

MARIA MARTINES

# La maestra racconta...



...i linguaggi mimico-gestuali



A Lorenzo Gigante

Grazie per la disponibilità del sito web e  
della foto delle Scuole "Umberto di Savoia"

Maria Martines

Trapani, 20-12-2022

© Maria Martines 2022  
Hanno collaborato  
Servizio fotografico Gaspare Virgilio  
Trascrizione testi al computer Davide Virgilio  
Impaginazione QUICK service

Questa pubblicazione non ha finalità di lucro per l'Autrice ed è reperibile gratuitamente  
sul sito internet [www.trapaninostra.it](http://www.trapaninostra.it)

## Prefazione

Il modo con cui comunichiamo è tanto importante quanto i contenuti che vogliamo esprimere. La comunicazione non verbale e il canale verbale sono cruciali nella relazione.

Il colloquio che noi instauriamo, sia durante un incontro formale che in uno scambio amicale, tra pari, ha dei segnali inequivocabili che, oltre al linguaggio verbale, vengono espressi dal linguaggio del nostro corpo.

La comunicazione mimico-gestuale assume un ruolo determinante. La postura in generale, i movimenti del nostro corpo, la gestualità delle mani e delle braccia e la mimica facciale rimandano dei messaggi rilevanti, attraverso cui si può percepire la partecipazione, l'interessamento, l'attendibilità e l'autenticità di quanto stiamo dicendo o ascoltando.

Paul Watzlawick afferma che "la comunicazione non verbale comprende i movimenti, i gesti, le posizioni del corpo, l'espressione del viso, le inflessioni della voce, la sequenza, il ritmo e la cadenza delle parole con ogni altra espressione non verbale di cui l'organismo sia capace e i segni di comunicazione presenti in ogni contesto in cui ha luogo un'interazione".

Nella comunicazione verbale, il corpo fa la sua parte, può aiutare ad esprimerci meglio.

La comunicazione si dirà efficace, infatti, quando i due linguaggi, verbale e non verbale, saranno tra loro coerenti.

I gesti del corpo esprimono emozioni e stati d'animo, volontà, reticenze; non rappresentano solo il modo in cui la persona si muove, ma rivelano anche come essa, dalla prima infanzia fino all'età più adulta, vive le relazioni.

Paul Ekman, nel suo studio delle emozioni palesate dalle espressioni facciali, afferma che "mimica e atteggiamento, gestualità e postura formano un codice che ci permette di stabilire se l'interlocutore che abbiamo di fronte dice realmente ciò che pensa o mente."

L'argomento è stato affrontato dall'autrice attenta, nonché maestra Maria Martines, durante i suoi anni di insegnamento nella Scuola Primaria, una volta conosciuta come "Scuola Elementare", allorché proponeva ai suoi allievi come adoperare il linguaggio mimico-gestuale attraverso le espressioni semplici del quotidiano scolastico, e poi adottato nei giochi di gruppo, nelle attività di drammatizzazione, nei giochi di imitazione di animali, persone o mestieri, nell'educazione fisica con atteggiamenti sportivi o ginnici, nell'espressione della danza e del ballo, al suono di diversi generi musicali. Introduceva anche molti dei linguaggi alfa-numeriche, mimando fatti di cronaca o di una giornata-tipo, che il bambino o la bambina rappresentava in riferimento a se stesso o a ciò che apprendeva nei momenti di vita trascorsa in famiglia.

L'autrice termina la raccolta con la descrizione anche di attività mimico-gestuali che riguardano le caratteristiche distintive delle tre grandi religioni monoteistiche, Cristianesimo, Ebraismo, Islamismo, e delle maggiori dottrine politeistiche, come il Buddhismo e il Brahmanesimo o Induismo.

Prof.ssa Maria Orsola Nastasi  
Psicopedagogista



## Un progetto riesumato

Rivedendo alcune mie vecchie carte, trovai il progetto di una mostra fotografica, dal tema “I linguaggi mimico-gestuali”, realizzato nel lontano anno scolastico 1984-85, nella Scuola elementare “Umberto di Savoia” a Trapani, in cui svolgevo Attività Integrative.

Insieme ai fogli, avevo conservato anche i negativi fotografici, relativi ai vari settori in cui era suddiviso l'intero progetto (e di cui ho accennato in un mio precedente racconto: “I linguaggi mimico-gestuali”, in *La maestra racconta ai bambini... e anche ai grandi*, reperibile sul sito internet [www.trapaninostra.it](http://www.trapaninostra.it)).

Avrei potuto cestinare quel materiale, dal momento che ormai non mi serviva più, ma ritenni un peccato buttarlo via. A quel tempo, mi ero tanto impegnata per l'articolazione di tale progetto, studiando di sera, in quanto di giorno ero occupata con la scuola e con la famiglia. Ne parlai allora con la dirigente scolastica, che assicurò il sostegno per le spese della stampa delle foto. Mi interessai personalmente di tutto il resto (materiali occorrenti per le scene, realizzate con gli alunni, e poi cartelloni, collanti, sostegni, appendini, ecc.) e anche del fotografo, che riprendeva i bambini, durante le varie lezioni svolte sull'argomento. Una volta stampate le foto, passai un pomeriggio di domenica, fino a tarda sera, per catalogarle e inserirle nei vari settori dei cartelloni, secondo il progetto già predisposto. Rifinii poi i cartelloni con i sostegni e gli appendini. L'indomani portai a scuola il pesante rotolone e mostrai il lavoro alla dirigente che, a sua volta, lo fece vedere ai componenti di una commissione, che si riuniva a scuola per la revisione degli elaborati di un concorso magistrale. Qualcuno propose una mostra itinerante per le scuole, ma la dirigente aveva già deciso di utilizzare i locali della scuola e diede il permesso di appendere i cartelloni sulle pareti dell'androne e degli spaziosi corridoi, permettendo così ai visitatori di visionare la mostra.

Sicché, nel pomeriggio di quel giorno, alla fine delle lezioni, dopo aver congedato la scolaresca, disposi i cartelloni negli spazi delle pareti e piantai i chiodi che, insieme al martello, avevo portato da casa; né chiesi l'aiuto dei bidelli, già occupati a pulire le aule. Una cosa a cui non avevo pensato era stata quella di calzare un paio di scarpe normali, piuttosto che gli stivali. Infatti, per attaccare i cartelloni, dovetti salire su una sedia e fui costretta a togliermi gli stivali per non sporcarla; e così la spostavo scalza, per evitare di togliermi e rimettermi ogni volta gli stivali.

La mostra ebbe poi un folto numero di visitatori (compresi, naturalmente, gli alunni protagonisti del servizio fotografico e i loro genitori).

Mi ritrovavo, dunque, dopo tanto tempo, con tutto quel materiale. Decisi di pubblicarlo via web sullo stesso sito di Trapani, dove già si trovava la serie *La maestra racconta...* Portai a sviluppare, perciò, quei negativi fotografici in uno studio apposito, e le foto vennero trasferite su dischetto. Mio nipote, poi, le traspose nel PC e trascrisse le parti didascaliche riportate nel progetto cartaceo, secondo le apposite sezioni. Definii poi tutto il lavoro, come avevo fatto in quel lontano pomeriggio di domenica, e un'amica mi aiutò a inserire quel progetto in un file. Non restava che far rifinire il lavoro dal grafico per la stampa del volume e l'inserimento in rete.

Ecco, dunque, quell'antico progetto, risistemato oggi, grazie alle tecnologie innovative.

L'autrice



## Presentazione

*Per comunicare, cioè per trasmettere il nostro pensiero ad altri, il mezzo più idoneo e più ricco di sfumature è certamente “la parola”.*

*Esistono, tuttavia, altri mezzi o codici comunicativi che ci permettono di trasmettere messaggi o informazioni. Il telegrafo trasmette segnali a distanza; il fischio del treno ci avverte del suo arrivo o della sua partenza; i semafori stradali, con l’alternanza delle luci, ci avvertono di fermarci o di proseguire; il diverso suono delle campane ci avvisa dei vari riti che hanno luogo in chiesa; i diversi suoni del telefono ci avvertono se la linea è libera o occupata; le frecce ci indicano la direzione da prendere, e così via.*

*Tutta la nostra vita, insomma, è condizionata e organizzata secondo un sistema di segni e di segnali che noi interpretiamo perché conosciamo il codice, cioè le regole che ne stabiliscono il significato.*

*Fra i vari linguaggi non verbali, i mimico-gestuali sono quelli che meglio esprimono i nostri sentimenti e stati d’animo. Il “linguaggio del corpo”, inoltre, sottolinea e rafforza i discorsi parlati.*



## La mimica facciale

Fin dalla nascita, tutti utilizziamo modi idonei a far conoscere i nostri sentimenti. Attraverso opportuni atteggiamenti del viso, noi esprimiamo i più vari sentimenti: gioia, dolore-tristezza, rabbia, nausea, paura, sorpresa, noia, perplessità, riflessione, ecc. Spesso, attraverso tali espressioni facciali, comunichiamo delle verità molto più sincere di quelle che in realtà esprimiamo con le parole. Per esempio, se incontriamo un amico che ci è antipatico, ma verso il quale dobbiamo mostrarci per forza gentili, nonostante gli diciamo tante belle parole, non riusciamo lo stesso a nascondere l'impressione della nostra antipatia. Basta un sorriso o un viso tirato per far capire agli altri se siamo contenti o scontenti.



Gioia



Dolore-tristezza



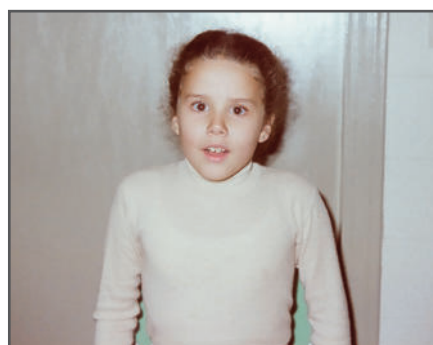
Rabbia



Nausea



Paura



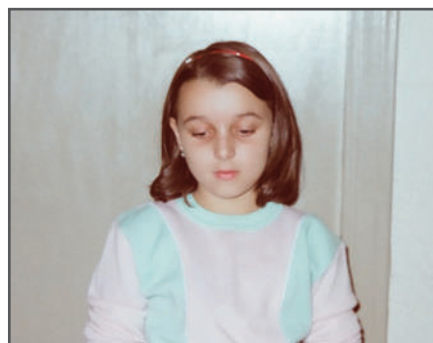
Sorpresa



Noia



Perplessità



Riflessione

## Le espressioni gestuali

Oltre alle “espressioni facciali”, vi sono quelle che si ottengono attraverso movimenti di tutte le parti del corpo: braccia, mani, dita, ecc.

Un dito vicino al naso vuol dire silenzio, le mani in alto significano arrendersi, battere le mani significa dare un segno di approvazione, una mano battuta sulla fronte vuol dire che ci dimentichiamo di qualcosa, e così via.

Il nostro corpo, dunque, parla attraverso il tono muscolare, ossia la tensione e la postura dei muscoli.

Il bambino piccolo, che non sa ancora parlare, comunica in questa forma corporeo-tonica e poi gestuale con la madre. Soltanto crescendo, a poco a poco, si impossesserà del linguaggio verbale.

Anche l'uomo primitivo, prima ancora di parlare, comunicava con gli altri mediante i gesti.

Infatti, dalle ricerche condotte da studiosi a tale proposito, risulta che la comunicazione gesticolatoria precede quella orale di migliaia e migliaia di secoli.



Silenzio



Autostop



Okay



Dormire



Arrendersi



Battere le mani (approvazione)





Pregiera



Vittoria



Saluto



Inchino (ossequio-ringraziamento)



Carezza



Affetto (bacio-abbraccio)



Esci fuori!



Concentrazione



Impazienza-noia

## La gestualità nei giochi

Il tema della gestualità viene riproposto ancora una volta nei giochi, che sono stati divisi in due gruppi: i giochi gestuali che presuppongono l'uso delle dita delle mani, in cui i gesti sono fini a se stessi, cioè non c'è necessariamente, nei bambini, una partecipazione drammatica e affettiva; e i giochi drammatici e teatrali, in cui i bambini vengono messi nella condizione di "rivivere" e di sentire intensamente quello che rappresentano.

### *I giochi gestuali*

Fra i giochi gestuali, il più semplice e più conosciuto dai bambini è il gioco del silenzio.

Il gioco delle battute incrociate può essere fatto con una o due coppie di bambini. I movimenti sono accompagnati da una canzoncina.



Gioco del silenzio



Gioco delle battute incrociate

I giochi delle mani e delle dita, più che veri e propri giochi, sono degli esercizi per la coordinazione motoria e oculo-manuale.



Gioco delle mani



Gioco delle dita



## *I giochi teatrali*

I giochi teatrali, detti anche drammatici per la partecipazione emotiva dei bambini, sono giochi destinati al teatro o alla rappresentazione scenica.

Notevole per impegno creativo ed espressivo è il gioco delle statue in cui, appunto, le statue, rappresentate dai bambini, si animano al battere delle mani dello "scultore".

Il più divertente fra i giochi teatrali è sicuramente quello del mimo.

La bambina che si trova davanti parla mentre l'altra, che è dietro, interpreta ciò che dice la compagna, gesticolando.

Il più intenso di drammaticità è il gioco delle maschere.

I due bambini impersonano Arlecchino e Colombina.

Nel gioco dello specchio, il bambino, messo di fronte alla compagna, sta imitando, appunto, come uno specchio, tutto quello che lei fa.



Gioco delle statue



Gioco del mimo



Gioco delle maschere



Gioco dello specchio



## I giochi imitativi

I giochi imitativi si possono dividere in quattro gruppi.

### *Giochi che imitano le persone*



Il nuotatore



Il rematore

### *Giochi che imitano le cose*



Il cavallo a dondolo



L'aeroplano



Il mulino a vento



La giostra

*Giochi che imitano persone e cose nello stesso tempo*



La carriola



La cavallina

*Giochi che imitano gli animali*



La foca



Il coniglio



Il gambero



Il canguro



La papera



## La gestualità nelle drammatizzazioni

Nella prima scenetta, il protagonista Carletto va in cucina a prendere il gelato dal frigorifero e gli oggetti della cucina si mettono a parlare e a “strapazzare” il povero Carletto. Alla fine tutto torna normale e Carletto pensa di aver sognato.

Nella seconda immagine i bambini stanno mimando l’atteggiamento dei passeggeri in autobus. Mentre l’autista gira il volante, i passeggeri assecondano la curva, spostando il corpo, ora a destra ora a sinistra, e sobbalzano per le scosse. Alcuni passeggeri approfittano del tragitto per leggere il giornale.

Nella terza, i bambini sono degli automobilisti a un incrocio. Bisogna stare attenti a marciare sulla destra e a passare solo quando il vigile dà il segnale giusto. Se succedono incidenti, il vigile è pronto a prendere la multa.

La successiva scena è stata ripresa da “Il Conto” (tratto da *Storie e altre storie* di J. Prévert), in cui il cliente si rifiuta di pagare il conto al ristorante, poiché ritiene sbagliato che il cameriere abbia potuto “sommare” insieme un vitello con le sigarette, un caffè con le mandorle, dei piselli con una telefonata, e così via (com’ è noto, in matematica si sommano solo quantità di specie omogenea).

Nella penultima foto, due bambine fanno finta di litigare a causa di una brioscina che una bambina ha preso all’altra di nascosto e ha mangiato.

L’ultima immagine è stata ripresa dalla famosa favola di Esopo in cui, com’ è noto, un semplice topolino riesce a salvare un leone, rosicchiando la corda della trappola in cui il leone era caduto.



In cucina



Nell’autobus



Traffico urbano



Al ristorante



Una lite tra compagne



Il leone e il topo



## Il linguaggio dello sport

Nell'attività sportiva, sede privilegiata di attività corporee, sono sempre contemporaneamente presenti le modalità, gestuale e tonica, del linguaggio e si evidenzia una comunicazione vera e propria attraverso il linguaggio dell'azione.

In ogni gesto di qualsiasi attività, tale comunicazione avviene tra chi la compie e se stesso, oppure tra chi la compie e i suoi compagni, tra chi la compie e chi guarda.

Il linguaggio dell'azione è un modo per "raccontare" la propria agilità, il proprio coraggio, la propria fantasia, la propria calma.



Scherma



Corsa



Golf



Sci



Tennis



Baseball



Pallavolo



Pallacanestro



Calcio



Lancio del disco



Ciclismo



Pugilato



Automobilismo



## Gli atteggiamenti ginnici

Fra gli innumerevoli atteggiamenti del corpo, rispetto allo spazio circostante, sono qui proposti i più significativi.

Anche questi, come avviene per quelli sportivi, utilizzano il linguaggio dell'azione. Testimoniano, inoltre, la capacità di controllo e di coordinazione neuro-motoria.



Mano destra-piede sinistro



Mani alle spalle e flessione del busto



In equilibrio su un piede e mani ai fianchi



Gambe piegate e braccia in avanti



Seduti, una gamba piegata e l'altra distesa



Coricati, sollevare una gamba ad angolo retto



Gambe divaricate e braccia in fuori



Braccia in alto



## Le espressioni del corpo nella danza

Nella danza, il corpo raggiunge la sua più alta espressione. Fin dai tempi più remoti, essa ebbe un carattere rituale e magico-religioso. Il ritmo fu inizialmente sostenuto dal battimento delle mani, da rozzi strumenti a percussione e dal canto; più tardi anche dal flauto o dalla cetra. Gli Egizi e gli Ebrei hanno lasciato numerose testimonianze di danze rituali. I veri maestri delle danze furono però i Greci che crearono danze particolari per il teatro. Nel Rinascimento, la danza perdette il carattere rituale che aveva e divenne un'arte autonoma. Successivamente furono elaborati i metodi per fissarne le regole.



Antica danza greca



Danza macabra



Controdanza



Valzer



Tango



Mazurka



Danza classica



Flamenco



Danza popolare



Charleston



Cha cha cha



Shake



Rock and roll



Twist

Esistono ancora oggi, presso molti popoli, danze rituali per celebrare la nascita, il matrimonio, la morte; danze propiziatorie per la raccolta, la caccia e l'agricoltura, e danze di contenuto religioso, come quelle degli stregoni che diventano spesso delle interpretazioni mimiche di fatti quotidiani. In questo tipo di danze, fondamentale importanza hanno l'acconciatura, le maschere, le pitture del corpo e del viso; spesso la danza imita i movimenti degli animali.



Danza sarda



Danza dello stregone



## Il linguaggio dei mestieri

Molte persone utilizzano i gesti nello svolgimento del proprio lavoro.



Basta il movimento delle braccia del vigile per fermare o per fare scorrere il traffico.



Anche il poliziotto usa un braccio o una paletta per fermare l'automobilista.



Gli arbitri fanno sovente ricorso ai gesti per esprimere una loro decisione o per mimare le infrazioni commesse dagli atleti nel corso di un incontro sportivo.



Lo stesso insegnante di educazione fisica, per fare eseguire gli esercizi ai suoi allievi, utilizza spesso il mezzo gestuale al posto di quello verbale, facendo da specchio.



Il direttore d'orchestra, con l'uso delle braccia o di una semplice bacchetta, è capace di dirigere un complesso orchestrale composto, a volte, da più di cento elementi.



## Prova d'orchestra



Chitarra



Arpa



Pianoforte



Flauto



Violino



Batteria



Tromba

## Il linguaggio dei numeri

Anche per esprimere le quantità numeriche, noi ci serviamo dei gesti. L'uso delle dita per indicare le quantità è molto antico.

Il pastore che nella preistoria voleva contare le pecore del suo gregge, le confrontava con le dita delle mani. Se le pecore superavano il numero di dieci, allora le confrontava con dei sassolini che aveva precedentemente raccolto o con delle tacche incise sul suo bastone.

Con tali metodi nacquero le premesse dell'aritmetica. Il nostro sistema di numerazione decimale è nato e si è sviluppato, partendo dalla necessità di usare le dita come base per la numerazione.

Il sistema di numerazione dei Maya, come altre antiche numerazioni, ad esempio, era a base cinque, perché veniva effettuato, riferendosi alle dita di una sola mano.

La numerazione romana, invece, com'è noto, era a base cinque (V) e a base dieci (X).



1



2



3



4

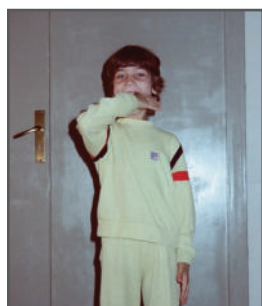


5

## Il linguaggio alfabetico

Questo tipo di linguaggio è usato molto dagli alunni per comunicare fra loro in classe, quando non intendono disturbare e vogliono dire qualcosa di nascosto.

Anche i sordomuti comunicano con un linguaggio fatto di gesti, molto simile a quello alfabetico.



A



C



L



M



V



## I fotoromanzi

I fotoromanzi, a differenza dei fumetti in cui si utilizza il mezzo grafico-pittorico, rappresentano una forma di comunicazione strutturata attraverso una sequenza di immagini fotografiche. La realizzazione di un fotoromanzo comporta uno studio preparatorio, che inizia con la scelta del soggetto (un aspetto della vita di tutti i giorni, un fatto di cronaca, una pagina di storia, ecc.), la stesura e la suddivisione del racconto negli episodi più importanti, per proseguire con lo studio della sceneggiatura. Questa serve a definire le scene da riprendere, i luoghi più adatti, le inquadrature più efficaci, gli atteggiamenti che gli attori assumeranno. Compite le riprese delle scene, si esegue il montaggio delle immagini, scegliendo quelle più espressive. Le sequenze dei due fotoromanzi, che sono qui proposti, sono state riprese a scuola, utilizzando per l'ambientazione le strutture scolastiche.

### *Cronaca di una giornata di scuola*

In questo fotoromanzo, la protagonista sta "rivivendo" tutti i momenti che precedono e accompagnano una giornata di scuola.



Sono le 7:30. Coraggio, bisogna alzarsi!



Una rinfrescatina è quel che ci vuole per svegliarsi.



Che fatica spogliarsi e rivestirsi!



Buoni questi biscotti inzuppati nel latte!



Speriamo che non ho dimenticato nulla.



Adesso un saluto alla mamma e via!



È dura, però sono contenta di andare a scuola!



Rivolgiamo una preghiera a Dio, affinché ci sostenga nella nostra fatica scolastica.



Iniziamo la giornata con un tema in classe.



Bella davvero questa fiaba!



Finalmente la ricreazione!



Una bella chiacchierata non guasta mai.



Proviamo a eseguire questa addizione.



È il momento del disegno. Fra poco suonerà la campana.



La giornata di scuola è finita.



Arrivederci a domani!



## La mamma a casa

In quest'altro fotoromanzo viene raccontato, in una forma immediata, tutto il lavoro che usualmente la mamma svolge a casa.



Per cominciare è necessario dare una pulitina al pavimento.



Le impronte delle mani non si tolgono mai!



Speriamo che oggi non piovva!



Qualche giorno mi deciderò a comprare il mocio per pavimenti.



Forse per togliere queste macchie occorrerebbe la candeggina.



Un po' di sole è quello che ci vuole!



Meno male, è l'ultimo fazzoletto!



È già ora di pranzo. Devo fare presto perché fra poco i bambini escono dalla scuola.



Neppure il tempo di digerire e devo già rigovernare!



Rammendo questo calzino e per oggi ho finito. Sono stanca ma contenta di essermi resa utile agli altri!



## I gesti e le religioni

Anche nelle varie religioni, i gesti accompagnano i riti e le preghiere.

### *Cristianesimo*

Nella religione cristiana, i fedeli assumono vari atteggiamenti che hanno significati diversi.

Il segno della croce è l'atto più comune e frequente dei cattolici, sia di rito latino che greco-orientale.



Una fedele in atteggiamento di preghiera

Il gesto, che ci ricorda la morte di Gesù sulla croce, è accompagnato dalle parole: "In nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo", che significano la Trinità di Dio.

Nel rito orientale, a differenza di quello latino, i fedeli si segnano prima l'omero destro e poi il sinistro e usano le prime tre dita (pollice, indice e medio) a significare la SS. Trinità.

Nella liturgia cattolica, le posizioni assunte dal credente hanno molta importanza. Lo stare in piedi, ad esempio, durante la preghiera, vuole esprimere il senso di rispetto verso Dio e l'atteggiamento del credente che, passato attraverso il Battesimo, vuole risorgere a vita nuova. Si sta in piedi anche durante l'ascolto del Vangelo e al momento della Consacrazione, in cui si partecipa al mistero pasquale (Morte e Resurrezione di Cristo).

Lo stare seduti è l'atteggiamento del credente che ascolta con attenzione la Parola di Dio. Lo stare in ginocchio vuole esprimere l'adorazione.

Alcuni degli atteggiamenti dei cristiani si ritrovano nelle antiche civiltà: Sumeri, Egizi, Babilonesi, Persiani.

In particolare, l'atteggiamento della prostrazione (corpo interamente steso a terra con la faccia in giù) era quello assunto dai sudditi, quando si trovavano al cospetto del re o di superiori, o anche dei credenti al cospetto di divinità o simboli religiosi.

Questo atteggiamento si ritrova nella religione cattolica, in occasione del conferimento del sacramento dell'Ordine (sacerdoti e vescovi) e sta a testimoniare lo stato di indegnità dell'ordinato.

Un altro gesto caratteristico della liturgia cattolica è l'imposizione delle mani, in occasione della Cresima e dell'Ordine sacro, che esprime il conferimento dello Spirito Santo.

Tipico è l'atteggiamento dell'orante nella preghiera (braccia aperte nel gesto di accoglimento), che si ritrova anche nelle tradizioni non cristiane, come ad esempio quella romana.

## ***Ebraismo***



Un rabbino sta recitando una preghiera mentre tocca il Muro del Pianto a Gerusalemme

Nella religione ebraica si ritrovano molti dei gesti e degli atteggiamenti dei Cristiani, ad eccezione di quelli legati alla Croce e alla Trinità .

Com' è noto, infatti, gli Ebrei non credono in Gesù figlio di Dio e nella Trinità, ma in un unico Dio.

Tipico è ancora oggi il gesto dell'orante nella preghiera (cioè il rivolgersi a Dio con le braccia aperte) che si ritrova spesso nella Torah (la Legge), cioè la Bibbia degli Ebrei.

Secondo il racconto biblico, quando Mosè si rivolgeva a Dio per pregarlo, lo faceva allargando le braccia e, se la preghiera era lunga, si faceva sostenere le braccia affinché non si stancasse.

Molto antico e patetico è il gesto di "toccare" le pietre del Muro del Pianto, cioè i resti del secondo tempio di Gerusalemme, eretto dopo la distruzione del primo e più famoso tempio, quello di Salomone.

Il nome di Muro del Pianto gli è stato attribuito per il suo carattere di luogo di lamentazione delle vicissitudini legate alla diaspora subita dal popolo ebraico.

Oggi il Muro è il punto naturale di incontro e di raccolta degli aspetti più tradizionalisti e religiosi dell'Ebraismo di tutto il mondo.

## ***Islamismo***



La "prostrazione" tipica del musulmano.

Il gesto più caratteristico della religione di Maometto è la prostrazione atterrata che deve essere ripetuta cinque volte al giorno: all'aurora, a mezzogiorno, a metà pomeriggio, al tramonto e alla sera.

La preghiera, che accompagna il gesto, deve essere pronunciata rivolgendosi in direzione della Mecca, la città santa dell' Islam, patria di Maometto, dove è conservata la "Pietra Nera", il più prezioso oggetto di culto dei musulmani, incastonato nella Kaaba (cubo), il tempio innalzato da Abramo al Dio unico Allah.

La Kaaba è rivestita da un telo di seta, su cui è ricamata in oro la professione di fede musulmana ("Non vi è altro Dio all'infuori di Allah e Maometto è il suo profeta"), insieme ad alcuni versetti del Corano.

La religione islamica fa obbligo a tutti i Musulmani di compiere, almeno una volta nella vita, il pellegrinaggio alla Mecca. Qui, i fedeli a migliaia si raccolgono in preghiera, indossando un tipico abito di colore bianco. Esso unifica tutti i fedeli che provengono da tutte le classi sociali e spesso da Paesi diversissimi.



## ***Buddhismo***

La dottrina buddhista, diffusa soprattutto nell'Asia meridionale e orientale, è concepita come un veicolo che porta i seguaci verso la liberazione dalle passioni e dall'errore.



Buddha seduto. L' "Illuminato" è ritratto nel tipico atteggiamento orientale della meditazione.

Il suo fondatore Buddha (l' "Illuminato"), vissuto intorno al 500 a.C., appartenne a una nobile famiglia e crebbe nella ricchezza e nel lusso ma, verso i ventinove anni, fu preso da una profonda crisi di insoddisfazione e disgusto della vita che conduceva, ed egli finì per abbandonare la casa e la famiglia.

Appresa la pratica dello Yoga, si sottopose a penitenze, a meditazioni ed esercizi fisici di ogni tipo, per giungere al completo controllo di se stesso e, attraverso la concentrazione mentale, preparò la strada alla "Illuminazione finale".

È, quindi, attraverso la pratica dello Yoga, cioè l'insieme delle tecniche di autodisciplina fisica, mentale e spirituale, che si arriva all' "unione" con Dio.

Fra le posizioni dello Yoga, le più comuni sono: quella del cobra (corpo disteso prono, sorretto sulle braccia e testa all'indietro), dell'albero (corpo in equilibrio su una gamba, mentre le braccia e le mani rappresentano i rami e le foglie) e, principalmente, quella del loto (gambe incrociate e mani giunte in atteggiamento di preghiera).

## ***Brahmanesimo***

Il Brahmanesimo si può considerare la religione propria dell'India. Essa, sorta nel V secolo a.C., si diffuse anche nei paesi dell'Asia sudorientale.



Alcune indù recano l' "omaggio" alla Trimurti.

Anche nel Brahmanesimo, come nel Buddhismo, la via che conduce alla liberazione dal male e alla contemplazione mistica è lo Yoga.

Tra le innumerevoli divinità, viene onorato in particolare Brahma, la terza delle tre divinità che compongono la Trimurti indiana (insieme a Visnù e Siva ).

Per i seguaci di questa religione, gli dei si comportano come gli uomini e sono destinati a morire alla fine del mondo. La loro sede è il cielo o la cima di una montagna inaccessibile.

Per il Brahmanesimo sono sacri alcuni animali e piante. Il rito più importante è costituito dall' "omaggio", che viene eseguito dal capofamiglia o dal sacerdote. Durante questa funzione sono offerti fiori alla statua della divinità, che viene lavata, abbigliata, incensata, ecc. Il rito è accompagnato da una preghiera pronunciata secondo regole precise.

Il cerimoniale si accompagna a gesti rituali, la cui funzione è determinata dai brahmani (membri della più elevata casta sacerdotale); vi sono speciali oggetti di culto, come ciotole, vasi, giare, specchi, lampade, ecc.

La vita dei seguaci del Brahmanesimo è caratterizzata da riti solenni, dalla nascita fino alla morte.

## INDICE

Prefazione .....	1
Un progetto riesumato .....	3
Presentazione.....	4
La mimica facciale .....	5
Le espressioni gestuali .....	6
La gestualità nei giochi.....	8
<i>I giochi gestuali</i> .....	8
<i>I giochi teatrali</i> .....	9
I giochi imitativi .....	10
La gestualità nelle drammatizzazioni .....	12
Il linguaggio dello sport.....	13
Gli atteggiamenti ginnici .....	15
Le espressioni del corpo nella danza .....	16
Il linguaggio dei mestieri.....	18
Prova d'orchestra.....	19
Il linguaggio dei numeri.....	20
Il linguaggio alfabetico.....	20
I fotoromanzi .....	21
<i>Cronaca di una giornata di scuola</i> .....	21
<i>La mamma a casa</i> .....	23
I gesti e le religioni.....	25
<i>Cristianesimo</i> .....	25
<i>Ebraismo</i> .....	26
<i>Islamismo</i> .....	26
<i>Buddhismo</i> .....	27
<i>Brahmanesimo</i> .....	27







