

Euritmia, il movimento che parte dal cuore

Dall'incontro di diverse forme d'arte, una disciplina che esprime il nostro IO più profondo attraverso il movimento: Heike Cantori Wallbaum ci porta alla scoperta dell'euritmia.

Dal greco εὖ «bene» e ρυθμός «ritmo», potremmo tradurre il termine euritmia come ritmo che fa bene e, per estensione, come movimento armonioso. Ritmo, armonia, equilibrio, movimento sono del resto i vocaboli che meglio si addicono a questa disciplina fondata su una profonda connessione dell'uomo con le diverse parti che lo formano – il corpo con l'anima, la testa con il cuore – ricomponendo quella globalità che caratterizza ciascun individuo. Ne abbiamo parlato con Heike Cantori Wallbaum, che l'euritmia non si limita a insegnarla, ma la vive sin da quando aveva appena 4 anni.

Come ha incontrato l'euritmia?

Ricordo benissimo quando mia mamma mi portava da un'anziana signora, sempre vestita di bianco, che suonava anche il pianoforte, e ricordo ancora le filastrocche imparate in quegli anni. Frequentando la scuola Waldorf, nell'ultimo anno di liceo ho scritto la mia tesi sulla vita di Goethe e ho messo in scena quattro sue poesie significative. Ma è stato soprattutto assistere agli spettacoli di euritmia, che si tenevano anche al Teatro dell'Opera di Stoccarda, sotto la direzione artistica di Else Klink – poi divenuta la mia maestra – che sono stata conquistata al punto da voler dedicare la mia vita a questa disciplina.

Else Klink è stata fondamentale per lei, ma anche per l'euritmia in generale...

A lei si deve la fondazione della prima accademia mondiale di euritmia che quest'anno, il 29 settembre, compie 100 anni, ma anche

l'internazionalità di questa disciplina. Nata da madre della Papua Nuova Guinea e da padre tedesco, già dalla nascita portava con sé un input internazionale che l'ha portata a superare i confini geografici: è anche grazie a lei se l'euritmia si è diffusa in tutti i continenti dall'Europa alla Russia, all'America all'Australia, dall'Asia al Sudafrica. In Accademia le provenienze erano tra le più disparate: praticare l'euritmia in varie lingue è davvero un'esperienza straordinaria. Else Klink ha ricevuto dal governo tedesco l'ordine per i meriti riguardo il suo operato ed è anche importante sottolineare che tutte queste tournée furono possibili, e tuttora sono possibili, soltanto grazie alla generosità di fondazioni, imprenditori e numerosissimi privati.

Ma cos'è e com'è nata l'euritmia?

È una disciplina del movimento che nasce nel 1912, in seno all'antroposofia, quando una madre chiese a Rudolf Steiner se fosse possibile creare una "pratica" legata al movimento per la figlia diciassettenne – Lory Maier-Smits – che voleva intraprendere un percorso di ginnastica artistica o di danza. Già la sera stessa diede le prime indicazioni di questa disciplina che, in breve tempo, coinvolse molti altri ragazzi e ragazze, i quali poco dopo – sotto la guida di Marie von Sivers, rinomata regista e moglie di Steiner – hanno messo in scena i primi spettacoli. In seguito, quando Emil Molt, proprietario della fabbrica di sigarette Waldorf Astoria di Stoccarda, chiese a Rudolf Steiner di fare qualcosa per i figli dei suoi operai e nacque la scuola Waldorf, l'euritmia iniziò a essere insegnata come



accompagnamento fondamentale pedagogico dei ragazzi dall'asilo fino al liceo.

L'euritmia trasforma in movimento tanto le parole quanto la musica...

In Grecia, a Efeso, sul tempio era scritto: "Uomo parla e attraverso te manifesti il divenire del mondo. Il divenire del mondo si manifesta attraverso te, o uomo, quando parli". Nell'euritmia ogni movimento che compio parte dal cuore, dal centro: il corpo umano è composto da una verticale e da una orizzontale e se io voglio passare dalla testa, a qualsiasi altra parte del corpo, devo necessariamente passare dal centro. Ogni coreografia e ogni movimento parte da una lettura accurata del testo o da uno studio altrettanto attento dello spartito: l'euritmia è infatti l'unica disciplina in cui il corpo si trasforma in uno strumento che mette in scena quello che il compositore – o il poeta – ha voluto esprimere e non ciò che dipende dalla nostra personale interpretazione.

Quando si pratica l'euritmia si entra in contatto con qualcosa di invisibile...

A differenza della danza classica, in cui si arriva a una posizione, l'euritmia è movimento continuo,

come il continuo fluire di un ruscello o di un fiume. Coinvolge qualcosa del nostro corpo che non possiamo vedere, ma percepire: il cosiddetto corpo eterico, costituito dalle nostre forze vitali. Ci permette di entrare in contatto con il nostro IO più profondo attraverso il movimento, perché proprio l'IO nell'euritmia costituisce il direttore d'orchestra, il quale dirige quell'orchestra sinfonica che è la nostra anima e il nostro corpo. Attraverso il movimento – e l'incontro di diverse forme d'arte – parola, musica, colori, dei costumi, luci di scena – l'euritmia riesce a riconnetterci con il nostro centro.

Per chi è indicata questa disciplina?

A chiunque in qualsiasi fase della vita, eccetto le donne in gravidanza. In gruppo, lavoro con bambini a partire dai tre/quattro anni di età, ma individualmente ho lavorato con bambini che non avevano nemmeno un anno. Mentre la mia allieva più anziana aveva 98 anni... Talvolta accade che prima di una lezione di laboratorio, i partecipanti mi dicano di essere stanchi, di avere il mal di cervicale o di non sentirsi particolarmente in forma: io consiglio sempre loro di sforzarsi e di venire lo stesso, magari restando seduti. Posso confermarvi che, seguendo il mio consiglio, nessuno è mai rimasto seduto... anzi, escono dalla lezione rinfrescati e gioiosi.