

SCHEDA 3

Vita/ospedale

Ritmi Interiori

LAB 5

L'alternanza del giorno e della notte,
della bassa e alta marea,
dell'estate e dell'inverno,
della vita e della morte,
ci mostra che la manifestazione dello spirito corporeo,
cioè la legge dell'ordine,
è, almeno per il nostro mondo e il nostro pensiero,
inseparabilmente unita alla legge del ritmo,
battito del cuore dell'universo.

Hans Urs von Balthasar

OBIETTIVO/DIRITTI ALLA META

Il nostro corpo è ricchissimo di ritmi interni: il battito cardiaco, quello del polso, il respiro... Imparare ad ascoltarlo ci permette di avviare un processo di conoscenza della nostra interiorità, sia anatomica sia emozionale perchè la prima svela l'altra. Entrare in contatto con la "vita segreta" del nostro corpo ci permette anche di entrare in relazione con la fragilità in un modo rispettoso, basato sulla comprensione, sulla stimolazione della creatività e sulla creazione di un linguaggio da condividere. Tale esperienza ha la sua espressione attraverso il suono, il movimento corporeo e il segno grafico. Ascoltare ed esprimere sono i due movimenti-competenze che permettono al bambino di crescere nella propria competenza estetica.

Materiali:

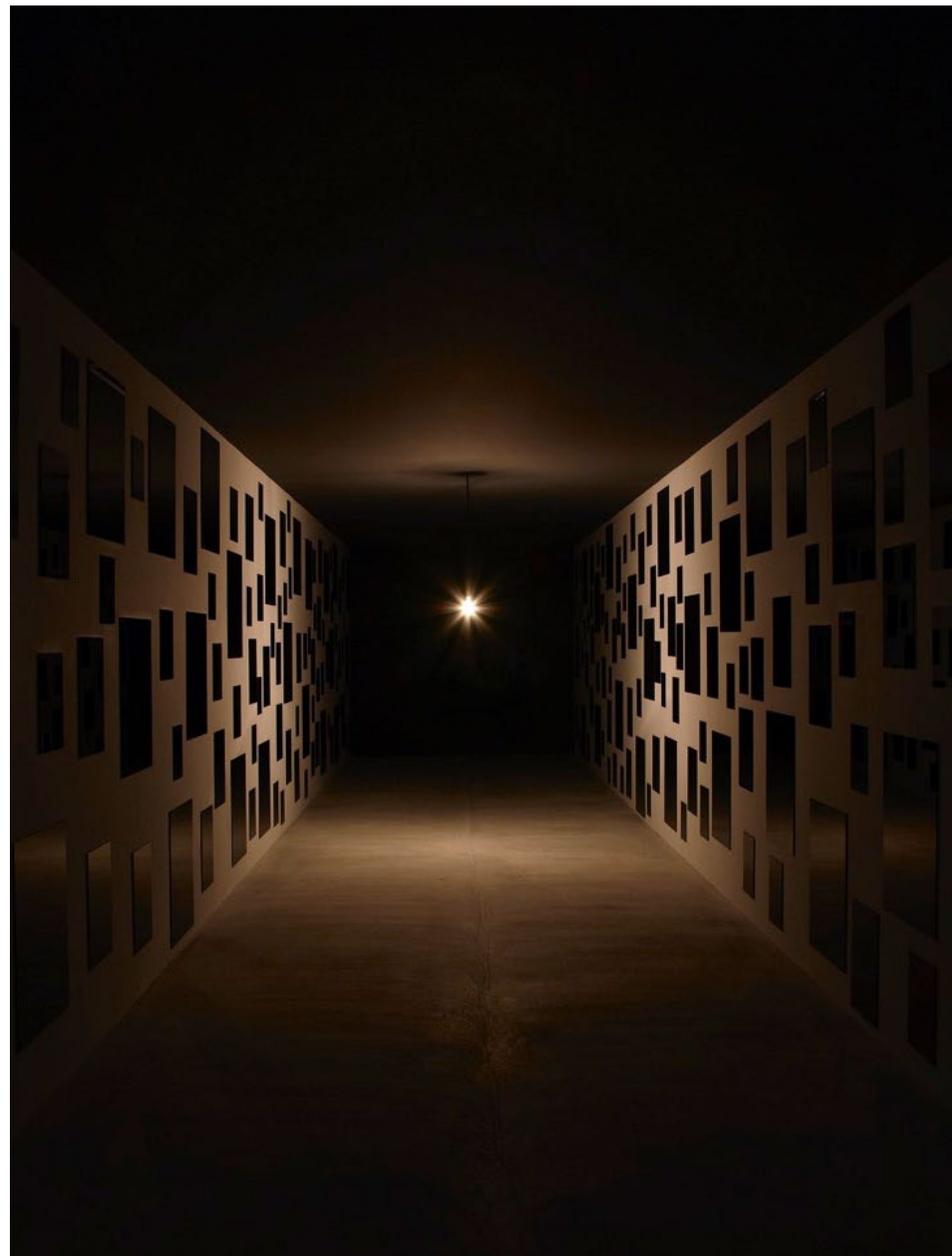
stetoscopi (facoltativi)

tappi omogeneizzati (facoltativi)

un rotolino di carta (come quello degli scontrini),

oppure una striscia di carta

pennarelli



"Les Archives du Cœur", Christian Boltanski

STEP 1/IN CERCA DI ISPIRAZIONE

OSSERVIAMO, RIFLETTIAMO, CONFRONTIAMOCI

Christian Boltanski è un artista francese che in tutte le sue opere riflette su alcuni specifici temi, da lui tanto amati: la mortalità, la fragilità e lo scorrere del tempo.

Les Archives du coeur (Gli Archivi del Cuore) è il titolo di un grande progetto utopico su cui lavora dal 2008: riunire in un unico luogo le registrazioni sonore dei battiti del cuore dell'umanità. L'artista invita da diversi anni i visitatori delle sue mostre a partecipare a questo grande progetto registrando i battiti del proprio cuore, all'interno di uno spazio preposto per questo, per farne dono all'artista. Ciascuno può anche, se lo desidera, conservare questa registrazione incisa su un cd.



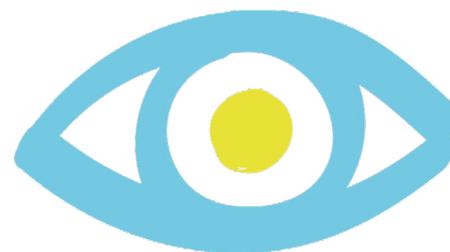
Dal 2010 il progetto è stato aperto al pubblico nell'isola giapponese di Teshima, all'interno della cornice della *Naoshima Fukutake Art Museum Foundation* che, da vent'anni, propone numerosi progetti permanenti realizzati da artisti contemporanei basati su tematiche quali la natura, gli uomini e la storia. Qui visitatori possono ascoltare i battiti cardiaci archiviati (35.000 all'ultimo conteggio) e quindi contribuire con una propria registrazione.

Simbolicamente in questo modo, il suono del proprio cuore pulsante, simbolo di vita per opporsi al trascorrere del tempo e all'oblio, diventa parte di una memoria collettiva nella quale ognuno può trovare il proprio posto.





“Sono interessato a quello che chiamo ‘poca memoria’”, spiega Boltanski. “Una memoria emotiva, una conoscenza quotidiana, il contrario della Memoria con una M maiuscola che è conservata nei libri di storia. Questo piccolo ricordo, che per me è ciò che ci rende unici, è estremamente fragile e scompare con la morte. Questa perdita di identità, questa perequazione nell’oblio, è molto difficile da accettare. L’isola sarà l’isola della morte e alla fine il pezzo non riguarda la vita, ma la morte. “



Guarda e ascolta i video



My Heartbeat



Les Archives du Coeur



STEP 2/ALL'OPERA

CREIAMO, INVENTIAMO, IMMAGINIAMO

Posizioniamoci ben distanziati in un'ampia stanza silenziosa: dovremo muoverci anche in maniera forsennata e riuscire ad ascoltarci con la giusta attenzione.

Proviamo a pensare al mondo che ci circonda: in natura non c'è silenzio. Anche senza tutti i rumori del mondo contemporaneo, anche senza la presenza dell'uomo stesso, continuerebbe a diffondersi il suono delle onde che si infrangono sugli scogli, quello del vento che muove le foreste, quello dello scrosciare delle cascate, quello dei tuoni e quello delle voci degli insetti e dei grilli.

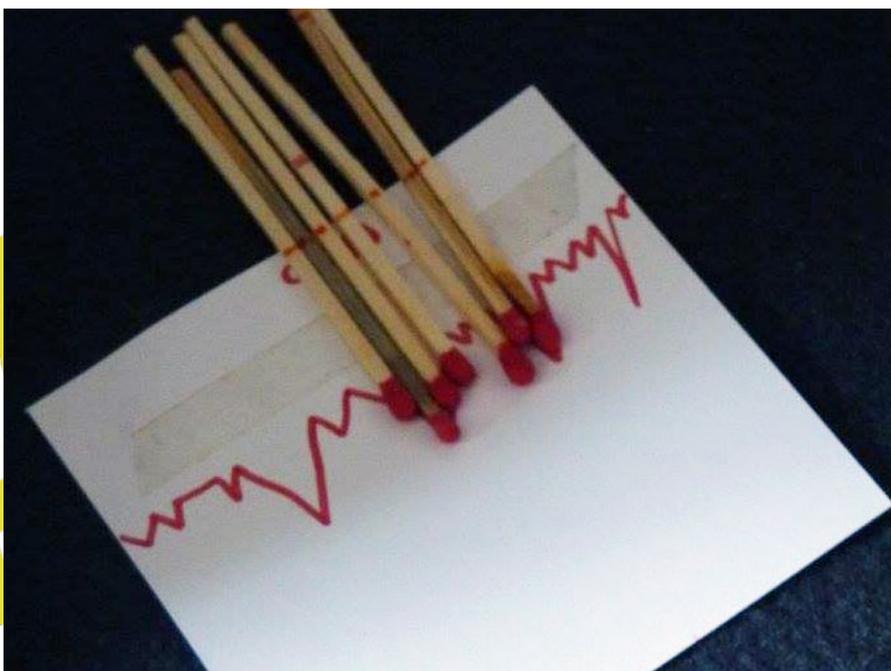


Parte di questa meravigliosa creazione, anche noi abbiamo un nostro suono, un nostro ritmo corporeo che molto spesso ci dimentichiamo di ascoltare, occupati da mille attività e poco rivolti su noi stessi. Proviamo subito ad ascoltare il nostro cuore utilizzando uno stetoscopio oppure più semplicemente posando una mano sul petto o il pollice sul polso. Riesco a sentirlo chiaramente? Che ritmo ha? Posso provare a riprodurlo con i suoni della bocca, con le mani oppure “suonando” i tappi degli omogeneizzati.



Ma il ritmo del nostro cuore non è sempre uguale: cambia a seconda di ciò che facciamo. Proviamo a correre, a urlare forte, a rilassarci. Dopo ogni attività ascoltiamo il nostro battito e alla fine condividiamo con i compagni: com'è cambiato il nostro battito? Quando è veloce? Quando no? Perché? Per un confronto più efficace posso provare a riprodurre il suono come ho fatto prima.

Insieme proviamo ad individuare un segno grafico che possa esprimerne il ritmo, lento, veloce normale. Possiamo usare la tipica traccia del cardiogramma oppure inventare una nuova traccia fatta di punti, trattini, cerchi...



Viene raccontata ora una breve storia invitando i bambini ad immedesimarsi, viverla e commentarla tracciando sul rotolo di carta il cardiogramma degli eventi. Che ritmo avrà il mio cuore?

“È tardi, è tardi. Ma che sonno ho ancora negli occhi. Devo muovermi, scendere dal letto, ma non ho voglia! La mamma mi sveglia, mi scuote forte, un po' mi spavento, gli occhi sono ben aperti. Scendo dal letto, vado in bagno, mi vesto, mi pettino faccio colazione: scotta! Soffio soffio soffio... ma sono un treno che sfreccia sui binari, che va a 200 all'ora, arriva una galleria tutto buio, tutto buio... mi ero addormentato di nuovo: sono ancora a letto! Tiro indietro le coperte e riprovo ad alzarmi lentamente”.

Prima di concludere l'esperienza posso fare un'ultima verifica. Immedesimandomi nella storia posso provare a riprodurre i movimenti sul posto, cercando sempre di ascoltare il mio cuore e controllando la corrispondenza sulla striscia. Il cardiogramma può essere infine letto e riprodotto utilizzando la voce, le mani o i tappi.



SummerArt è parte di SummerLife, il progetto educativo dell'estate 2020. Scopri tutte le proposte su www.summerlife.it



www.fondazionebernareggi.it

Sul nostro sito trovi il progetto completo di SummerArt 24 laboratori per vivere un'estate a colori



Summer Art 2020

Sulla nostra pagina Facebook sono a disposizione i video di presentazione e i materiali di approfondimento



Artexicre

Hai fatto il nostro laboratorio? Pubblica le fotografie tagga Artexicre e utilizza l'hashtag #SummerArt2020



Contattaci

info@fondazionebernareggi.it

035 278 151