

HANAMICHI 花道

LABORATORIO di PERCEZIONE CORPOREA e IMPROVVISAZIONE di DANZA

L'Hanamichi (“La Via che conduce al fiore”) è una nuova pratica nata dallo studio di discipline orientali – come la danza *Butō* giapponese e le Arti Marziali – dall’incontro con l’*Euritmia* di Rudolf Steiner e dalla formazione sull’identificazione energetica del profilo personale ([MAPP](#)) con Patrizio Cortesi, corredata dai suoi viaggi esperienziali nel Messico dei Maya, per ritrovare e rafforzare la connessione interiore e sperimentare un contatto armonico con l’ambiente.

L’allenamento prevede:

- movimenti di base che mirano all’acquisizione di elasticità, forza ed equilibrio;
- un lavoro sulla voce nella prospettiva di indagine del legame fra parola e movimento;
- una serie di esercizi con immagini guida per veicolare la consapevolezza delle sensazioni e delle percezioni fisiche;
- la sperimentazione degli esercizi come modelli per una libera creazione individuale sulla musica.

L’obiettivo è risvegliare la sensibilità, accendere l’ascolto interiore e liberare la creatività.

Dal punto di vista delle neuroscienze, quando ti trovi **in uno stato creativo** diventi pura consapevolezza, “**non sei né corpo, né materia, né tempo**, e ti dimentichi di te stesso”. Nello stato creativo sperimenti un **potenziale trasformativo** che appartiene a ognuno di noi e che può dirigersi anche in altri ambiti della vita, dal lavoro alle relazioni alla salute.

L’espansione della consapevolezza attraverso l’immaginazione crea un movimento che traccia il cammino per la scoperta di sé in profondità e per il riconoscimento dell’interconnessione fra individuo e mondo. È il primo passo verso la trasfigurazione artistica dei contenuti personali, ma è anche un modo per restituire all’individuo il suo potere.

Un corpo vigile e allenato a distinguere le sensazioni è in grado di individuare bisogni e desideri autentici, e può dare spazio a quella voce unica e originale che costituisce l’identità di ognuno di noi. Quando lasciamo che sia questa voce a orientare la nostra vita – piuttosto che le sovrastrutture mentali condizionate dall’educazione e dal ruolo sociale – allora diventiamo anche difficilmente influenzabili e manipolabili. E siamo in grado di sentire che un’azione veramente radicata nella verità dell’essere, possiede anche uno sfondo etico.

L'*Hanamichi*, come le discipline a cui si ispira, mira a **liberarsi dal controllo volontario** per lasciar fluire la vita.

Il nome giapponese – *Hanamichi* ovvero “La via che conduce al fiore” – nel teatro tradizionale *Kabuki* indica una passerella che dal palcoscenico arriva in mezzo agli spettatori, e serve agli attori per dare risalto alle scene più drammatiche di un'opera. Ma nel più antico trattato sull'attore scritto da Zeami Motokiyo (1363-1445) – *Il Segreto del Teatro Nō* – il *fiore* indica anche il conseguimento della massima abilità di un interprete, quando ha raggiunto la perfezione tecnica e riesce a oltrepassarla manifestando la sua personalità.

Il termine *Via* – che compare nelle arti tradizionali come la cerimonia del tè o la calligrafia, e nelle arti marziali – indica invece un cammino che è **addestramento tecnico e spirituale** insieme. Dove spirituale non va confuso con qualcosa di religioso, ma va inteso come un modo di sperimentare l'assoluto, l'unità originaria, attraverso il corpo, visto come insieme complesso di corpo-mente-cuore-spirito. Un modo per allenare la capacità di mantenere, o di riconquistare velocemente, la connessione con un'identità profonda che è il centro del nostro equilibrio, continuamente messo alla prova da turbolenze e contraddizioni necessarie allo sviluppo della vita.

MARIA PIA D'ORAZI