividendo questa attitudine tranquilla, sono molto diverse: Luisa sorride sempre, è un sorriso che le illumina il volto in modo spontaneo, quasi inconsapevole, a volte sembra persa nei suoi pensieri, come se stesse seguendo un filo invisibile che solo lei può vedere, quando la si guarda si ha l'impressione che stia viaggiando altrove, pur restando perfettamente presente. Il suo modo di muoversi è morbido, fluido, e quel sorriso costante le dà un'aria gentile, accogliente. Gilberta, invece, appare più timida, il suo sguardo è più raccolto, meno esposto, non sorride con la stessa frequenza di Luisa, ma quando lo fa è un sorriso discreto, sincero, che emerge quasi con pudore, nei suoi movimenti c'è una certa precisione, una cura che tradisce attenzione e impegno. Se Luisa sembra fluttuare, Gilberta sembra radicarsi, è più contenuta, più concentrata, forse anche più consapevole del proprio spazio. Durante l'esercizio hanno mostrato questa differenza in modo evidente, hanno svolto tutto adeguatamente, con un fare pulito, ordinato, non c'era esibizione nei loro gesti, né eccesso, ogni movimento era essenziale, privo di fronzoli, si percepiva che avevano compreso l'obiettivo e che lo stavano rispettando con serietà. Luisa eseguiva gli inchini con quel suo sorriso lieve, come se stesse vivendo l'esperienza con una leggerezza quasi sognante, il suo corpo seguiva il ritmo con naturalezza, senza rigidità, sembrava non forzare nulla, lasciando che i gesti scorressero come acqua, in lei c'era un senso di fiducia, una disponibilità che si rifletteva nel modo in cui si offriva al movimento. Gilberta, al contrario, mostrava una concentrazione più visibile, i suoi inchini erano precisi, misurati, forse un filo più controllati, ma proprio in quel controllo si leggeva il rispetto per l'esercizio: non cercava di attirare l'attenzione, non cercava di distinguersi, faceva ciò che andava fatto, con sobrietà, e in quella sobrietà c'era una bellezza silenziosa.

Osservandole insieme si notava un equilibrio interessante: Luisa portava una luce morbida, quasi eterea, Gilberta offriva una struttura, una solidità tranquilla, erano diverse, sì, ma non in contrasto, piuttosto si completavano. La leggerezza dell'una non sminuiva la riservatezza dell'altra, la timidezza di Gilberta non spegneva il sorriso di Luisa, anzi sembrava che ciascuna trovasse nell'altra uno spazio sicuro per esprimersi. Il loro modo di stare insieme durante l'esercizio comunicava rispetto reciproco, non c'erano sovrapposizioni, né esitazioni marcate, si guardavano, si attendevano, si sincronizzavano con naturalezza, era come assistere a un dialogo silenzioso tra due persone che non hanno bisogno di parole in eccesso. Ciò che colpiva maggiormente era la pulizia del loro fare, ogni gesto era chiaro, leggibile, non c'erano movimenti superflui, né distrazioni evidenti, anche nei momenti di pausa mantenevano una presenza composta, questo dava all'insieme una qualità quasi meditativa, guardarle era rassicurante, come se ricordassero che la semplicità può essere sufficiente.

In un contesto dove a volte l'emozione prende il sopravvento o la personalità rischia di dominare la scena, Gilberta e Luisa hanno scelto la misura, non per timidezza o mancanza di intensità, ma per coerenza con il loro modo di essere, e questo ha reso la loro performance autentica, ripensando a loro mi resta l'immagine di due donne che, pur nella diversità, hanno trovato un punto d'incontro nella calma. Luisa, con il suo sorriso un po' assorto, e Gilberta, con la sua riservatezza composta, hanno dimostrato che l'armonia non nasce dall'essere uguali, ma dal rispettare le proprie differenze, il loro esercizio non ha avuto gesti eclatanti o momenti sorprendenti, ma proprio per questo è stato significativo, hanno incarnato l'idea che la cura, la pulizia e la presenza bastano a rendere un'azione completa, e nella loro pacatezza c'era una forza tranquilla, una stabilità che parlava più di qualsiasi spettacolarità.

Leticia Maria Arcangeli

LORENZO E LUCIO

La coppia di cui voglio parlarvi che mi ha particolarmente colpito nell'esercizio di oggi e in generale durante tutto il percorso, è quella composta da Lorenzo e Lucio.

Lorenzo e Lucio sono molto legati tra loro e questo loro legame è caratterizzato da sguardi sorridenti, risate, abbracci. Li ho osservati molto e quando sono insieme, in un'attività come quella di oggi, tendono a prendere con leggerezza l'esercizio, come se fosse più importante guardarsi, ridere, stare insieme. Lucio cammina molto lentamente, diritto, mentre invece Lorenzo tende ad oscillare un pochino con le spalle, rendendo il tutto più dinamico. Una cosa che ritengo singolare e unica nel loro rapporto è proprio lo sguardo. Lo sguardo è quello di chi vede nell'altro un amico, un compagno. Spesso Lucio arrivava in sala dopo Lorenzo, e appena arrivava il primo correva ad abbracciare il secondo. Senza pensare al resto.

Possiamo quindi dire che l'amicizia tra loro è molto forte ed è stata proprio questa a rendere la performance di oggi unica. Hanno reso il gesto dell'inchino prima divertente, poi serio. Inizialmente ridevano, guardavano noi spettatori con un sorriso, scatenandone, di conseguenza, uno nostro.

Solo successivamente, quando gli è stato detto di prendere più seriamente l'esercizio, hanno eliminato il divertimento ed hanno inserito all'interno della camminata e dell'inchino la loro anima.

Lucia Boccolacci

ERICA E BARBARA

Oggi abbiamo ripreso un'attività iniziata ieri: una coppia entra dal fondo, uno guida l'altra tenendola per il braccio fino alla gradinata, fa un inchino e poi torna indietro dall'altro lato. Quando tocca a Erica e Barbara, la musica parte lenta e loro avanzano con calma, quasi sincronizzate. Poi il ritmo si anima e iniziano i loro movimenti di bacino e delle braccia, molto riconoscibili. La presenza del fotografo sembra dare loro ancora più energia. Barbara, che poco prima mi era sembrata triste, davanti all'obiettivo cambia completamente: sorride, si apre, fa pose sicure. Ricordo in particolare quando apre le mani verso l'esterno e guarda dritto in camera, come se fosse nata per stare lì. Anche Erica cerca spesso lo sguardo del fotografo, ma ogni tanto incrocia anche il mio e ci sorridiamo. Si vede che è felice. Fanno l'inchino con un'aria quasi teatrale, poi si rimettono in posa prima di tornare indietro. La loro complicità è evidente: si seguono, si aspettano, si sostengono. Guardandole penso che, davanti agli altri, tirino fuori una versione di sé ancora più luminosa.

OSCAR E MARA

Un'altra coppia che mi ha colpita è quella di Oscar e Mara. Non li avevo ancora visti lavorare insieme questa settimana. Oscar ha il suo solito sorriso, sembra sempre contento di partecipare. Mara invece appare un po' agitata, impaziente, ma anche lei sorride, come se non vedesse l'ora di iniziare. Quando parte la musica si muovono subito, forse troppo in fretta. Fanno l'inchino e tornano indietro velocemente, tanto che Cristina Rizzo li ferma e chiede loro di rallentare, di prendersi il tempo e di accompagnarsi davvero. Quando ripetono l'esercizio si nota la differenza. Questa volta è Oscar a guidare Mara e il loro passo diventa più lento, più armonioso. Sembra quasi che lui riesca a contenerla, a darle un ritmo più calmo. Mara, trattenuta con dolcezza, si lascia guidare meglio. In quel momento capisco che, anche se diversi, insieme riescono a bilanciarsi. Lui più stabile, lei più impulsiva: due energie che, quando trovano il giusto tempo, funzionano davvero bene.

Martina Cavalieri D'Oro

13 febbraio: riflessioni finali

Diario delle Differenze / Domande

Siamo abituati a pensare al teatro come a un luogo "protetto", diverso dalla vita quotidiana, che si osserva in silenzio ed entrando in un edificio speciale, architettonicamente complesso. Ma esiste anche un teatro che sta nei luoghi della vita quotidiana, fatto da persone che non definiremmo "attori" o "attrici", ma che pure agiscono come attori e come attrici. Come raccontereste questo "teatro" a chi non lo conosce?

Le persone che vediamo qui si mettono in gioco totalmente, in una doppia accezione: stanno dentro a un "patto" e "giocano" per davvero. Quando sono qui "fanno teatro", un teatro speciale che esiste prevalentemente nella forma del laboratorio e del cerchio. Dentro questo teatro, forse le differenze si assottigliano: ci sono cose che "loro" possono fare che invece "noi" non riusciamo a fare, qui, e viceversa.

Cosa comporta pensarci non diversi ma simili? Quanto è difficile pensarci simili? Come possiamo fare per cambiare il nostro sguardo?

Non so se il teatro sia davvero un luogo "protetto", come spesso lo immaginiamo, uno spazio separato dalla vita quotidiana con le sue poltrone rosse, il sipario e il silenzio rituale del pubblico. L'esperienza del PCTO in questo teatro mi ha mostrato qualcosa di diverso, un teatro che non si limita a essere rappresentazione ma che coincide con la vita stessa, un teatro che non ha bisogno di un edificio monumentale per esistere perché prende forma nei corpi, nelle relazioni, negli sguardi, è un teatro che si costruisce nel laboratorio, nel cerchio, nello stare insieme, come un fuoco acceso in mezzo a una stanza che scalda chiunque vi si avvicini. Come raccontarlo a chi non lo conosce? Forse direi che è un luogo in cui le persone non interpretano personaggi per fingere di essere altro ma per rivelare ciò che sono, non si entra per assistere ma per partecipare, non c'è una divisione netta tra palco e platea, tra attori e spettatori, tutti sono dentro la scena, tutti sono coinvolti in un patto che è insieme ludico e profondamente serio, si gioca ma si gioca davvero, come bambini che costruiscono un mondo immaginario sapendo che

in quel gioco si sta dicendo una verità più grande della realtà stessa. Dal punto di vista psicologico ciò che accade in questo spazio è potente, il laboratorio teatrale crea un contesto di sicurezza emotiva, uno spazio contenitivo in cui l'errore non è sanzionato ma accolto come parte del processo, questo abbassa i livelli di ansia da prestazione e permette alle persone di esprimersi in modo più autentico. Quando una persona si sente accettata il sistema nervoso si rilassa, la difesa si abbassa e diventa possibile mostrarsi senza maschere, come togliersi un cappotto pesante dopo un inverno troppo lungo, io stessa non mi ero mai sentita accettata così come mi sono sentita qui, non perché qualcuno me lo abbia detto esplicitamente ma perché il clima relazionale lo rendeva evidente, come un'aria più leggera che si respira senza accorgersene. Un aspetto che mi ha colpita molto è che loro, le persone con disabilità che partecipano al laboratorio, non si arrendono mai, si impegnano in ogni cosa con una dedizione che raramente ho visto altrove, dal punto di vista motivazionale questo può essere letto come una forma di resilienza sviluppata nel tempo. Chi vive una condizione di disabilità si confronta quotidianamente con limiti, ostacoli, sguardi giudicanti e il laboratorio diventa allora uno spazio in cui poter esercitare competenze, affermare la propria presenza, sperimentare successo, l'impegno non è solo verso l'esercizio teatrale ma verso se stessi, come se ogni gesto dicesse "io ci sono". Qui le differenze sembrano assottigliarsi, non perché scompaiano oggettivamente ma perché cambia il modo in cui vengono percepite: l'antropologia ci insegna che la diversità non è un dato naturale bensì una costruzione culturale, definiamo diverso ciò che si discosta dalla norma dominante ma quando la norma cambia cambiano anche le distanze. In questo cerchio la norma non è l'efficienza, la velocità, la performance impeccabile ma l'ascolto, la presenza, la partecipazione, e così le categorie di "noi" e "loro" si sciolgono come neve al sole lasciando spazio a una terra comune. Pensarci simili non è immediato perché siamo cresciuti in una cultura che tende a classificare, separare, gerarchizzare, il nostro sguardo iniziale può essere carico di pregiudizi inconsapevoli.

Dal punto di vista cognitivo il cervello utilizza scorciatoie mentali, stereotipi che semplificano la realtà ma la impoveriscono, quando incontriamo una persona con disabilità rischiamo di ridurla a quella caratteristica oscurando tutto il resto... l'esperienza diretta però ha il potere di incrinare queste etichette. In psicologia sociale si parla di ipotesi del contatto: il contatto prolungato e cooperativo tra gruppi differenti riduce il pregiudizio ed è esattamente ciò che accade nel laboratorio, dove lavorare insieme verso un obiettivo comune trasforma l'estraneità in familiarità. Per quanto mi riguarda non è stato difficile pensarmi simile a loro, non mi hanno dato il tempo di costruire una distanza, mi hanno accolta immediatamente nel gioco, nel patto condiviso, e quando giochi insieme a qualcuno, quando ti affidi a lui in un esercizio, quando ci si guarda negli occhi prima di iniziare una scena la categoria della differenza perde centralità e rimane la relazione, nuda e semplice come una stretta di mano. Pensarci simili comporta una responsabilità: se l'altro è simile a me non posso relegarlo a una posizione marginale o pietistica ma devo riconoscerlo come soggetto con desideri, capacità, limiti esattamente come me. Questo spostamento di sguardo è anche etico: significa passare da una logica assistenzialista a una logica relazionale in cui ciascuno è portatore di valore. Dal punto di vista antropologico il teatro in questo contesto diventa un rito contemporaneo: il cerchio ricorda le forme rituali arcaiche in cui la comunità si riuniva per condividere storie, paure, speranze, il rito serve a rafforzare il senso di appartenenza e a ridefinire l'identità collettiva e nel laboratorio accade qualcosa di simile, attraverso il gioco teatrale si costruisce una micro comunità in cui ciascuno ha un posto come in un mosaico dove ogni tessera è necessaria all'immagine finale.

L'esperienza di PCTO in un teatro di persone con disabilità agisce su più livelli. A livello emotivo insegna ad aspettare, ad accettare, a vivere le cose per come sono, insegna la pazienza che è una competenza sempre più rara, insegna a sospendere il giudizio perché il giudizio spezza il gioco e rompe il patto; a livello cognitivo mette in crisi le nostre categorie mentali costringendoci a rivedere ciò che pensavamo di sapere;

a livello sociale favorisce un'inclusione reale non dichiarata ma praticata giorno dopo giorno. Si dice spesso che queste persone siano pure, forse la loro purezza non sta in un'idealizzazione ingenua ma nella loro autenticità: non recitano un ruolo sociale per compiacere, non indossano maschere sofisticate e in un certo senso fanno teatro proprio perché non fingono, creando un paradosso affascinante, nel luogo della finzione emerge una verità più nuda, come uno specchio che non abbellisce ma rivela. Entrare in contatto con loro cambia lo sguardo con cui si vede il mondo, all'inizio può esserci un'ombra di imbarazzo o di giudizio ma restando, osservando, partecipando quello sguardo si trasforma, si comprende che la fragilità non è l'opposto della forza ma una sua forma, che la lentezza non è mancanza ma un altro ritmo, che l'errore non è fallimento ma passaggio, e allora la parola normalità perde rigidità diventando un confine mobile. Questa esperienza cambia, cambia il modo in cui si guardano le persone per strada, il modo in cui si ascolta chi parla con difficoltà, il modo in cui si interpreta la parola normalità... ci si accorge che la normalità è una media statistica e non un valore morale e che la vera ricchezza sta nella pluralità delle differenze, in definitiva questo teatro non è separato dalla vita quotidiana ma è un laboratorio di umanità, non insegna solo tecniche espressive ma ridefinisce le coordinate con cui leggiamo l'altro e noi stessi. Se il teatro è uno specchio qui lo specchio non riflette solo chi sta in scena ma anche chi guarda costringendolo a riconoscersi in quell'immagine condivisa.

Leticia Maria Arcangeli

Non so esattamente come descrivere questo teatro, credo che sia un'esperienza molto toccante che va provata. Essa riesce infatti ad insegnarti cose che possono essere utili anche nel mondo esterno, nozioni fondamentali: ti insegna ad aspettare, ad accettare, a vivere le cose per come sono. Non mi ero mai sentita accettata così come mi sono sentita qui. Una cosa che ho notato è che "loro" non si arrendono mai. Si impegnano in ogni cosa. Credo che in un ambiente come questo, non esistano le persone diverse. Ognuno è uguale nella sua singolarità. Ed è così che mi sono sentita appena mi sono immersa in quel mondo.

Questo pensiero di sentirci simili nella diversità porta, secondo me, a non giudicare gli altri, a legarsi umanamente alle persone (proprio perché il giudizio scompare). Bisogna però, avere una certa sensibilità, un certo tatto, per devolvere questo tipo di progetto PCTO.

Penso che entrare a contatto con queste persone ti cambi lo sguardo con cui vedi il mondo. Penso che questo sguardo, inizialmente forse giudicante, possa modificarsi addentrandosi nel loro mondo, in cui, come ho detto, il giudizio è sospeso quasi totalmente. Ho amato questa esperienza, mi ha insegnato tanto, sono tornata cambiata. Ecco questa esperienza ti cambia. Cambia il modo in cui vedi le cose, in cui giudichi le persone.

Lucia Boccolacci

Il teatro che abbiamo vissuto in questi giorni è un teatro diverso dal solito. Non si tratta del teatro convenzionale che tutti conoscono, si tratta di un luogo che nasce dal lavoro di gruppo, in cerchio, aspettando i tempi di tutti. Si fanno attività semplici ma che ti fanno riflettere e ti fanno capire che non c'è differenza tra "noi" e "loro" e spesso le attività vengono anche più profonde e veritiere rispetto a come verrebbero in un teatro convenzionale. Spesso avvicinarsi con persone come loro può sembrare difficile ma appena ci si entra in contatto si capisce quanto siano persone genuine che hanno solo voglia di conversare e passare del tempo con altre persone. Ovviamente in questo teatro bisogna entrare con il pensiero che loro non siano diversi da noi. Sono felice di aver scelto questa strada perché ti insegna a pensare all'altro escludendo quelle che sono le differenze, ad apprezzare i gesti e a riflettere prima di parlare. Ma allo stesso tempo sono loro ad insegnarci a lasciarci andare, senza il timore di essere giudicati. Loro forse non sono attori come tutti gli altri ma sicuramente non cercheranno mai di metterti in imbarazzo, anzi, cercheranno di farti entrare nel loro mondo. Credo che questo modo di fare teatro sia davvero importante perché permette sia a loro che a noi di entrare in contatto e di imparare gli uni dagli altri quali sono i confini della diversità, che molto spesso sono veramente sottili.

Martina Cavalieri D'Oro



con il sostegno di



Comune
di **Ravenna**

