

Acquawareness

Le prime percezioni del nostro esistere avvengono ad occhi chiusi, immersi nel liquido amniotico. La materia fluida ci fornisce la prima interfaccia con il mondo, il primo contatto con la dimensione del sensibile, la prima esperienza del limite, attraverso cui si sviluppa l'embrione della nostra futura identità. In essa cominciamo a disegnare i nostri confini con l'esterno e insieme a percepire dall'interno la nostra corporeità. Ritrovare la traccia di quelle primordiali esperienze attraverso l'immersione significa ritrovare il proprio primo orizzonte di esseri viventi, la nostra prima e vera madre lingua. Significa ritrovare il nostro corpo alle prese con sensazioni nuove ed insieme antiche, con libertà di movimento strane e al tempo stesso familiari, e – proprio per questo – inaspettate e sorprendenti. Qual è dunque la via per ritrovare questa sorgente di consapevolezza? Il nuoto o, ancor meglio, nuotare il più semplicemente possibile, destrutturando le abilità motorie complesse come le tecniche di nuotata (da molti apprese forse troppo meccanicamente, senza sentire né l'acqua né il corpo) e tornando, stavolta con altri intenti alle prime felici e giocose esperienze in acqua: galleggiare, immergersi, affiorare, scivolare... tralasciando per una volta i programmi di allenamento, le calorie da bruciare, il numero delle vasche da percorrere e tutti quegli orpelli (oramai infiniti: dalla bici subacquea alle pinne, le custodie impermeabili degli smartphone ma anche le maschere, i gonfiabili e – se possibile – lasciate sul bordo o sulla spiaggia anche gli occhialini e le cuffie) accessori che allontanano dall'acqua, ottendono le percezioni pure del corpo umano. La stagione in corso non potrebbe essere più propizia, basta poco: uno specchio d'acqua balneabile, la voglia di uscire dalla routine del tipico bagnante e il giusto atteggiamento mentale. A condizione, però, di saper nuotare. Ma cosa significa davvero saper nuotare? Cos'è il nuoto? Qualcuno lo definisce solo come uno sport che – quasi per caso – si svolge in acqua. Oltre all'aspetto agonistico, il recente proliferare di miriadi di attività ludico/motorie che si svolgono totalmente o parzialmente nell'elemento fluido cor

...

Consultazione dell'intero articolo riservata agli abbonati

01/08/2013