

DI AURORA ZIBALDI

IL CORPO PROTAGONISTA IN TEATROTERAPIA

Viviamo la nostra vita ad un ritmo che è dettato dall'esterno, dai ruoli che nel corso della giornata ricopriamo (lavoro, famiglia, amicizie, relazioni interpersonali...) che ci costringono ad indossare maschere che siano socialmente riconosciute ed accettate, sommergendo così la nostra individualità sotto strati di regole, pregiudizi e giudizi.

Ci troviamo ad essere attori inconsapevoli con un copione scritto da un regista a noi sconosciuto.

In questo turbinio capita di non avere potere sui propri pensieri, sulle proprie emozioni, e neppure sul proprio corpo che, come una macchina ben programmata, segue l'individuo nella sua quotidianità aiutandolo a inscenare lo spettacolo della propria vita.

Il corpo esprime chi sono e come sono?

Attraverso di esso l'individuo si esprime quotidianamente attraverso un movimento che danza al ritmo delle circostanze esterne, della buona o cattiva educazione, del rispetto per sé e per gli altri, dell'esprimere emozioni reali o dovute. Esiste un linguaggio del corpo che è socialmente condiviso e a cui l'individuo si deve adeguare per potersi inserire nel contesto. Quando l'essere umano utilizza il corpo in questo modo non ne esplora le infinite possibilità e combinazioni, non ne conosce i limiti e le potenzialità.

In Teatrotterapia il corpo diviene il protagonista della scena: esso è sotto i riflettori non per recitare una parte scritta da altri, ma per essere finalmente se stesso, in tutte le sue infinite combinazioni, espressioni, posture e andature. Muovendosi liberamente nello spazio diviene espressione delle emozioni e dello stato d'animo dell'individuo, che grazie ad esso esprime la propria essenza.

« Il corpo implora il ritorno all'inorganico.
Nel frattempo non si nega nulla »

[CARMELO BENE]



Perché il corpo non mente.

In un contesto come il laboratorio di Teatrotterapia, ove c'è sospensione di giudizio e pregiudizio, il sentire interiore prende forma, in modo consapevole o inconsapevole: il corpo diviene la cassa di risonanza del tesoro che ognuno conserva interiormente, che sia esso frutto di dolori o gioie, successi o insuccessi, tutto è lecito.

L'individuo vive il qui e ora, *hic et nunc*, decadono lo spazio e il tempo. Questo consente al corpo di trasformarsi in mezzo espressivo sia di se stessi, sia dell'incontro con altre corporeità. Nel setting di Teatrotterapia si giunge ad esplorare il sé anche attraverso l'incontro con le altre persone che condividono uno spazio extraquotidiano e pertanto sono denudate anch'esse dei ruoli e degli schemi sociali. Nell'incontro con l'altro percepisco i confini e le forme del mio essere e del suo e costruisco la mia individualità.

La performance che scaturisce alla fine del laboratorio di Teatrotterapia è vissuta con una forte intensità emotiva che viene trasmessa al pubblico: l'emozione vera e sincera viene condivisa.

I Non-Attori si trasformano in artisti di se stessi. Nell'accezione di Marina Abramovic secondo la quale l'Artista è un guerriero che vuole conquistare non solo nuovi territori, ma innanzitutto se stesso".

I Non-Attori nudi interiormente, in quanto hanno abbandonato gli schemi, e scenicamente, in quanto privi di travestimenti e orpelli, portano alla luce ciò che prima era nelle tenebre.

Questo secondo Jerzy Grotowski è fare arte.

AURORA ZIBALDI
Antropologa e Non-Attrice