

## IL CORPO, IL MOVIMENTO, LA POETICA DELLA RELAZIONE

Atelier condotto da Marisol Porceddu:

Con movimenti semplici, ispirati dalla musica, si esploreranno le qualità delle relazioni umane e il loro pulsare tra le polarità: forza/debolezza, determinazione/arrendevolezza, incontro/opposizione, e oltre.

*"Noi siamo ben oltre le parole"*

(Friedrich Nietzsche)

*"In ogni gesto c'è la mia relazione col mondo, il mio modo di vederlo, sentirlo,  
la mia educazione, il mio ambiente, la mia costituzione psicologica,  
il mio modo di offrirmi, tutta la mia biografia"*

(Umberto Galimberti)

*"Se sapessi come dirlo con le parole, non avrei bisogno di danzarlo"*

(Isadora Duncan)

Già da molti anni, la riflessione pedagogica, si interroga sul rapporto che unisce la dimensione del corpo, e dunque dell'esperienza partecipata e sentita, dell'azione, dell'emozione, a quella della mente e della riflessione teorica.

Esiste oggi un'ampia letteratura scientifica che riflette intorno ai processi cognitivi oltrepassando il dualismo mente-corpo. Nell'ambito della riflessione teorica, si sono ormai affermate le teorie sull'*Embodied Cognition*. (Gamelli, Mirabelli, *Non solo a parole*, 2019)

La prospettiva dell'*Embodied Cognition* riconosce il corpo come "*corpo sapiente*", in grado di generare idee e pensieri a partire dalle sue caratteristiche di sensibilità, azione e movimento. Il corpo è visto come punto di radicamento, attraverso il quale dare forma al sapere della mente incorporata.

Ogni individuo esiste proprio nel suo "essere corpo" e nelle relazioni che intrattiene con il mondo.

Nella prospettiva dell'*Embodied Cognition* ogni processo di apprendimento è:

- *embodied*: vale a dire radicato nell'esperienza di avere e di essere un corpo con particolari capacità senso-motorie;
- *motoria*: in quanto generata da un meccanismo neurale di rispecchiamento, presente nell'area motoria del cervello;
- *enattiva*: dal momento che il nostro corpore interagisce costantemente con il più vasto ambiente, lo modifica e ne viene modificato, secondo un processo di co-determinazione reciproca.

I processi cognitivi e le attività mentali sono così profondamente radicati nelle interazioni dell'organismo con l'ambiente, tanto che, senza il corpo, sarebbe impossibile l'atto stesso del pensiero. La cognizione incorporata è legata all'azione e dipende dal funzionamento congiunto dei sistemi percettivi e motori.

La prospettiva dell'*Embodied Cognition* ci invita ad assumere il corpo, sensibile e in movimento, come categoria del pensiero; a esserci e a percepirci come soggetti che sentono, a partire dal proprio corpo.

Ciascuno di noi ha il proprio modo di "portare il corpo" nell'esperienza. La dimensione corporea può perciò diventare un modo di conoscere e di orientare l'azione, per imparare a sentire con i sensi e non solo a pensare con la testa. (Silvia Luraschi, *Le vie della riflessività*, 2021)