

DISABILITA E SPORT: LA DANZA

Quando ho deciso di iniziare ad insegnare danza, sicuramente ero consapevole di quello che la danza era per me: la mia più grande passione, quello che fin ad allora era stato il mio lavoro, una disciplina che ti può dare tanto, toglierti altrettanto a volte, ma sicuramente un qualcosa che mi aveva accompagnata con amore fino ad allora ogni giorno. Quello che volevo era insegnare agli altri l'arte che mi aveva appassionato più di tutte, cercando di regalargli almeno una parte della felicità che aveva donato a me in tutto quel tempo.

Nella danza ci sono tante cose: regole, tecnica, fatica, costanza, sacrifici, ma anche tante soddisfazioni. Quello che ho capito in tutti questi anni di insegnamento, è che la parte più difficile non era spiegare l'esecuzione di un passo particolare, un giro o un salto, ma quanto riuscire ad interagire nella maniera più appropriata con tutti gli allievi che mi sono trovata in sala. Ogni ragazzo o ragazza, bambino o bambina, in cui mi sono imbattuta, portava con sé su un suo mondo interiore, diverso per ognuno di loro. E qualcuno di loro, più di altri. Ho incontrato svariate persone con diverse patologie e disabilità, con diverse difficoltà e bisogni. Ho conosciuto più persone affette da malattie rare e con loro ho conosciuto anche la loro realtà e quotidianità. Quello che ho dovuto imparare a fare era adattare il mio lavoro e ciò che insegno al meglio in base alle loro capacità, valorizzando i loro punti di forza e limitando le difficoltà. Ho cercato di imparare con loro e da loro, di aiutarli nei momenti di caduta e di cercare di tirare fuori sempre il meglio di loro. Ho provato ad imparare a comprendere le loro emozioni, paure e desideri. E ho appreso tanto dalla loro forza, che li spinge ogni giorno a lottare contro qualcosa di più grande di essi, ma davanti alla quale non si arrendono mai. Quello che non sapevo quando ho iniziato a insegnare, era proprio questo, quanto avrei imparato io da molte persone che ho trovato nella mia scuola. Spesso c'è stata la paura di dire o fare qualcosa di sbagliato, davanti a un qualcosa che conosci poco, ma spesso sono stati proprio loro a darmi la mano e a farmi capire di cosa avessero bisogno.

E sicuramente la forza e la tenacia che queste persone mettono nella loro lotta quotidiana la portano con loro per dare il meglio in questa passione, che di per se ne richiede tanta. La loro voglia di mettersi in gioco, la loro costanza e perseveranza nel raggiungere un obiettivo, nel migliorare e migliorarsi, è qualcosa che dovremmo imparare tutti da loro. È stato un doppio scambio: io gli ho insegnato a ballare e loro mi hanno donato la loro voglia di studiare, di danzare, di vivere. Io ho cercato di capire e loro mi hanno portato e fatta entrare nel proprio mondo, fidandosi e affidandosi a me. E Penso sia questo il lavoro un insegnante, qualsiasi cosa insegni: non è tanto "il cosa" devi insegnare che è uguale per ogni allievo, ma è il come farlo che va un po' modellato in base ad ogni persona che trovi davanti a te.

La danza ti può regalare un sacco di emozioni e ti può aiutare a raccontarle agli altri quelle stesse emozioni. Può essere una valvola di sfogo, un mezzo di comunicazione, un tassello solido nella propria quotidianità. Ti mette a confronto con i tuoi limiti e con gli altri, ti insegna a conoscere il tuo corpo e a riconoscere te stesso allo specchio. Richiede concentrazione, forza, energia e motivazione, ma in cambio può darti più di quanto si immagini. E quello che cerco di fare io ogni giorno nel mio piccolo è proprio provare a far sì che ogni allievo prenda le cose migliori da questa passione e che impari anche che cadendo, ci si rialza sempre un po' più forti di prima. E questo indipendentemente da una malattia, che può far sentire soli, vulnerabili e fragili, può tentare di isolarci e portarci alla resa, ma se affrontata nel modo giusto, insieme, può diventare più leggera e insegnare molto a tutti noi.