



**International Biodanza Federation
Scuola di Biodanza di Napoli
direttore Flavio Boffetti**

L'Educazione biocentrica e il cambio di paradigma pedagogico e sociale



**di Fulvio Mesoletta
relatrice Anna Criscuolo
Napoli, 12 settembre 2026**

L'Educazione biocentrica e il cambio di paradigma pedagogico e sociale



1. Premessa filosofica	p. 3
1.1 L'uomo si separa dalla natura	p. 3
1.2 Le ferite narcisistiche: le contraddizioni di una malintesa "centralità dell'uomo"	p. 4
1.3 Il biocentrismo declinato in diverse chiavi: una nuova occasione	p. 4
1.4 Il biocentrismo nella biodanza, in poche parole	p. 7
2. La prospettiva pedagogica del "biocentrismo"	p. 8
2.1 I sette saperi necessari all'educazione del futuro	p. 8
2.2 L'educazione biocentrica - Elisa Gonsalves Possebon	p. 9
2.2.1. Premessa metodologica sull'autrice e l'opera	p. 9
2.2.2 Il testo e i miei commenti	p. 9
2.3 Il mio incontro con l'educazione biocentrica	p.16
2.4 Le esperienze didattiche e pedagogiche che ho svolto	p.19
2.4.1 Le esperienze dello sportello d'ascolto	p.20
2.4.2 Le esperienze con la biodanza	p.21
2.4.3 Il mio vissuto e le mie considerazioni su queste esperienze	p.22
2.4.4 Focus-group e brevi interviste di valutazione dei percorsi di biodanza	p.24
2.4.4.1. Le persone coinvolte nell'incontro in presenza	P.24
2.4.4.2. Approfondimenti nei giorni successivi con ulteriori interviste personali	p.26
3. La situazione psicologica di adolescenti e giovani oggi	p.28
3.1 I giovani e le istituzioni fra studi e medicalizzazione. Proseguendo un mio studio	p.28
3.2 I giovani e la scuola (e le famiglie, quasi assenti)	p.31
3.3 Come funzioniamo davvero e cosa si può fare...	p.32
4. Oltre la scuola, che altro?	p.34
4.1 Le diverse forme di biodanza praticate	p.34
4.2 Il tirocinio di facilitatore fra diverse proposte	p.34
4.3 Il tirocinio di facilitatore nei due settimanali di Eboli e Bagnoli	p.35
Appendici	p.37
App. 1 La "fisiognomica" di Della Porta e la ricerca naturalistica del Cinquecento	p.38
App. 2 La biodanza e la sperimentazione pedagogica – Bruno Castrovinci	p.41
App. 3 2002 Geppino racconta del suo maestro Federico	p.43
App. 4 2022 Flavio, professore per amore	p.45
App. 5 With or without you. Biodanza nel tempo libero: fuori scuola e dentro il carcere	p.47
Bibliografia	p.49
Glossario (s)ragionato	p.50
Chi scrive. Breve autobiografia di Fulvio Mesolella	p.53
Conclusioni e ringraziamenti	p.54

* In questa monografia si userà la notazione anglosassone che prevede il *referimento bibliografico*: cioè dopo un brano parafrasato o anche la citazione virgolettata riferibile ad un autore, si inserisce fra parentesi *Autore e anno di edizione* del testo realmente utilizzato e reperibile, rimandando quindi in maniera più semplice alla consultazione della Bibliografia finale e non certo all'anno o l'epoca di scrittura dell'opera, indicati nel testo quando significativamente lontani dall'edizione: es. (Bruno 2018) laddove è esplicitato nel testo che Giordano Bruno scrive nel Cinquecento.

** Per alcuni termini tecnici o tipici dei vari ambiti trattati si rimanda espressamente al Glossario con riferimento: (G)



Che cosa accadrebbe se, invece di limitarci a costruire la nostra esistenza, avessimo la follia o la saggezza di danzarla?". Roger Garaudy 2020

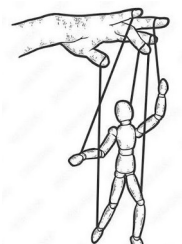
1. Premessa filosofica

1.1 L'uomo si separa dalla natura.

Non abbiate paura, cercheremo di non perderci in chiacchiere teoriche, ma di chiarire legittimi dubbi. Cominciamo dall'antropocentrismo: cos'è? Mettere l'uomo al centro dell'universo spostando la nostra attenzione dalle cose da conoscere al soggetto che conosce. È stato il tentativo di andare un poco oltre il pensiero antico degli stoici, tra cui Zenone: gli dèi creano il mondo in funzione dell'uomo; dei sofisti, che con Protagora affermano che l'uomo è misura di tutte le cose; di Aristotele, secondo il quale esiste una gerarchia di complessità delle creature (vegetali, animali, uomo) di cui noi siamo

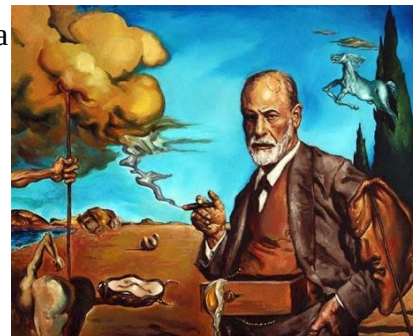


ovviamente la parte più alta. Questo pensiero antropocentrico si è prolungato nel cristianesimo, che ritiene che l'uomo sia a immagine di Dio, in una visione che nel medioevo diventò addirittura teocentrica: tutto il creato ruota intorno a Dio. Questa idea antropocentrica fu comunque in qualche modo un tentativo di avanzamento che nel Seicento avvenne ad opera soprattutto del francese René Descartes, chiamato in Italia Cartesio, che aveva costruito una brillante metodologia basata sul *dubbio metodico* verso tutte le certezze degli antichi, cioè la riflessione sul fatto che i sensi ci ingannano. Di qui l'importanza di "decostruire ogni sapere", cioè di mettere in dubbio ogni certezza e di verificare continuamente le nostre acquisizioni con l'osservazione e la sperimentazione, aprendo la strada alla ripetibilità moderna degli esperimenti e alla odierna "falsificazione" dei risultati, cioè la possibilità di dimostrarne anche la fallacia (Karl Popper) come vero criterio di scientificità. Le derive metafisiche di questo dubbio erano che, a questo punto, non esisteva niente di cui si potesse avere certezza: esse furono placate con la famosa espressione *Cogito ergo sum* (*Penso quindi sono*), quindi almeno il soggetto pensante esiste! Il corollario di questa teoria, tuttavia, era che la realtà fosse divisa in due sostanze: la materia, semplicemente una macchina priva di spirito (*res extensa*) e l'essere umano, unica creatura dotata di anima e pensiero (*res cogitans*). Ecco, qui cominciano un bel po' di guai, perché quello che ne consegue è che nell'ansia di classificare tutto diventeremo "dualisti", creando gerarchie e categorie di bene e male, sotto-sopra, ecc. E la conseguenza sarà che la natura e tutte le sue creature, tra cui gli animali, saranno considerati semplicemente "automi" guidati da istinti meccanici, giustificando purtroppo, indirettamente, il loro sfruttamento e un approccio puramente strumentale (Damasio 1995). E con il meccanicismo arriva il riduzionismo, siamo materia fatta di parti scomponibili: di qui l'aberrazione della medicina moderna di considerare anche gli umani come macchine, seppur "pensanti", credendo che il nostro corpo sia semplicemente uno strumento con parti indipendenti, soggette a un logoramento magari risolvibile con la loro sostituzione e non un "tutto" con il nostro essere, con il nostro esserci (Brockman 1995).

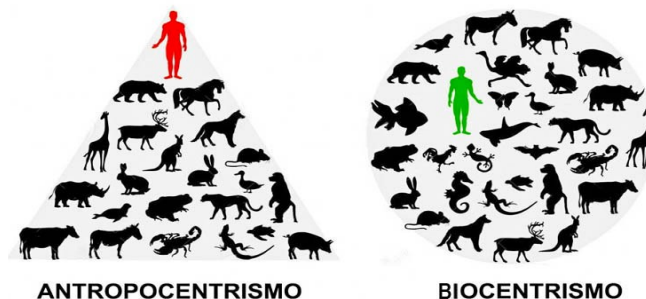


1.2 Le ferite narcisistiche: le contraddizioni di una malintesa “centralità dell’uomo”

L’idea dell’antropocentrismo, agli inizi del Novecento, verrà confutata o, addirittura, ridicolizzata totalmente dall’austriaco Sigmund Freud, padre della Psicoanalisi, il quale dirà a chiare lettere che l’essere umano vive tre *ferite narcisistiche* che riguardano l’immagine che l’uomo ha di sé stesso: la centralità del nostro pianeta nell’Universo era stata superata dal polacco Niccolò Copernico, che già nel Cinquecento aveva dimostrato che la Terra è solo uno dei pianeti che orbitano intorno al Sole e, quindi, non è centro della “Creazione di Dio”, infliggendoci la prima *ferita cosmologica*. Poi arrivò Charles Darwin, nell’Ottocento, che aprì nella nostra supposta “superiorità” (Darwin 2009) anche una *ferita biologica*, perché la teoria dell’evoluzione naturale umana da forme animali considerate “inferiori” sminuiva ancora l’idea di una “creazione diretta”. Infine la stessa “scoperta dell’inconscio” (G) ora, proprio con Freud, apriva una *ferita psicologica* dimostrando che quella razionalità e coscienza, che si credeva caratteristica tipicamente umana, obbedisce invece a desideri e impulsi nascosti, espropriandoci dell’essere padroni “nemmeno in casa nostra” (Freud 1915-1917). E se aggiungiamo l’invenzione dell’intelligenza artificiale potremmo parlare di un’ulteriore *ferita cognitiva*, inferta a quel nostro essere che credevamo unico per la sua intelligenza, o comunque “il più intelligente dell’Universo”.



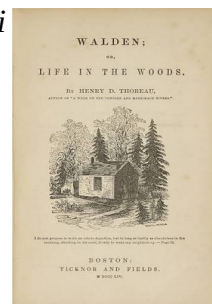
Molti esperti vedono proprio in questa ulteriore transizione e perdita di centralità dell’*ánthrōpos* la spinta decisiva, l’occasione per superare l’ossessione del controllo e della supremazia, promuovendo un’evoluzione verso un’esistenza “postumana” basata sulla collaborazione piuttosto che sulla competizione, fra esseri umani e con gli elementi della natura. Di qui la prospettiva interdisciplinare chiamata Terza Cultura che, nata negli anni ‘90 del XX secolo, segue la teoria della complessità e in cui convergono neuroscienziati, biologi, filosofi, pedagogisti e umanisti, che indaga unitariamente il senso profondo dell’esistenza (Brockman 1995).

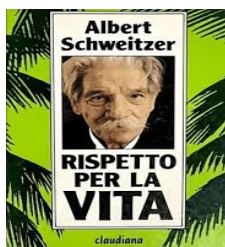


1.3 Il biocentrismo declinato in diverse chiavi: una nuova occasione

Il biocentrismo riconosce il valore intrinseco di ogni forma vivente e la necessaria interconnessione e interdipendenza tra tutti gli elementi dell’universo, proseguendo la visione del mondo sistemica (Bertalanffy 2004), cui pure si ispira il biocentrismo. Questa visione opposta all’antropocentrismo coinvolge diversi filosofi e pensatori che hanno ridefinito il rapporto tra uomo e natura.

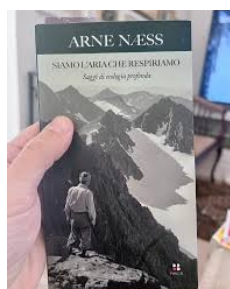
Si comincia con il “ritorno alla natura”, proposto nell’opera: *Walden ovvero Vita nei boschi* di **Henry David Thoreau**. Si tratta di un capolavoro della letteratura americana, pubblicato nel 1854. Narra i due anni, due mesi e due giorni (1845-1847) in cui l’autore visse in una capanna auto-costruita sulle rive del lago Walden (Massachusetts), per condurre un esperimento di vita semplice, autosufficiente e a stretto contatto con la natura (Thoreau 1988). Esso è stato il primo ispiratore dei movimenti che nel Novecento hanno idealizzato un ritorno alla natura impegnandosi sui temi ecologici e pacifisti della decrescita.





Nel 1915, mentre navigava su un fiume in Gabon, il medico tedesco **Albert Schweitzer** elaborò il concetto di "riverenza per la vita", *Ehrfurcht vor dem Leben* principio cardine della filosofia che postula che il bene consiste semplicemente nel preservare, promuovere e valorizzare la vita, mentre il male consiste nel distruggerla, danneggiarla o anche solo ostacolarla (Schweitzer 2019).

Probabilmente è questa la temperie culturale che precede le riflessioni di **Rolando Toro Araneda** e che lo accompagnano nelle sue esperienze pratiche svolte negli anni '40 del Novecento in Cile, in cui lavorò come insegnante con i bambini, prima di diventare psicologo e antropologo e dare origine negli anni '60 al *Sistema* (metodo organizzato e coerente) che avrebbe preso poi il nome di *Biodanza (G)*, offrendo risultati nella gestione dello stress, del benessere psicofisico, dell'autostima, della gioia di vivere e delle relazioni. La sua idea è che la Vita debba essere al centro di ogni interesse umano, proponendo una riorganizzazione delle scienze umane, sociali e dell'educazione basata sul rispetto, sulla protezione e sullo sviluppo del potenziale vitale. In lui abbiamo la definizione più limpida secondo la quale il sistema sociale dominante (spesso guidato da un'impostazione meccanicistica ed economicista) è orientato verso il consumismo e l'antropocentrismo, finendo per risultare "anti-vita". Il Principio Biocentrico capovolge questa prospettiva indicando che l'universo stesso è organizzato per favorire la conservazione e l'evoluzione della vita. La Vita è qui intesa come valore supremo al centro dei comportamenti e delle istituzioni umane, con l'affettività e la connessione attraverso il contatto, l'empatia e l'amore, una *vivencia (G)* che nasce dal corpo, dalle emozioni e dall'espressione dell'amore (Toro 2012 e 2013) trovando nella biodanza la possibilità di realizzare tutti gli obiettivi e offrire un'occasione concreta di evoluzione umana. E la sua critica arriva espressamente a dire che il nostro sistema politico ha scelto di centrarsi sulla *proprietà* invece che sulla *vita*, perciò è morte. Rolando tuttavia è sempre più in ottima compagnia, per fortuna, come vediamo ora, andando avanti fra gli altri pensatori.



Il tema dell'*Ecologia profonda - deep ecology* viene sviluppato negli anni '70 da **Arne Naess**, un filosofo alpinista norvegese: per lui tutti gli esseri viventi hanno il diritto di vivere e fiorire, indipendentemente dalla loro utilità per l'uomo. «Il diritto di vivere di tutte le forme [di vita] è un diritto universale che non può essere quantificato. Nessuna specie vivente può beneficiare maggiormente del particolare diritto di vivere e riprodursi più di qualsiasi altra specie» (Naess 2021).

Nel 1979 **Hans Jonas** pubblica *Il principio responsabilità* dove la responsabilità non è attributo del principio ma il principio stesso: ogni gesto dell'uomo "deve" prendere in considerazione le conseguenze future delle sue scelte e dei suoi atti. Ciò che bisogna confutare e superare - per limitare il potere di distruzione totale, che è oggi nelle mani dell'uomo - è "l'esagerazione tecnica" rappresentata dall'utopia del progresso illimitato e "l'arroganza filosofica" insita nell'idea di dominio su una natura concepita come qualcosa che sia disponibile ad essere manipolata a piacere dall'uomo (Jonas 2009).



L'idea che alcune vite contino di meno è la base di tutto ciò che di sbagliato c'è nel mondo. - Paul Farmer -



Anche il filosofo bioetico australiano **Peter Singer** alla metà degli anni '70 considerava che viviamo in una società "specista" che viola il principio di uguaglianza basandosi su caratteristiche appunto di specie: per questo secondo lui tutti gli esseri senzienti, capaci di provare dolore, meritano uguale considerazione morale. Proseguendo secondo un pensiero pratico ed utilitarista o consequenzialista (considerare le conseguenze del proprio

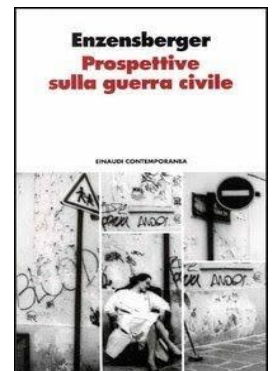
comportamento) l'azione moralmente corretta è positivamente "utilitarista" quando massimizza il benessere e minimizza la sofferenza del maggior numero di esseri senzienti (Singer 2024).

Gli americani **Robert Lanza** e **Deepak Chopra**, di nascita indiano, nostri contemporanei condividono un'ipotesi in cui la coscienza biologica ha un ruolo primario nel creare e comprendere l'universo stesso. In poche parole spazio, tempo e persino materia sono strumenti della nostra mente e non realtà oggettive (Chopra 2012). La realtà è piuttosto creata dall'osservatore, in accordo con le scoperte della meccanica quantistica, quindi vita e coscienza creano il nostro universo in cui la consapevolezza è tessuto dell'essere, senza separazione, dualità, come sostenuto dalle filosofie orientali. Insomma un nuovo e forse più nascosto antropocentrismo...



ma più responsabile verso la natura. Lanza, fra 2007 e 2009, ispirandosi a uno studio di Edgar Morin del 1999, che vedremo nel prossimo capitolo, descrive 7 principi del biocentrismo: (1) *La nostra percezione della realtà coinvolge la nostra coscienza*, come già visto da Cartesio, e quindi lo spazio e il tempo sono nostre creazioni, non sono assoluti ma sono strumenti della mente; ne deriva che (2) *percezioni interne ed esterne sono due facce della stessa moneta*; così come (3) *il comportamento delle particelle subatomiche sono collegate al loro osservatore cosciente*, senza l'osservatore esse esistono in una indeterminata condizione di onde di probabilità; ulteriore conseguenza è che (4) *la materia senza coscienza sarebbe un universo potenziale* e non in atto (quasi non esisterebbe o comunque non avrebbe senso); quindi (5) *la struttura dell'universo è biocentrica*, cioè la vita ha creato l'universo e non il contrario: quest'ultimo è estensione della logica spazio-temporale del sé; ancora (6) *il tempo non ha esistenza al di fuori della nostra percezione* la cui misura sono i cambiamenti di esso (e -secondo me- esso è prodotto dalla proiezione dei cambiamenti che avvengono in noi stessi); (7) *spazio e tempo non sono oggetti o cose*: sono nostre modalità cognitive che ci portiamo addosso "come le tartarughe il loro carapace": ciò che esiste si verifica solo in funzione della vita (Lanza 2009).

Il tedesco **Hans Magnus Enzensberger**, scomparso nel 2022, nella sua idea di "guerra civile molecolare" critica la decadenza, la microconflittualità, la profonda crisi d'identità dell'uomo moderno, plasmato dal capitalismo e critica però anche quelle istanze ecologiche spiritualizzanti che lui vede poco scientifiche e al servizio dello status quo. Invita per questo a un uso più sobrio degli argomenti dell'ecologia sociale e razionale. Per lui l'attenzione deve rimanere focalizzata sulle condizioni di vita reali, sulla giustizia sociale e sull'analisi dei rapporti di produzione e potere, senza cadere in un misticismo naturalistico che spesso caratterizza i movimenti ecologisti (Enzensberger 1997).





Infine **Edgar Morin**, di origine francese e scomparso da pochissimo, a 105 anni, il 29 maggio del 2026, merita uno spazio speciale. Intorno al *paradigma (G)* della sua idea di "pensiero complesso" il filosofo e sociologo ricollega ogni forma di sapere, scienza ed economia al servizio della vita, superando l'antropocentrismo per riconoscere l'essere umano come parte interconnessa della natura e dell'ecosistema globale. Morin parla di scientificità umanistica e cioè di un metodo che aiuti a comprendere e gestire la complessità. Per venire a capo della separazione dei saperi occorre *Sistema e organizzazione*, cioè comprendere che le singole parti sono integrate in una *Causalità circolare*, dove le parti interagiscono secondo leggi di causa-effetto, ma io direi anche di semplice compresenza necessaria: pensate solo se il nostro pianeta fosse privo di altri esseri viventi, l'uomo non avrebbe potuto esistere: quindi tutti insieme siamo "concause". Non a caso segue in lui il concetto di *Causalità dialogica* secondo cui in ogni processo gli elementi sia che

siano antagonisti o complementari sono chiamati a dialogare; quindi c'è quello che lui chiama *Principio ologrammatico*, secondo cui in ogni sistema complesso, non solo una singola parte si trova nel tutto, ma anche il tutto si trova in ogni singola parte. Infine ne consegue che *Il soggetto è al centro di tutto in ogni processo di conoscenza*. I seguenti 3 punti sono fondamentali nel suo pensiero e ne ispirano la conseguente *pedagogia (G)*, che vedremo nel prossimo capitolo: 1. La vita è al centro e il sapere non deve essere sterile o frammentato, ma deve orientarsi alla conservazione e allo sviluppo del vivente in tutte le sue manifestazioni. 2. La complessità vede il mondo come una rete di relazioni, in cui isolarne le parti, come spesso fa la specializzazione scientifica, impoverisce la nostra comprensione dell'insieme. 3. Occorre ripensare una nuova *pedagogia (G)* come educazione alla vita: formare gli individui significa insegnare loro a comprendere le connessioni e le incertezze e ad amare il pianeta come una *casa comune (Morin 2017)*, l'unica che abbiamo.

1.4 Il biocentrismo nella biodanza, in poche parole

In conclusione i punti 4 e 5 dei principi biocentrici di Lanza e le appena descritte riflessioni di Morin ritengo che siano la parte teorica e scientifica che autorizza Rolando ad affermare poeticamente che «l'universo esiste perché esiste la vita, e non viceversa»: l'universo è un sistema autoregolato ed è manifestazione dell'energia vitale in cui «l'amore è forza creatrice» nel senso che esso è forza di attrazione gravitazionale, nucleare ed affettiva che unisce particelle, cellule ed esseri viventi e che, in ultima analisi, l'evoluzione è guidata «non dalla lotta per la sopravvivenza ma dalla cooperazione e dall'affettività, già a partire dal nostro codice genetico» (Toro 2012). L'uomo sviluppa il proprio potenziale umano risvegliando un'identità in contatto con l'universo: non amiamo perché siamo umani, ma siamo umani perché l'amore universale ci crea e ci attraversa, mediante le 5 linee di *vivencia (G)* della vitalità, della sessualità, dell'affettività, della creatività e della trascendenza. La grande positività del suo pensiero lo porta a concludere che «se l'universo è vivo fin dall'inizio, la cultura del futuro sarà una Cultura della Vita». «Viviamo per creare più vita nell'intimo della vita» (Toro 2012).





«Il piacere intellettuale, l'estasi poetica, la passione scientifica, la fecondità creativa e l'incantevole dialogo critico nascono nel contesto affettivo.»

Rolando Toro

La inteligencia afectiva. La unidad de la mente con el universo,
2013«

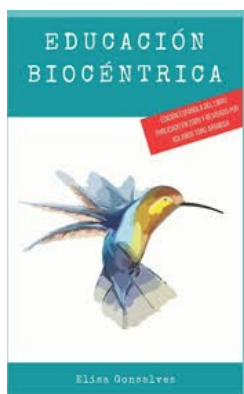
2. La prospettiva pedagogica del “biocentrismo”

L'aspetto centrale di questo mio lavoro sento di doverlo introdurre proprio a partire dalle premesse filosofiche e pedagogiche di Edgar Morin, con la riflessione sui 7 saperi accennata poco più su, che secondo l'Autore sono necessari all'educazione: di quell'educazione che lui chiama “del futuro” e che io sento di aver praticato nel presente della mia esperienza, consapevole della portata dei filosofi ed educatori che mi hanno ispirato e che sono stati così ben compendati da Morin. Questo libro è frutto di un lavoro commissionato nel 1999 a Morin dall'Unesco ed è quello che ha poi ispirato i 7 criteri scientifici del biocentrismo descritti più sopra da Lanza fra 2007 e 2009.

2.1 I sette saperi necessari all'educazione del futuro

1. *La cecità della conoscenza fra errore ed illusione.* Ogni mente, anche quelle che hanno ispirato la rivoluzione scientifica, come abbiamo visto nella appena brevemente descritta storia del pensiero antropocentrico, cade in errori mentali ed illusioni, quindi è fondamentale avere una “vigilanza critica” innanzitutto verso i propri pregiudizi e riflettere e “far conoscere la conoscenza”. 2. *I principi di una conoscenza pertinente e globale.* Occorre superare la frammentazione della conoscenza superando la separazione fra le diverse discipline che fa perdere il significato unitario di queste. 3. *Insegnare la condizione umana.* Essa è biologica, psichica, sociale e storica, non “mentale e disarticolata” come quella presentata oggi nel sistema scolastico. 4. *Insegnare l'identità terrestre.* Il nostro destino planetario è comune: ambiente ed economia non hanno confini nazionali, quindi va sviluppata una “coscienza di cittadinanza globale”. 5. *Affrontare le incertezze.* Il futuro non è lineare ed è imprevedibile, mentre l'insegnamento tradizionale illude di vivere in un mondo certo e prevedibile. Si può invece insegnare a “navigare in un oceano di incertezze attraverso arcipelaghi di certezze”. 6. *Insegnare la comprensione.* E qui parliamo di comprensione reciproca fra esseri umani, costruendo la pace: razzismo, xenofobia ed egoismi nascono da incomprensioni e disprezzo, quindi va insegnata l'“apertura culturale” e mentale. 7. *L'etica del genere umano.* Essa può nascere nella stretta relazione tra individui, società e specie. Il compito della scuola è promuovere una “democrazia della terra” basata su empatia e solidarietà, creando una comunità planetaria solidale (Morin 2001),
In tutto questo non si può sottovalutare il ruolo del “corpo” nella comunicazione delle informazioni; la sua transdisciplinarietà implica la creazione ed il confronto fra discipline, il passaggio dall'interdisciplinarietà, in cui ci si presta idee o metodi, a una vera multidisciplinarietà, cioè a uno sguardo molteplice. Chi pratica la biodanza sa bene quanto siano condivisibili e praticati questi obiettivi attraverso quella che è una sorta di vero e proprio “addestramento” a trasformare il contatto con le persone e le proprie emozioni in amore.





2.2 L'educazione biocentrica - Elisa Gonsalves Possebon

Per quest'argomento, oltre a servirmi dei materiali formativi delle Scuole di Biodanza (Toro 2012), che sono sullo sfondo di questa intera mia monografia, ho voluto approfondire in letteratura l'argomento, trovando un preziosissimo testo dal titolo "Educación Biocéntrica" scritto in Spagnolo da Elisa Gonsalves Possebon, docente di Educazione nell'Università Metodista di Piracicaba, in Brasile.

2.2.1. Premessa metodologica sull'autrice e l'opera

Nonostante l'autrice sia brasiliana di nascita, per formazione e insegnamento, ritengo che il libro sia stato prodotto

Este libro es dedicado a la sistematización de la Educación Biocéntrica, una nueva forma de la educación, creada por Rolando Toro, un educador amoroso. Pensar en una educación de calidad significa, crear condiciones para que las personas puedan, en un ambiente afectivo, desarrollar sus potenciales genéticos, moverse sus capacidades afectivas en el acto de relacionarse con los otros para aprender profundamente. Solo así los cambios personales se podrán visualizar acciones capaces de transformar la sociedad desde una educación biocéntrica. Rolando Toro, a lo largo de su vida, creó un encuentro esencial con las clases educativas actuales porque había con él, creando. Rolando Toro, la base de la alegría de vivir. Los manuscritos de esta obra fueron entregados a Rolando Toro en 2003, en su casa de Santiago de Chile. Desde entonces han pasado doce años. Para esta edición, la autora escribió un epílogo sobre educación salvaje.

Elisa Gonsalves Possebon es Doctora en Educación de la Universidad Metodista de Piracicaba. Hizo un curso de licenciatura en Pedagogía, otro de especialización en Investigación Educativa y una Maestría en Educación, en la Universidad Federal de Paraíba (UFPB), Brasil.



direttamente in spagnolo non solo perché è la lingua più utilizzata nella biodanza mondiale, grazie alla diffusione delle scuole spagnole e latinoamericane, ma soprattutto perché fosse letto, fruito e corretto dallo stesso Rolando Toro. Da traduttore che ha confidenza con la scrittura spagnola e latinoamericana devo dire che ci sono diversi problemi di espressione, inesattezze ortografiche, distrazioni e "brasilismi" che non inficiano assolutamente la qualità, la chiarezza e il valore dell'opera. Credo che per questo Rolando lo abbia revisionato dando la propria piena approvazione e scrivendo anche una breve e lusinghiera prefazione in cui, ancora lui stesso data l'inizio della formulazione del Principio Biocentrico al 1970 e riconosce all'autrice la capacità di rinforzare la sua teoria con argomenti sempre più convincenti. Non a caso, nei materiali formativi dell'IBFed sul tema (Toro 2012), Rolando presenta i vari pedagogisti molto velocemente, spesso liquidandoli come autori che non hanno saputo inserire il valore dell'amore nelle loro teorie. L'autrice invece, dimostrando di avere fra l'altro una certa dimestichezza con le pratiche di Pedagogia degli oppressi (Freire 2023) e delle scuole Montessoriane (Montessori 2023), nate a inizio del secolo scorso e diffuse rapidamente in America Latina, riesce a trovare in quegli stessi autori elementi o addirittura dimostrazioni che preludono e spiegano meglio i passaggi logici delle teorie di Toro, pur non riuscendo essi a giungere alle coraggiose conclusioni della teoria biocentrica, come illustrato più avanti, in dettaglio. L'edizione consultata è del 2020 e contiene un post-scriptum dell'Autrice sul tema dell'Educazione che lei chiama anche selvatica o naturale (*Educación salvaje*), riprendendo la prima formulazione di Rolando. I titoli che seguono non sono dell'Autrice ma miei e i testi riportati comprendono miei commenti tra parentesi o espliciti.

2.2.2 Il testo (Gonsalves Possebon 2020)

La premessa è che lei stessa confessa di essersi avvicinata alla biodanza ritenendo che potesse ispirare principi educativi ma che non potesse diventare una "Pedagogia propriamente detta" (G), rendendosi conto abbastanza presto che invece lo stesso Rolando, nel costruire il Sistema biodanza non solo avesse tenuto conto della propria lunga e giovanile esperienza pratica di maestro, ma che avesse inaugurato e costruito altrettanto un'immane vera e propria "nuova Pedagogia" che prepara il cambio di *paradigma* (G) a cui mi riferisco nel titolo di questo mio lavoro.

La premessa apre sull'origine del termine "Educare", che letteralmente rappresenta due concetti: dalla radice *edere*, mangiare, o *manducare* è tratta l'azione dell'alimentare da parte della nutrice, colei che alleva e fa crescere il bambino, mentre da *educere* si descrive l'azione propria dell'ostetrica, che "tirava fuori" il bambino dal grembo materno. L'Autrice nota che la contraddizione accompagna questo termine fin dalla nascita: ma coincide nella finalità di sviluppare l'autonomia individuale che si articola in due aspetti: la comprensione delle leggi che regolano il proprio pensiero e l'elaborazione di una propria capacità di camminare, di orientarsi.

ROLANDO TORO MAESTRO ELEMENTARE

A Talcahuano Chile si dedicò soprattutto a connettere i bambini alla natura, realizzando con loro frequenti escursioni al mare; successivamente i temi derivati da queste visite venivano utilizzati nell'apprendimento.



Imparare dunque è una capacità innata, mentre il vero e proprio processo di apprendimento per sua natura consiste nell'entrare in contatto con la propria umanità (che è relazionale, ndr). L'azione d'insegnare invece è un'attività pianificata, organizzata sistematicamente e si svolge in un ambiente dove le persone si relazionano con l'obiettivo di raggiungere risultati prestabiliti offrendo diverse



attività. Più avanti nel testo la Gonsalves parlerà della figura del *pedagogo* (G), che nell'antica Grecia era lo schiavo che accompagnava gli allievi dal *maestro*, e sottolinea che nell'accezione contemporanea non è un caso che si sia scelto questo termine per intendere chi "accompagna" i ragazzi nella loro crescita. A partire da tutte queste premesse l'Autrice immediatamente e in sintesi presenta alcuni aspetti dell'azione educativa secondo il principio biocentrico: il *sentire*, perché si verifichi apprendimento è l'intero corpo che entra in gioco, quella che in biodanza chiamiamo la condizione di *vivencia*

(G). Poi il *comunicare*, che suppone che il processo di formazione umana sia *integrale*, quindi che accolga la soggettività delle persone coinvolte da entrambe le parti, affinché ci sia un cambiamento.

Scoprire è un'attività che dà importanza a scelte e intenzioni.

Riflettere significa *autoriflettere*, scoprire e conoscere se stessi, un'alleanza necessaria fra intelligenza e affettività: in questa autonomia è scontata una relazione di dipendenza e quindi conta molto il riflettere lo sguardo degli altri, con empatia. *Agire*: si educa nell'azione, nelle pratiche degli esercizi. *Creare* è la base di risposte nuove che sono cariche di autonomia vera, cosa che implica l'errore, che è a sua volta ulteriore strumento di apprendimento.



Infine, non certo ultimo conta l'*amare*, innanzitutto amare se stessi davvero, cioè amando anche gli altri, io direi amandosi negli altri, tramite gli altri: e qui l'Autrice denuncia, a ragion veduta, che nella scuola si registra sempre più bassa autostima, fra gli allievi e non a caso anche fra i docenti.



A questo punto si mettono a confronto i due paradigmi fondamentali: il *paradigma* (G) moderno prevede la creazione di contenuti di conoscenza da *trasferire* fra docente e alunno, dove conta l'alunno come colui che riceve e memorizza. Ciò implica la svalorizzazione delle conoscenze che hanno già gli alunni, perché vengono considerati contenitori che non fanno parte del processo di costruzione del sapere; inoltre è sempre la scuola a valutare chi è adatto e chi no; i processi educativi sono impersonali e le persone sono ridotte a macchine, non si accetta la prossimità e ancor meno l'affettività fra

alunni e professori; infine si lavora in una struttura competitiva in cui si stimola il superamento non solo di prove ma di continui confronti "di livello" fra le persone.

Viceversa l'educazione biocentrica segue il principio che permette la conservazione ed evoluzione della vita, stimolando la manifestazione degli istinti e lo sviluppo di *proto-vivenzie* (G), le prime emozioni dei neonati e le *vivenzie* (G) integratrici, utilizzando il Sistema Biodanza (G) per mediare fra l'educazione tradizionale e la proposta totalmente biocentrica, integrando nuovi contenuti nella pratica e metodologia educativa. I fattori ambientali si organizzano intorno all'amore per la natura, la sacralità della vita e l'amore del prossimo. Qui i contenuti sono espressione delle identità e quindi anche dei potenziali genetici: il rinnovamento organico, l'armonizzazione dell'*inconscio vitale* (G), l'affettività integrata, la creatività, l'innovazione esistenziale e artistica, l'espansione etica della coscienza, la percezione dell'unità cosmica, lo sviluppo dell'intelligenza affettiva e della ragione critica, il piacere di vivere. La Gonsalves traccia qui anche una breve ma interessantissima storia dell'incontro di Rolando Toro con l'insegnamento e lo riconosce come l'esperienza, molto valida e concreta, che è stata alla base del nuovo modello o *paradigma* (G).



Una pratica scolastica biocentrica di contro a quella “moderna”

Ora, da queste premesse si possono declinare tutte le attività di una pratica scolastica che sia aderente ai principi biocentrici. 1. Il docente crea situazioni di apprendimento rivolte a costruire nuovi significati con i materiali che si studiano e che gli alunni costruiscono, scoprono, trasformano ampliando le proprie conoscenze, che a loro volta attivano nuove strutture *cognitive, vivenziali e viscerali*. 2. I docenti cercano di sviluppare i potenziali genetici degli alunni, le loro attitudini e talenti. 3. Risaltano le differenze attraverso l'accoglienza, ben altro che la tolleranza: bisogna imparare ad ammirare le differenze e le singolarità. 4. Alunni e docenti lavorano insieme realizzando un processo educativo personale ed empatico, perché l'apprendimento funziona quando le persone cooperano a costruire comprensione, per questo è fondamentale che i docenti creino relazioni positive e salutari con gli alunni.

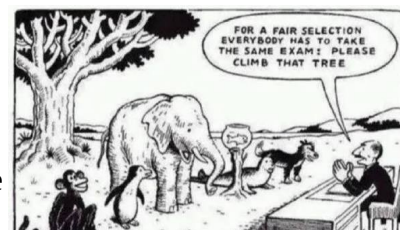
Quindi apprendere non è un processo accumulativo in cui si accrescono i contenuti: va tenuto conto che i materiali che si “aggiungono” *ri-configurano* tutto il sistema, modificandone perfino la struttura. L'autrice riassume nel seguente schema le differenze fra i due paradigmi in esame.

Aspetti dell'insegnamento	Paradigma moderno	Paradigma biocentrico
Ambiente	Uniformità culturale	Diversità culturale
Spazio	Individualizzato	Collettivo
Contesto	Competitivo e individualista	Cooperazione
Relazioni	Verticali e impersonali	Orizzontali, personali e affettive
Enfasi	nell'avere	nella relazione
Tempo	futuro	presente
Meta	Prepararsi al mercato	Vivere bene
Epistemologia	Riduzionista	Biocentrica
Forme del sapere	Logica positiva e scientifica	Sensibilità e scienza
Conoscenza come...	trasferimento di dati	costruzione e scoperta
Livelli di apprendimento	Cognitivo	Cognitivo vivenziale e viscerale
Tipo di apprendimento	Memorizzazione	Vitale
Funzione docente	Classificare alunni	Creare situazioni d'apprendimento
Alunni	Recipienti passivi	Costruttori attivi e trasformativi



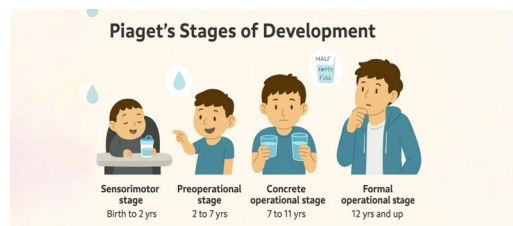
Scuola, felicità e relazioni. La prima dichiarazione di questa parte del libro che salta agli occhi è che “la felicità non può manifestarsi in un campo minato», tuttavia «dilaga senza permesso quando ce n'è l'opportunità». La maniera di consentire questo spazio «è un esercizio d'amore quotidiano, lento, piacevole, un invito affinché si manifesti la felicità». La scoperta è sempre accompagnata dal piacere e, mi verrebbe da dire che, se non si favorisce il piacere

non si arriva nemmeno facilmente alla scoperta. A questo proposito l'Autrice racconta una favola di Leo Buscaglia in cui diversi animali volevano organizzare un'accademia, ma chi era bravo nella corsa come la lepre dava importanza a quello, per il pesce era importante nuotare, per l'uccello volare e, chiaramente, chiunque concorresse per tutto sarebbe non solo stato scarso



nelle altre discipline, ma si sarebbe debilitato e sarebbe andato peggio nella propria, sentendosi frustrato e affaticato nel fare ciò per cui non era portato... (Buscaglia 2020) Il vero docente è invece chi accompagna, è un facilitatore dell'apprendimento che, più che conoscere i materiali o sapere dove trovarli, li scopre con i suoi stessi alunni.

Secondo l'Autrice Piaget, Vygotskji, Maturana e Varela sottolineano diversi aspetti comuni che preludono all'educazione biocentrica. Per Piaget la conoscenza è il risultato di un'interazione con il mondo: il soggetto è sempre un elemento attivo che cerca di conoscere il mondo che lo circonda (Piaget 2020).

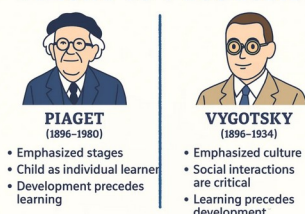


A ciò Vygotskji, aggiunge che ci sono due livelli di sviluppo: quello *reale* (o *attuale*), quello in cui non c'è bisogno di aiuto e quello *potenziale*. Ne rimane quindi uno intermedio, fra i due, quello che lui chiama il livello *prossimale*, lì c'è lo spazio in cui nell'apprendimento entrano altre persone, soprattutto gli adulti, ed ovviamente qui contano moltissimo le relazioni affinché ci siano risultati (Vygotskji 1987).

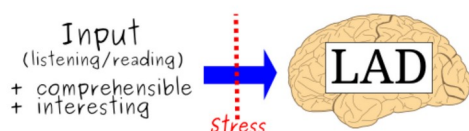


Per entrambi gli autori il soggetto quindi cerca le informazioni attivamente in un mondo che è pieno di stimoli caotici, e lo fa servendosi dei 5 sensi. Questo vuol dire che la conoscenza oggettiva è impossibile: il gatto percepisce il mondo in maniera felina, così il pesce ecc. Siamo per questo formati comunque a partire “da dentro”, da ciò che percepiamo e dagli strumenti che abbiamo, che formano le

PIAGET vs VYGOTSKY



nostre categorie, quindi non dall'esterno, dalla realtà “così com'è”. Essa, direi, è sempre qualcosa che è *per noi*. Da quest'osservazione possiamo dire con l'Autrice che la conoscenza non si organizza in funzione delle esigenze esterne ma di quelle interne. Quindi più che altro la conoscenza e l'assimilazione del mondo sono relazionate con la forma in cui l'informazione è “vista”, cioè attraverso una dinamica chiamata *autopoietica*. Humberto Maturana e Francisco Varela coniano il termine *autopoiesi* riferendosi alla capacità umana di ricomporre tutte le parti “di scarto” in una continua “autoproduzione”, in una magica circolarità che caratterizza tutta la vita. I due autori per questo ritengono di poter dire che la conoscenza è “biologica” e che, quindi, la vita stessa è pura conoscenza. E si sottolinea che questo processo non consiste in una mera risposta agli stimoli ambientali: di fronte agli stimoli anzi l'individuo li trasforma e interpreta adattandoli alle proprie esigenze. E quindi attraverso l'osservazione, se nelle forme riconosce somiglianze o regolarità, le considera e le organizza secondo dinamiche autopoietiche (Maturana Varela 2001).



E su questo mi permetto personalmente di aggiungere che convergono anche le teorie di Noam Chomsky, secondo cui la stessa elaborazione del linguaggio da parte del bambino non è dovuta ad imitazione, ma al fatto che i suoni inizialmente incoerenti o apparentemente casuali, da lui

emessi, vengono interpretati come significativi dagli adulti di riferimento – non a caso quelli che fanno parte della sua sfera affettiva – che in questo modo lo incoraggiano verso espressioni linguistiche più complesse e condivise a partire dalla “sua creazione”: questo meccanismo è stato chiamato LAD – Language Acquisition Device (Chomsky 2010).

E, ancora, sottolineo io che le neuroscienze ritengono che il bambino per lo più inizia a parlare quando smette di gattonare e può usare le braccia e le mani, finalmente libere, per gesticolare e indicare, facendo un salto relazionale filogenetico, che appartiene al “cambio” fatto dall’umanità nella stazione eretta e nell’uso delle mani come strumento di comunicazione e di contatto, oltre che di manipolazione, cosa impossibile ai quadrupedi.



Ancora più radicale, tornando alla nostra autrice, è l’affermazione che lei riporta da Hugo Assmann, che dice più o meno che ciò che sperimentiamo della realtà è una specie di rappresentazione autoreferenziale del nostro sistema nervoso, perché noi stessi siamo con il nostro organismo uno strumento percettivo e cognitivo, siamo creatori del nostro mondo attraverso una evoluzione intra-organica basata sull’adattamento (Assmann 1998).

Quando si spezza il legame con la nostra parte vitale.

Mi viene da considerare a questo punto che tutte queste riflessioni mostrano l’inadeguatezza e la chiusura mentale dell’attuale sistema pedagogico che semplicemente non conosce o addirittura disconosce i meccanismi fondamentali, genetici e biologici dell’autonomia individuale.

E qui subentra la chiave biocentrica che, grazie a Rolando Toro, consente di entrare nei meccanismi fondamentali che guidano i processi di autonomia e conducono gli umani verso la felicità: la vitalità, la sessualità, la creatività, l’affettività e la trascendenza che passano attraverso tre livelli fondamentali di apprendimento sottolineati di nuovo dalla Gonsalves: quello *cognitivo*, quello *vivenziale* (o emotivo) e quello *viscerale* (o potremmo dire corporeo).

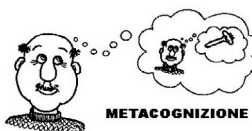
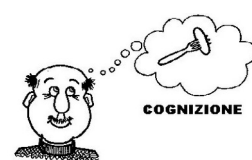


Non a caso i bambini imparano le cose decisive della loro vita attraverso sensazioni corporee forti. Il livello viscerale viene meglio spiegato come un’intelligenza cosmica e innata, io aggiungerei un riflesso autonomo come quello del movimento che spinge a muoversi e poi a camminare. Il livello *vivenziale* (G), ancora, è spiegato come una porta di accesso all’essere, che non è altro che quella emotiva ed affettiva. Ora, Rolando ritiene che i tre livelli cooperino strettamente ma siano anche autonomi e che, se non li si lascia interagire fluidamente, ci si espone ad azioni superficiali o dicotomiche e patologizzanti.



Per esempio se si subisce un’ingiustizia (livello *cognitivo*) si può reagire emozionalmente con un senso di paura o rabbia (*vivenziale*) o addirittura con mal di pancia o di stomaco (*viscerale*). E qui diventa evidente che la risposta del corpo è diventata aggressiva o autolesionista, comunque disarmonica. Per questo l’apprendimento *vivenziale* (G) riflette un sistema salutare che genera vita materiale e immateriale. E a questo punto l’autrice cita provocatoriamente un suo collega *facilitatore* (G) di biodanza, Raùl Terrén, che afferma che “per ottenere persone più civili bisogna propagare l’educazione selvaggia” (da silva, bosco), nel senso del maggiore contatto con la natura.





A proposito di **metacognizione**, ossia la capacità di riflettere sul nostro modo di conoscere, voglio ricordare che essa è sullo sfondo di tutti 7 saperi necessari all'educazione secondo Morin, già menzionati più su. L'Autrice su questo tema sostiene che va valorizzata e stimolata questa specie di conversazione interiore che aiuta a monitorare il livello attuale di comprensione del mondo e a determinarne l'adeguatezza in modo da arrivare ad un sistema autoregolato che riconosca le vere insufficienze e reagisca proattivamente. E anche in questo la Gonsalves sottolinea l'importanza degli elementi affettivi, che favoriscono l'espansione di una percezione e che accompagnano l'esecuzione di un compito.

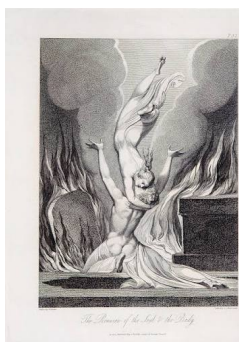
Formazione dell'identità. Arriviamo così a parlare di intelligenza affettiva che include processi coscienti e rappresentazioni simboliche e in questo modo entra a far parte dell'*identità*. Con una *identità* debole si è incapaci di amare e ci si difende sempre, temendo la diversità. L'affettività secondo Rolando è uno stadio evolutivo che non è sempre connesso alla sensibilità e all'intelligenza e queste, se non connesse alla capacità d'amare, danno origine a disturbi di autostima che si manifestano in sensi d'inferiorità o di superiorità e annullano le capacità empatiche, creando mostri che conosciamo dalla storia e purtroppo anche nel presente di questa politica odierna diventata sempre più infima.



Come stimolare questa parte positiva? Qui la Gonsalves cita ancora Rolando, quando parla dell'importanza della danza come un movimento integrato che esprime un impulso di legame con la specie, seguendo un ritmo biologico basato sul cuore e la respirazione, sviluppando potenziali affettivi che ci connettono con noi stessi, con gli altri e con la natura. In questo senso la danza se diventa un

movimento intenso di *presenza* rappresenta anche l'allegria, la gioia di vivere, specie quando ci avvicina a gesti universali come quelli "incarnati" nelle *posizioni generatrici* dell'accoglienza, dell'abbraccio, del nido, dell'amplesso e così via. A questo va aggiunta una riflessione sulla *musica organica* (G), ossia quella che si collega ai ritmi del cuore, della respirazione, del camminare, del sonno-veglia che sviluppano una forza creatrice e ordinatrice meravigliosa e che avvicinano allo "stato di grazia". Per sua natura questa musica fluisce in tutto il corpo e penetra dai pori.

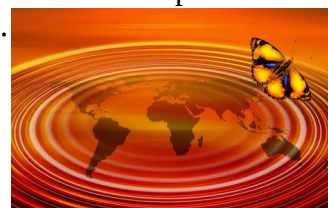
Di fronte a questa proposta, la scuola di oggi appare sempre più una scuola delle nozioni: invece di far vivere le materie e renderle comunicative esalta nei suoi programmi le parti più miserevoli dell'uomo e della sua storia, attraverso elenchi di nomi dei generali e le date delle guerre da imparare a memoria, piuttosto che proporre la conoscenza e



l'approfondimento dell'opera dei grandi artisti, musicisti, le scoperte scientifiche più illuminanti. Tuttalpiù gli alunni imparano come porsi verso la natura, ma non a sentirsene parte. Bisogna capire che i cambiamenti che "entrano nel corpo" non avvengono a livello di corteccia cerebrale, ma a quello dell'ipotalamo.

E perciò la dicotomia anima-corpo (da cui hanno preso le mosse le nostre riflessioni filosofiche) è funzionale a una sottovalutazione del corpo. Mi sento sicuro che la Biodanza può riunificare questi aspetti.

E per questo l'educazione biocentrica nel nostro sistema scolastico può avere il potere dell'"effetto farfalla", avviando movimenti che possano arrivare a provocare uragani (ci auguriamo).



Proposte concrete di educazione biocentrica. Oltre lo stimolo degli aspetti cognitivi che Rolando non sottovaluta assolutamente, proseguendo con l'Autrice si ritiene di implementare la scuola con l'apprendimento della vita attraverso la gioia e il legame affettivo con queste sette azioni:

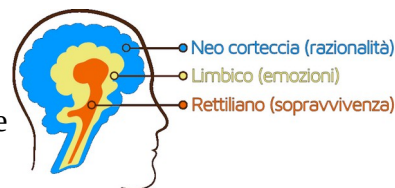
appartenenza alla natura attraverso escursioni, coltivazioni e cura di animali; educazione alimentare basata sulla varietà e la freschezza dei prodotti; cura dell'ambiente e di se stessi; pratica di forme artistiche come la poesia o la biodanza; educazione musicale come assistere a concerti e partecipare a un coro; partecipare almeno due volte a settimana a sessioni di biodanza; integrare frequentemente le famiglie nelle attività ampliando la sensazione di comunità educativa. I valori a cui ispirarsi



saranno quindi la sacralità della vita contro la degradazione attuale e, qui, l'Autrice cita il napoletano Giordano Bruno, che già nel Cinquecento vedeva l'immagine di Dio in ogni cosa: Dio e l'universo formano un tutt'uno vivente in cui Dio è l'anima immanente del cosmo, concepito quest'ultimo come un immenso e divino "grande animale" (Bruno 2018).

Tornando alla Gonsalves, per lei la sacralità si esercita riconnettendo atti sacri e profani ricomponendoli entrambi nell'ambito del sacro; poi con l'amore, la forza più potente della vita, la solidarietà e la piena riabilitazione dell'istinto, giungendo alla formulazione del concetto di "educazione selvaggia", argomento già presentato più su. Gli obiettivi declinati saranno otto: coltivare l'affettività per superare le discriminazioni, sviluppare la propria identità per superare le sfide della vita, coltivare l'espressività e la comunicazione, sviluppare la sensibilità *cenestesica* corporea (*G*), cioè la percezione di unità dei vari sensi che crea benessere, ben oltre la *cinestetica*, ossia la consapevolezza che permette l'apprendimento corporeo. E poi occorre dare importanza alle esperienze vissute, integrare la natura nello sviluppo di una coscienza ecologica, sviluppare e ampliare la percezione musicale, espandere la coscienza etica.

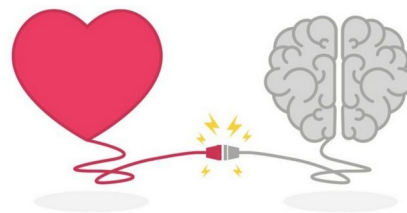
A questo punto l'Autrice si addentra nelle 5 linee di *vivencia* (*G*) come espressione dei potenziali genetici, con esercizi e danze che stimolano il centro delle emozioni, il sistema limbico-ipotalamico e le declina secondo il modello del Sistema Biodanza per accrescere l'energia vitale, la disposizione all'agire, l'integrazione motoria attraverso il ritmo, la coordinazione, la flessibilità, l'armonia dei movimenti con conseguente resistenza allo stress, la stimolazione della conoscenza autentica di sé stessi, il miglioramento dell'autostima, il ritrovare nuove motivazioni alla vita uscendo dagli stati depressivi, il miglioramento della capacità di comunicazione e di creazione di vincoli affettivi, la regolazione del sonno e della pressione arteriosa, la stimolazione della creatività e del rinnovamento esistenziale, l'aumento della risposta immunitaria.



Quindi nelle scuole biocentriche si proporranno *vivenzie* (*G*) pedagogiche divise in 5 passaggi: l'accoglienza attraverso momenti ludici di tutta la comunità scolastica, apprendere a curare la vita attraverso le conoscenze, la cerimonia del bambino protagonista, che si celebra soprattutto nei compleanni, l'educazione musicale attraverso la scoperta dei suoni e ritmi dell'universo, infine la biodanza per sviluppare i potenziali genetici delle 5 linee di *vivencia*.

Le considerazioni finali di Elisa Gonsalves Possebon sono ottimiste: il nostro sistema nervoso non è danneggiato irreparabilmente: è solo congelato, sospeso, bloccato, e attraverso la percezione sensoriale, in maniera gentile e danzante si può riavviare l'utilizzo sano dell'energia bloccata.

Se osserviamo gli animali, il loro istinto di sopravvivenza è salutare: dopo le paure, anche le più grandi, recuperano immediatamente risposte sane senza cronicizzare nevrosi. Come può allora l'educazione risvegliare gli istinti? Dando importanza al senso della percezione, promuovendo l'istinto gregario, quello di conservazione, quello sessuale e di attivazione, rivalutando quelle che, ancora la Possebon, chiama *l'intelligenza emozionale, istintiva e cognitiva* dando priorità alle prime due: sentendo e sperimentando, piuttosto che limitandosi a riflettere.





2.3 Il mio incontro con l'educazione biocentrica

Ho incontrato per la prima volta la biodanza a Valencia e il mio primo approccio è stato caratterizzato da un istintivo rifiuto, certamente dovuto a mie resistenze personali rispetto al contatto interpersonale e soprattutto rispetto alla danza. Si è trattato di un *encuentro/desencuentro*, come si dice in spagnolo, un'espressione intraducibile che conserva meglio il sapore di "incontro mancato". Allo stesso modo i termini

ronda (G) (nell'immagine qui sopra: giro, cerchio vorticoso ma anche serenata) e *vivencia (G)*, ossia vissuto presente, non sono traducibili se non alterandone l'"aroma". Piuttosto, la prima volta che ho veramente praticato la biodanza e, da allora l'ho fatto in un crescendo *esponenziale*, è stato poco meno di 10 anni fa, grazie a Vincenzo Servodidio, all'interno di ripetuti incontri di Costellazioni familiari. L'incontro vero con la biodanza e lo studio dell'educazione biocentrica sono state in questi ultimi anni per me una vera e propria rivelazione.



Da decenni rifletto e pratico forme di *pedagogia (G)* incentrate sul soggetto che apprende, che hanno messo in questione il mio modo di insegnare, gli ambienti di studio e il loro arredamento, l'uso delle immagini, più adatto alle neurodivergenze e di cui è pieno anche questo lavoro di ricerca e riflessione. Ho sperimentato vecchie e nuove tecnologie, tentando sempre una pedagogia rispettosa delle persone coinvolte e capace di rivederne i ruoli. Da quando insegno, poi, il mio è stato un tentativo continuo di offrire una didattica attiva e anche di movimento, una conoscenza reale dei luoghi in cui si sono svolti episodi significativi della storia e della vita degli uomini attraverso l'approfondimento della storia locale con visite

guidate, una educazione alla bellezza, all'arte, all'incontro con la natura, alla creatività umana, alla capacità trascendente, al desiderio di amore e alla vitalità... Tutti obiettivi che ho scoperto essere linee di *vivencia (G)* della biodanza. Lo spostamento degli obiettivi educativi, proposto dall'educazione biocentrica, verso la vita e la vitalità mi sembra la chimera da sempre inseguita, ma mai realmente messa a fuoco così bene, nel mio percorso, anche se sempre più approssimata negli esperimenti di attività educativa a contatto con la natura e con la bellezza dell'arte menzionati.

D'altra parte, da ragazzo ho sperimentato duramente il confronto con una scuola centrata sulla formazione di "ego in competizione", celebrativa degli egoismi e dei bellicismi di ogni tempo e l'ho sempre più profondamente rifiutata, sentendome ne vittima, anche per aver avuto problemi di comprensione, di attenzione e di espressione per affrontare i quali costruì una empirica strategia di "sopravvivenza" basata sull'uso della musica per riuscire a studiare, odiando però tanto l'italiano, la matematica, le lingue e la storia. Perciò mi compiacqui particolarmente della frase di H. Hesse, riportata nelle dispense formative: «Credo che non mi interessi la storia, perché la vedo come la ripetizione monotona delle ambizioni inferiori e la lotta ingenua per la conquista del potere. Penso che al margine di esse, e totalmente indipendente, si sviluppi un'altra storia, misteriosa ed opposta, che è la storia dello spirito» (Toro 2012).

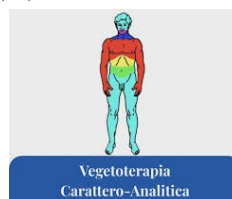


Ecco, nella mia vita mi sono sentito molto attratto da questa storia dello spirito, come si vede anche nella “pagine filosofiche” di apertura di questo lavoro, ma sento che il suo naturale compimento è avvenuto nel mio sempre più profondo incontro con le emozioni e con il corpo che, fino alla pratica della biodanza, ancora vivevo io stesso sentendomi “separato da questo corpo”. E non a caso è proprio al rapporto fra i filosofi e il corpo che dedichai la mia tesi di laurea in Filosofia morale, che si trova sintetizzata in un articolo riproposto qui, nella prima appendice di questo lavoro (*app. 1*).



La mia riconciliazione con la “storia” come disciplina avvenne già decenni fa, quando tramite la storia locale, la storia dell’arte, l’incontro con l’antropologia, ho ricostruito un mio modo di vederla e raccontarla e sono queste che hanno fatto di me un discreto divulgatore, una guida appassionata, uno – spero - decente professore di questa disciplina, già dalla fine del secolo scorso. E la mia storia recente – che mi ha portato negli ultimi 15 anni a dedicarmi all’insegnamento delle *Scienze umane (G)* invece della

Storia – mi ha indotto ad individuare nel “lavoro con il corpo” la chiave universale di tanta ricerca personale che mi sembra oggi finalmente al dunque, anche grazie al percorso psicoterapeutico reichiano di *vegetoterapia carattero-analitica (G)* che è stato centrato sul corpo e al lavoro con le Costellazioni



familiari. Questo percorso personale si è rivelato molto prezioso nel mio lavoro di “educatore delle emozioni”, svolto per conto delle cooperative presso l’*Asl Napoli 1 (G)*, attraverso proposte di attività culturali e naturalistiche ai tossicodipendenti (foto a sinistra), e poi negli interventi di prevenzione primaria svolti con adolescenti e giovani, dapprima con la stessa Asl e poi con il Comune di Napoli (fra molti altri il Progetto Fratello Maggiore – in foto in basso a destra).

Il tema della Sacralità della Vita è oggi per me non più storia dello spirito o approccio religioso, è vita vissuta e voglia di condividere questa scoperta, è liberazione progressiva dalla prigionia dell’ego. Parlo di “prigionia” perché trovo che il narcisismo, la nostra protezione contro le paure, è causa di tanto male nella nostra società, pregiudica le relazioni, rende le nostre vite infelici ed irrealizzate, spegne i talenti, ammorba le relazioni. Ho intrapreso negli anni scorsi un lungo percorso di pratica dello yoga e di conoscenza della medicina



ayurvedica, nonché nella meditazione, esperienze che tuttavia mi hanno lasciato un senso di insoddisfazione e inadeguatezza percepiti anche nel corpo, e di ancoraggio a un “controllo” della mente che nasconde ancora proiezioni narcisiste ed egoiche. In ultima analisi separazione dal corpo come strumento di benessere e di piacere condiviso. Nel percorrere lo studio dei materiali formativi dell’Educazione biocentrica è emersa una spiegazione di queste mie difficoltà e del “sospetto” che ho mantenuto verso le tecniche orientali, specie negli aspetti pseudoreligiosi, cui pure ho cercato di aprirmi senza pregiudizi negli ultimi anni. Rolando Toro le considera tecniche “solipsiste” perché incapaci di “restituire” le persone all’Affettività e a una relazionalità realmente disinteressata e umanista: a riprova, ancora, Rolando aggiunge che forse non è un caso il fatto che la violenza anche in Oriente sia così generalizzata come in Occidente... «Contrariamente a ciò che sostiene la maggioranza dei mistici orientali e occidentali che, per raggiungere lo stato supremo di connessione al divino è necessario abbandonare gli istinti e negare il corpo, il nostro approccio sostiene che non c’è nessuna possibilità di evoluzione e trascendenza quando si tradiscono le forze che conservano la vita e che la nutrono» (*Toro 2012*).



Quindi il tema dell'affettività, che è fondante dell'educazione biocentrica, è stato al centro delle mie pratiche d'insegnamento, ben prima che mi avvicinassi alla biodanza, avendo incentrato il rapporto con i miei studenti sull'ascolto empatico, così come avevo imparato negli anni in cui mi sono dedicato all'*Uso sociale e solidale dei beni culturali (G)*. E in questo senso le varie pedagogie mi sembrano girare intorno a questo tema che invece è il banco di prova di qualsiasi insegnante che abbia un po' di esperienza e che ami i propri allievi, il proprio lavoro. I percorsi che più mi hanno

ispirato nel mio recente cammino pedagogico, non a caso sono stati quelli di Maria Montessori e Don Lorenzo Milani, entrambi centrati sugli allievi nella loro totalità e sull'affettività con essi. E sento che verso ciò mi ha spinto, in fondo, anche semplicemente la voglia di essere benvenuto dai ragazzi e di esprimere la mia profonda stima verso di loro.

Dal punto di vista pedagogico ho trovato particolarmente liberatoria e ispirante l'affermazione secondo cui l'Universo esiste perché esiste la vita e non il contrario. Dice Rolando Toro: "I rapporti della trasformazione materia-energia sono gradi diversi di integrazione alla vita. Il nostro approccio epistemologico parte dalla *vivencia (G)*. La vita non è semplicemente una conseguenza di processi atomici e chimici, ma il programma implicito che guida la costruzione dell'universo" (Toro 2012). Queste sono prospettive che ancora non avevo introiettato nella mia formazione precedente e che mi hanno aperto, si può dire quasi ironicamente, ad un "nuovo universo".

Si tratta di un approccio cui mi sono avvicinato per "sesto senso", o forse semplicemente "buon senso", ma che è davvero entusiasmante trovare nella riflessione più profonda sull'educazione biocentrica.

Sento di aver sperimentato sulla mia stessa pelle che molti dei nostri modelli culturali si rivelano anti-vita e che le dinamiche che ci stanno avvicinando a guerre sempre più distruttive per l'intera umanità derivano da questo "programma" che finisce col contrastare la vita e porre al centro della vita umana beni materiali piuttosto che la vitalità.

Sentire, riconoscere e condividere attraverso la danza che la causa dell'universo è la vita, tutto ciò sta mettendo in movimento il mio corpo e la mia volontà come non era mai successo prima...

E riconoscere che la biodanza offre anche una sorta di cura adeguata a diversi tipi di difficoltà esistenziali, specie nell'educazione dei bambini, è francamente consolante. Dice Rolando: "La Biodanza per bambini ha un effetto di psicoprofilassi di grandissima importanza. È necessario evitare durante l'infanzia la "catastrofe psicologica", rafforzando la salute mentale ed organica. Sviluppare certi atteggiamenti nei confronti di sé stesso e degli altri, è una delle più profonde necessità sociali del bambino, in modo che, raggiunta l'adolescenza, sia connesso alla vita.

In questo modo, non cadrà nella violenza scolastica, nella droga o nella delinquenza.

Gli istinti devono essere conservati, ma hanno bisogno di essere *modulati* dalla affettività."

Mi piace ricordare questi piccoli esempi che vengono dalla teoria biocentrica, riportata nelle

dispense formative:

- Se due bambini iniziano a lottare con violenza, è possibile insegnare loro la Danza della Tigre.
- Se distruggono i giardini, possono imparare la Danza della Terra.
- Se sono molto timidi, possono praticare la Danza di Espressione della Identità... (Toro 2012)





Arte e creatività. Nel mio lavoro mi servo spesso di esse per condividere l'idea antropologica di uomo che mi sembra davvero riuscire a fare breccia nel cuore dei miei allievi e sono molto colpito dalla critica aperta che ho trovato alla "preoccupazione formale" dell'arte contemporanea ed in special modo al Neoplasticismo, al Simbolismo, allo Strutturalismo, al

Cubismo come forme sempre più orientate verso "la completa sterilità", contrapposte alle forme simboliche e artistiche delle popolazioni africane (Congo, Costa d'Avorio, Sud Africa). Questo secondo Rolando Toro spiega come ormai veramente poche forme d'arte contemporanee siano davvero ispirate, soprattutto quando mantengono al proprio interno la vitalità e l'amore, spesso perché anch'esse "prodotte da profonde *vivencias* (G) interiori di estasi, di confronto con la morte, con il parto e la maternità, finanche di terrore, di erotismo, di mistero religioso, d'identificazione con gli animali". Oggi mi sento molto più immerso nella musica, nella danza, nel contatto, nell'erotismo e soprattutto nella percezione del meraviglioso ed è questo che ho cercato di condividere con i ragazzi, a scuola.



2.4 Le esperienze didattiche e pedagogiche che ho svolto.



Lavoro a Campagna (Salerno) dal 2012 e le mie discipline sono la Filosofia e le *Scienze umane* (G): Psicologia, pedagogia, antropologia, sociologia e metodologia della ricerca, dopo alcuni anni di precariato nell'insegnamento della Filosofia e la Storia, in cui sono comunque abilitato. Si tratta di un Liceo delle Scienze umane e vi insegno nell'indirizzo economico-sociale, lungo tutto l'intero corso, quindi con ragazzi fra i 13 e i 19 anni. Avendo certificazione linguistica di Spagnolo livello

C2-madrelingua, conseguita presso l'Istituto Cervantes di Napoli, negli anni scorsi, grazie a una preside che nell'assegnarci le mansioni consultava i nostri curriculum, ho anche insegnato Filosofia in lingua straniera, nel nostro Liceo Linguistico, nei primi tempi della sperimentazione del CLIL (*Content and Language Integrated Learning*), cioè l'insegnamento della disciplina in lingua, all'epoca per quasi il 50% del monte ore settimanale. Dall'inizio di questa mia esperienza di docenza ho avviato incontri personali ed informali con i miei allievi nelle ore di ricevimento e in quelle "a disposizione", fino all'introduzione dal 2014 dello Sportello di Ascolto di cui sono stato referente fino ad oggi, nelle ore definite da alcuni anni di *potenziamento* (G), svolgendo la mia attività con colloqui personali con gli studenti e con le famiglie, orientando eventuali percorsi verso le psicologhe di supporto, laddove fra allievi e famiglie ne concordassimo la necessità. Per questa funzione abbiamo avuto dapprima l'aiuto di insegnanti di sostegno laureate in psicologia, in servizio con contratti a tempo determinato, poi anche psicologhe esterne, espressamente contrattate dal nostro istituto per svolgere questa funzione, nonché altre figure convenzionate di sociologhe e psicologhe in servizio presso l'Asl territoriale di Salerno-Eboli. Tutto questo è finito da quando sono arrivati i fondi PNRR (Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza), che hanno sostituito quest'attività appassionata e d'avanguardia con un millantato "mentoring" svolto da "counselors", il cui misero risultato è stato l'aumento dei bocciati, da 43 a 50 dopo un anno di attività, su una popolazione di 500 iscritti. Un'autentica vergogna della scuola dei managers della riforma "*Buona scuola*" (G) che consente decisioni sempre meno democratiche e partecipate, talvolta "suicide" come queste: rimangono dentro di me scolpite le parole della *Lettera a una professoressa* (1966) degli allievi di Don Milani "la scuola che boccia, boccia se stessa" (Milani-Sc.Barbiana 2017).



2.4.1 Le esperienze dello sportello d'ascolto.

La situazione dei ragazzi che ho trovato a Campagna è piuttosto triste, come ebbi a notare già dai primi mesi. È per questo che decisi di riportare in attività pomeridiane volontarie la mia esperienza di "educatore emozionale", svolta dapprima con i tossicodipendenti e, poi, nelle scuole di Napoli per conto dell'allora Azienda Sanitaria Napoli 1, la stessa proseguita poi con compiti di coordinamento per il Comune di Napoli. Lo scopo a quel tempo nel territorio napoletano era la prevenzione delle dipendenze attraverso la pratica dei "Giochi di Findhorn" (Earl Platts 1997) e dei giochi di pace in generale, nel Progetto Fratello Maggiore, rivolti a sviluppare socialità ed affettività, esperienze pratiche e riflessioni sulle relazioni. La riproposizione di quelle attività socializzanti e stimolanti per la sfera emotiva si arricchì moltissimo grazie al fortunato incontro con Vitina Maioriello, riflettendo con lei su cosa fare all'indomani della pubblicazione del suo lavoro di ricerca sociale e pedagogica "Il nulla ed il suicidio giovanile" (Maioriello 2011). In questo libro si traggono le mosse da un fenomeno inquietante diffuso nel piccolo centro, quello dei suicidi pre-adolescenziali: da quando io vivo qui ce ne sono stati ben tre, nella sola Campagna. Esso offre una riflessione sul senso di vuoto e di "nulla" che colpisce gli adolescenti in tutta la Valle del Sele, nella provincia di Salerno, concentrandosi sulle dinamiche di disagio sociale e umano che vivono innanzitutto i ragazzi e le loro famiglie. Per questo mi è sembrato non bastasse fare solo uno Sportello d'ascolto a scuola.



Qui intorno il cerchio della fiducia e i giochi di contatto e di rispecchiamento con gli allievi del mio Istituto.



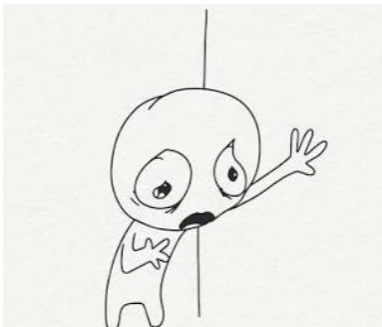
Incontri d'inclusione e di riflessione sull'integrazione con Vitina Maioriello, presidente dell'associazione Mi Girano le Ruote, conferenze e cineforum partecipati e ideati con gli allievi.



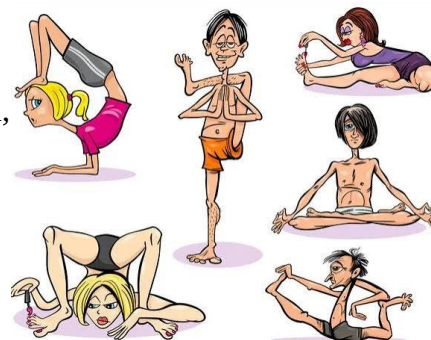


Qui a sinistra alcuni momenti della redazione scolastica del giornale *Diversamente Liberi (G)*, realizzato fra associazione Mi Girano le Ruote, Istituto a Custodia Attenuata per il Trattamento dei Tossicodipendenti di Eboli - Ministero di Giustizia (G) e Istituto d'istruzione Superiore Teresa Confalonieri di Campagna.

partecipando anch'io a quelle attività pomeridiane come tutor volontario dei ragazzi. Riscontrammo



risultati più che apprezzabili soprattutto nella gestione dell'ansia e in particolare delle crisi di panico, di cui in quegli anni avemmo una vera e propria epidemia. Mi sono testimoni i colleghi insegnanti e le vicepresidi, gli incaricati della sicurezza e della salute: eravamo arrivati a dover chiamare quasi un'ambulanza a settimana, di media, per gestire situazioni che sembravano incontrollabili e devastanti. Tale situazione così



allarmante, dopo l'introduzione di queste pratiche di yoga e biodanza, ma anche all'indomani di un nostro addestramento specifico sulla gestione emergenziale, si è ridotta oggi alla richiesta di pochissimi interventi sanitari esterni, nell'ordine di meno di 5 nell'ultimo anno. Non solo, la percezione condivisa con gli altri operatori dello sportello e con gli insegnanti è stata che la pratica dello yoga dava risultati riscontrabili dopo diversi mesi di attività, scontrandosi con la non sempre facile frequenza abituale, da parte dei ragazzi. Piuttosto, la pratica della biodanza, specie quando settimanale, dava risultati visibili di sessione in sessione, riconosciuti soprattutto dagli stessi studenti nella condivisione verbale o *relato di vivencia (G)* che precede le sessioni, creando affezione alla partecipazione e, quindi, una frequentazione meno discontinua.

2.4.2 Le esperienze con la biodanza

Ma veniamo alle esperienze in cui entra finalmente la biodanza: **1. la prima**, già menzionata su, è stata di **supporto allo sportello d'ascolto**, fra 2022 e 2024, con facilitatore (G) esterno; **2. la**



Patrizia Mirra » IIS "T. CONFALONIERI" DI CAMPAGNA (SA)
12 giugno alle ore 22:43
PROGETTO PNRR DI BIODANZA-ESPERTO :
PROF. FULVIO MESOLELLA.
LA BIODANZA È UNA PRATICA CHE COMBINA MOVIMENTO, MUSICA E INTERAZIONE
CON GLI ALTRI PER PROMUOVERE IL BENESSERE FISICO, EMOTIVO E SPIRITUALE.
MADONNA DI AVIGLIANO- PERCORSO BENESSERE - ORTO BOTANICO DELLA SELVA-
CAMPAGNA (SA).— con Titti Gibboni e altre 28 persone.

seconda si è svolta nell'estate de 2025 sotto forma di **progetto del tempo libero** rivolto ai ragazzi delle prime e delle seconde (età 14-16) e con l'aggiunta di alcune ragazze maggiorenni, provenienti dallo sportello d'ascolto, in un settimanale condotto da me, nell'arco del mio tirocinio formativo, nelle mattinate del giugno. La proposta si è svolta sia in ambienti naturali, presso il bosco del Monastero della Madonna di Avigliano di Campagna, sia nelle piazze e nei parcheggi multipiano (più freschi e liberi nelle mattinate d'estate); **3. l'ultima** è stata nell'anno scolastico appena concluso 2025-2026, ancora condotto da me, ed è consistito sia in un'esperienza diurna in **orario scolastico**, che ha riguardato **l'insegnamento delle mie discipline, Scienze umane e Filosofia, ma anche dello spagnolo, ancora come metodologia CLIL**, menzionata prima, perché svolto in lingua,

a partire dalla mia conduzione, ma anche nella scelta del repertorio di musiche e canzoni, funzionali

alla pratica della stessa. Altrettanto quest'attività diurna ha goduto della piena collaborazione dei colleghi insegnanti di Scienze Motorie, in quanto si è svolta anche nelle loro ore di lezione ed in palestra come pratica sportiva non competitiva. E, ancora, non certo ultima per importanza, ho sperimentato la proposizione di alcune sessioni pomeridiane nell'ambito del progetto di approfondimento sul tema "Filosofia e territorio" condotto dalle mie colleghe di disciplina, Modesta Curzio e Ornella Galletta, già collaboratrici nello sportello d'ascolto, che ho avuto anche il piacere di veder unirsi alle *vivencie (G)* apprezzandole e condividendone la finalità didattica, oltre che pedagogica, fornendomi fra l'altro un *feed-back* prezioso, oltre che graditissimo e lusinghiero.

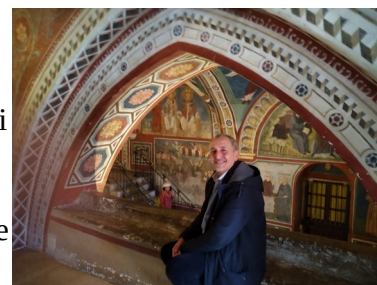
2.4.3 Il mio vissuto e le mie considerazioni su queste esperienze

Le esperienze che ho svolto nella mia scuola, di condivisione settimanale di un **primo laboratorio (sostegno psicologico)** annuale di biodanza a supporto degli allievi fruitori dello sportello d'ascolto mi hanno fatto rivivere il mio approccio iniziale alla biodanza, quello di un rito quasi ipnotico e al tempo stesso di "risveglio" del sé profondo, di ri-connessione alla vita e alla sua qualità sacra, accettando di tornare a provare anche emotivamente la presenza del sacro nella mia vita e nei ragazzi coinvolti, la non separazione dei gesti sacri dai profani, la sacralità della mia relazione con loro.

E attraverso ciò ho sentito di aver vissuto lo smontaggio dei «rituali ossessivi che sono sorti per sfuggire al panico cosmico».

«Coloro che praticano Biodanza, essendo se stessi sono anche altri. Essendo individui sono anche vita universale». E, ancora «Questa dissociazione tra sacro e profano, che è inerente alle religioni, deve essere messa in discussione. Se la vita in sé è sacra, in quanto la più meravigliosa espressione cosmica, è assurda la distinzione rituale degli ambiti sacri da quelli profani» (Toro, 2012).

Il cuore di queste riflessioni consiste nel cogliere il fatto che le emozioni sono provvisorie e non generano intelligenza, mentre l'affettività è duratura e si radica in esperienza relazionale. (vedi *schema emozioni-affettività* alla pagina seguente)



Nella foto eccomi monaco benedettino in crisi mistica, alla grotta del Sacro Speco di Subiaco (Roma).



La seconda attività, (pratica della biodanza nel tempo libero) proposta nel giugno del 2025 ha mirato soprattutto allo sviluppo di affettività e benessere, facendo riferimento a progetti istituzionali che iniziano a riconoscere una certa "intelligenza emotiva" (Goleman 2011) come evoluzione delle "intelligenze multiple" (Gardner 2019). La teoria delle *intelligenze multiple* ha realmente aperto delle brecce nella psicologia dell'educazione, mentre Rolando vede giustamente nell'idea di *intelligenza emotiva* una sorta di diminuzione, io direi commerciale, dell'idea di *Intelligenza affettiva* (Toro 2012 e 2013) che è "il vero motore del Cosmo che consiste nella capacità di risolvere i problemi della vita con la vita creando affinità profonda, fusione, trascendendo le singole emozioni." (vedi schema a pag. 23)

Il terzo passaggio della mia proposta (quello più sperimentale e didattico) è stato vissuto

prevalentemente nelle ore diurne di lezione e ha tratto ispirazione dalla mia stessa formazione nella Scuola di Biodanza di Napoli, dove lezioni di biologia, di fisiologia, di psicologia, di neuroscienze ma anche di mitologia, di *musica (G)* sono state veicolate attraverso sessioni in cui la biodanza ha fatto “rivivere e sentire” le teorie in modo più chiaro, trovando io stesso decisamente efficace la loro conoscenza esperienziale, diciamo anche *vivenziale*.

Qui ho cercato di affrontare il fatto che la cultura, secondo me, è una delle manifestazioni umane più alte, ma il suo uso scolastico, comprimendo gli istinti e la spontaneità, ne distorce il senso: impedendo la loro manifestazione crea una vera e propria “perversione” di se stessa e una deviazione della propria provenienza “biologica”, che abbiamo visto anche nel testo della Gonsalves, riportato e commentato in precedenza... È in questo modo che il

sapere si costruisce su quella bipolarità lamentata da Rolando, piuttosto che complementarità (Migratorio – Sedentario; Istinto gregario – Intimità; Lotta - Fuga), su una fondamentale sfiducia verso l’insita “intelligenza cosmica” della loro armonia e integrazione (Toro 2012). Per questo ho deciso di offrire lezioni di Filosofia e *Scienze umane (G)*, di Spagnolo e anche di collaborare alle lezioni di Scienze motorie con sessioni mattutine di biodanza.



LE EMOZIONI	L'AFFETTIVITA'
1. Le emozioni sono transitorie. Si producono nel "qui e ora"	Gli affetti durano nel tempo.
2. Sorgono di fronte ad uno stimolo specifico (piacevole o spiacevole)	Hanno una evoluzione lenta, a partire da affinità profonde.
3. Posseggono una forte componente istintiva – vivencial	Oltre alla componente istintivo – vivencial ha elementi della coscienza ed elaborazione simbolica
4. Hanno modelli espressivi neurofisiologici (espressione facciale e respirazione)	Ha una componente introspettiva forte, che non si esprime attraverso modelli tipici.
5. Hanno la tendenza a manifestarsi attraverso la motricità e il sistema neurovegetativo (simpatico e parasimpatico)	Si manifesta a livelli somatici profondi dell'inconscio collettivo e dell'inconscio vitale.
6. Non generano intelligenza. Generano comportamenti spontanei	Genera intelligenza relazionale, amicizia, tenerezza, compassione. Facilita la capacità di identificazione con l'altro.
7. Non inducono empatia, ma espressività e contagio psichico	È la base della coscienza etica
8. Rafforzano l'ego	Dà accesso alla trascendenza (trascendere l'ego)
9. Le emozioni fondamentali sono la rabbia, la paura, l'allegria e la tristezza	Si esprime con l'amore, l'amicizia, l'empatia, la solidarietà e la coscienza etica
10. Inducono atteggiamenti di rifiuto o di attrazione	Induce sentimenti adattativi di accettazione, coinvolgimento e generosità
11. hanno la loro rappresentazione anatomo – fisiologica nel Sistema Integratore Adattativo Limbico Ipotalamico (SIALI)	Costituisce una funzione più complessa. È legata alla funzione permanente di registrazione ed evocazione della memoria, alla elaborazione corticale dei valori, alla coscienza etica, alle strutture simboliche dell'inconscio collettivo (archetipi) e alle variazioni endotimiche dell'umore (inconscio vitale)



Qui sopra lo schema di sviluppo emozioni-affettività di Rolando Toro che supera l’idea di Intelligenza emotiva (dalle dispense formative sull’Educazione Biocentrica, Toro 2012)

2.4.4 Focus-group e brevi interviste di valutazione dei percorsi di biodanza

Al di là delle precedenti mie considerazioni “trascendenti”, quando non autoironicamente “mistiche”, che hanno sicuramente ampliato l’esperienza fatta in vari settimanali, in quanto condivisa con gli allievi della mia scuola, ho sentito l’esigenza di verificare alcuni effetti di queste attività confrontandomi con alcuni di loro, i più disponibili, direi “cruciali” di questo mio percorso, con cui abbiamo creato anche una relazione non solo di lavoro. Ho sentito di farlo attraverso un incontro nella metodologia del *focus-group*, anche se con pochi ma significativi partecipanti e, successivamente con interviste brevi. Non erano mancate certo le autovalutazioni *in itinere* del percorso, che si esplicano nella pratica della “condivisione verbale” che precede ogni sessione. Ho ritenuto che per trarre alcune prime valutazioni di queste attività sia bene fare un bilancio condiviso, occasione che si è rivelata anche piacevole nel tornare ai momenti di sviluppo di affettività e gratitudine reciproca della pratica, ma anche un prezioso *feed-back* e un utile ripensamento in vista di ulteriori sviluppi e miglioramenti.



2.4.4.1. Le persone coinvolte nell’incontro in presenza del pomeriggio del giovedì 9 luglio 2026

Emanuela ha 27 anni, è stata mia allieva, ha inoltre frequentato lo sportello d’ascolto attraverso il quale ho conosciuto molto da vicino la sua famiglia. Si è laureata in Psicologia e anche in Filosofia, quindi ha uno sguardo anche clinico e professionale su queste attività. Mi ha personalmente sostenuto e affiancato nelle prime proposte di supporto psicologico allo sportello con la biodanza, quando era già studentessa universitaria. Ha partecipato anche a qualche incontro con il gruppo settimanale di Eboli. Oggi è consulente olistica e naturopata.

Maria ha 19 anni ed è stata mia alunna solo al primo anno, mentre nei seguenti quattro ha continuato a frequentare assiduamente lo sportello d’ascolto costruendo una relazione molto intima con me e io con lei, senza il coinvolgimento della famiglia. Si è diplomata da poche settimane e dall’inizio della chiacchierata le ho chiesto di passare al tu e diventare amici. Ha partecipato a tutte le proposte di biodanza di cui sono stato *facilitatore (G)*, a scuola. In attesa di proseguire negli studi lavora nel campo della ristorazione.

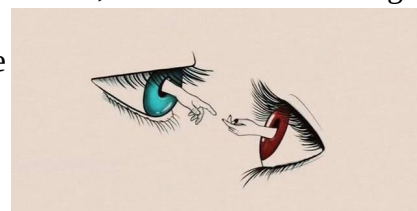
I temi scaturiti durante la discussione

- Impressioni generiche e in libertà sulla biodanza nelle varie versioni conosciute, specie i settimanali.
- Un focus sugli aspetti di esecuzione (e anche di conduzione mia) nei confronti degli adolescenti.
- Proposte concrete e consigli sull’utilizzo della biodanza con adolescenti: se questa può essere ritenuta una pratica utile al loro benessere ed evoluzione personale e delle relazioni, fra loro.

Emanuela: l’incontro più difficile è stato il primo che abbiamo fatto a scuola (in cui lei stessa mi ha sostenuto nella proposta ai ragazzi, ndr). Ho sentito la difficoltà di affidarsi, anche se poi scopro che era possibile proprio qui fidarsi e affidarsi. Superata la paura è andata bene.

Io - Come hai superato la paura?

E. - Chiudendo gli occhi e lasciandomi andare. Decidendo di sprofondare, sentendo che ci sono gli altri ad accogliere, ti senti in ambiente protetto e sai che puoi lasciarti andare. Ho percepito molta difficoltà nel contatto visivo e in quello fisico, probabilmente più nel primo. Io oggi sono disposta ad andare verso l’altro, ma temo. Ho sentito che la biodanza t’insegna a mettere un confine e so di poterlo fare, ora,



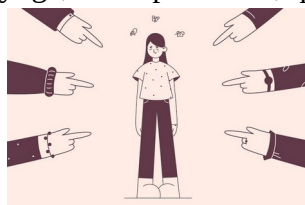
col corpo. Se non traccio la linea l'altro temo che sconfini. La biodanza insegna a mettere questo confine facilmente, con semplicità. Nel gruppo settimanale a cui ho partecipato solo una volta sentivo che fra loro c'era maggiore confidenza ed io sono venuta per la prima volta (fra l'altro è successo nella sessione più profonda ed emozionante dell'intero anno, quella conclusiva del lavoro sul serpente, quasi completamente a terra ed in contatto fisico con gli altri - ndr). Venire con mio fratello è stato un valore aggiunto. Dovevo fidarmi del processo. Potevo guardare ciò che succedeva ed eventualmente prendere le distanze. Sentivo il bisogno di proteggerlo ma ho capito che non gli serviva, anzi, che questa "esposizione" serviva anche a lui.

Io - Il fatto di essere responsabile verso di lui ti ha fatto coinvolgere meno nel tuo sentire? Ti ha tolto l'opportunità di vivere questa cosa "per te"?

E. - No, al contrario, mi sono sentita di fare squadra con lui, l'ho visto preoccupato per me e c'è stata complicità, mi ha dato tranquillità il fatto che ci fosse.

Io - Ti ringrazio per quanto dici e mi fa pensare che anche io, nella responsabilità verso gli altri, non mi sento di essermi perso niente di quello che era per me quel momento. Anzi, a ripensarci, la tua stessa presenza, anche in altre sessioni in cui abbiamo partecipato insieme, mi ha sempre fatto sentire più coinvolto, per questo ho fatto questa ulteriore domanda.

Maria: Parto dall'esperienza estiva (tempo libero). Mi ha fatto superare la vergogna. Non è come lo yoga, che è personale, qui c'è il confronto con gli altri e superare l'imbarazzo è stata un'emozione



forte. Il primo giorno avevo veramente paura, ma negli incontri successivi ho legato con persone che non avrei mai incontrato o cercato o riconosciuto. Piuttosto nel lavoro in palestra (il terzo, quello didattico, ndr) avevo il vantaggio di averlo già fatto, e vedevo la loro difficoltà e l'ho rivissuta. I lavori più divertenti ci hanno aiutato a superare l'imbarazzo, e mi fa bene per il lavoro di relazione che svolgo oggi, in una ristorazione.

Io - Quando ti ho cercato per danzare, in quella occasione mi sono accorto che morivi di vergogna, e la cosa ha creato complicità, visto che anch'io ero incerto sulla mia proposta, sperimentale.

M. - Sì, ci siamo riusciti a mettere in gioco tutti, piano piano. Nel percorso estivo ho notato dei cambiamenti nelle relazioni fra me e gli altri, anche fuori dalla biodanza. E ho notato i loro cambiamenti già nel modo di camminare, da timidi e spauriti a fieri e divertiti, è stato forte...

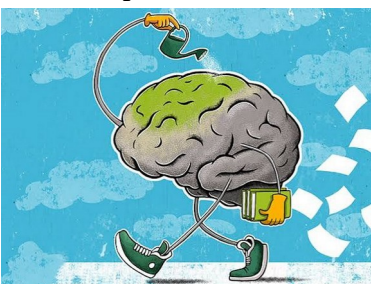
E poi mi ha fatto piacere vedere che non ero sola in questi cambiamenti e in queste difficoltà.

Io - ricordo qualche maschietto che camminava con le mani in tasca la prima volta, alla quarta sembravano già sicuri di sé. Il ritorno alla condizione preadolescenziale è imbarazzante?

M. - Sì, ti senti forte e grande e a rifare le cose da bambini poi ti accorgi che non è così.

Io - Secondo te è vero che nella fase regressiva si ricostruisce una nuova possibilità? Ma ciò provoca una maggiore resistenza? Secondo te è un problema che il conduttore sia di una certa età?

M. - No, più che altro è l'imbarazzo di fare quelle cose, non davanti a chi... L'imbarazzo viene anche in altri progetti pomeridiani in cui si sta con ragazzi non della stessa nostra classe. Nella biodanza però ci si riesce a liberare di più. Noi oggi facciamo amicizia tramite i videogiochi di gruppo, ma spesso rimane l'imbarazzo.



Emanuela. - Nella regressione (G) c'è più forte la paura di fidarsi ed affidarsi. Nel lavoro di regressione con gli adulti in cui ci si cullava sentivo il vuoto dell'altro o il mio. Ma sento anche che si vive una nuova memoria, si può esser accolti come non era successo prima, si potrebbe riscrivere un nuovo circuito neuronale. Sicuramente facendolo più spesso questa cosa si consolida.



Io – Secondo voi cosa si può fare per superare le resistenze alla costanza in questo lavoro? Ci sono situazioni altrove che conoscete in cui si supera questa resistenza?

Maria. - Conta molto conoscere gli effetti e le metodologie della biodanza, se i professori ne parlassero in classe probabilmente saremmo invogliati. Nel rivivere momenti emozionanti ho ricordato e compreso come secondo Freud è così che ci si cura. Saperlo può fare bene e invogliare, anche tramite video o brevi lezioni e spiegazioni. E poi conta il bocca a bocca, la voce si estende a macchia d'olio.

Io - Vi sono davvero grato di avermi accompagnato in questo progetto, Emanuela testimone partecipe dall'inizio, Maria nel suo sviluppo fino alla conclusione di questa fase.



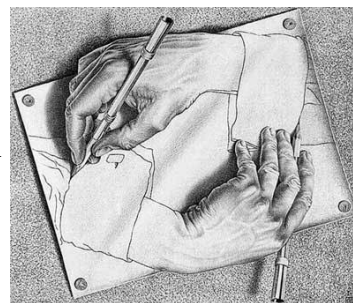
2.4.4.2. Approfondimenti nei giorni successivi con ulteriori interviste personali

Si tratta qui di brevi testimonianze di altre persone che, nel mio percorso di *facilitatore (G)* tirocinante, hanno partecipato da osservatori, da docenti, da operatori, da fruitori a cui ho girato i temi scaturiti nel mini focus-group perché li sviluppassero come credevano. A loro sono legato per vari motivi professionali e inevitabilmente affettivi, avendo sentito di non poter tenere separati questi aspetti nella mia vita educativa. Per questo le loro valutazioni saranno particolarmente lusinghiere: non me l'aspettavo e non le riporto certo per autoincensarmi, perdono! L'obiettivo vero di avere queste testimonianze era quello di non fare una presentazione autoreferenziale e solipsistica, ma raccogliere osservazioni attente e suggerimenti che partisero dal cuore in piena libertà. Avrei volentieri intervistato anche quei pochi che non hanno favorito il percorso scolastico di biodanza, ma al di là di facili psicologismi "sulle loro resistenze", a parziale scusa credo sia andata così soprattutto perché non sono nemmeno venuti a vedere le sessioni e quindi non hanno conoscenza della biodanza e degli effetti positivi che abbiamo osservato sui ragazzi.

Livia ha 31 anni e fu la prima tra le mie allieve ad "approfittare" delle mie ore libere per colloqui personali, ispirandomi la creazione dello sportello d'ascolto, portando altri suoi amici e compagni di scuola ad incontrarmi. Ho avuto modo di conoscere e frequentare la sua famiglia e lei ha partecipato su mia proposta a diverse proposte di biodanza, anche condotte da altri facilitatori. Ha assistito ad alcune mie conduzioni sia con gli adolescenti, a scuola, sia a quelle occasionali su tematiche specifiche (al Museo di Muro Lucano sui temi del dionisiaco), sia al settimanale con adulti di Eboli. Oggi è psicologa in Inghilterra e lavora in una grande struttura articolata in diverse comunità di accoglienza rivolte a minori con problemi psichici, fisici e relazionali.

Livia: Preferisco partire dalla condizione di persona che scopre una cosa nuova. È stato tutto molto interessante perché non la conoscevo. Mi piace scoprire le cose nuove, uscire dalla zona di *comfort* mi ha sempre affascinato e mai spaventato. Anche quel poco di "ansietà" della scoperta l'ho sempre vista come uno stimolo e non come un impedimento. Anche in questo caso, per una mia condizione personale di "rinascita", specialmente nell'estate del 2025, la biodanza mi ha regalato una marcia in più, consentendomi di concentrarmi esclusivamente su me stessa in maniera sana, specie uscendo da una relazione recentemente conclusa. Anche nella parte di incontro con l'altro, conoscendo persone di luoghi diversi dai miei, di età diverse, superando il pregiudizio ho sentito l'influenza energetica degli altri, sia essa positiva o negativa, rafforzando la connessione con me stessa e vivendo l'opportunità di fare una bella esperienza con persone altrettanto interessanti.

Sulla tua conduzione ho osservato alcune sedute con i ragazzi e altrettante con gli adulti. Nella comunicazione ti ho visto capace di adeguarla al gruppo con il quale ti stavi relazionando: le



persone spesso non si rendono conto di quanto siano potenti le parole, i toni, costruttivi o distruttivi. Durante la conduzione della sessione con i ragazzi ti ho visto dolce e sicuro, paterno, accompagnare i ragazzi verso un sentiero mai percorso. Ho visto loro titubanti, timorosi, forse perché ho partecipato alle prime sedute, del resto erano anche ragazzi dei primi anni e temo che anche la presenza di diversi fra insegnanti e tirocinanti faceva sì che si trattasse di un setting non troppo raccolto, poco “nido”, ecco, e forse per questo ho visto i ragazzi meno sicuri di sentirsi a proprio agio, specie quando si trattava di spazi aperti o pubblici.

Ciò che si nota è la tua passione: non fai una scaletta “da bravo studente” delle linee guida della biodanza, ma mi sembra abbia saputo adattare l’approccio della disciplina alle persone. Mi sembra che trasparisse anche una cultura non solo della biodanza ma anche a trecentosessanta gradi. Non ti ho visto sul piedistallo di chi ha la materia biodanza fra le mani, ma ho apprezzato la forza di adattarla e metterti in discussione, di aggiornarti anche in altri campi. Se ci definiamo professionisti la formazione continua ti apre la mente e non ti fa sentire sul piedistallo di chi ha raggiunto qualcosa, ma ha voglia di continuare a crescere. Chi fa così non dovrà aver paura di sbagliare. Per quanto riguarda il rapporto con i ragazzi credo che si smuovano molte cose negli adolescenti e io mi sento di dire che sia opportuno offrire quanto più possibile ai ragazzi di riflettere sulle proprie emozioni, sensazioni, sui ricordi che possano essere stati suscitati dalle sessioni. Secondo me dal punto di vista professionale ritengo sempre e sempre più importante far riflettere i ragazzi: se offriamo una possibilità di esprimere e vivere emozioni possono sentirsi accolti. Non ci riescono gli adulti e ancor con maggiore difficoltà i ragazzi che vivono un groviglio emotivo, sia che abbiano o meno una diagnosi. Sono in balia delle proprie emozioni e sono soli. Gli adulti non sono in grado di offrire questo supporto. Io credo che lo sportello d’ascolto individuale sia importante da affiancare a questa attività. Mettere in grado i ragazzi di dare un nome a ciò che sentono. Temo che nella giovane età non abbiano strumenti per elaborare ciò che vivono. Tutto questo è importante anche per celebrare i propri successi per esempio con una frase come: «durante la sessione sono riuscito a guardare negli occhi per tutto il tempo la persona a cui tengo tanto». Integrare perciò la biodanza in quella che è la percezione di se stessi. Un lavoro di rielaborazione e d’integrazione.

Io – Ti ringrazio particolarmente per l’ultima considerazione che mi chiarisce un dubbio: considerato che è diventato difficile condurre lo sportello a scuola senza psicologhe e senza il supporto dello yoga e della biodanza, stavo entrando nell’idea che la sola pratica della biodanza, nelle mie ore di lezione e in quelle dei colleghi disponibili a condividere questa esperienza, potesse supplire del tutto alle esigenze dei ragazzi. Invece mi fai riflettere sulla necessità di far esprimere sempre verbalmente i ragazzi, ben oltre l’iniziale condivisione verbale della sessione, anche individualmente e al di fuori. Ne terrò conto.

Marialuisa è un’insegnante mia coetanea, ideatrice e presidente dell’associazione Mediterranea Civitas con cui abbiamo realizzato i progetti interculturali condivisi fra la mia scuola, altri istituti di ogni ordine e grado della Valle del Sele e con le Università di Salerno e L’Orientale di Napoli. Al di là della nostra collaborazione professionale e appassionata ha partecipato a diverse sessioni di biodanza con adulti, tra cui alcune condotte da me, incluso con una discreta frequenza il settimanale di Eboli, di cui parlerò più avanti. Quindi mi rivolgo a una pedagoga che conosce la biodanza.

Marialuisa: La biodanza è una pratica liberatoria che ci consente di entrare in contatto con la nostra coscienza. La coscienza non è l’anima, la coscienza ci rimanda a una connessione universale. La biodanza ci consente di entrare in connessione con gli altri tramite il corpo. La mia esperienza è che poi il corpo si annulla e prevale la coscienza anche sul movimento, sempre intesa come connessione con il gruppo e con chi conduce. Ho trovato molto interessante la tua conduzione, anche se per la mia età il ritmo mi è sembrato incalzante (il gruppo di Eboli è abbastanza giovanile) ma ho anche



capito che è giusto che ognuno segua il proprio ritmo e quindi si può rallentare, fermarsi, e non viene meno il senso della danza e ancora della connessione.

Per gli adolescenti questa connessione è una pratica importantissima perché così scoprono il senso di comunità, escono dall'individualismo e si aprono senza paura, senza tabù. Gli adolescenti hanno problemi di rapporto con la fisicità: si comincia dal corpo e si va oltre. È quindi una pratica di contatto, auto-contatto e socializzazione preziosa.

Modesta. Si tratta di un'insegnante un po' più giovane di me della stessa disciplina, Filosofia e *Scienze Umane (G)* e del mio stesso Istituto. Con lei abbiamo condiviso per qualche anno anche l'avventura dello Sportello d'Ascolto e ha sostenuto fortemente l'introduzione dello yoga a scuola. È stata l'ideatrice e conduttrice con Ornella del corso di approfondimento pomeridiano dal titolo "Filosofia e territorio" nel quale abbiamo introdotto sessioni didattiche di biodanza in cui ripercorrere sotto forma di *vivencias (G)* la storia del pensiero umano verso la filosofia, le scienze e le scienze umane.

Modesta: Mi è piaciuta l'idea della biodanza perché credo che i ragazzi dell'età di cui ci occupiamo, la piena adolescenza, hanno bisogno di far emergere le proprie emozioni, e questa cosa permette loro di migliorare anche il rendimento scolastico. Della biodanza, che ho conosciuto grazie a te, ho apprezzato questo: i ragazzi dapprima ridacchiano imbarazzati, poi guardano gli altri e poi, piano piano, prende forza il senso di voler partecipare e a mano a mano la danza, l'aver un contatto con gli altri ha la meglio. Il tema del territorio come ambiente e come gruppo mi è sembrato si sposasse particolarmente alla proposta di biodanza (considerando anche che abbiamo fatto diverse uscite insieme per conoscere aree archeologiche ed ambienti naturali, sviluppando simpatia e un modo di fare lezione maggiormente comunicativo e coinvolgente. Ndr). Per quanto riguarda l'esecuzione e conduzione trovo che sono state appropriate la tua delicatezza ed il tuo stile democratico: questo consentiva a tutti di sentirsi protagonisti rafforzando in particolare l'autostima. La conduzione quindi trovo che sia fondamentale: sembravi uno del gruppo, che racconta e fa succedere delle cose come se fosse parte del gruppo e non una persona esterna o addirittura "superiore" per ruolo o conoscenze. Mi piace la fusione che hai proposto fra l'origine della filosofia e l'origine dell'avventura umana e allo stesso tempo la storia personale di ognuno di noi, come ci si sviluppa da bambini ad adolescenti. Trovo che la biodanza di per sé, specie per i suoi aspetti ludici, sia particolarmente adatta ai ragazzi di quest'età perché vivendo abitualmente la pratica del gioco, questa modalità consente loro di fidarsi l'uno dell'altro aiutando gli altri e facendosi aiutare. Sarebbe molto importante inserire questa pratica a partire da noi insegnanti. I progetti pomeridiani per i ragazzi sono pesanti perché allungano l'orario scolastico. Credo che per divulgarla fra i ragazzi, i formatori dovrebbero essere i primi a comprenderne l'importanza praticandola, per arrivare poi a una vera e propria pratica da svolgere in gruppi, in classi trasversali, o anche, per esempio, come pratica dell'educazione civica che tocca il diritto che ci rende uguali e propaga il rispetto.





Vitina è la giovane presidente dell'associazione Mi Girano le Ruote di Campagna e da oltre un decennio condividiamo numerosi interventi sia educativi sia sociali, tra cui la redazione del giornale *Diversamente Liberi (G)* nel carcere di Eboli. Grazie a lei e con lei abbiamo realizzato esperienze di biodanza con disabili e anche di biodanza in carcere (App. 4). Con lei, quindi, in questa riflessione partiamo dall'ambiente scolastico e ci allarghiamo anche a pratiche che hanno interessato questi altri settori.

Vitina:

1. Impressioni generiche e in libertà sulla Biodanza

La Biodanza è stata per me una piacevole scoperta. Ho partecipato agli incontri con curiosità e, fin da subito, mi sono sentita accolta in un ambiente sereno, dove è stato facile sentirsi a proprio agio. Attraverso la musica, il movimento e la relazione con gli altri ho vissuto momenti di benessere, leggerezza e condivisione. Mi ha colpito il fatto che non ci fossero giudizi o competizione, ma solo la possibilità di esprimersi liberamente, ciascuno nel rispetto dei propri tempi e delle proprie capacità. È un'esperienza che aiuta a rallentare, ad ascoltare sé stessi e a vivere con maggiore consapevolezza il rapporto con gli altri.

2. Focus sugli aspetti di esecuzione e sulla conduzione

Ho trovato gli incontri ben organizzati, coinvolgenti e accessibili anche a chi, come me, si avvicinava alla Biodanza per la prima volta. Le attività sono state proposte con semplicità e gradualità, permettendo a tutti di partecipare secondo le proprie possibilità. Ho apprezzato molto la conduzione, sempre attenta, sensibile e rispettosa delle esigenze di ciascuno. La capacità di creare un clima di fiducia e serenità ha favorito la partecipazione del gruppo e ha reso ogni incontro un momento piacevole e arricchente, in cui sentirsi liberi di vivere l'esperienza senza imbarazzo.

3. Proposte concrete e consigli sull'utilizzo della Biodanza con gli adolescenti



Ritengo che la Biodanza possa rappresentare un valido strumento di crescita anche per gli adolescenti. È un'età in cui si affrontano cambiamenti importanti, insicurezze e difficoltà nelle relazioni. Attraverso la Biodanza i ragazzi potrebbero imparare a conoscere meglio sé stessi, a riconoscere e gestire le proprie emozioni e a costruire rapporti più autentici, basati sul rispetto e sull'ascolto reciproco. Credo che potrebbe essere proposta con ottimi risultati nelle scuole, nei centri giovanili o in altri contesti educativi, perché favorisce l'inclusione, rafforza l'autostima e contribuisce a creare un clima positivo all'interno del gruppo. Per la mia esperienza, è un'attività che non punta alla performance, ma al benessere della persona e alla qualità delle relazioni, e proprio per questo può offrire un contributo prezioso alla crescita dei più giovani.



Giuseppe

Compagno di diverse “avventure corporee” a cominciare dai gruppi di *vegetoterapia (G)* con lo psicologo Gianfranco Inserra (vedi *App. 3*), a cui seguirono lo yoga, il Qi Gong e il Tai Chi Chuan: conobbe attraverso me Cinzia Catullo, anche lei della scuola di Federico Navarro e lo invitai anche alle Costellazioni familiari, che già praticavo da tempo. Qui di seguito si presenta lui.

Giuseppe:

Ho conosciuto Fulvio molti anni fa in un gruppo di *psicoterapia corporea (G)*, un contesto che si è rivelato molto importante per il nostro percorso esperienziale, che ci ha dato degli strumenti che si sono rivelati utili nel prosieguo del nostro cammino. Per prosieguo ovviamente intendo la biodanza e nella fattispecie la conoscenza che ho fatto di Vincenzo Servodidio, in occasione di una attività svolta insieme alla dottoressa Cinzia Catullo in cui ci siamo affacciati a questa nuova attività.

Percorso individuale. Rimasi estremamente colpito dal lavoro svolto da Vincenzo, in particolare dall’attenzione che poneva alla parte musicale e alla relativa coordinazione corporea. Avevo fatto solo un’esperienza molto simile anni prima a Napoli in un corso di danze senegalesi e, per la carica che mi trasmetteva quel tipo di danza, decisi di continuare. Vincenzo S. opera in Toscana, io abito in provincia di Salerno e quindi, mi feci consigliare da lui dove potevo avvicinarmi alla biodanza in Campania. Fu così che conobbi, prima del COVID, Flavio Boffetti, che all’epoca teneva personalmente un settimanale. Purtroppo per le ben note vicende riuscii a frequentarlo per poco tempo, ma fu quanto bastava. Provavo innanzi tutto un grande senso di libertà, in un contesto in cui non avevo paura di essere giudicato per la mia scarsa coordinazione motoria, anche perché anche gli altri erano lì per stare bene, esattamente come me. Flavio poi era molto bravo ed estremamente creativo. Ho provato anche altri gruppi, fino a quando poi anche Fulvio è diventato *facilitatore (G)*.

Focus conduzione/esecuzione. Fulvio si è calato alla perfezione nel ruolo del conduttore, riuscendo sempre a comprendere perfettamente il clima e lo stato d’animo dei partecipanti, tutti protesi al raggiungimento di un comune obiettivo. È riuscito sempre a stemperare situazioni che potevano diventare pesanti, grazie al suo carattere che tende naturalmente a fare ciò e a mio avviso si è sempre speso per valorizzare il contributo individuale di ognuno di noi durante le sessioni. Nell’esecuzione delle danze l’ho sempre trovato originale, mai ripetitivo, attento ai dettagli, estremamente paziente davanti alle difficoltà.



Proposte. Come Fulvio anche io lavoro nel mondo della scuola e potendo osservare da vicino le dinamiche giovanili e le difficoltà perduranti in particolare nei rapporti interpersonali sono convinto che un’attività che vada a stimolare il linguaggio del corpo e le emozioni, oltre all’apprendimento cognitivo, sarebbe estremamente utile per i nostri ragazzi, anche perché non solo favorisce il movimento e le dinamiche di gruppo, ma stimola l’intelligenza affettiva e la cooperazione. A mio modesto parere è uno strumento che dovrebbe essere utilizzato anche da molti miei colleghi. In concreto io lo proporrei nella redazione del *PTOF (il Piano Triennale dell’Offerta Formativa)*, in cui le scuole presentano e pianificano in modo ampio tutti i progetti educativi) (*G*), in modo da poterne disporre allo stesso modo della tanto bistrattata ora di educazione fisica, con cadenza settimanale, affiancando un insegnante della scuola ad un *facilitatore (G)*, che ovviamente sarebbe un esperto esterno.

3. La situazione psicologica di adolescenti e giovani oggi

3.1 I giovani e le istituzioni fra studi e medicalizzazione. Proseguendo un mio studio del 2008



Il testo che segue è quanto scrissi nella relazione finale dello Sportello di ascolto e orientamento giovanile sui temi delle dipendenze, attività svolta per il Comune di Napoli dal 2004 al 2008 e, nonostante il tempo trascorso, oggi da educatore e insegnante posso confermare parola per parola quello che era il frutto di una ricerca di grande attualità che ancora non aveva sperimentato la pratica della biodanza e dell'educazione biocentrica, come possibile risposta ai problemi giovanili. (il testo integrale in <https://scarpediem.org/wp-content/uploads/2024/02/Disagio-giovanile-Comune-Napoli-2008.pdf>)

«L'evoluzione del mondo giovanile da 20 anni a questa parte, acceleratasi vertiginosamente soprattutto negli ultimi 10 anni, ha portato ad un profondo cambiamento di costume ove, tra le sempre necessarie definizioni di "appartenenza al gruppo", prevalgono affermazioni individuali, generalmente ispirate a modelli negativi. I giovani tendono a competere individualmente, in forma rituale, nel campo dello studio, del denaro, il potere, la carriera, lo sport, e generalmente si confrontano o sopraffanno collettivamente in momenti di eccitazione individuale e di gruppo basati sulla velocità alla guida, la violenza in bande o negli stadi ed il bullismo. In questo senso si sono sempre più perdute le definizioni positive identificative come la politica, la scuola, la famiglia ecc., di pari passo con l'aumento di competitività e frammentazione all'interno del mondo degli adulti, a loro volta incapaci di esprimere modelli positivi. Le dipendenze, anche nelle loro forme primordiali, ossia negli usi non abituali, rispondono al bisogno di allontanamento da se stessi e dal malessere dello scollamento sociale ed umano, ricreando una condizione di disponibilità generale verso varie forme di trasgressione e di "falso legame" con la vita, che rivestono sempre più caratteristiche morbose. Esempio è in questo senso la generale diffusione del ricorso a dipendenze multimediali, diffusissime ad ogni livello perché legate all'immaginario, che per sua natura apre alla vita onirica una dimensione potenziale e prospettica (appunto virtuale) del divenire. È proprio la dimensione che si sta perdendo nella realtà della disperazione urbana, e che non a caso è funzionale alla "cultura" del solo apparire e "mostrarsi". Il tentativo implicito è chiaramente quello di evitare la difficile e costosa affermazione dell'essere perché, quando sperimentata, non può essere disgiunta dal doloroso passaggio per il mal-essere, evitato con orrore. La perdita di senso è un indicatore fondamentale del disagio, ed è stata finora un elemento eluso sia negli interventi clinici, sia in quelli di natura sociale, per natura o per tradizione purtroppo tardivi. Tutto ciò fa sì che la condizione di disponibilità alla dipendenza sia sempre più un fenomeno endemico connaturato alla condizione giovanile, e pericolosamente tendente alla pandemia, se non conosciuto e controllato adeguatamente».

A queste considerazioni seguivano tutti gli esempi conosciuti, oltre che nei 9 anni di lavoro con i tossicodipendenti, nei 3 anni e mezzo di ricerca con il team della cooperativa il Calderone, sia in Italia sia all'estero. Mi preme riprendere in particolare la critica alla tendenza che vedevo in atto a quei tempi nel campo sociale e sanitario:, a quella che ho chiamato:

«la visione "patologica", ma anche la sua "antagonista" prospettiva sociologica, che tende a compiere interventi a fini misurativi raramente spingendosi a definire i prodromi della "devianza": tendenza, questa, più accentuata nelle amministrazioni locali. Quello che si perde di vista è l'enorme fascia della sofferenza, che non è né clinicamente archiviabile né sociologicamente indagata. D'altra parte, anche i monitoraggi degli interventi risentono di questa eterna "misurazione", sociologica o sanitaria, che non mira a individuare le condizioni "umane", la percezione e soddisfazione profonda dell'utenza e dei suoi bisogni (che solo recentemente si affaccia nelle statistiche), l'efficacia degli interventi su breve ma anche lungo periodo, e anche la soddisfazione del lavoro degli operatori, che troppo spesso si dimentica quanto sia rivelatrice del funzionamento dei progetti in corso, in quanto direttamente proporzionale a essi».

3.2 I giovani e la scuola (e le famiglie, quasi assenti)

Alle due tendenze “classificatorie”, sopra descritte, va aggiunta quella burocratizzante della scuola

di oggi, di cui ho fatto esperienza negli ultimi quindici anni. È un sistema educativo che, come dice Rolando Toro, propugna contenuti che celebrano “la miseria umana” invece che la sua grandezza quando presenta come “eroi” quelli che hanno compiuto guerre e massacri e non, per esempio, chi ha scoperto la penicillina o ha scritto grandi opere musicali. Ma è anche un’istituzione che ha insita la tendenza, passata come “moderna ed aggiornata”, di includere le visioni sociologiche e



Da youtube.com - Rolando Toro Araneda - ARS MAGNA -
School weekend at Biodanza School Utrecht - Netherlands 2009

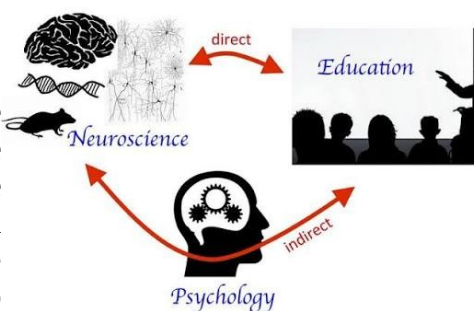
mediche di cui sopra e che pretende di trasformare ancora una volta tutto in giudizi sulla persona che diventa semplice oggetto di promozione, debito o bocciatura. Compito della scuola sarebbe piuttosto quello di creare una comunità accogliente e significativa nella vita degli adolescenti e dei giovani. La mia stessa esperienza in questi anni mi ha portato a ricordare quasi tutti i giorni cosa mi fossi portato nella memoria della mia avventura di studente: concetti, saperi, capacità logiche, regole, metodi utili? Niente di tutto questo. Semmai questi li ho trovati nell’Università. Piuttosto ho vivo il ricordo di professori simpatici e comunicativi e quindi anche della piacevolezza delle discipline che insegnavano, e della mia insofferenza verso quelli che avvertivo ostili o incapaci, con il fardello della difficoltà di recuperare quanto disimparavo con loro. Questo rimane a un ragazzo della scuola, specie a distanza di decenni. E poi l’inadeguatezza psicologica del sistema (programmi, orari, disposizione nelle aule), ma anche interpersonale, di quasi tutti i suoi attori. Cosa è cambiato in questa scuola rivista dal di dentro? I professori sono migliorati? Mi sembra così, o forse sono io che sono passato dall’altra parte e non vedo più tanto bene? Ma l’istituzione non cambia, anzi, si burocratizza sempre di più diventando un’impresa che utilizza categorie produttive e sistemi informatici, distanziandosi sempre più dalle esigenze degli studenti, anche quando si propone di coinvolgere le famiglie attraverso il monitoraggio effettuato con il registro elettronico. E le famiglie sono sempre più sorde, anche quelle, rispetto ai veri bisogni dei propri figli, perché distratte da problemi personali, da difficoltà economiche o da insoddisfazioni lavorative, da bisogni sempre più irrealizzabili e da seri problemi di coppia. Questo è ciò che viene fuori da 15 anni di ascolto dei ragazzi e spesso, quando possibile, anche dei loro genitori. E i ragazzi sono sempre più soli, come testimoniano le voci dei giovani che si sono espressi nelle testimonianze riportate nel precedente capitolo.

3.3 Come funzioniamo davvero e cosa si può fare...

Ci consolano oggi gli studi di neuroscienze sulla neuroplasticità che arrivano a dichiarazioni significative come questa:

«In tempi recenti, la concezione neuroscientifica riguardo alle emozioni è stata ribaltata: se prima le emozioni erano viste come un fattore perturbante dell'apprendimento, ora si è scoperto che emozioni e cognizioni sono supportate da processi neurali interdipendenti. In definitiva, pensiamo profondamente solo alle cose che ci stanno a cuore. Le emozioni giocano dunque un ruolo rilevante nei processi di apprendimento» (Mary Helen Immordino-Yang 2017).

Routes from neuroscience to education



Ed è l'opinione anche di un notevole pedagogo italiano, Bruno Lorenzo Castrovinci, che in *Scuola 7* del febbraio 2026 scrive:

$5 \div 2 \frac{3}{4}$
 14^8
 $3,14^{300,000}$



«Corpo e mente non sono poli separati di un sapere frammentato, né compartimenti stagni di una scuola che per decenni ha privilegiato l'astrazione a scapito dell'esperienza. In una nuova visione dell'educazione, ciò che viene superato non è soltanto la prevalenza della lezione frontale, ma anche quell'insieme di "metodologie innovative" che, sebbene presentate come rivoluzionarie, da tempo abitano la pratica educativa e hanno ormai perso la forza dirompente della novità.»

La Biodanza «riconosce il corpo come primo mediatore di conoscenza e il movimento come linguaggio originario dell'essere umano,

precedente alla parola e al pensiero astratto. Non si tratta di "insegnare" attraverso il corpo, ma di riattivare le condizioni originarie dell'apprendere, là dove vita, emozione e relazione si intrecciano in modo naturale».

Ancora, secondo Castrovinci, la Biodanza «non nasce come metodo didattico in senso tradizionale, ma come esperienza trasformativa, capace di creare le condizioni neurobiologiche favorevoli all'apprendimento, alla regolazione emotiva e allo sviluppo armonico della persona. Attraverso il movimento, la musica e l'incontro, essa ricostruisce quel terreno vitale su cui possono germogliare motivazione, attenzione, memoria e benessere».

E a questo punto ribadisce che «occorre ora compiere un atto culturale e pedagogico profondo, abbandonando l'illusione che l'apprendimento sia solo un fatto mentale e riconoscendo che educare è, prima di tutto, un'esperienza incarnata. È in questo spazio, dove corpo e mente tornano a dialogare, che l'educazione ritrova la sua dimensione più autentica, umana e generativa.

L'apprendimento autentico non si consolida attraverso l'accumulo di informazioni, ma attraverso esperienze significative che coinvolgono il corpo e attivano una partecipazione emotiva reale. Il corpo diventa il luogo in cui il sapere prende forma, non come contenuto da memorizzare, ma come esperienza da incorporare». (Castrovinci 2026/02 e app. 2)

Sulla base di tutte queste riflessioni ed esperienze sento di poter affermare che la competenza psicologica della scuola e dei suoi operatori – nel lavorare con i ragazzi e nel contrastare la superfetazione burocratica e l'obsoleto criterio della pura selezione – può trarre enorme vantaggio dalla biodanza. La percezione d'insufficienza della scuola oggi si nasconde dietro l'idea di una nuova materia, "l'educazione ai sentimenti", quando tutta l'educazione dovrebbe essere questo: figurarsi che senso avrebbe aggiungere un'ora di altre teorie.



Quanto esposto in questo lavoro non si intende come esaustivo dal punto di vista psicologico, neuroscientifico e pedagogico, tuttavia trovo che la realtà così descritta a grandi linee – attraverso la mia lunga e articolata esperienza nel lavoro con gli adolescenti e con il disagio giovanile – supporti ampiamente la mia scelta, per i prossimi anni, di impegnarmi seriamente non solo nella divulgazione, ma nella pratica ed estensione della biodanza come disciplina da integrare nel sistema educativo per riportarlo alla sua vera e ultima missione di "umanizzazione" che non può più essere ignorata.

4. Oltre la scuola, che altro?

È evidente che il mio preciso interesse, in questi anni, si è concentrato sul rapporto con gli adolescenti e sulle problematiche dell'attuale sistema scolastico di cui ho scelto di fare parte per comprenderlo, spiegarne le contraddizioni, battermi per il suo cambiamento. E quello che francamente non immaginavo, è che negli ultimi due anni, che sento particolarmente fortunati, ho scoperto che la biodanza potesse rivelarsi una grande occasione e un valido strumento di cambiamento e di crescita anche nel lavoro con gli adulti.

4.1 Le diverse forme di biodanza praticate.

Ho già accennato al modo in cui ho conosciuto e finalmente praticato la biodanza: condotta da Vincenzo Servodidio all'interno di incontri di Costellazioni familiari proposte da Cinzia Catullo, psicologa di formazione reichiana secondo la *vegetoterapia carattero-analitica* (G) di Federico Navarro. Una breve descrizione di questa pratica di *psicoterapia corporea* (G) è in app. 3 (App. 3). Quella confidenza con i temi della corporeità mi ha aperto alla biodanza e mi ha fatto scoprire anche quanti *acting* terapeutici tipici di Wilhelm Reich, siano stati opportunamente integrati nel Sistema biodanza. L'incontro con Vincenzo mi ha portato anche a partecipare a una biovacanza di 8 giorni in Salento, da lui organizzata nel 2021 dopo i lockdown, che mi ha ulteriormente fatto decidere di frequentare la Scuola di Biodanza di Flavio Boffetti, a Napoli, conosciuta tramite lo stesso Vincenzo. Dopo i primi mesi in cui non mi sentivo portato a voler diventare un *facilitatore* (G) decisi di frequentare comunque la scuola per permettermi di praticare intensamente la biodanza, in mancanza di validi incontri settimanali. Il percorso è stato sempre più avvincente, anche perché arricchito dall'occasione concreta di inserire la biodanza nel percorso scolastico e verificare che avrebbe potuto migliorare anche le mie relazioni con gli allievi. A questo proposito invito a leggere in appendice (App. 4) il mio racconto di un episodio scolastico in cui, sotto lo pseudonimo di Flavio, mi rendo conto che in pochi mesi di biodanza abituale e intensa, che avevo già praticato, vedevo in me risultati rispetto alla gestione della rabbia, dell'ansia da prestazione, consentendomi di lavorare "in stato di flusso" (G) con fiducia e sicurezza. Sicurezza che da allora non mi ha più abbandonato, anche nelle conduzioni di sessioni di biodanza. Il resto delle attività già descritte con gli adolescenti dimostrano che la scelta di diventare *facilitatore* (G) non era più rinviabile.



4.2 Il tirocinio di facilitatore fra diverse proposte.



Nel mio tirocinio formativo di facilitatore, iniziato nel settembre 2024, ho avuto modo di praticare diverse proposte di biodanza, fino all'attivazione, un anno dopo, di due gruppi settimanali: uno ad Eboli, a pochi km da Campagna, dove risiedo e insegno, e l'altro a Bagnoli (Napoli). Le prime proposizioni di biodanza condotte da me sono avvenute all'interno dei seminari di Costellazioni e Biodanza in cui Cinzia Catullo mi ha invitato a offrire sessioni complete in apertura, in chiusura e in alternanza con la sua conduzione delle costellazioni. Le costellazioni e la biodanza trovo che siano due efficaci e complementari tecniche e pratiche sistemiche dedicate al benessere e alla ricerca personale: le costellazioni secondo il metodo Hellinger servono a portare alla luce dinamiche inconscie, conflitti relazionali e blocchi emotivi radicati nel sistema familiare e permettono di visualizzare i legami invisibili tra generazioni, sciogliere i "nodi" sistemici favorendo una riconciliazione con il passato, migliorando il benessere emotivo. La biodanza attraverso *musica* (G), movimento ed integrazione in gruppo stimola le risorse vitali per affrontare disagi relazionali, emotivi e psicosomatici, riattivando la gioia di vivere e la fluidità corporea. Si tratta di due proposte che, con Cinzia, sentiamo parallele e reciproche, semplicemente per il fatto che le costellazioni spesso riaprono ferite profonde che provengono dalle relazioni familiari e che ancora producono effetti deleteri nella vita attuale, mentre la biodanza lavora esclusivamente sul benessere e offre strumenti per risanare quelle stesse ferite attraverso i meccanismi della *re-parentalizzazione* (G) che si attivano fra i partecipanti.

Altre sperimentazioni o proposte “particolari” le ho condivise in sessioni aperte e gratuite con altri colleghi



come Maria Brancucci:
- al Museo Archeologico Nazionale di Muro Lucano in una prima sessione nel giugno 2025 dedicata a Dioniso, ed una seconda dedicata a Demetra (*Le Dee del grano*) nel luglio del 2026.

- sessioni con l'associazione Mi Girano le Ruote dedicate ad attività con detenuti tossicodipendenti nell'*Icatt di Eboli (G)*, e con disabili nella palestra di

sitting-volley di Olevano sul Tusciano (Salerno) e al Centro Commerciale Le Bolle di Eboli. Su queste attività e sul programma estivo di biodanza “fuori scuola” si trova in appendice (*App.5*) l'articolo su Diversamente Liberi 112-113 dal titolo “With or without you”.



4.3 Il tirocinio di facilitatore nei due settimanali di Eboli e Bagnoli.

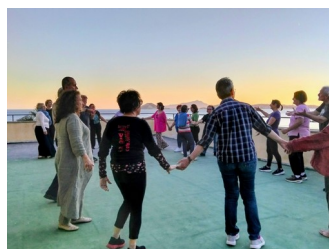


Le esperienze che mi hanno dato soddisfazioni enormi ed insperate sono state quelle dei due settimanali con adulti. Quello di Eboli nato a ottobre 2025 a supporto dei laboratori del Teatro del Bianconiglio e vi hanno partecipato soprattutto giovani fra i 20 e i 40 anni, ma anche alcune persone più mature, esterne ai laboratori, che si sono affezionate e sono diventate assidue frequentatrici. Invece Il gruppo di biodanza di Bagnoli è consistito in un gruppo intergenerazionale che andava dai 27 agli 80 anni ed è nato anche questo a ottobre 2025 consolidandosi molto velocemente anche grazie ad un lavoro di

Costellazioni familiari e biodanza realizzato nel dicembre 2025. In entrambi i gruppi la costanza dei partecipanti e la gradualità dell'attività hanno fatto crescere in numero e qualità le relazioni, rendendo tutti accoglienti e facilitando collettivamente anche l'inserimento di persone nuove che si sono aggregate a noi fino alla fine di maggio del 2026, in cui abbiamo sospeso le attività in attesa di riprenderle nel prossimo settembre. In entrambi i gruppi da ottobre a dicembre ho inteso proporre attività rivolte a costruire relazioni interpersonali che facilitassero il senso di comunità e di appartenenza anche attraverso un abbassamento delle difese dell'Io.

Nell'esperienza di Eboli il tutto è stato facilitato sia dall'inserimento dell'attività in laboratori teatrali i cui partecipanti si frequentavano già, sia dalle relazioni di parentela che inevitabilmente erano frequenti nel piccolo centro – che invece di pregiudicare la riuscita sembra addirittura siano state di stimolo per persone e famiglie con una mentalità particolarmente aperta – e dove alcuni partecipanti provenivano dallo yoga. Qui abbiamo avuto circa 20 persone, di cui 8 da considerare abituali ed altri 6 semiabituali, gli altri saltuari. Nell'ultimo mese di maggio per esigenze di spazio del gruppo teatrale siamo stati ospiti del Laboratorio Jevule, animato anche dall'associazione Gattapone, entrando in contatto con altre realtà che promettono assai bene per l'anno prossimo. Considerata la vocazione sociale degli animatori del Bianconiglio mi piacerebbe “tornare alla carica”, con loro, soprattutto per offrire biodanza stavolta ai ragazzi, se lo gradiranno, approfittando della nuova relazione con le diverse associazioni nella sede comune (e comunale) di Jevule per far conoscere ad altri la biodanza nella sua capacità di amalgamare meglio i gruppi facendoli crescere in relazioni di qualità.

Il gruppo di Bagnoli invece è nato all'interno della Casa del Popolo Villa Medusa, un Centro Sociale occupato nel 2012 e poi riconosciuto fra i Beni Comuni del Comune di Napoli: ironia della sorte, si tratta del luogo ove erano stati gli uffici nei quali dal 2004 al 2008 avevo coordinato le attività di supporto al Centro Ascolto e Orientamento per il Disagio Giovanile e le Dipendenze, la cui relazione finale è citata nelle riflessioni sugli argomenti del progetto nel cap. 4. Qui l'attività per motivi statutari è stata offerta in forma gratuita, come tutte le altre presenti in Villa: yoga,



meditazione, danze popolari, alcolisti anonimi, biblioteca per ragazzi, balli di gruppo per anziani, ambulatori e sportelli psicologici d'ascolto ecc. Il fatto che la biodanza fosse già conosciuta dagli animatori degli altri laboratori e che essi stessi vi partecipassero ha favorito subito un clima di benessere e appartenenza anche fra perfetti estranei, che molto evidentemente non erano a digiuno di pratiche corporee. Qui mi avrebbe fatto piacere coinvolgere maggiormente

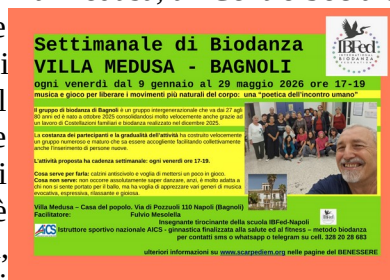
il gruppo dei giovani che sono stati protagonisti a suo tempo dell'occupazione dello stabile, un gruppo motivato e politicizzato che, da persona che viene dai movimenti, temendo che si perdano nell'eccessiva teoria e ideologia, sento che potrebbero trarre grande vantaggio dalla proposta comunitaria della biodanza, consolidandosi. Il fatto che il nostro gruppo fosse comunque molto affollato (circa 30 partecipanti a sessione, e quasi 50 includendo anche i frequentatori occasionali) non ha pregiudicato lo sviluppo di relazioni più intime, in questo caso favorite ulteriormente dalla partecipazione di 15 membri a una sessione di Costellazioni familiari e biodanza condotta nei 3 giorni del ponte dell'8 dicembre 2025 dalla menzionata psicologa Cinzia Catullo. Dopo quest'esperienza il gruppo è maturato velocemente fino a proporsi protagonista nella celebrazione della giornata della biodanza, il 25 aprile del 2026 e a voler ripetere e approfondire le costellazioni nel successivo maggio. Ancora particolarmente toccante fu l'incontro del 2 maggio con l'Associazione Disabili Visivi, accolti dal gruppo per una sessione "al buio" con ciechi ed ipovedenti.

In entrambi i gruppi, dopo la creazione e il consolidamento iniziale, avvenuto in circa 10 incontri, ho notato un cedimento delle difese egoiche che ha inciso perfino su aspetti di "corazza corporea". Perciò, dal gennaio del 2026 siamo passati ad elaborare il percorso di biodanza dedicato ai 4 animali, mirando ad



un'integrazione più forte fra le persone e all'esplorazione della parte più istintiva del sé. Ho avviato questo percorso su consiglio della tutor Anna Criscuolo, a partire dalle ispirazioni del testo di Antonio Sarpe sulla Creazione e conduzione dei gruppi settimanali (Sarpe 2018), verificando talvolta alcuni limiti riguardo la realizzazione

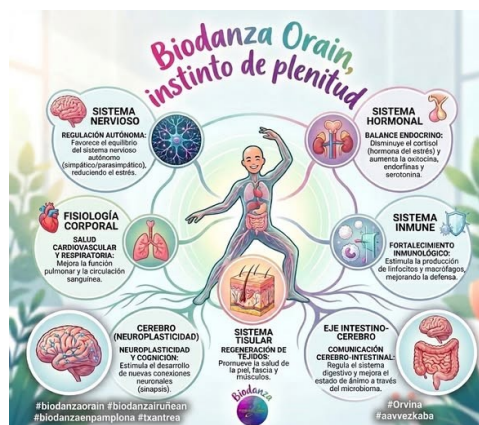
della *curva fisiologica (G)* in nome della progressività, giustamente osservati nella supervisione con Giuliana Messere. Qui va detto che nella sua supervisione, Tiziana Centomani, ha notato che questa proposta è abbastanza tipica di gruppi "avanzati" e difficilmente proponibile al primo anno di frequenza, ma che tuttavia ha funzionato oltre ogni aspettativa avendo sviluppato un legame affettivo che è andato ben oltre gli incontri nelle sessioni e che ci fa frequentare anche oggi come amici fraterni.



Il dipinto di Alda che celebra i nostri incontri sulla terrazza di Villa Medusa, con vista sul golfo di Pozzuoli

APPENDICI

Questa parte della monografia include alcuni testi miei pubblicati su giornali e riviste che spiegano meglio, ampliano o approfondiscono alcuni degli argomenti trattati nella monografia.



App. 1

La “fisiognomica” di Della Porta e la ricerca naturalistica del Cinquecento, a Napoli. p. 38

In questo primo articolo qui riportato si coglie il rapporto ancora intimo fra i filosofi e la corporeità, aspetto che a partire dal Seicento si andrà a perdere definitivamente con il pensiero di Cartesio, che fino ad allora non aveva ancora prodotto i suoi effetti migliori e peggiori, come descritto nel primo capitolo inerente i chiarimenti filosofici.

L’articolo è stato pubblicato sulla rivista L’Espresso Napoletano del Giugno 2006.

App. 2

La biodanza e la sperimentazione pedagogica– Bruno Lorenzo Castrovinci. p. 41

Bruno Lorenzo Castrovinci è un pedagogista che scrive nel febbraio 2026 un articolo illuminante sull’uso della biodanza nella scuola secondo la psicologia, le neuroscienze ed ovviamente la pedagogia (G).

Il mio articolo di sintesi e commento è stato pubblicato sulla rivista Diversamente Liberi (G) N.118 del marzo 2026.

App. 3

2002 Geppino racconta del suo maestro Federico. p. 43

In questo mio racconto, tramite la storia di Geppino, omeopata e terapeuta psicosomatico, presento il pensiero e la pratica di Federico Navarro e descrivo la vegetoterapia carattere-analitica (G) nella sua derivazione reichiana e anche nei suoi aspetti terapeutici.

Diversamente liberi (G) N. 71 aprile 2022

App. 4

2022 Flavio, professore per amore. p. 45

Questa storia, sotto lo pseudonimo di Flavio, è autobiografica e racconta del mio stupirmi degli effetti di rafforzamento, di autostima e sicurezza nello svolgimento del mio lavoro di insegnante, imparando a gestire la rabbia e l’ansia da prestazione scoprendo di lavorare in uno stato di “flusso” positivo (G).

Diversamente liberi (G) N. 114-115 Novembre-dicembre 2025

App. 5

With or without you. Biodanza nel tempo libero: fuori scuola e dentro il carcere. p. 47

Qui descrivo gli aromi e le impressioni delle sessioni di biodanza fatte in carcere e di quelle svolte nel mese di giugno 2025, a scuola ormai finita, con gli allievi che hanno scelto di partecipare a questo progetto settimanale.

Diversamente Liberi (G) N. 112-113 settembre-ottobre 2025

Appendice 1

La “fisiognomica” di Della Porta e la ricerca naturalistica del Cinquecento, a Napoli.



La “fisiognomica” di Della Porta e la ricerca naturalistica del Cinquecento, a Napoli.

Nel grande grembo della città di Napoli, natura, costumi e tradizioni si sono intrecciate nel Rinascimento alle storie della gente più umile come degli uomini di lettere e di scienze. Qui hanno trovato un precario equilibrio fra atteggiamenti magici e scientifici, ma anche una fecondità e varietà di occasioni culturali che nel giro di poco avrebbero sprigionato novità eclatanti nello sviluppo del pensiero moderno.

In un mondo in cui si credeva ancora che la Terra fosse il centro dell'universo contarono indubbiamente spiriti infuocati come Giordano Bruno, che rivolgevano ogni sforzo a propagare combattivamente nuove idee che venivano da prove concrete: la centralità del Sole, la possibilità di esistenza di infiniti mondi. Altre figure del pensiero lavoravano in maniera meno appariscente, ma seria e costante, a dare fondamento a quelle concezioni: tra questi si distinse Giambattista Della Porta, nato e vissuto a Napoli tra il 1535 e il 1615.

Conosciutissimo ancor oggi per le sue commedie, è stato in realtà un investigatore naturalista. Nella sua prima opera, *De Magiae Naturalis*, troveremo innanzitutto lo studio della natura, della fisica, dell'ottica e del magnetismo; ma molto presto, nel 1558, nel *De Humana Physiognomonia* dimostrerà interesse per il corpo umano, anch'esso parte della natura ma, al tempo stesso, strumento

indispensabile a conoscerla, abitarla, esperirla, modificarla. L'attenzione allo studio del corpo era già forte quando nel 1543 Andrea Vesalio pubblicava il *De humani corporis fabrica*, che rivoluzionò le conoscenze anatomiche, e giungerà al culmine quando William Harvey, nel 1628, pubblicherà il trattato sulla circolazione del sangue. Il *sapere ufficiale* dell'epoca si basava su convinzioni per lo più tramandate: occorreva ora sistemare quelle nozioni attualizzandole, confrontandole, verificandole per liberarle sempre più da aspetti dogmatici, misterici ed iniziatici.

Nell'antichità era soprattutto la curiosità a ispirare la ricerca, un intento di diletto più che la sistematicità e il *rigore* di oggi. Lo sforzo di Della Porta fu di mantenere le suggestive vesti della tradizione, aprendo le porte all'affascinante percorso dell'osservazione, che presto avrebbe portato, sempre più irresistibilmente, alla decisiva via della sperimentazione. Già coraggiosa risultò la scelta di abbandonare i saperi dogmatici antichi (l'*intoccabile autorità* della fisica aristotelica), rivolgendo l'attenzione empirica verso la natura ed i suoi fenomeni: questa attitudine aprì la strada alle procedure codificate da Cartesio nel suo *Discorso sul metodo*. Tuttavia, con quest'ultimo, avremmo ereditato anche una visione *limitante e frammentaria* del corpo e dell'uomo, considerato come mera "macchina". E da lì inoltre si sarebbero sviluppate poi scienze tanto specializzate, da trovare oggi difficoltà a parlare linguaggi comuni e cogliere le cose nella loro fondamentale unità.

In maniera "moderna" Della Porta divide anch'egli il corpo in parti ove lo studio cerca costanti osservabili nella relazione tra caratterologia e fisiologia umana e animale, e con questa descrive "le complessioni" e le patologie. Ad arti grossi e forti come zampe di leone corrisponde un carattere altrettanto generoso, tenace e gregario, purché questi dati siano confrontati e corroborati da altre informazioni provenienti, ad esempio, dalla forma possente del corpo nel suo insieme, il colore e l'abbondanza di capelli ecc. Viceversa, a arti sottili, tratti delicati e appuntiti, volti che ricordano animali veloci e agili come le volpi, corrisponde un carattere furbo, solitario e intraprendente. I casi, forniti in maniera enciclopedica, non sono ancora un'oggettiva semeiotica medica, ma devono essere riuniti da un'interpretazione "olistica" e psicosomatica, in cui è fondamentale l'esperienza, l'intuito, e soprattutto la metodologia dello studioso, vero e proprio "mago" della conoscenza.

Il "sillogismo" che guida la lettura dei dati caratteriali è dunque semplice e si applicherà a una grande quantità di corpi studiati, a partire da quelli dei condannati a morte o dei suicidi, che non venivano seppelliti in terra benedetta né reclamati dai parenti. Esso ispirerà discipline moderne come l'"Antropologia criminale" di Cesare Lombroso, che sistematizzerà e trasformerà in statistiche scientifiche quei tratti somatici che saranno giudicati addirittura come rivelatori di immancabili tendenze "criminali" o violente: un approccio razzista che però tradisce le filantropiche premesse originarie della *fisiognomica*.

Sulla linea dei molti innovatori, Della Porta si approfondì anche in studi di botanica e fisica, portando contributi originali in un panorama altrettanto dogmatico, favorendo una tendenza che dopo aver messo in crisi le convinzioni antropocentriche medievali, cominciava a trarne anche le necessarie conclusioni cosmologiche e filosofiche. Per questa via si iniziò così a considerare diversamente lo stesso pensiero filosofico, che non era più dunque l'unica condizione necessaria di giudizio, ma andava sottoposto anch'esso alla "prova" dei fatti. E tra queste "prove", per la prima volta si introdusse anche quella del successo di pubblico, che a partire dalla decisione di non pubblicare più nel latino scientifico, ma nel "volgare" italiano, costrinse Della Porta a sfidare le

censure dell'Inquisizione, tornando frequentemente sull'opera per aggiornarla e ripubblicarla fino ai suoi ultimi giorni in moltissime lingue, tra cui l'arabo. Questo fece di Napoli una capitale della ricerca e della divulgazione, evento straordinario considerando le superstizioni, le persecuzioni e paure oscurantiste dell'epoca.

<<Noi scrivendo porremo prima l'opinioni de' nostri antichi e de' moderni, poi scriveremo appresso quando l'habbiamo sperimentate, se l'habbiamo ritrovate vere o false; appresso l'inventioni nostre; acciò veggano gli uomini dotti quanto la nostra età avanza quella de gli antichi.>>

Della Porta, Prefazione all'edizione del 1611 del *Della Fisionomia dell'Huomo*

Copyright

L'espresso Napoletano - Fulvio Mesolella Giugno 2006



Appendice 2

La biodanza e la sperimentazione pedagogica – Bruno Lorenzo Castrovinci

Bruno Lorenzo Castrovinci è un dirigente scolastico siciliano molto impegnato nella ricerca educativa, conosciuto per il suo impegno nell'innovazione didattica e nel ripensamento strategico del sistema scolastico. E come tale ritiene di dover essere anche un educatore e pedagogista che contribuisce tenacemente alla costruzione e implementazione di approcci educativi e di metodologie didattiche innovative, impegnandosi anche sui temi del dialogo interculturale. Da diversi anni collabora con le più famose riviste della scuola italiana approfondendo l'apporto delle neuroscienze e del ruolo delle emozioni nello sviluppo delle competenze cognitive e relazionali degli studenti. Per questo motivo ci colpisce particolarmente l'articolo pubblicato nel gennaio 2026 su Scuola Sette, rivista culturale di Notizie della Scuola, uno studio totalmente dedicato alla Biodanza nel campo educativo e scolastico. L'Autore apre il suo lavoro con una dichiarazione che per molti insegnanti risulterà probabilmente quasi scioccante: dice infatti a chiare lettere che non solo ritiene superata la famosa "lezione frontale", «ma anche quell'insieme di "metodologie innovative" che, sebbene presentate come rivoluzionarie, da tempo abitano la pratica educativa e hanno ormai perso la forza dirompente della novità». La Biodanza «riconosce il corpo come primo mediatore di conoscenza e il movimento come linguaggio originario dell'essere umano, precedente alla parola e al pensiero astratto. Non si tratta di "insegnare" attraverso il corpo, ma di riattivare le condizioni originarie dell'apprendere, là dove vita, emozione e relazione si intrecciano in modo naturale».

Ancora, secondo Castrovinci, la Biodanza «non nasce come metodo didattico in senso tradizionale, ma come esperienza trasformativa, capace di creare le condizioni neurobiologiche favorevoli all'apprendimento, alla regolazione emotiva e allo sviluppo armonico della persona. Attraverso il movimento, la musica (G) e l'incontro, essa ricostruisce quel terreno vitale su cui possono germogliare motivazione, attenzione, memoria e benessere». E a questo punto ribadisce che «occorre ora compiere un atto culturale e pedagogico profondo, abbandonando l'illusione che l'apprendimento sia solo un fatto mentale e riconoscendo che educare è, prima di tutto, un'esperienza incarnata. È in questo spazio, dove corpo e mente tornano a dialogare, che l'educazione ritrova la sua dimensione più autentica, umana e generativa. L'apprendimento autentico non si consolida attraverso l'accumulo di informazioni, ma attraverso esperienze significative che coinvolgono il corpo e attivano una partecipazione emotiva reale. Il corpo diventa il luogo in cui il sapere prende forma, non come contenuto da memorizzare, ma come esperienza da incorporare».

A questo punto Castrovinci descrive aspetti salienti della pratica di Biodanza:

«L'insegnante propone uno stimolo (un movimento naturale come camminare, saltare o tendere la mano) e il bambino può "sentirlo". Mentre in molte attività la musica serve a dare il ritmo o a fare atmosfera, nella Biodanza la musica (G) è un testo semantico. Se l'obiettivo è la "vitalità", si useranno ritmi organici che stimolano il sistema simpatico (battito cardiaco, energia); se l'obiettivo è l'"affettività", si useranno melodie che inducono calma e connessione. Il bambino impara a regolare i propri stati interni (calma/eccitazione) non perché glielo chiede l'insegnante, ma perché



lo vive biologicamente attraverso la musica (G)». E qui viene anche l'osservazione che valida scientificamente il metodo: «In una società che tende a privilegiare l'astrazione e la verbalizzazione, la Biodanza restituisce centralità a forme di apprendimento più naturali e coerenti con il funzionamento del sistema nervoso». Per l'Autore è evidente che il cervello apprenda in modo più efficace quando le diverse funzioni vengono attivate in modo sinergico. E aggiunge a riprova che: «Essa stimola stati neurofisiologici associati al benessere, alla motivazione e alla sicurezza. L'attivazione di circuiti legati al piacere e alla regolazione emotiva riduce le risposte di allerta e di difesa, creando un terreno favorevole all'apprendimento e alla crescita personale. In questo senso, la Biodanza può essere letta come una pratica che educa il sistema nervoso a funzionare in modo più armonico ed equilibrato». E precisa anche perché la scuola con i metodi tradizionali e perfino innovativi continui a fallire puntualmente i suoi obiettivi: «In condizioni di stress, paura o giudizio, il sistema nervoso attiva risposte difensive che limitano l'accesso alle funzioni cognitive superiori, compromettendo attenzione, memoria e capacità di elaborazione. Al contrario, quando l'individuo sperimenta sicurezza emotiva e relazionale, il cervello si apre all'esplorazione e alla curiosità». Conclude per questo che la Biodanza: «In ambito scolastico può sostenere lo sviluppo delle competenze socio emotive, migliorare il clima di classe e favorire una maggiore capacità di attenzione e autoregolazione. Nei percorsi formativi per adulti può facilitare processi di consapevolezza, cambiamento e crescita personale, agendo a un livello profondo e non puramente cognitivo». In poche parole «Essa restituisce centralità al corpo come risorsa educativa primaria e spesso trascurata». Dunque l'apprendimento vero e più profondo nasce da un'esperienza "incarnata", che supera l'odierna frammentazione, l'accelerazione e la crescente disconnessione dal sentire corporeo. Possiamo confermare, nelle esperienze che abbiamo sperimentato anche in carcere, nelle occasioni condivise nell'associazione, rivolte fra l'altro a soci svantaggiati e promosse in numerose scuole con cui collaboriamo, che «la Biodanza offre una prospettiva educativa capace di restituire centralità alla persona nella sua interezza, coniugando rigore scientifico, esperienza vissuta e profonda umanità». Ora speriamo che anche nel mondo della scuola aumenti la consapevolezza degli enormi risultati che essa mette a disposizione e del valore trasformativo della sua pratica.

Fulvio Mesolella - Diversamente liberi N. 118 del marzo 2026

Appendice 3

Diversamente simili.

Storie di persone che regalano senso e bellezza alla vita.

2002 Geppino racconta del suo maestro Federico

Geppino da tanti anni è un esperto omeopata, cura con “rimedi” strani ma potenti che tendono a fare abituare il corpo a quelle cose che esso percepisce come “nemici” fino a sviluppare una naturale capacità di resistenza. Un principio che la medicina tradizionale tende ancora a non riconoscere e chiamare pseudoscienza ma a cui molti medici si convertono, vedendone i risultati, un principio che vede il positivo coinvolgimento del paziente in un processo di autocura e di appropriazione del proprio corpo. E che, per di più, riduce l’uso della chimica e dei farmaci e quindi degli effetti collaterali somministrando sostanze diluitissime, inoffensive, meno care... Ma a Geppino proprio non va giù che per “esercitare” la professione da alcuni anni sia richiesta una laurea... così “ordinaria”. Geppino i risultati “li vede” quotidianamente, soprattutto, come lui dice, nei bambini, perfino negli

animali, che avendo meno mediazioni consapevoli lasciano che i rimedi facciano il loro effetto in maniera ancor più rapida, oggi anche nelle piante. È il momento della psicosomatica, una branca cui anche le scienze ufficiali guardano con fascino, perché per la prima volta si cercano le cause delle malattie del corpo nei modi di essere della mente, e viceversa. Ed è su questa strada impervia della sperimentazione diretta che Geppino racconta di aver conosciuto Federico Navarro, un neurologo napoletano che amava le nuove conoscenze che spaziavano coraggiosamente verso l’integrazione mente-corpo, che vedevano in quella innaturale separazione l’origine di tanti problemi. Geppino, d’origine calabrese, si trasferisce a Napoli e con il gruppo di amici e colleghi che sostiene Federico racconta degli anni esaltanti in cui si invita Ola Raknes, uno psicologo norvegese che fu diretto allievo e paziente di Wilhelm Reich, il terapeuta austriaco di origine ucraina che fu a sua volta collaboratore di Sigmund Freud, autore fra l’altro del libro “La rivoluzione sessuale”, che ispirò i movimenti di liberazione degli anni ‘60 e le scoperte riguardanti le funzioni dell’energia sessuale nella lotta al cancro. Racconta Geppino che



Federico e Ola mettono a punto una serie di studi che diventano un vero e proprio protocollo terapeutico che, invece di curare con le sole parole (come in molte psicoterapie) utilizza “acting” o movimenti corporei che, secondo la teoria, sarebbero stati inibiti e bloccati già dai primi mesi di vita e che rappresentano funzioni vitali insopprimibili. E con loro si forma tutta una generazione di medici e psicoterapeuti in cui Geppino si identifica e con cui collabora dedicandosi soprattutto alla progettazione e realizzazione di strumenti diagnostici e terapeutici adattati per esempio al training-autogeno (la capacità autoindotta di rilassarsi), o la kirlian, la metodologia che studia e fotografa l’aura di piedi e mani individuando alterazioni dell’equilibrio energetico del corpo. Gli aspetti muscolari del corpo e caratteriali della psiche in poche parole si formano e accompagnano insieme, e modificando i primi si ottengono anche risultati immediati e permanenti sui secondi, variazioni che possono essere misurate. Quasi un capovolgimento della teoria psicosomatica, che comunque dimostra la profonda unione di soma (corpo) e psiche. Ecco, Geppino racconta generosamente e spiega dettagliatamente queste scoperte affascinando amici, pazienti, colleghi, e soprattutto sperimenta, sperimenta, in un confronto continuo con Federico, che dopo anni di impegni all’estero

(Spagna, America Latina) si era convinto a tornare a Napoli e a fondare l'IFeN, l'istituto Federico Navarro, impegnato a divulgare le pratiche scaturite da queste ricerche. Ma, purtroppo, nell'ottobre del 2002 Federico, ormai ottantaduenne, muore. E Geppino, nonostante un forte sussulto nel lavoro di divulgazione, segnato dall'istituto, nonostante il passaggio di mano dai tempi di Freud e Reich fino a questi giorni abbia rivitalizzato fior di sperimentatori, nella perdita di questo maestro sembra perdere il senso del suo lavoro. Quello che Geppino non sa è di essere diventato anche lui una sorta di maestro, testimone di un momento eccezionale della ricerca terapeutica e generoso divulgatore, forse in questo bravo almeno quanto i suoi maestri. Il suo entusiasmo e l'impegno hanno un netto declino dalla morte di Federico, sembrano addirittura contraddire la grande fortuna che è quella di conoscere animi così grandi e significativi della storia della terapia di diversi problemi oggi sempre più angosciosi come le malattie psichiche, quelle psicosomatiche, il cancro. È un mistero difficile da spiegare, quello di come una grande fortuna, cioè quella di fare parte di un gruppo così dinamico e coraggioso, l'abbia portato a deprimersi e spegnersi con Federico, che lui sentiva un animo potente e significativo, nella sua vita, quasi più di uno stesso genitore, proprio lui, che grazie alla sua vita lascia intorno a sé tante persone più consapevoli e determinate a curarsi e divulgare una riflessione critica sui dogmi della medicina contemporanea.



Nelle foto, da sinistra Karl Gustav Jung, Wilhelm Reich, Ola Raknes e Federico Navarro

Fulvio Mesoletta - Diversamente liberi N. 71 aprile 2022

Appendice 4

Diversamente simili.

Storie di persone che regalano senso e bellezza alla vita.

2022 Flavio, professore per amore

Sono i primi giorni di gennaio, il ritorno a scuola è sempre faticoso dopo le feste di Natale. Flavio è di spalle alla classe, affronta i soliti problemi tecnici con la lavagna interattiva e la classe rumoreggia, finché parte una vera provocazione. Lui è un insegnante tollerante, lo sanno i ragazzi, probabilmente i colleghi per questo lo scherniscono pure, fra loro: ma c'è una soglia di rispetto che non va superata. I ragazzi ormai si gelano aspettando che si giri verso la classe e parta "la cazziata" che, in genere, fa più paura, quando viene da chi sembra così mite...



In questa come in altre storie ho quasi sempre usato nomi, fatti e luoghi veri, ma qui preferisco inventare il nome del protagonista e tacere il luogo. Abbiamo conosciuto Flavio nei precedenti racconti, quando era un ragazzo molto arrabbiato con il sistema scolastico perché si sentiva incompreso, infatti scappava dalla scuola per raggiungere il suo strano amico eroinomane bipolare Paolo, all'Orientale di Napoli, per seguire con lui le lezioni del mitico antropologo delle religioni Alfonso Di Nola e poi, una volta laureato, strane vicende lo portarono a condividere le sue passioni artistiche ancora con matti ed eroinomani, traendone il pane quotidiano. Non sopportando più di vederli morire uno ad uno, cominciò ad occuparsi della prevenzione delle droghe nelle scuole e finì per fare il mestiere dei professori che aveva odiato. Questo portò anche lui a scegliere di fare il "professore condotto", come ben prima aveva fatto Rosaria, a Procida. In quel paesino dove la scuola era l'unico "passatempo" dei ragazzi conobbe Angelo, il "professore per vendetta", in lui trovò finalmente quello che cercava, un modello d'insegnante che sapeva farsi volere bene dai ragazzi per la sua grande umanità. Ma il percorso scolastico di Flavio non gli aveva riservato bravi insegnanti: era stato un ragazzo con difficoltà di attenzione, come molti allora, senza diagnosi. Si accorse subito che ogni settimana "l'ora a disposizione" per i colloqui con i genitori era puntualmente disertata e, allora, disse ai ragazzi: "venite voi a trovarmi e a parlarmi di voi, di come vi trovate con noi". Livia non se lo fece ripetere e venne subito, poi il suo esempio spinse anche altri e quell'ora divenne presto uno sportello di ascolto. I veri insegnanti di Flavio divennero quindi gli allievi, allo stesso modo in cui sono i figli ad educare gli adulti a diventare genitori, semplice no? Sì, ma non è tutto. Per insegnare in modo diverso ci vuole attitudine alla relazione ma non basta, mancava una pratica: come si fa se libri e programmi, la disposizione delle aule e dei banchi sono ancora fermi al regime fascista? Un privilegio insegnare discipline utili a pensare criticamente e ri-conoscersi come la filosofia, la psicologia, la pedagogia, l'antropologia e la sociologia, ma con "il gioco" che hanno fatto i ministri a ridurre le ore dedicate a queste non si ha più il tempo di fare tutta la storia dei pensatori: bisogna partire dagli interrogativi di vita dei ragazzi, far sentire che questi temi sono quelli che riguardano

loro, noi. Flavio avrebbe voluto fare lezioni più coinvolgenti, più interattive, ma è difficile inventarsele. “Addestramento” ci vorrebbe, ritorna questa parola che ha sentito e sperimentato nelle occasioni in cui in Spagna lo invitavano nelle scuole, da esperto di prevenzione delle tossicodipendenze. Da anni si interrogava sul come interessare i ragazzi sfidando la noia del sistema scolastico e si aggirava col proprio portatile e un vecchio proiettore *scassato* (rotto) cercando di utilizzare il linguaggio delle immagini per raccontare concetti offrendo emozioni. E ora che aveva le lavagne interattive internet funzionava male e le immagini spesso erano troppo sbiadite, forse ci sarebbe voluta una sala di proiezione tecnologicamente più adatta... ma i suoi ragazzi non reggevano già a più di tre minuti di video, incapaci di attenzione. Ecco, tutti questi pensieri attraversano quella scena in cui stava per scatenarsi una rabbia che chiedeva rispetto... Rivediamo Flavio che si gira, i ragazzi sanno di aver esagerato, ma gli viene un sorriso dolce, una semplice battuta che mette a posto le cose e non c'è più bisogno di arrabbiarsi, la lezione scorre serena. Flavio continuò a interrogarsi per giorni chiedendosi se davvero fosse diventato il professore che aveva desiderato: rilassato, fiducioso e capace... Come si fanno valere le proprie ragioni con una battuta e senza incazzature? Ecco cos'era successo nel frattempo: nello sportello d'ascolto, in aggiunta allo yoga, arrivava una pratica che lui stesso sperimentava e che era stata inventata in Sudamerica, vista in Spagna molti anni prima, introdotta per affrontare le crisi di ansia e panico che fino ad allora costringevano i colleghi in media a chiamare un'ambulanza a settimana per gli allievi. Una pratica come la biodanza, che suscita un'onda d'amore e di gratitudine con i compagni di lavoro e perfino con gli allievi: ecco arrivato l'“addestramento” che era mancato, riconoscibile quando ormai già produceva i suoi effetti. Era iniziato non solo un anno nuovo, ma una nuova era.

Fulvio Mesolella - Diversamente liberi N. 114-115 Novembre-dicembre 2025

Appendice 5

With or without you. Biodanza nel tempo libero: fuori scuola e dentro il carcere

La musica plasma e ricrea la nostra vita. Così succede in una scuola irrealistica, quella di giugno, in cui fino a pochi giorni prima si sono fatte lezioni, interrogazioni stressate di fine anno, pianti di delusione e di disperazione o anche di rassegnazione per un anno andato male, feste per la sua conclusione, firme di magliette stampate con motti demenziali per ragazzi che



in questo modo cercano di esorcizzare le paure dell'ormai prossimo esame di maturità... Ora la scuola, dopo i faticosi scrutini che puntualmente segnano il destino di tanti allievi è in silenzio, in attesa che comincino i corsi di recupero, prima delle riunioni delle commissioni per gli esami di Stato, tutto è fermo in attesa di qualcosa, di altro. E incredibilmente fra quelle mura risuonano improvvisamente dapprima timidamente, poi sempre più forte le note degli U2, With or without you, con te o senza di te, parole casuali per una musica incalzante, che inizia quasi gentile per preparare i ragazzi all'incontro in cui saranno loro ad incontrare se stessi e gli altri, riconoscersi con chi c'è e con chi non c'è... Una prova tecnica di connessione fra computer e casse acustiche che crea silenzio, addirittura raccoglimento, in un attimo divampano pensieri diversi fra i ragazzi che sono in attesa di iniziare, i pochi docenti coinvolti nel progetto, gli assistenti tecnici. Forse i ragazzi avevano già sentito quelle note, ma per loro hanno un significato diverso da chi, come noi, ha già molti anni alle spalle. Quello che sembra risalire fra i ricordi è un aroma che sa di anni '70-80, quando fra pareti simili, come studenti, dovevamo "occupare" i tetri edifici scolastici per sentire musica e suonare altre canzoni con le nostre chitarre, e facemmo in tempo a sentire i Pink Floyd e cantare il loro Another brick in the wall, un altro mattone nel muro, con il ritornello We don't need your education, non vogliamo la vostra educazione, non vogliamo diventare un altro mattone nel muro, con una musica simile e diversa, nell'epoca psichedelica che ha nutrito e allo stesso tempo avvilito, brutalizzato la nostra generazione, con tutte le droghe e le dipendenze programmate per riuscirci. Cosa offriamo ai ragazzi di oggi? Un progetto di biodanza, una pratica liberatoria che utilizza la musica di tutti i tempi, quella di cui si sono nutrite le nostre generazioni e che abbiamo in vario modo metabolizzato: ora proveremo a fare incontrare quella musica con le loro sigle di serie televisive, da cui sono incantati, con le melodie più ascoltabili e "organiche" e le parole delle loro canzoni, che nutrono i loro sogni e desideri, le loro delusioni, di cui raccontano spesso nello sportello d'ascolto. La biodanza è un sistema di integrazione umana, di rinnovamento organico, di rieducazione affettiva, di riapprendimento delle funzioni originarie della vita. La sua metodologia consiste nell'indurre emozioni e senso di "presenza" per mezzo della musica, del canto, del movimento, creando situazioni d'incontro nel proprio sé ma in gruppo. Lo scopo è di riuscire comunque a fare esercizi che mettano in relazione i ragazzi con se stessi e fra loro, perché sviluppino rispetto e affettività, comunicazione e profondità. Le rigidità iniziali dei ragazzi si sono trasformate in una postura più determinata, movimenti fluidi, cura dell'altro, gentilezza, unione del gruppo, attendendo con entusiasmo le sessioni successive. Si tratta di un giugno speciale, quello che ci siamo dedicati nei locali di una scuola che per un anno, a causa dei lavori in corso, non ha avuto una palestra: ad essa abbiamo alternato spazi e parcheggi della città di Campagna, ma abbiamo anche avuto la fortuna di essere ospiti del meraviglioso monastero rinascimentale della Madonna di

Avigliano, nell'Oasi naturalistica del Monte Polveracchio, nei Picentini. Diciotto ragazzi di liceo ai quali si aggiungono occasionalmente amici, passanti, con i quali e senza i quali si riesce e divertirsi, a fare una scuola che ci piace, che muove i sentimenti e li trasforma in affettività e che, molto probabilmente, lascerà migliori ricordi della scuola della noia. Così anche all'Icatt di Eboli (G), qualche altra melodia di prova ha preceduto l'inizio della sessione sperimentale di biodanza in carcere, alla metà di maggio di quest'anno e, piano piano, alcuni ragazzi, non solo i redattori di *Diversamente Liberi*, si sono affacciati per vedere da dove venisse quella musica che ondeggiava nella casa di reclusione, generalmente silenziosa.



È così che piano piano una dozzina di ragazzi, ospiti dell'Istituto, decidono di stare al gioco, accettare di prendersi per mano e di giocare con le emozioni, divertirsi e perfino chiedere di ripetere, evidente segno che sono in una struttura che offre molteplici stimoli e che fa di loro persone che hanno voglia non solo di occupare il tempo, ma di mettersi davvero in discussione, di cambiare, di dare il meglio di sé, “chi c'è c'è”, come dicono i nostri eroi, traducendo in napoletano, senza saperlo, la canzone dei Pink Floyd, magari solo per sottolineare orgogliosamente che, chi c'è, ha sicuramente più voglia di mettersi in gioco. Ed è così che, senza averlo programmato, con i volontari di Mi girano le ruote riusciamo anche a combinare qualche altro appuntamento di biodanza nel mese di giugno, quando purtroppo diminuiscono

i laboratori e le attività del carcere, e i ragazzi dimostrano di gradire, chiedono anche che portiamo più musica rock, e discutiamo proprio su quei brani di cui abbiamo parlato all'inizio di questo racconto, stavolta abbiamo gusti comuni e quasi le stesse età. Ora si tratta di riuscire a fare in modo che sia in carcere, sia nella scuola, il benessere indotto dalla biodanza entri a fare sempre più parte della vita di tutti i giorni, entri nella programmazione scolastica, nella vita degli istituti carcerari, soprattutto meridionali, visto che in altre parti del nostro Paese, come nell'America latina, dove è nata, ed in altre parti del nostro stesso continente, la biodanza è già una realtà sempre più diffusa nei luoghi di convivenza, di educazione, di cura o di lavoro insieme.

Fulvio Mesolella - *Diversamente Liberi* N. 112-113 settembre-ottobre 2025

Bibliografia e riferimenti bibliografici



Assmann Hugo	– Reencantar a Educação	1998 Editora Vozes
Bertalanffy Ludwig von	– Teoria generale dei Sistemi	2004 Mondadori
Brockman John	– La Terza cultura	1995 Garzanti
Bruno Giordano	– De l'infinito, Universo e mondi (1584)	2018 Harmakis
Buscaglia Leo	– Vivere, amare, capirsi.	2020 Mondadori
Cartesio Renato	– Discorso sul Metodo.	2002 Bompiani
Castrovinci Bruno Lorenzo	– Per una pedagogia della cura e della relazione	2026/02 Scuola 7
Cazzulo Riccardo	– Satoyama. La biodanza in carte	2022 Tg Book
Chomsky Noam	– Il linguaggio e la mente.	2010 Bollati Boringhieri
Chopra Deepak	– Biocentrismo. La vida y la conciencia como claves.	2012 Sirio
Copernico Niccolò	– De revolutionibus orbium caelestium.	1975 Einaudi
Damasio Antonio	– L'errore di Cartesio. Emozione, ragione e cervello umano	1995 Adelphi
Darwin Charles	– L'origine delle specie.	2009 Rizzoli
Della Porta Giambattista	– La Fisiognomica (edizione originale in VI libri)	1610 Carlino e Vitale
Earl Platts David	– I giochi di Findhorn.	1997 Macro
Enzensberger Hans Magnus	– Prospettive sulla guerra civile.	1997 Einaudi
Freire Paulo	– La pedagogia degli oppressi	2023 Vita e pensiero
Freud Sigmund	– Opere Vol. 8.	1915-1917 Bollati Boringhieri
Garaudy Roger	– Danzare la vita.	2020 Kkien
Gardner Howard	– Educazione e sviluppo della mente. Intelligenze multiple e apprendimento.	2019 Erickson
Goleman Daniel	– Intelligenza emotiva. Che cos'è e perché può renderci felici.	2011 Rizzoli
Gonsalves Possebon Elisa	– Educación Biocéntrica.	2020 Independently Published
Immordino-Yang Mary Helen	– Neuroscienze affettive ed educazione.	2017 Raffaello Cortina
Lanza Robert	– Biocentrismo. L'universo, la coscienza. La nuova teoria del tutto.	2009 Feltrinelli
Maioriello Vitina	– Il nulla ed il suicidio giovanile.	2011 Progetto cultura
Maturana Humberto e Varela Francisco	– Autopoiesi e cognizione. La realizzazione del vivente.	2001 Marsilio
Montessori Maria	– La mente del bambino	2023 Feltrinelli
Milani (Don Lorenzo)-Scuola di Barbiana	– Lettera a una professoressa	2023 Mondadori
Morin Edgar	– I sette saperi necessari all'educazione del futuro.	2001 Raffaello Cortina
	– La sfida della complessità.	2017 Le lettere
Naess Arne	– Siamo l'aria che respiriamo. Saggi di ecologia profonda.	2021 Piano B
Jonas Hans	– Il principio responsabilità. Un'etica per la civiltà tecnologica.	2009 Einaudi
Piaget Jean	– Lo sviluppo mentale del bambino e altri studi di psicologia.	2020 Einaudi
Popper Karl	– Teoria della falsificabilità, in <i>Dizionario di filosofia</i> .	2009 Treccani
Reich Wilhelm	– La rivoluzione sessuale	2020 Feltrinelli
Sarpe Antonio	– Programma Antonio Sarpe per la creazione e gestione di gruppi settimanali.	2018 A. Sarpe
Schweitzer Albert	– Rispetto per la vita.	2019 Claudiana
Scuola di Barbiana - Don Lorenzo Milani	– Lettera a una professoressa	2017 Mondadori
Singer Peter	– Nuova liberazione animale.	2024 Il Saggiatore
Thoreau Henry David	– Walden ovvero Vita nei boschi.	1988 Rizzoli
Toro Araneda Rolando	– Dispense di formazione sull'educazione biocentrica.	2012 IBFed
	– La inteligencia afectiva. La unidad de la mente con el universo.	2013 Cuarto Propio
Vygotskji Lev	– Il processo cognitivo.	1987 Bollati Boringhieri

Glossario (s)ragionato



Ascolto profondo dell'anima e riconoscimento dell'innocenza: è la quiete interiore in cui ci si purifica liberandosi della mente adulta, ascoltando il profondo, osservando il mondo, smettendo ogni giudizio, potere e competizione, non rappresentando per gli altri e non aspettandosi minacce, riconoscendo altrettanto in essi la fragilità e il candore originari. È la mia esperienza di ciò che accade in una biodanza ben condotta fra identità e *regressione* (v).

ASL-Napoli 1 – Azienda Sanitaria Napoli 1. È il nome del servizio pubblico di salute che un tempo copriva l'intero territorio municipale di Napoli, oggi invece diviso in diverse aziende che servono ambiti più piccoli. Cominciai le mie collaborazioni private e occasionali nel 1992 dapprima nei Centri di salute mentale (Giugliano e Vomero), con proposte di visite guidate per gli utenti, poi dal 1995 per conto della Cooperativa Il Calderone e il Consorzio Gesco presso il Centro Diurno Sovradistrettuale "Palomar" di Posillipo, con laboratori manuali e culturali, visite guidate che coinvolgevano anche altri centri diurni, comunità e Sert (all'epoca Servizi Tossicodipendenze: ambulatori per il trattamento degli eroinomani), sostituiti oggi dai Serd (Servizi dipendenze, ambulatori che trattano ogni tipo di dipendenza: alcool, droga, internet ecc.)

Curva fisiologica è il vero segreto della biodanza: una proposta bioritmica di musiche, giochi, esercizi e danze che accompagna i partecipanti verso un'attivazione fisica ed emozionale che, raggiunto un punto apicale (*identità*), porta verso un rilassamento e riposo profondo (*regressione*).

Diversamente Liberi è la rivista che dal 2016 realizziamo con i detenuti dell'*Icatt di Eboli* (vedi) grazie all'associazione Mi Girano le Ruote, insieme a un laboratorio di scrittura che ha visto coinvolti come volontari anche me e gli allievi della mia scuola.

Facilitatore è un operatore di biodanza che crea un ambiente sicuro e accogliente attraverso proposte graduali e rispettose delle possibilità e intenzioni delle persone, favorendo espressione personale, benessere e condivisione e la totale assenza di giudizio verso e fra i partecipanti.

Icatt di Eboli - Istituto a Custodia Attenuata per il trattamento dei Tossicodipendenti. È un carcere mai sovraffollato dove i detenuti hanno un trattamento molto più umano, un'offerta di laboratori di attività educativa più ampia in vista del reiserimento sociale perché, oltre la dipendenza come causa principale dei reati compiuti, essi non sono stati mai coinvolti in fatti di sangue o in appartenenze a gruppi mafiosi o camorristici. Cominciai a collaborare con questo Istituto dai tempi del Centro Palomar (*Asl-Napoli 1*, vedi) e ho continuato con la mia scuola e l'associazione Mi Girano le Ruote per la realizzazione della rivista *Diversamente Liberi* (vedi)

Inconscio vitale è una forma di inconscio identificato da Rolando Toro che rimanda a uno *psichismo cellulare* che va oltre quello personale di Freud (mentale e corporeo) e quello collettivo di Jung, essendo sede dei processi somatici profondi, del sistema neurovegetativo e dell'identità biologica che, in sé, sono portatori di vitalità e positività se goduti e sentiti attraverso la biodanza. Nella sua visione, ripresa da Jung, esso si amplia nell'*inconscio numinoso* che sacralizza l'umanità.

Musica evocativa è il mio modo di chiamare una musica intensa ma non così fortemente caratterizzata come la seguente *musica organica* (vedi), che attraverso sonorità avvolgenti, d'atmosfera o semplicemente ormai entrate nell'inconscio collettivo etnico o umano come brani classici o particolarmente romantici è comunque capace di suscitare emozioni profonde, immagini mentali o ricordi personali intensi.

Musica organica è il tipo di suono vivo, fisico, emozionale che ci ricorda i ritmi della natura iscritti nel nostro corpo: battito cardiaco, respirazione, espansione e contrazione e il cui ascolto, specie nelle sessioni di biodanza, inserita opportunamente nella *curva fisiologica* (vedi) ha effetti trasformativi sull'*inconscio vitale* (vedi).

Paradigma è un modello di riferimento condiviso in determinati campi. In questo lavoro monografico si propone un cambio di paradigma suggerendo tutti gli errori e l'asciutaggine del paradigma pedagogico antropocentrico attuale, specialmente nel confronto con il paradigma biocentrico e la sua applicazione pedagogica attraverso la biodanza. Il paradigma sociale si

accompagna e non precede, a mio avviso, quello pedagogico. Io credo che la società potrà essere davvero rivoluzionata non più partendo dalle teorie, o con atti di riflessione e volontà, come nelle altre rivoluzioni fallite, ma partendo proprio dal cambio di paradigma pedagogico, rappresentato dalla biodanza: si coinvolgono le nuove generazioni aprendo loro in modo accogliente e sicuro le porte che consentono di costruire e realizzare il mondo di pace e benessere che noi prefiguriamo e che saranno loro, a loro modo, a continuare a immaginare e realizzare nelle relazioni umane.

Pedagogia è la Scienza umana che studia l'educazione e la formazione a partire dai primi anni, lungo l'intera vita umana, perciò esiste una pedagogia propriamente detta, applicata all'età evolutiva, ma anche una pedagogia degli adulti. Poi ci sono le diverse chiavi pedagogiche cui facciamo riferimento in questa monografia come la *pedagogia degli oppressi* (Freire 2023), quella *centrata sul bambino* (Montessori 2023), quella *nonviolenta* (Don Milani-Barbiana 2023) ecc.

Pedagogo è la figura di educatore di persone di ogni età che fa riferimento a criteri e pratiche di relazione che abbiano base scientifica e umana.

Potenziamento è una delle novità della *Riforma della Buona Scuola* (vedi) che ha aumentato le ore in cui, per alcune materie caratterizzanti i diversi indirizzi di studi, i docenti possono svolgere attività parallele o di affiancamento in classe. È lo strumento che ha consentito a me e a diversi docenti di dedicare circa 3 ore settimanali allo sportello d'ascolto senza utilizzare risorse economiche aggiuntive, ma che spesso è stato svilito nella sua funzione dalla necessità di sostituire i colleghi assenti, di qualsiasi materia. In questo caso, nelle classi ove ero inviato, proponevo attività di *circle-time* per un ascolto dei problemi di relazione del gruppo e dei singoli allievi, oltre che per presentare lo sportello d'ascolto e le sue molteplici attività.

Protovivenzie corrispondono alle prime emozioni che provano i neonati e che possono essere riprodotte nelle sessioni più profonde di biodanza attraverso il meccanismo della *regressione* (vedi).

Psicoterapia è un percorso di cura e crescita personale attraverso il dialogo e la relazione con un terapeuta. Il fatto che tradizionalmente essa sia stata basata sulla parola ha fatto perdere di vista a molti indirizzi psicoterapeutici l'unità funzionale mente-corpo, soma-psiche e la necessità dello scioglimento delle corazze muscolari create nei traumi o dolori passati. Per questo a partire da Wilhelm Reich sono nate le *psicoterapie corporee* (vedi app. 3) come la *vegetoterapia* (vedi). Rolando Toro riconosceva l'utilità delle psicoterapie per lavorare sulle patologie, ma trovava che "psicodanza" fosse retaggio della separazione mente-corpo e che la "bio" danza, danza della vita, diminuendo l'uso di parola e interpretazione mentale, offrisse uno strumento di prevenzione e promozione di benessere, vitalità, amore e gioia di vivere focalizzato sulla salute e sul presente.

PTOF - Piano Triennale dell'Offerta Formativa è la carta d'identità culturale e progettuale di ogni scuola italiana: spiega le scelte didattiche e organizzative dei vari istituti, adattate alle esigenze del territorio. Nel Ptof del mio istituto, oltre lo sportello d'ascolto, è stata inserita la biodanza insieme ad altre discipline come lo yoga, ma purtroppo non vengono assolutamente favorite con iniziative specifiche e meno ancora con le voci di spesa necessarie per realizzarli.

Regressione è il processo che viene dopo una fase di attivazione e coscienza intensificata di sé e che, attraverso *musica evocativa od organica* (vedi) ed esercizi a ritmo rallentato spinge invece le persone a vicinanza e contatto, abbandono a occhi chiusi, diluendo fluidamente lo stress e offrendo anche un ritorno psicofisiologico e biologico alle origini del sé: ripercorrendo tappe fetali, perinatali o infantili che portano rilassamento profondo, riparazione organica e rigenerazione cellulare.

Relato de vivencia è la *verbalizzazione, condivisione o restituzione* che consiste nella descrizione in prima persona dell'esperienza corporea ed emotiva (*vivencia* - vedi) a cui si dà spazio, in genere, prima di iniziare una sessione di biodanza. Chi partecipa fa riferimento alla sessione precedente e alle emozioni provate durante il suo svolgimento o nel periodo intercorso fino al nuovo incontro, possibilmente non più di una settimana. Si fa all'inizio e non alla fine della sessione per evitare di annullare lo stato di *vivencia* e attivazione profonda che, con l'uso della parola, riporterebbe le persone ad uno stato "corticale" e mentale, che vanificherebbe il benessere intimo della biodanza.

Reparantelizzazione è il risultato della cura che il *facilitatore* (vedi) insieme al gruppo offrono a chi partecipa attraverso il contatto corporeo e la *musica evocativa* od *organica* (vedi), dando protezione e accudimento: questa affettività apre i biodanzanti all'accesso al profondo provando a colmare o addirittura sanando le carenze vissute (vedi *protovivenzie*).

Riforma della “Buona Scuola”. Varata dal governo Renzi nel 2015 introduce il *PTOF* (vedi), la formazione scuola-lavoro (FSL), la digitalizzazione di tutti gli atti che riguardano docenti, allievi e famiglie, l'organico di *Potenziamento* (vedi), maggiori poteri ai Dirigenti scolastici. La mia critica è che si è trattato di una riforma di facciata che realmente ha indebolito il potere della partecipazione democratica creando figure manageriali che sono all'origine di moltissimi problemi della vita scolastica e dell'allontanamento dagli obiettivi pedagogici a favore di quelli puramente aziendali.

Ronda è il termine spagnolo che rimanda a una delle forme più antiche d'incontro umano in cerchio tenendosi per mano e muovendosi in una danza rituale che può diventare perfino ipnotica: essa ha un effetto di ridimensionamento e interruzione del caos della quotidianità, creando anche strumenti rassicuranti di metabolizzazione collettiva della fatica umana e dell'esperienza vissuta. Si preferisce il termine spagnolo perchè indica non solo un cerchio geometrico ma un vortice di scambi umani.

Scienze Umane sono Psicologia, Sociologia, Antropologia, Pedagogia e hanno in comune analoga Metodologia della ricerca. Mentre le Scienze naturali studiano il corpo e la materia con “pretesa” di approssimazione all'esattezza, le Scienze umane studiano comportamenti, relazioni e processi mentali umani in cui il soggetto conoscente coincide con l'oggetto di studio, accettando la “progressiva variabilità”. Dagli anni '90 del Novecento si apre una prospettiva interdisciplinare chiamata Terza Cultura, che segue la *teoria della complessità* e in cui convergono neuroscienziati, biologi, filosofi, pedagogisti e umanisti, che indaga unitariamente il senso profondo dell'esistenza.

Sensibilità cenestesica corporea consiste nella percezione di unità fra i diversi sensi e fra questa sensibilità e l'umore: essa è capace di generare benessere, ben oltre la *sensazione cinestetica*, che consiste nella coscienza corporea e nel suo positivo e riscoperto uso nell'apprendimento sensoriale.

Sistema Biodanza è un metodo organizzato, coerente e collaudato dagli anni '60 di *integrazione umana*, cioè di sviluppo di senso di armonia e di appartenenza alla comunità e all'universo senza perdita dell'identità, risvegliando anzi i potenziali individuali più autentici seppelliti dagli *ego*.

Stato di flusso o di grazia è una condizione di profonda coscienza in cui ci si sente ben focalizzati, totalmente assorbiti, gratificati e immersi in un'attività motivante e ispirata durante il suo stesso svolgimento, a volte perdendo il senso del tempo che passa e, tuttavia, utilizzandolo al meglio. È la condizione che ho provato in passato nella conduzione di visite guidate con un pubblico di persone care e interessate, nel mio lavoro d'insegnante e anche nella conduzione e facilitazione di gruppi di biodanza, nonché nella scrittura di questa monografia durante il mese di luglio 2026.

Uso sociale e solidale dei beni culturali è ciò che descrive sinteticamente il mio lavoro sociale e pedagogico (1985-2012) di divulgazione e conoscenza della storia locale, dell'arte e pratica delle scienze umane fra ragazzi di quartieri a rischio delle periferie di Napoli, poi nella Salute mentale e le dipendenze, quindi con fasce di esclusione sociale come immigrati, disabili e detenuti. La svolta della mia vita è stata il Cammino di Santiago, che ho praticato e condiviso a inizio degli anni 2000 e per il quale è nato il sito www.scarpediem.org dove continuo a presentare progetti pedagogici, attività di conoscenza del territorio e promozione della salute e biodanza all'insegna dell'incontro.

Vegetoterapia carattere-analitica reichiana analizza il carattere intervenendo sul sistema muscolare e vegetativo, identificando i nodi e le tensioni del corpo per liberare emozioni bloccate ed energia vitale. Ispirata da Wilhelm Reich, è stata portata in Italia, in Spagna e in America latina da Federico Navarro e moltissimi degli *acting terapeutici* (vedi *Appendice 3*) in essa proposti sono stati consapevolmente inseriti da Rolando Toro e i suoi collaboratori negli esercizi di biodanza.

Vivencia o vivencia è parola spagnola che indica un “vissuto” presente, un'esperienza di grande intensità (*Erlebnis* di Dilthey) che unisce percezione corporea, attenzione ed emozione, libera il soggetto da sovrastrutture, pensieri e stress, creando benessere *cenestesico* (vedi) e che si consolida nella ripetizione costante dell'attività, favorendo una progressiva e positiva *regressione* (vedi).

Chi scrive.

Breve autobiografia di **Fulvio Mesoilella**

Sono stato un bambino difficile degli anni '60, in realtà ero un ragazzo con seri problemi di attenzione e di apprendimento. La scuola non ha fatto che peggiorare la situazione, con la sua noia e con insegnanti pedagogicamente incompetenti. Sono stato salvato da pazienti compagni di studio e insegnanti giovani e capaci all'università e per questo mi sono laureato in Filosofia, con un indirizzo socio-psico-pedagogico, e poi anche in Lettere moderne, con un indirizzo di Storia dell'arte. Da oltre 40 anni mi occupo di utilizzo dei beni



culturali ed ambientali come strumento di lavoro sociale, di educazione, di sviluppo di conoscenza e di autostima e dal 2012 a oggi sono docente di Filosofia e Scienze umane nel Liceo delle Scienze umane di Campagna (Sa), referente dello Sportello d'ascolto e del progetto Benessere a scuola, di cui la biodanza è parte integrante.

Sono stato Operatore psicopedagogista e formatore sui temi del trattamento e della prevenzione delle tossicodipendenze dal 1995 con cooperative in servizio presso l'Asl Napoli 1 (G) ed il Comune di Napoli e con Centri per minori a rischio in Spagna, a Valencia; Operatore socioculturale nell'utilizzo dei beni culturali come strumento d'intervento sociale con diverse aree del disagio e dell'esclusione (minori a rischio, salute mentale, tossicodipendenze, detenuti, immigrati, ciechi e ipovedenti, disabili fisici e psichici) dal 1985; scrittore, pubblicista e corrispondente estero per agenzie nazionali ed internazionali e riviste locali e di settore dal 1978.

Il sito dove divulgo le mie attività è www.scarpediem.org

Conclusioni e ringraziamenti



La parabola dei ciechi.
Pieter Bruegel il Vecchio - Capodimonte

La pedagogia contemporanea con evidenze neuroscientifiche, psicologiche, biologiche e genetiche dimostra che l'attuale sistema educativo è cieco, "disconosce" e nega i meccanismi fondamentali dell'apprendimento e dell'autonomia individuale.

La Scuola continua a creare essa stessa il malessere e la disfunzionalità stimolando la fuga individuale e l'aggressività dovute alla sua mancanza di "umanità".

La pratica ed estensione della biodanza nel sistema educativo possono riportarlo alla sua vera e ultima missione di "umanizzazione"

che non può più essere ignorata, aprendo una visione nuova, uno sguardo finalmente aperto, riportando contatto, affettività e amore nella vita dei bambini, dei ragazzi e degli adulti che ne sono privati.



Vengo da una generazione non così lontana da quella di Rolando Toro, che ha assaporato momenti collettivi di speranza di cambiamento e decenni di pace, di elaborazione di valori di uguaglianza e solidarietà che sono stati nutrienti e fertili e che, molti di noi, abbiamo sentito prezioso condividere con le nuove generazioni. Lo abbiamo fatto cercando una fede più autentica e umile, sempre meno utilitarista, gloriosa e orgogliosa, una tensione ideale meno ideologica, una pratica d'incontro e condivisione che ci unisse e ci liberasse anche nel presente perché, ancora, molti di noi, credendo che la liberazione avvenisse nelle menti, siamo stati spesso distanti dal corpo, vittime inconsapevoli dell'egolatria e del narcisismo, della proiezione delle nostre paure.

La mia coscienza politica nacque fra il 1972 e il 1973, in conseguenza di un viaggio nella Spagna che vidi avvelenata e depressa dalla dittatura e poi proprio di quel *golpe* che spinse Rolando a lasciare il Cile e, da lì, venne anche il mio amore per la musica e la lingua latina e spagnola. In quell'epoca sento che con la nostra generazione abbiamo incontrato anche dei veri e propri profeti della pace e della nonviolenza, tra cui sento di mettere Rolando Toro e Federico Navarro: in un secolo in cui l'umanità aveva scritto pagine di storia orrende, di odio razziale e di sterminio che abbiamo appreso dai libri e dai racconti delle nostre famiglie, intorno a noi conoscevano la sopraffazione mafiosa e politica e la corruzione delle energie ed entusiasmi dei giovani attraverso le dipendenze.

Abbiamo creduto che la proprietà avesse abbruttito e schiavizzato l'uomo, ma come dice Rolando Toro, ha fatto di peggio, ha cercato di annichilire la vita. E la nuova versione di tutto questo, oggi, è uno smascheramento e un'esaltazione tecnocratica che tenta di sopraffare la natura rendendosi insostenibile e sostituendo i sogni di un mondo di benessere per tutti con l'incubo di pochi "eletti", che per sopravvivere "sognano" di trasferirsi su un altro pianeta...

Cosa possiamo fare in mezzo a tanta follia? Quello che non si è fatto ancora abbastanza e che grazie a pratiche pacifiche come la biodanza non è così difficile provare a fare, adesso, nel presente. Mettere insieme le persone superando gli egoismi, le paure e i pregiudizi, ma anche i profetismi e gli idolatri. Semplicemente mettere insieme le persone, farle stare bene come succede nella biodanza, in maniera laica e disincantata, liberandoci in maniera vera, autentica.

Ciò che mi è piaciuto di più della biodanza è che i nostri veri “maestri” non ci hanno mai trattati da “allievi”, si sono posti sempre come veri facilitatori e compagni di viaggio, propagando ciò che a nostra volta, mi sembra, possiamo condividere rendendo più facile la vita ad altri, aiutando tutti a non complicarci con giudizi e pregiudizi, né verso gli altri, né verso noi stessi, allontanandoci da quanti, vittime di se stessi, non riescono a fare a meno di giudicare gli altri seminando veleno, chiudendo l’epoca delle paure e aggressioni, delle lamentele, maledizioni e maldicenze, aprendo finalmente un circolo virtuoso di gratitudine. Ciò che mi avvicina davvero alla biodanza è aver conosciuto, perlopiù, persone impegnate a dare il meglio di sé, accendendo questo circuito virtuoso di bellezza, di luce e gratitudine di cui, in questo mondo, c’è bisogno più che mai, a partire dai bambini, dai ragazzi, dagli adolescenti e dai giovani, che ne sono le principali vittime.

E queste persone con i loro nomi danzano nella mia vita, fra queste parole, nel mio cuore.

E per questo io mi sento davvero grato a Cinzia Catullo e Vincenzo Servodidio che mi hanno aperto questa strada, e al gruppo dei reichiani napoletani, a cominciare dal carissimo Geppino Giannini, che mi manca tanto, dal suo maestro Federico Navarro, conosciuto grazie a lui e insieme ai meravigliosi prosecutori Gianfranco Insera, Antonio Girardi, Sergio Scialanca, Giovanni Di Meglio, la stessa Cinzia Catullo ed ancora altri, grazie ai quali fui introdotto al lavoro reichiano sul corpo.

E sono grato soprattutto a Flavio Boffetti che mi ha accompagnato sapientemente e pazientemente a praticare la biodanza, ad Anna Criscuolo che mi ha consigliato affettuosamente e sostenuto in un momento di grave difficoltà e delusione, a Tiziana Centomani e Giuliana Messere, che sempre con Flavio mi hanno saputo indirizzare meglio con supervisioni amorose, attente e generose, a Maria Brancucci con cui abbiamo condiviso conduzioni divertenti e potenti, ma anche ad Elina, a Valentina Caracciolo, Pina Arrighi, Antonella Gennatiempo, Claudia Masciello che, da amica, una decina d’anni fa mi consigliò la biodanza, appena prima che avessi l’occasione di praticarla: con tutte loro abbiamo cominciato a condividere facilitazioni come la recente allegra conduzione della festa mondiale della biodanza del 25 aprile 2026; e sono grato anche alle didatte Stefania Castiglioni e Annelie Figul che in tante occasioni e stage sono state presenze vive, forti e delicate con tutti i simpatici ed emozionanti compagni di questa formazione nella Scuola di Napoli.

E non si può che essere grati a Rolando Toro, che ha ideato e voluto tutto questo e a chi lo ha aiutato a realizzarlo e lo testimonia ancora oggi come Tiziana Coda Zabet, che mi ha introdotto all’Educazione Biocentrica, le amorevoli decane della biodanza che ho avuto la fortuna di conoscere come Andreina Acri e Maite Bernadelle, specchi d’amore e dedizione del suo ideatore, Rolando, con Juan Ramón Hernández, Angelica Scotti, Angela Di Bartolo, Luisa Verenini, Patrizia Barassi, Danielle Tavares, Riccardo Cazzulo, Unni Heim, Fernando Tucho, con le loro indimenticabili lezioni sentite nel corpo, oltre che nella mente.

Posso ricordare qualcosa di buono dei miei anni di studio? Certamente i professori di scuola Gino Collenea Isernia, che mi fece piacere la filosofia e Rita Santaniello, con cui, per la prima volta, nello studiarla mi accorgevo di potere e sapere imparare. E, all’università, ricordo fondamentali i miei compagni Rosaria, Antonello, Mariapia, Trini, Pina, da cui imparavo e con cui sperimentavo i metodi di studio e, finalmente, tanti docenti aperti e appassionati come nella Storia delle religioni Alfonso Di Nola, antropologo con cui si poteva stare ore ad ascoltare e dialogare anche a pranzo, per la Filosofia Morale Mario Agrimi e la Storia della Filosofia e la Filosofia Teoretica Alberto Postigliola e Giulio Raio, le cui lezioni aprivano un mondo meraviglioso e dai quali ho imparato l’arte di “fare verifiche” dialogando maieuticamente con i miei allievi e non di “interrogare” in maniera poliziesca, fino a volare ancora più in alto nella Semiologia con Massimo

Bonfantini, un uomo che trasmetteva la gioia della riflessione, della comunicazione e della creazione e per la Filosofia del Linguaggio Arturo Martone che, ormai da vero amico, mi ha introdotto alla ricerca bibliografica e alla documentazione scientifica che in questo come in altri lavori mi si sono rivelate preziosissime.

E in nome e in rappresentanza delle decine di ragazzi e ragazze che si sono fidati di me, offrendomi il loro affetto, sento una profonda e immensa gratitudine per Emanuela, Maria, Livia, ma anche per le colleghe che mi hanno ascoltato e sostenuto a scuola: Modesta Curzio, Ornella Galletta, Patrizia Mirra; per quelle persone che ho incontrato in questa realtà nuova, forse meno facile per loro, ma per me avvincente che è la provincia di Salerno: Vitina Maioriello e Carmine Lanaro, impegnati per un mondo senza barriere di alcun tipo e con loro anche ai detenuti e ai generosi volontari di Mi girano le ruote e di Diversamente Liberi Laura, Giovanni, Ivano, Antonella e Antonello e alle mie ex allieve che hanno proseguito con noi, per anni a dedicare i loro sabati agli ospiti dell'Icatt di Eboli: Mariagrazia e Ilenia, nonché alla Direttrice Concetta Felaco e al suo staff; grato a Marialuisa Albano e ai collaboratori di Mediterranea Civitas con cui cerchiamo di preparare con gli studenti una terra di uguaglianza nella diversità praticando progetti interculturali e tramite la quale ho conosciuto tante altre persone meravigliose di altre etnie e religioni. E poi a Emilia Prosapio e Stefania Cavalieri, compagne di yoga e di ciò che è venuto dopo, in parte descritto in questo lavoro. Sono grato a chi mi ha aiutato a ideare e far funzionare lo sportello d'ascolto, a cominciare da Monica Ramires, la cui vita è stata troppo breve e, poi a Giovanna Magliano, con cui abbiamo provato ad includere temi di legalità e bullismo, grazie anche alla sensibilità della dirigente Rossella De Luca, a Maria Sparano e Annamaria Di Filitto per i servizi ASL convenzionati di Eboli, a Maria Iagulli con cui, proprio nel momento in cui quest'attività stava per dare il meglio, l'abbiamo vista svuotata di tutto, anche della sua insostituibile consulenza psicologica.

Poi sono tanto grato ai compagni dei settimanali, a cominciare da Franca Crocetto che ha voluto fortemente la biodanza in un paese e in un museo così importante per la sua vita come Muro Lucano, a Sabrina Mutino, che oggi dirige quel museo e danza con noi con il suo Lorenzo, con Rossana e il suo Enea, con Enza, Susy, Enzo, Gerardina, Giovanni, Vincenzo, Antonietta e Rosetta con cui condivido e rafforzo il mio affetto per la gente lucana. E sono grato ai miei compagni dei fortunatissimi settimanali che ho condotto fra danza e avventura a Eboli, presso il Teatro del Bianconiglio come Marilena, Emilia, Stefania, Piera, Rita, Antonio, Alessia, Marialuisa, Tina, Giuseppe, Bruno e Lucia e a Francesca, che ci ha fatto accedere anche al Laboratorio Jevule; nonché a quelli di Napoli, presso Villa Medusa a Bagnoli, come Alda, cui sono grato anche per il bellissimo ed evocativo dipinto di copertina di questa monografia e poi Assunta, Gabriella, Maddalena, Gena, Anna, Luca, Geppy, Anna e Sara, Maria e Wanda, Dora, Erminia, Katia, Rosalba, Paola, Marina, Daniela, Rita, Rosaria e Diana, Monica, Libero, Francesca, Marta e Francesco e a quelli con cui invece siamo amici da decenni: Mario con cui abbiamo attraversato lotte politiche, lavori sociali e lavoro sul corpo; Fulvia e Giuseppe, con cui abbiamo condiviso psicoterapie corporee di gruppo e tanto altro; Lina, Pina, Gaetano e Stefania, con cui ci siamo conosciuti nelle prime attività culturali e sociali degli anni '90 nei Campi Flegrei. E poi un grazie particolare alla generosa Anna Gallo, che ospita le nostre Costellazioni con biodanza nella Casetta per bambini a Bacoli. E, ancora, sono molto grato a Pina Ceriello, dell'Unione ciechi di Napoli, compagna di tante entusiasmanti avventure "al buio", grazie alla quale ho conosciuto Stefania Leone e Pietro Turco dell'Associazione Nazionale Disabili Visivi, con una trentina dei quali abbiamo condiviso tre giorni bellissimi, ma soprattutto il 2 maggio 2026 in cui, in una sessione al buio di biodanza con ciechi, ci siamo messi in gioco tutti, con il gruppo di Bagnoli, in maniera entusiasmante.

E, nel notare che in questi anni la mia famiglia è diventata così grande – si può dire “un successone” della *re-parentalizzazione* (G) voluta da Rolando – non posso che essere grato all’altra famiglia che mi ha dato radici, anche lontano da dove sono nato: grazie a Pilar e al suo dolce e accogliente compagno di oggi, Manuel, amico fraterno. Con lei ho condiviso senz’altro le sue classi montessoriane piene di bambini difficili, dolci e rabbiosi delle periferie multietniche di Valencia, ma anche e soprattutto ho vissuto gli anni bellissimi dell’infanzia e adolescenza dei meravigliosi Joan e Gloria e di quei bimbi dolcissimi e ormai adulti della comunità di Patraix, che mi rimane nel cuore con Candela e i suoi fratelli e sorelle Clara, Manuel, Pedro, Pablo, Maria: mi hanno accompagnato a rivivere con loro la mia adolescenza, diventando adulti insieme. La loro distanza fisica sento di averla colmata negli ultimi anni con tutti i ragazzi che entrano ancora nella mia quotidianità scolastica e le avventure adulte di quelli spagnoli e, ormai anche di quelli italiani, mi toccano e riguardano nel profondo. E, ancora agli spagnoli, devo l’ingresso nella mia vita di amici e colleghi fraterni di anni fantastici ed entusiasmanti, fra tutti Dora e Marino, che mi ha offerto fra l’altro la condivisione della pratica della kinesiterapia di cui è stato un maestro appassionato e generoso.

E infine grazie a Simonetta e ad Alessandra: lettrici, consigliere e testimoni di tante avventure e, ora, anche di questa.

La Biodanza è l’avventura della mia vita che le riassume tutte perché torna a rinnovare e rinvigorire speranze che contagiano fiducia, perché vede protagoniste soprattutto persone che si mettono in gioco consentendo quella legge naturale dell’amore che dà senso alla vita, dove il cambiamento e l’evoluzione di ciascuno fanno stare bene e contagiano positivamente anche chi abbiamo intorno.

Queste relazioni e affetti sinceri sono il vero senso della mia vita, di una vita che ora non ho più paura di danzare, sentendomi armonicamente parte della danza del nostro universo.

Versione PDF scaricabile in italiano su <https://scarpediem.org/la-biblioteca-di-scarpediem/>
Versión descargable española en PDF en <https://scarpediem.org/la-biblioteca-di-scarpediem/>