

3.10.1 PILLOLE DI STORIA

Agli inizi del Novecento le scoperte degli scienziati hanno portato alla ribalta nuove conoscenze sulla sensibilità propriocettiva. Mentre la psicoanalisi ha fatto emergere la dimensione inconscia, una nuova esaltazione delle capacità sensoriali ha rivelato il senso cinestetico. **Jean François Delsarte** (1811-1871) con le sue teorie sull'estetica applicata ha messo in collegamento il mondo delle emozioni con un codice di gesti esplorati per allargare la sfera espressiva dell'attore; Isadora Duncan, Ted Shawn e Ruth St. Denis, interpreti della danza libera, si sono fatti portavoce del messaggio olistico delle teorie delsartiane; F.M. Alexander ha studiato come ogni più piccola variazione dell'allineamento dei segmenti ossei possa determinare in tutto il corpo grandi cambiamenti; Émile Jaques-Dalcroze ha rivoluzionato con il suo insegnamento a Hellerau il rapporto ritmo-movimento; Rudolf Laban e poi Mary Wigman sul Monte Verità in Svizzera hanno sviluppato concetti spaziali di armonia e ritmo. La comunità era una sorta di cooperativa autarchica, aperta anche all'ospitalità esterna. I partecipanti lavoravano la terra, consumandone i prodotti, praticavano l'euritmia (ovvero un movimento armonico, salutare per il corpo), nutrivano la mente e lo spirito con regolari incontri culturali, con discussioni filosofiche e religiose e con concerti di musica e di danza. Nei momenti di svago prendevano bagni di sole in costume adamitico. Le teorie teosofiche da essi praticate, oltre a riflettersi sulla rigenerazione fisica del corpo, venivano percepite come strumento ideale per il raggiungimento di un più alto grado di conoscenza, punto strategico di convergenza tra macrocosmo e microcosmo.