



Sista Bramini

## L'erranza in O Thiasos TeatroNatura: pratiche del camminare



### Abstract

La compagnia e il progetto O Thiasos TeatroNatura nascono nel 1992 allo scopo di indagare, attraverso gli strumenti dell'arte teatrale, la relazione tra arte drammatica, coscienza ecologica e ambiente naturale. Questo incontro conduce a un ripensamento sia dell'arte dell'attore rispetto alla sua presenza nello spazio scenico che della concezione drammaturgica, della regia, della scenografia e della composizione musicale. L'idea stessa di teatro viene rimessa in causa. Nel 2000 la compagnia ha ricevuto il premio Europarc come "miglior progetto europeo di interpretazione del territorio". In questo breve saggio si entra nel cuore della ricerca, quella che forse resta più chiusa al pubblico. Sista Bramini, regista e fondatrice del gruppo, la descrive (per quanto possibile con parole scritte) cercando di restituire la necessità di rigore e sistematicità che una simile ricerca comporta, ma anche la profondità di respiro che riesce a suscitare in attori e spettatori. Il camminare come modo di riscoprire, attraversandolo, uno spazio scenico originario diviene nella pratica concreta uno snodarsi di tempo e spazio in cui aprire la presenza umana, fatta di corpo e memoria, al cospetto degli altri esseri viventi e così cominciare a vivere in un *mondo nuovo*.

The O Thiasos TeatroNatura was born in 1992 as a theatrical project to investigate the relationship between dramatic art, ecological awareness and environment. Such a perspective asks to reconsider the art of the actor and its presence in a scenic space, dramaturgy, directing, scenography and musical composition: to be questioned is the idea itself of 'theatre'. O Thiasos TeatroNatura was awarded in 2000 by Europarc as "the best European project of interpreting environment". This short essay leads to the core of a research, which is usually unaccessible to the audiences. Sista Bramini, director and founder of O Thiasos, describes such research in words, as far as this is possible, trying to convey the rigour and methodicalness that it requires, but also the insight that it is able to arouse in performers and spectators. Walking, as a way of re-discovering an original scenic space, means uncoiling of time and space, where to unfold human presence, made of body and memory, in front of other creatures, thus starting to live in a *new world*.



*Je suis un homme / homme / en marche / et c'est / en marchant / que / je me /  
compose / tel / que je / me veux / et que je / comprends / ce que je veux / en  
marchant / et / en chantant.*

Antonin Artaud<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> (Io sono un uomo / uomo / in cammino / ed è / camminando / che / io mi / compongo / come / voglio / e che io / capisco / cosa voglio / camminando / e / cantando), Antonin Artaud, Cahier 390 (gennaio 1948), Bibliothèque Nationale Française, Paris, pp.42 e 43. Inedito, cit. in Borelli 2012, p. 56.



Fig. 1: *Danzò Danzò*. Regia: Sista Bramini. Con Silvia Balossi, Camilla Dell'Agnola, Silvia Giorgi, Veronica Pavani, Carla Taglietti, Valentina Turrini. Holstebro (Danimarca). Festival Transit, 2009. Foto di Torgeir Wethal.

Entrarci, per incontrare il paesaggio da dentro e attraversarlo col *corpo presente*, in cammino. La prima domanda è: *come* camminare? Una risposta concettuale non toccherebbe il nocciolo della questione, così la domanda resta aperta mentre cerchiamo uno *spostarsi* capace di restare *in ascolto* degli esseri viventi circostanti, *come pesci nell'acqua in perenne movimento*, mentre troviamo un ritmo del camminare in contatto con gli *altri ritmi* che animano lo spazio intorno. Spazio scenico speciale: vivente. Peter Brook stendeva un tappeto in terra: quando l'attore vi saliva la sua presenza non poteva più essere ordinaria<sup>2</sup>. Dal punto di vista 'poetico' è importante che sia proprio un tappeto: non basta che sia uno spazio neutro, delimitato. I mistici islamici affidavano ai segni e ai disegni di alcuni tappeti le

---

<sup>2</sup> «Fin dall'inizio il nostro tappeto fu l'ignoto e divenne l'espressione molto semplice e diretta della differenza tra il teatro e la vita di tutti i giorni. Una volta che ci si trovava sul tappeto erano richieste all'istante un'intensità, una concentrazione e una libertà nuove. Gli attori divennero sempre più consapevoli di questa sfida da affrontare insieme ogni volta di nuovo. Mettendo piede sul tappeto, accettavamo una responsabilità che durava tutto il tempo che restavamo in quello spazio speciale» (Brook 2001, p. 175).

indicazioni su come raggiungere dimensioni più sottili dell'esistere (non era forse questo il segreto dei *favolosi tappeti volanti?*). Il nomade srotola il tappeto e così, dovunque si trovi, è di fronte ad uno spazio sacro. La natura, come il tappeto orientale di Peter Brook, è luogo di tracce, segni, *corrispondenze*, simboli che hanno ispirato artisti, scienziati, insegnamenti in ogni epoca. Essere nella natura con un progetto teatrale significa aprirsi tanto al rapporto diretto con gli elementi naturali quanto al dialogo con chi in modo profondo e creativo si è posto la nostra stessa domanda: cosa ho a che fare io con gli altri esseri viventi e questo come si connette alla mia ricerca di *libertà*? Se l'espressione *spazio sacro*, in una società profana come la nostra, può sconcertare, per ora lo chiamiamo *spazio speciale*. Il corpo teatrale allenato a scoprire la sua flessibilità perduta, ad aprire i propri canali percettivi, ritrova in parte la *sua natura animale* e con quella si aggira nello spazio circostante. Innanzitutto è vigile, attento, ha il respiro di chi è all'erta. *Dove sono?* si chiede. Ma quel secondo corpo, animale perché teatralmente lavorato per l'organicità, spogliato da ogni intento utilitaristico, è pur sempre quello di un essere *umano*: per lui il luogo e l'atto dell'attraversare sono concreti e allo stesso tempo metaforici. La natura è un luogo vivo e, per quanto lo sguardo vi veda i segni della Storia, resta comunque baluardo di qualcosa di originario: quando la serpe fruscia all'improvviso nell'erba «non è oggi, perché anche ieri è stato così e lo stesso avverrà l'indomani» (Pariani 2006, p. 101)<sup>3</sup>. Di quale contatto abbiamo bisogno affinché pur nella sua irriducibile letteralità e concretezza, la natura possa venirci incontro come *fonte* ancora viva di metafora, di poesia? La nostalgia di alberi e animali, di fonti e vette, di forre e ruscelli, che nessun prodotto della pubblicità potrà mai colmare (cfr. Bramini e Galli, 2007), ci muove verso la coscienza di essere state troppo a lungo in esilio. Entro nel bosco: finalmente tornata, rientrata. Sono probabilmente molto diversa da quando partii, ma ora sono di nuovo qui. *Cosa fare?* Come farlo? Sento gli odori, i suoni, vedo i colori e ascolto il vento, gli uccelli, la vita intorno e intanto procedo, intanto cammino. E spazio scenico è anche la mia presenza dotata di corpo: corpo percettivo, corpo che ricorda, corpo che sogna e che, aperto al circostante, intesse le sue relazioni. Accennerò ad alcune modalità del camminare scoperte e praticate in questi nostri anni di TeatroNatura<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup> Cito da un racconto di Laura Pariani, *Il Camminante*, dal quale è nato nel 2010 l'omonimo spettacolo itinerante, frutto della collaborazione di O Thiasos TeatroNatura e il Teatro delle Selve.

<sup>4</sup> Queste camminate e parte delle indicazioni su come praticarle ci sono state proposte durante il *Teatro delle Sorgenti* di Jerzy Grotowski, un progetto che il regista polacco perseguì all'inizio degli anni 80. O Thiasos TeatroNatura ha in questi anni continuato a *lavorarle* e approfondirle in maniera autonoma ma senza smettere di interrogarsi sulle loro intenzioni e modalità originarie (cfr. Bramini 1995).

## 1. Camminata esplorativa

È silenziosa, in gruppo o solitaria. Si entra in un luogo naturale sconosciuto. Lo scopo è ascoltare, predisporre all'*incontro*. Teatralmente parlando si tratta di una camminata pre-espressiva. Indicazioni di base per una fila indiana:

Resta nel ritmo della fila, tieni sempre la stessa distanza con chi ti precede, stai in ogni passo, percepisci la fila come un organismo vivo, un mille piedi che procede snodandosi in un paesaggio di cui tu sei parte. Tieni il ritmo ma non in modo militaresco, non fare rumore con i piedi, guarda verso l'orizzonte inglobando tutto il campo visivo, evita i piccoli tic o gesti automatici ordinari, resta con il respiro, in ogni respiro... da dove arrivano e dove ti portano i pensieri? Riesci a non alimentarli, ma a vederli scorrere nella tua mente come scorre il paesaggio accanto a te? Puoi percepirti camminare e nello stesso tempo ascoltare ciò che ti circonda?

Allenarsi a tenere la continuità di questa *doppia attenzione*, significa cambiare a poco a poco la percezione di sé nel mondo e del mondo in sé: l'esercizio è fisico e spirituale allo stesso tempo. A volte, a lungo, cammino molto lentamente; a volte, a lungo, molto velocemente: cosa cambia nel corpo, nella percezione, nei pensieri, nell'umore e come, dopo *aver fatto* questo, percepisco il mondo intorno a me?

Pratichiamo questo modo di camminare per *trovare* un luogo adatto alla narrazione di un mito antico, per individuare le tappe in uno spettacolo itinerante, per sondare le caratteristiche di uno spazio in cui realizzare le fasi di un training o le azioni teatrali con i partecipanti in un laboratorio. Spesso sono le caratteristiche del luogo ad ispirare una azione: c'è un campo di olivi, camminarvi in mezzo significa suscitare l'impulso su come salirvi ed esplorare, magari ad occhi chiusi, diverse possibilità e qualità di movimento. Si va a caccia di scorci, radure, grotte, alture, di improvvise aperture luminose e viste ampie o di un incunarsi di ombrosità fitte, dall'alto, dal basso, sentieri che sbucano, alberi su cui arrampicarsi, strade che si perdono... si va a caccia di suoni, di uccelli e ruscelli, del vento, di acustiche e echi per lavorarvi i canti polifonici e, nella necessità di scegliere lo spazio per una scena o per un'altra, ci si lascia stupire, toccare, sconfortare o entusiasmare. L'apertura percettiva a tratti ci fa dubitare su chi sia veramente il cacciatore e chi il cacciato.

Siamo noi a sceglierlo o è il luogo con la gravidanza, la fragranza attrattiva delle sue caratteristiche a sceglierci?

## 2. Camminata silenziosa

La camminata silenziosa eredita le indicazioni della camminata esplorativa perché come quella ha per scopo l'ascolto, la *continuità dell'attenzione* e della *presenza* nel luogo. Pur restando pre-espressiva, la camminata silenziosa viene inserita nell'allenamento teatrale, lavorata cioè nei dettagli, con precisione e sistematicità. Nel marzo scorso, ad esempio, ci siamo immerse in tre settimane di ricerca per approfondire alcuni aspetti del lavoro che la pressione verso il risultato performativo non ci lascia indagare con la necessaria libertà e ci siamo concentrate sull'indicazione: "non fare rumore con i piedi"<sup>5</sup>. A volte è quasi impossibile, ma per questo interessante: diventa davvero *lavoro*. «Cammina senza guardare in terra, lascia che i piedi sentano, leggano il terreno, ascolta il peso che passa da un piede all'altro, il momento dell'appoggio e del sollevarsi: riesci ad averne coscienza anche in terreni diversi?» Il tonfo dei piedi che sbattono in terra e il rumore di sassi spostati, lo sciabordio d'acqua di fiume, le foglie calpestate... un mondo di suoni sorge dai piedi... ma nel tempo, acuendo l'ascolto ci sembra di sentire sempre, sovrapposto a questi suoni, lo sbattere dei nostri piedi; invece gli animali non fanno rumore, senti solo il suono degli elementi su cui passano. Nell'acuirsi della percezione, quel tonfo si mescola senza ritegno alle foglie, all'acqua del ruscello da guardare, ai sassi calpestati. Allora ci chiediamo: si può eliminare quello sbattere del piede tutto umano che, dopo alcuni giorni di lavoro e di attento ascolto, sempre più sembra rivelare la sua irriducibile arroganza? Nell'impegno ad eliminarlo ma - senza smettere di restare in ascolto di ciò che accade intorno - mentre affini la consapevolezza del passaggio del peso da una gamba all'altra, dell'articolazione del piede nei diversi terreni e del suo rapporto con la spina e il resto del corpo, della qualità e delle sfumature del suono delle cose calpestate, mentre ascolti i piedi degli altri e percepisci il loro impegno, d'improvviso, inaspettato compagno di viaggio che ti si accosti, ti s'affaccia dentro *il silenzio* e comincia a camminare con te, nel respiro. E, chissà come, il mondo ora si è fatto più vasto... Il fuori fluisce dentro e il dentro fluisce fuori, ad un tratto, dopo giorni e giorni di pratica, come dirlo se non all'antica?, appare l'*anima*

---

<sup>5</sup> In queste sessioni di ricerca pratica spesso chiamiamo ad assistere e partecipare, per qualche tempo, alcuni amici studiosi per confrontarci con le loro impressioni. Il suggerimento a lavorare principalmente su "non fare rumore con i piedi" per esempio, è venuto da Maia Borelli del Centro Teatro Ateneo dell'Università La Sapienza di Roma che in questi anni ha seguito periodicamente il nostro lavoro.

*mundi*. È sbalorditivo ma in realtà semplice: forse è solo l'esperienza di un contatto più vicino con sé e con il mondo intorno, di un modo di percepire, ormai dimenticato, appena un po' più sottile dell'ordinario. Per questa "camminata silenziosa" scegliamo un percorso vario, ma che sia sempre lo stesso, in modo da poter percepire meglio le differenze, nelle diverse ore del giorno e della notte, del clima, della luce, della temperatura, dei suoni, e del nostro stato d'animo. Come questa camminata, superato il primo impatto di noia, possa diventare al contrario ogni volta un viaggio straordinario, foriero di sorprese sempre diverse, lo si può comprendere solo attraverso la continuità dell'esperienza diretta. Come il bambino che entra ogni giorno nello stesso giardino e lo vede sempre diverso, al contrario dell'adulto che in giardini diversi finisce per vedere sempre lo stesso. Questo modo di camminare è utile per l'attrice nella natura, è un modo per allenarsi, un po' nella direzione di Stanislavskij e Grotowski quando cercavano una forma di "yoga attivo" per stimolare nell'attore la ricerca di una qualità della presenza nel corpo, nella mente, nell'apertura emotiva, una qualità dell' *esserci in azione*. È vero, la pratica di questa camminata silenziosa può anche uscire dal domino teatrale e diventare esclusivamente una camminata meditativa, uno strumento di consapevolezza. Ma nel restare ancorata al teatro essa rivela la doppia faccia del nostro TeatroNatura: un'esplorazione della relazione tra sé e il mondo che si articola in ambito artistico come in quello di una ricerca personale<sup>6</sup>. Nel cercare di non fare rumore con i piedi nei diversi tipi di terreno, anche nell'acqua, si può sviluppare una coscienza del peso, una qualità dell'appoggio e una flessibilità del tronco e del bacino, che rendono *la spina dorsale più viva*. Lavorare a questo in solitudine e insieme, in diverse formazioni, dalla fila indiana con diversa distanza tra i camminatori al piccolo gruppo che si sintonizza modificando continuamente la sua configurazione nello spazio e il suo ritmo in cammino, ha come scopo arrivare ad una camminata naturale, cosciente, senza rumore, a varie velocità e in relazione con chi cammina con noi, con la qualità energetica del gruppo in movimento, restando in contatto con il terreno, con il paesaggio e la sua morfologia.

---

<sup>6</sup> Peter Brook: «Bisogna in un modo o nell'altro avere ciò che manca alla maggior parte degli attori: il desiderio di mettersi a servizio di una verità che è possibile avvicinare soltanto attraverso un lavoro intenso. Il lavoro quindi mira contemporaneamente, da un lato, allo sviluppo interiore dell'attore e, verso l'esteriore, a quello dello spettatore» (Brook 2011, p. 65).

### 3. Camminata senza meta

*Quante volte sorpassaste l'amato / compagno ansimando, / ansimando per  
una corsa beata verso nulla, verso / l'Aperto*  
(R.M. Rilke)

Ma si può camminare ancora in un altro modo, da soli o in piccoli gruppi solidali di tre cambiando a turno la guida che determina il percorso. È una pratica di anni; la sfida è la continuità dell'attenzione, dell'apertura. Parlo di una camminata campestre senza una direzione preordinata, con un ritmo che non è mai quello ordinario ma varia continuamente e in cui è un'intuizione immediata a farci svoltare di qua o procedere di là attratti da un'ombra, da uno scuotere di rami nel vento, da un piccolo varco sconosciuto, dalla voglia di seguire un basso viottolo aperto dai cinghiali. Infilandosi dove ci pare, tornare indietro, correre o camminare piano, poi entrare nel fitto, avanzare attratte dalle fronde lontane mosse dal vento, correre nella pianura, ripeto, senza meta e sempre con la felicità e la paura di perdersi, di arrivare chissà dove. La regola è: mai fermarsi per via di un ostacolo, mai. Non esiste ostacolo. La camminata deve divenire fluida, come acqua: salti il tronco e sguisci lentamente tra i rovi... sai che puoi infilarti senza che si impiglino nei vestiti... Se appare un ostacolo non lasciarti bloccare, non permettere che quel *movimento attento* lasci il timone al pensiero che si agita: «dove mi sto infilando? Qui non c'è via d'uscita. Accidenti, cala la notte e il bosco è fitto...» ma invece di affrettarti come vorrebbe l'ansietà, al contrario chetati, come l'acqua del torrente che trova uno slargo e per un po' si calma, riempie di sé lo spazio e poi, trovato il passaggio, di nuovo scivola via... pur restando nel ritmo fluido del camminare, senza smettere di restare attenta, respiri profondamente senza rumore, l'esprire va giù per il corpo, verso la terra dove percepisci i piedi ben piantati ma sempre pronti all'andare e dentro senti una specie di *nuova cura* per quello che fai, per i rami che tocchi, per te stessa, per ciò che ti circonda: «guarda...» - sembri dire a te stessa muovendoti - «basta girarti così... vedi? Così...brava... eccoti fuori dall'intrico» e ti giri ... non sai perché ti pieghi in quel modo... vedi un pertugio, la luce e... sei fuori all'aperto. Quella non è forse la strada di casa? Questo passaggio geniale, era qui e non l'avevi proprio immaginato, non l'avevi mai visto...! Sì, c'è un *respiro* legato al camminare nei sentieri stretti, lì dove non c'è strada, nei boschi, nei campi, sui greti dei fiumi, dove si passa da un terreno all'altro o dove il luogo è intricato, per rovi, tra i rami: respirazione naturale e profonda, i piedi poggiano bene in terra mentre la camminata fluida, con un suo ritmo interno, ci fa avanzare come scivolassimo nel paesaggio. Questo camminare ha qualcosa della danza, ma di una danza sotto pelle, non esibita. A volte l'hai sentita

emergere anche nella fila indiana quando, dovendo seguire il passo di chi ti è davanti, ti sei sentita come *portata* da chi precede, dai piedi che vanno, da un invisibile collegamento del tuo bacino con quello di chi ti è davanti, di chi ti è dietro, in un modo di camminare che non è automatico ma neppure dotato di troppa intenzione. Ciò che accomuna la 'camminata silenziosa' e la 'camminata senza meta' è una gratuità dell'attenzione, un "procedere per il procedere", non un "andare là" ma un "camminare qua". Camminare senza meta è una dimensione che ci cambia, contro i nostri preconcezioni ci dimostra che proprio quando ci crediamo persi, è la strada a trovare noi. A che serve fare questo per il teatro? Forse è un po' come per l'acrobatica nell'allenamento dell'attore: se non esiti davanti ad un salto mortale non esiterai neppure di fronte al mistero della battuta<sup>7</sup>. E nel TeatroNatura, l'attrice oltre che davanti alla battuta deve imparare a non esitare, anche quando è difficile, a *restare parte di un tutto vivo*<sup>8</sup>.

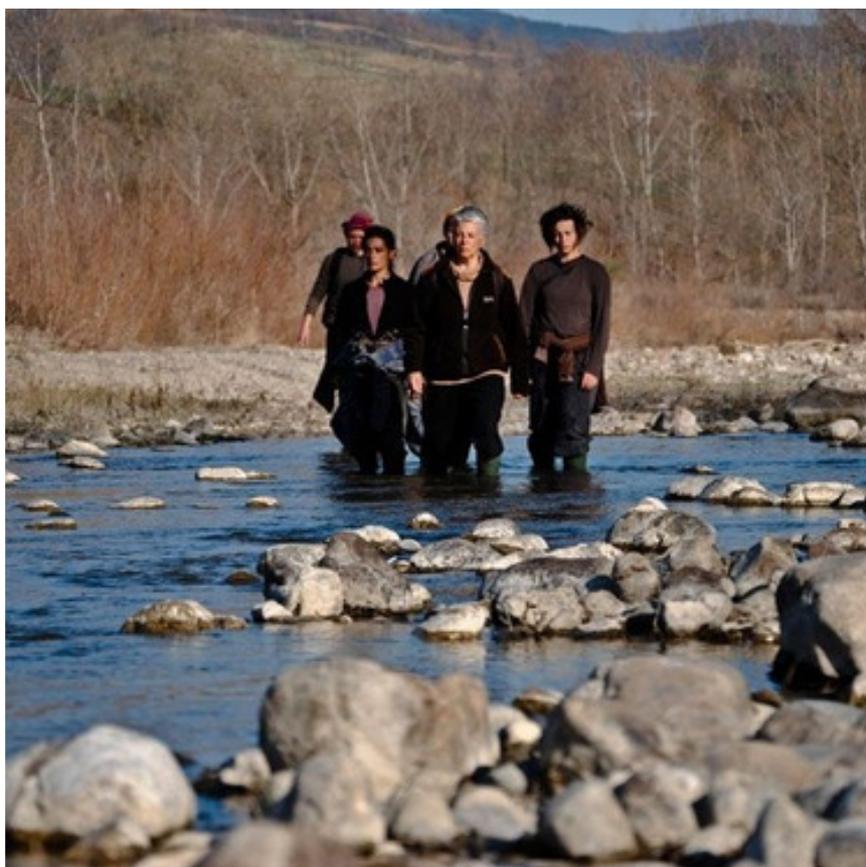


Fig. 1: *Fiume che mi guardi*.  
Regia: Sista Bramini. Con: Camilla Dell'Agnola, Sista Bramini, Veronica Pavani, Carla Taglietti, Valentina Turrini. Centeno (Vt). Progetto Manifesto Vivente, 2012.  
Foto di Cristina Vuolo.

<sup>7</sup> Credo di aver mutuato l'espressione da Grotowski, ma non riesco a trovare la fonte.

<sup>8</sup> Si può connettere questo modo di camminare alla necessità di recupero di spazi di autenticità e di rivelazione utili all'attrice nella natura come al partecipante di un laboratorio di TeatroNatura, ma antropologicamente a chiunque di noi, schiacciato dalla globalizzazione dei comportamenti e dalla sostituzione dell'esperienza con un eccesso di informazione mediatica.

#### 4. Camminare come tecnica personale

Spesso, prima di uno spettacolo itinerante nella natura, le attrici<sup>9</sup> camminano in solitudine attraversando gli spazi in cui avranno luogo le scene, bisogna fare una ricognizione che tutto sia a posto, lasciare o nascondere oggetti o vestiti. A volte sta per piovere, si alza il vento, l'autunno entrante colora gli alberi, gli uccelli gridano nel cielo nuvoloso... oppure tutto sembra assopito nella calura estiva immersa nel ronzio degli insetti... Dopo anni di pratica, questo modo camminare è divenuto anche una sorta di *tecnica personale* in grado di aiutare l'attrice nel processo di trasformazione del luogo naturale in luogo speciale e nella preparazione psicofisica all'esibizione. Si tratta di connettersi con la sconosciuta serenità trasmessa dal luogo, una sorta di sua possibilità di accoglienza intercettata grazie al lavoro, come se i percorsi si aprissero spontaneamente davanti a noi... Una disposizione che, pur mantenendo alta l'emozione per l'incontro con il pubblico, distende l'io, lo aiuta a restare presente e in relazione con la vita circostante.

#### 5. Camminata del cacciatore

Da qualche anno scopro di aver messo a punto un particolare modo di camminare. Fabrizio Magnani, antropologo visuale che ha passato mesi a riprendere i Dogon e a volte segue e documenta i nostri lavori, mi dice: «Questo modo di camminare mi ricorda quello di alcuni cacciatori di lì». Cammini e continuamente, lentamente guardi intorno in lontananza; passi e ripassi con lo sguardo l'orizzonte, come in una quieta danza della testa guidata da occhi che si muovono come sensori, come propaggine estrema di una spina dorsale flessibile e all'erta. I piedi vanno avanti e la testa intanto si volta quieta, le due zone del corpo sono indipendenti, ma la testa *sa* cosa stanno sentendo i piedi, quale terreno stanno calpestando, e i piedi *sanno* cosa si muove intorno e laggiù negli alberi lontani dove soffia il vento. Per scoprire la libertà di movimento della testa - la sua autonomia dalle spalle, dalla

---

<sup>9</sup> «Attrice o attore? (...) Volendo sovvertire l'uso corrente di includere il femminile nel maschile universale, e con l'intenzione dichiarata di definirmi come donna, ho deciso per la parola attrice anche quando parlo del mestiere in generale. (...) I lettori uomini forse si sentiranno esclusi, come mi sono sentita io tante volte quando si parla di uomini di teatro e di libro, di attori e registi. Con questa scelta desidero semplicemente contribuire a riconoscere in modo più manifesto il ruolo delle donne nella storia della professione teatrale» (Varley 2006, p. 12). Prendendo spunto dalla citazione di Julia Varley dell'Odin Teatret, voglio aggiungere che quando cerco di trarre principi generali dalla nostra pratica pluriennale scelgo di parlare di attrici e non di attori per restare in accordo con la mia esperienza vissuta che mi rimanda continuamente ricordi ed esempi legati ad attrici piuttosto che ad attori, che pure hanno partecipato spesso a laboratori e spettacoli, ma non con la costanza e sistematicità richiesti da una reale ricerca. Ho così in questa sede anche l'occasione di riconoscere e dimostrare la mia gratitudine verso l'ingegno e l'impegno pionieristico delle mie colleghe.

direzione e dal ritmo del camminare, e il suo collegamento alla spina lungo la schiena - ci sono voluti anche anni di Metodo Feldenkrais<sup>10</sup>. E ci sono voluti anni di camminate nella natura notturna per imparare ad aver fiducia nei piedi e lasciare a loro, e non agli occhi, la lettura del terreno.

## 6. Camminata notturna

È bello muoversi tra gli alberi e i campi alla luce della luna, scoprire che la notte non è affatto scura e che, appena gli occhi si abituano, tutto è molto più visibile di quanto sembra; le orecchie si aprono con una qualità d'ascolto che di giorno non conoscono, i suoni entrano più dentro e sono diversi da quelli diurni: il mondo attraversato, sia pur lo stesso di quello diurno, è tutto un altro.

Ma c'è ancora un altro camminare di notte: ci sono i boschi fitti senza luna né alcuna luce, c'è un camminare nel buio quasi totale. Più volte ho dovuto ammettere con stupore che pochissime cose sono più appaganti che camminare nella natura nelle notti senza luna, da sola o alla testa di un piccolo gruppo silenzioso: camminare senza fermarsi, entrando in un ritmo fluido e silente<sup>11</sup>. Riccardo Serventi Longhi, attore e insegnante di Yoga, mi dice: «è tutta la vita che cammino, mi piace farlo anche nei sentieri di montagna, ma così non l'ho mai fatto, al punto che mi sembra di non aver mai camminato davvero». Vai e attraversi boschi, greti di fiumi, faggete immerse nella nebbia. C'è paura e certo non si deve rischiare se il posto ha burroni o il bosco ti sembra troppo fitto e grande da perderti... ma ormai sai come rischiare senza farlo in modo autolesionista, il corpo procede e, dove si ferma, ascolti... forse rallenti e molto cautamente saggi se è il caso di procedere, ma lo fai soprattutto attraverso un camminare cauto e attento, lasciando i pensieri solo nello sfondo della mente... percepisci un vago chiarore e intuisce che forse devi solo svoltare un po' più in là. Cosa significhi *restare calmi nella paura* l'ho provato in modo chiaro quanto

---

<sup>10</sup> Il Metodo Feldenkrais insegna a conoscere e a utilizzare pienamente le nostre risorse attraverso il movimento. Obiettivo del Metodo è migliorare la consapevolezza e la sensibilità, espandere il repertorio di movimento, ridurre il dispendio di energie migliorando l'efficacia delle nostre azioni ([www.feldenkrais.it](http://www.feldenkrais.it)). Sono insegnante Feldenkrais dal 1998.

<sup>11</sup> Nell'ambito di una ricerca di corrispondenze tra pratiche rituali legate al bios dell'attuante da poter mettere in relazione a pratiche pre-espressive nella natura e da rintracciare anche nel mondo antico, ho da poco scoperto che uno dei tanti epiteti di Dioniso era *nikipolos: colui che viaggia nella notte* (Scarpi 2002, p. 22).

entusiasmante solo procedendo nella natura nelle tenebre notturne<sup>12</sup>. E pensare che lo sognavo fin da bambina, era quasi un incubo: la luce solo per pochi secondi e poi, penetrante dappertutto, il buio. Io dovevo avvalermi degli istanti fugaci di luce per orientarmi nelle tenebre... ma al buio tutto si trasformava e questa lotta per ricordare lo spazio con la luce, era inutile. Dopo anni uno psicoanalista mi disse: «perché vede in questo sogno ricorrente solo il senso di inadeguatezza, di delusione o frustrazione? non vede anche che non è bloccata dalla paura, non si ferma, ma procede a tentoni...? lei avanza nell'ignoto...». Ho cessato di fare questo sogno quando ho preso a camminare nelle tenebre di una campagna reale. Nella notte buia il paesaggio è completamente trasformato, ma *qualcosa* in me misteriosamente riconosce la via: avanzo senza sbattere e arrivo dove voglio. È *l'animale in me*, lui sa la strada. È una sensazione strana e affascinante: il corpo, che ha già percorso il luogo di giorno, procede ora con una sua 'vista', un po' come chi va nell'oscurità notturna di un bosco sulla groppa di un cavallo. All'inizio è difficile restare in equilibrio su quella massa viva e dondolante sotto di noi, ma il cavallo nell'oscurità continua a vedere e sa dove andare (dobbiamo solo stare attenti ai rami bassi che lui non si abbassa per evitarceli!). Così come il cavallo, il *nostro corpo di presenza* va nella notte scura: è il nostro animale, ce lo eravamo dimenticato.

## 7. Camminare sulle pietre a piedi nudi<sup>13</sup>

Già nella nostra sala-prove in città<sup>14</sup>, il pavimento di legno non trattato è fatto per poter essere calcato senza le scarpe. In certe situazioni per noi camminare con le scarpe è triste, come utilizzare i guanti per accarezzare qualcuno che amiamo. Così appena è possibile, le attrici nel nostro progetto e specie nella natura sono sempre pronte a togliersi le scarpe. Durante una sessione di lavoro ho chiesto loro di lavorare a piedi nudi scegliendo un luogo costellato di grosse pietre nel greto secco del fiume Paglia (Centeno, VT). Volevo trovare con loro: 1) alcuni principi per una sequenza di allenamento teatrale a contatto con le pietre. 2) Arrivare alla costruzione

---

<sup>12</sup> "Restare calmi nella paura" appartiene anche alla dimensione del processo performativo, ma in questo caso, mancando l'esposizione al pubblico l'esperienza resta più intima e nello stesso tempo più libera dalla pressione egoica.

<sup>13</sup> «Quest'idea delle pelle del piede sensibile, che sente tutto, suonava vera, perché una donna acculturata della tribù Kiché mi disse una volta che aveva indossato il primo paio di scarpe a vent'anni, e ancora non si era abituata a camminare con "los ojos vendados", con gli occhi bendati» (Pinkola Estés 1993, p. 29).

<sup>14</sup> La sala Cantieri Scalzi a Roma, sede della nostra compagnia e luogo di incontri e proposte culturali.

di azioni fisiche individuali dotate di contenuti immaginativi essenziali, che partissero cioè dalla percezione diretta delle pietre. Per lavorare *all'incontro con le pietre* mi ero lasciata ispirare da due miti: il primo è quello di Anteo, figlio della Terra, il cui nome vuol dire 'contro' (fra i tanti racconti, cfr. Kerényj 1995, *Gli eroi della Grecia*; Ovidio, *Le metamorfosi*, vol. IX, vv. 183,184). Anteo è un gigante che non può essere atterrato perché ogni volta che tocca la terra diventa più forte. Eracle si *s-contra* con lui e così *in-contra* la sua *natura*: per batterlo deve abbracciarlo *tenendolo in alto*, sollevato da terra. Questo mito mi suggeriva di indagare lo *scambio energetico tra le attrici e le pietre/ terra*, e il *contenuto immaginale* che da quell'incontro/ scontro poteva scaturire. Mi interessava l'emersione di un'*immaginazione* legata al lavoro diretto, concreto e sistematico, con le pietre. Il secondo mito scelto era quello di Deucalione e Pirra (Ovidio, *Le metamorfosi*, vol. I, vv. 313/415): i due anziani sposi sono gli unici superstiti del diluvio scatenato da Giove per punire l'iniquità degli esseri umani. Solo la purezza d'intenti dei due vecchi, ormai incapaci di generare biologicamente, ma disposti a tutto pur di contribuire al ritorno della vita, li rende atti a ripopolare di esseri viventi la terra lanciandosi le pietre - che l'oracolo ha chiamato "le ossa della grande madre" - dietro la schiena. Da quelle pietre rinascono gli uomini e le donne, e la Madre Terra rallegrata da quell'atto, ripartorisce le altre creature. Questo mito mi orientava verso un lavoro a contatto diretto con le pietre volto a *far apparire gli esseri viventi*: le stesse attrici più organiche e immaginative, *cavalcate* da personaggi umani ma anche da animali o piante. Non riesco ad accettare che tra i viventi solo l'essere umano venga riconosciuto come *soggetto*, mi sembra che sia stata proprio questa eccessiva considerazione di sé a generare quelle attività a senso unico che hanno finito per privare di dignità e sacralità tutto il resto<sup>15</sup>. L'anima/psiche, come ricorda Platone nel *Fedro*, non è solo dentro, ma intorno a noi e, come afferma Hillman, nel nostro mondo sono entrambe le realtà, quella interna e quella esterna, una specchio dell'altra, ad essere malate. In effetti noi ci comportiamo nella relazione con gli altri esseri viventi come fossimo morti, privi di soggettività. Non

---

<sup>15</sup> «Non penso che la vita umana sia l'unico luogo dell'anima. È proprio questa incapacità di comprendere il valore sacro del mondo che l'uomo ha costruito- secoli e secoli di lavoro delle mani dell'uomo e della sua immaginazione- è proprio questo atteggiamento che fa del mondo "là fuori" qualcosa di morto, spazzatura. Dobbiamo quindi salvare quella spazzatura per mezzo di una rivoluzione della nostra percezione di essa, una rivoluzione estetica. (...) dobbiamo capire chi siamo, dove siamo e come è fatta la nostra forma di coscienza. Da Kant sappiamo che la soggettività è interiore, interna all'individuo e che il mondo materiale della *res extensa* è inorganico, morto e privo di vita. Anche il nostro corpo lo abbiamo collocato "là fuori", nel mondo inorganico e morto.(...). Questo tipo di atteggiamento ha creato un incredibile isolamento degli individui e della coscienza, e una tremenda distruttività nei confronti degli oggetti: la piante, gli animali, le riserve d'acqua, la terra. Ma non si tratta solo di sensibilità ecologia, di equilibrio della natura (...) Mi riferisco alla distruttività nei confronti delle cose: i tavoli, le automobili ecc. dobbiamo schiudere la nostra mente alla possibilità che l'anima sia ovunque. Questo significa che dobbiamo ri-vedere l'idea dell'anima prima di essere in grado di ri-vedere l'idea che abbiamo delle cose» (Hillman 1983, pp. 55-57).

si tratta di antropomorfizzare la pietra, ma di *lasciare agire* su di noi le sue caratteristiche.

Le quattro attrici lavorano in luoghi diversi e senza sapere una dell'altra. Tutte iniziano con il dolore ai piedi, il disagio e la paura di farsi male nel muoversi. Chi più e chi meno, tutte sono nella difficoltà. Ma le pietre stesse insegnano loro come fare, come negoziare le modalità adatte ad una relazione inedita, creativa. In questo senso, considerate fenomenologicamente nell'azione, le pietre sono vive e trasmettono vita: hanno consistenza, dimensione, colore, ruvidezza o liscezza precise e, nel lavoro di resistenza e adattamento che inducono, aprono canali di vitalità in chi le incontra e un'immaginazione che le riguarda. Nella necessità di essere breve, riporterò in questo scritto il percorso di Camilla Dell'Agnola in quanto particolarmente significativo rispetto alla ricerca in atto<sup>16</sup>. Camilla, distesa tra le pietre, accoglie l'impulso a muoversi: comincia con un difficile lavoro di mimesi sul serpente rinunciando all'appoggio delle braccia che restano unite al tronco e azionando solo la spina e le gambe; striscia salendo, sporgendosi e discendendo dai massi. Dopo alcuni giorni di perfezionamento di questo faticoso movimento, il cobra soffiando ha un guizzo e saltando su una pietra Camilla da predatore diventa preda: appare un cucciolo di tigre. Ora la ricerca cambia modo e il movimento, su mani e piedi, prende la qualità del felino: la mobilità della spina è vivace e lo sforzo di precisione nella mimesi del tigrotto sulle pietre apre nuove possibilità. Sono ore di lavoro sotto il sole o nel vento finché il felino balza ad afferrare un uccello: la sua elasticità deve ora trasformarsi nella leggerezza di un essere fatto di penne e ossa vuote. Camilla lavora ad uno zampettare veloce d'uccello da una pietra all'altra, distende le ali al sole, becchetta in giro... poi l'uccello vola via all'improvviso spaventato dalla freccia di un cacciatore. Ci sono voluti altri giorni di lavoro sulla sequenza degli animali per arrivare all'apparizione del cacciatore che scocca la sua freccia: ha mancato l'uccello ma poi ha tirato ancora, ha preso una lepre e balzando tra le pietre si precipita sulla preda trafitta. Mentre la scuola è attaccato da un serpente: adesso è lotta drammatica tra i due nel disequilibrio, nella necessità quasi acrobatica di rimanere in piedi sulle pietre. Strangolato dal serpente il cacciatore sente la vita fuggirgli via e il cerchio crudele delle metamorfosi predatorie sembra chiudersi. Ma a sorpresa, dal corpo appeso e senza più vita del cacciatore, si anima un altro essere: una danzatrice orientale con gesti stilizzati e un canto appassionato, ripercorre narrandolo, tutto il ciclo della predazione fino a dileguarsi, sinuosa tra i sassi, verso la lontananza. Il personaggio della danzatrice è portatrice di una nuova

---

<sup>16</sup> È in preparazione un testo che riporta le esperienze e il contributo diverso di tutte le attrici analizzandolo nei dettagli.

dimensione, di uno scatto della coscienza e procede tenendo in bilico sulla testa... una pietra.

L'azione di Camilla, come quelle delle altre attrici, è nata dalla difficoltà e da una "sofferenza" che per tutte ha costituito la fase necessaria per innescare una reale attenzione, una "conoscenza carnale" dell'elemento pietra. Camilla:

La difficoltà con le pietre restava sempre e per procedere nel lavoro dovevo attraversare quotidianamente tutta la sequenza: non potevo muovermi con una buona qualità del felino senza essere passata prima per il lavoro sulla spina del serpente, e non potevo trovare la leggerezza dell'uccello tra le pietre senza aver lavorato la flessibilità e l'elasticità del felino. Così, solo padroneggiando la leggerezza dell'uccello potevo trovare l'equilibrio del cacciatore in corsa sulle pietre e mi sembrava che solo al termine di quel *viaggio* poteva sorgere la dea danzante a ripercorrerlo con la compassione e la distanza di una narratrice divina. Durante gli ultimi giorni di lavoro, la sera, tornando a casa sentivo tutti quegli animali abitare dentro di me, li sentivo muoversi nella mia spina dorsale e mi sentivo più ricca: a quanto rinunciamo! pensavo.

E anche solo nel *guardare* il lavoro di Camilla, attraverso i miei neuroni a specchio di spettatrice, anch'io dovevo *fare* in qualche modo il suo stesso viaggio se alla fine, alzandomi e camminando verso casa, sentivo la mia spina dorsale più mobile e più connessa ai piedi e al terreno!

## 8. Il passo dello spettatore nello spettacolo itinerante

*E voi pellegrini, non potete più stare, che con il vostro passo scorre il tempo*  
(dal testo dello spettacolo *Il Camminante*).

*Camminavano insieme chiacchierando nel bosco. Erano completamente inconsapevoli della magnificenza e della dignità degli alberi intorno. Quindi con molta probabilità non c'era nessuna relazione reale tra loro*  
(Jiddu Krishnamurti)

Spesso si sente dire: «Quel luogo è uno splendido scenario...» e si pensa ai fondali *trompe-l'œil* delle scene teatrali di qualche tempo fa, forse a qualche *location* cinematografica, certo alla pittura di paesaggio o a qualche giardino barocco... guardare un paesaggio da fuori e immaginarvi delle scene teatrali possibili è molto diverso dal realizzarle davvero entrandoci. Ma volte poi si capita in un luogo e

qualcuno con stupore dice : «questo è un teatro naturale...». Quest'espressione mi rimanda al teatro come a qualcosa di originario, legato alla conformazione dei luoghi naturali e all'importanza che la loro posizione e esposizione ha avuto per quella facoltà tutta umana che è osservarsi nelle relazioni, riflettere e narrare di esse. Per millenni l'essere umano si è osservato (*teatron* vuol dire luogo dello sguardo) al cospetto di forze naturali e di altri viventi. E se il bravo attore deve saper dimenticare e far dimenticare la solida tecnica che pur possiede, così il bravo spettatore dovrebbe dimenticare la sua funzione sociale per riuscire a *perdersi* nei paesaggi d'anima evocati nello spettacolo.

Quando lo spettatore entra nello spazio naturale e camminando comincia a seguire lo spettacolo, molteplici sono le immagini su se stesso che lo attraversano. Procedendo spaesato rispetto alle abitudini dello spettatore usuale si trova esposto anche all'emersione spontanea di una percezione immaginifica di sé che gli viene indotta dal corpo e dalla sensibilità in movimento. Si tratta spesso di spettatori che hanno *deciso* di venire, hanno compiuto una scelta precisa o perché hanno già visto altri spettacoli di O Thiasos o perché ne hanno sentito parlare. Sanno che devono tacere, aprire lo sguardo e restare in ascolto. Essere spettatori è prima di tutto una avventura. Si procede in silenzio, in attesa di *qualcosa* che arrivi dall'esterno, ma con la coscienza che questo attendere è anche un atto interiore, una attitudine ad ascoltare fuori e dentro di sé. Lo spettatore attraversa sentieri, prati, tratti di bosco in silenzio: può lasciarsi trasportare dal gruppo e restare indisturbato con i suoi soliti pensieri o può invece approfittarne, *scavalcare il muro*, aprirsi curioso all'ignoto della percezione. Che significa ascoltare, guardare, a volte inaspettatamente *ricordare*, sentirsi *dentro un mondo* e *attendere* le apparizioni? Questa disposizione, che lo spettacolo deve con arte concorrere a suscitare, è fondamentale perché *accada davvero qualcosa*. Mentre si sposta, arriva sempre il momento in cui lo spettatore, qualsiasi sia la sua età o provenienza sociale, d'un tratto e in forme diverse, percepisce di far parte della scena. Riporto qui alcuni commenti raccolti in questi anni da cui si può evincere l'età e la formazione degli spettatori:

Ad un certo punto mi sono sentito come un cow boy che attraversava il territorio degli indiani che erano le attrici e gli attori: potevano apparire da un momento all'altro, avevano il controllo del luogo perché lo conoscevano bene, sapevano di quel posto ciò che io non sapevo e improvvisamente, nel passare da una scena all'altra, ho come sentito di essere sotto uno sguardo, forse il loro. Ero *visto* da coloro che avrei dovuto guardare... mi ha fatto sentire protagonista.

Nel camminare, attendevo e quando le scene cominciavano ad apparire per un momento non sapevo se le stavo immaginando o se c'erano davvero.

Sono 70 anni che lavoro questo campo e lo attraverso ... stanotte mi ci veniva da piangere... che ci potevo trovare il teatro, non me lo sarei mai immaginato... mai

Mi sono commosso, era 40 anni che non sentivo risuonare un canto nella valle, prima camminando ne sentivamo sempre...

Ad un tratto camminando così in silenzio tutti insieme ho pensato ai deportati, a coloro che silenziosi fuggono e attraversano i confini, ai pellegrini che attraversano le campagne e vedono cose che non dimenticheranno mai. Mi sono sentito uno di loro.

Siamo arrivati in silenzio e ci siamo seduti sulla riva del fiume a vedere la scena che si svolgeva al di là, e all'improvviso ho pensato alle anime dantesche in attesa della loro sorte... ho avuto la sensazione che come noi stavamo guardando quella scena, qualcun altro guardava noi che eravamo di fronte alla scena.

Quando vedo un vostro spettacolo arriva sempre il momento in cui, anche se la vostra competenza artistica è indubbia, mi sento sul vostro stesso piano: entrambi, attrici e spettatrice, siamo di fronte ad un mistero più grande di noi e lo interroghiamo insieme.

Vorrei che il nostro TeatroNatura fosse un contributo a creare quel senso di comunità che abbiamo perduto e che deve essere ricreato, vorrei che fosse percepito anche come un atto civile, un esperimento volto a rifondare una società che non possa pensare se stessa, interrogarsi su cosa sia la democrazia e come debba intendere il proprio sviluppo armonioso, se non in un ascolto e una relazione creativa con gli altri viventi.



Fig. 3: *Demetra e Persefone*.  
Regia: Sista Bramini. Nella foto: Sista Bramini. Centeno (Vt), 2012.  
Foto di Francesco Galli.

### L'autrice

Sista Bramini è narratrice, regista e autrice. Nel 1992 ha fondato, e tutt'ora dirige, la compagnia teatrale O Thiasos TeatroNatura ([www.thiasos.it](http://www.thiasos.it)). È stata regista di più di venti spettacoli presentati in parchi, riserve naturali e siti archeologici in tutto il territorio nazionale e all'estero. Sviluppa, come narratrice e formatrice, un percorso sul racconto teatrale connesso principalmente al mito classico e destinato alla presentazione anche in sale teatrali. Da vent'anni conduce laboratori di narrazione teatrale e di TeatroNatura, e collabora con diverse Università e Soprintendenze ai Beni Archeologici, Istituti e progetti di ricerca, prestando il proprio contributo nell'indagine e nell'incontro tra arte teatrale, luogo naturale, mito antico e coscienza ecologica. Dal 1998 è insegnante di Metodo Feldenkrais e dal 2002 coordina la sala CantieriScalzi a Roma, sede, sala prove e centro di incontri e ricerche culturali. Nel 2012 per Arte Sella firma come regista, autrice e narratrice il progetto sperimentale *Fucina Madre* in cui il mito di Niobe si intreccia allo *Stabat Mater* di Arvo Pärt con un organico musicale di eccellenza diretto dal Maestro Mario Brunello. Sista Bramini ha al suo attivo varie pubblicazioni (alcune delle quali riportate nei riferimenti bibliografici che seguono).

e-mail: [sistabramini@thiasos.it](mailto:sistabramini@thiasos.it)

### Riferimenti bibliografici

Borelli, M 2012, (ed.) *Out of Order, quel che resta del corpo nello spettacolo contemporaneo*, Bulzoni, Roma.

Bramini, S 1995, 'In margine al Teatro delle Sorgenti di Jerzy Grotowski: considerazioni di metodo', *Biblioteca Teatrale*, n. 33.

- Bramini, S 2003, 'La vocazione teatrale del paesaggio' in Cappelli A. e Lorenzoni F. (ed.) *La nave di Penelope*, Giunti, Firenze.
- Bramini, S, Galli, F 2007, *Un teatro nel paesaggio*, Titivillus, Pisa.
- Bramini, S 2008, 'La percezione nel Teatro Natura', in Costa, T, Selvaggi, D, *La Mucca e il frigorifero, come pensiamo, percepiamo, viviamo la natura*, LIPU Osservatorio sulla Biodiversità, Parma.
- Bramini, S 2012, 'Natura come luogo di cerimonia dell'umano', intervista di Michele Pascarella, *Culture teatrali, Studi, interventi e scritture sullo spettacolo*, edizione on-line.
- Brook, P 2001, *I fili del tempo. Memorie di una vita*, Feltrinelli, Milano.
- Brook, P 2011, *Insieme a Grotowski*, edizioni rueBallu, Palermo.
- Hillman, J 1983, *Intervista su amore, anima e psiche*, a cura di Marina Beer, Laterza, Roma-Bari.
- Kerényi, K 1995, 'Le dodici fatiche', in *Gli eroi della Grecia*, Milano, Il Saggiatore, p. 163.
- Krishnamurti, J 1983, *Diario*, Astrolabio-Ubaldini editore, Roma.
- Ovidio, 1994, *Le metamorfosi*, Einaudi, Torino.
- Pariani, L 2006, 'Il Camminante', in *I pesci nel letto*, Alet, Padova.
- Pinkola Estes, C 1993, *Donne che corrono con i lupi*, Frassinelli, Milano.
- Platone, 1976, 'Fedro', in *Opere Complete*, Laterza, Roma-Bari.
- Rilke, RM 1978, 'VII Elegia', in *Elegie duinesi*, Einaudi, Torino.
- Scarpi, P 2002 (ed.), *Le religioni dei Misteri, Vol.I: Eleusi, Dionisismo, Orfismo*, Fondazione Lorenzo Valla, Mondadori, Milano.
- Varley, J 2006, *Pietre d'acqua*, Ubulibri, Milano.