



CRISTINA BARONI

NON SOLO OLIMPIADI

**L'importanza della Ginnastica
Classica nella società contemporanea**

 Edizioni
Helicon

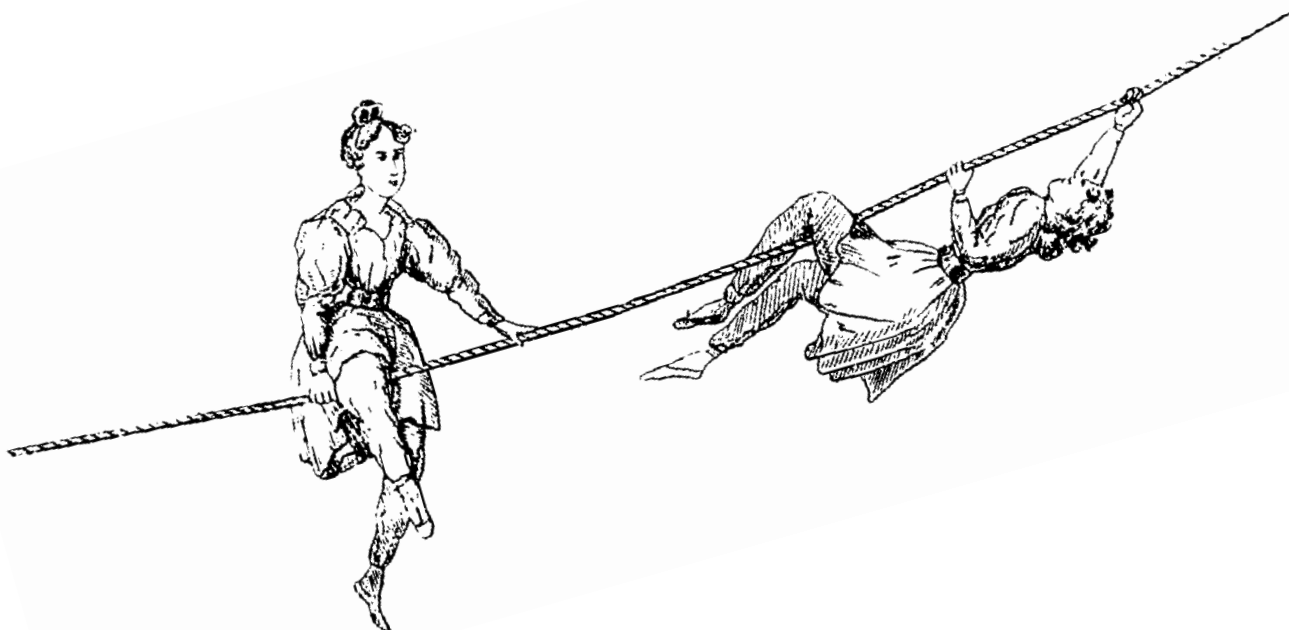


PARTE PRIMA

Nascita ed evoluzione dell'Arte ginnastica in Europa

*Ma se la ginnastica non fosse buona che a far la guerra, non meriterebbe, a dir vero, molti elogi da chi non vede nella guerra lo stato naturale dell'uomo [...]
A' tempi nostri potrebbe quasi dirsi al contrario,
ch'ogni ginnastica è buona fuor quella che serve a fare null'altro che de' soldati.*

(N. Tommaseo, *Dell'educazione. Scritti vari*, Lugano 1834, p. 79)





CAPITOLO PRIMO

La nascita del termine “educazione fisica”

Il termine “educazione fisica” nasce in Europa alla fine del XVIII secolo.

Il primo ad utilizzarlo è un medico svizzero, **Jacques Ballexserd (1726-1774)**, che nel 1762 pubblica a Ginevra il suo *Dissertation sur l'éducation physique des enfans, depuis leur naissance jusqu'à l'âge de puberté*, ottenendo con quest'opera, lo stesso anno, il premio presso la Società Olandese delle Scienze (**Fig. 1**).

Il libro inizia con una lunga lettera dedicatoria a Monsieur Antoine Petit, «Dottore Reggente in Medicina alla Facoltà di Parigi, pubblico anziano Professore di Anatomia, di Chirurgia e dell'Arte di aiutare le partorienti, Membro dell'Accademia Reale delle Scienze e della Reale Società di Agricoltura». In questa lettera il Ballexserd presenta il suo testo come frutto delle lezioni universitarie di questo professore, ed afferma di voler così unire la propria voce «a quella di tanti allievi che, dopo aver attinto a questa fonte feconda istruzioni utili alla conservazione del genere umano», vanno ad elevare il suo nome nella loro patria, facendovi brillare le preziose conoscenze prodigate con grande eloquenza e chiarezza, catturati «dalla forza delle prove e dall'utilità evidente dei *lumi*, da cui sono stati rischiarati». All'inizio dell'opera Ballexserd afferma che essa nasce come risposta al quesito posto nel 1761 dall'Accademia Olandese delle Scienze, riguardante «l'argomento che più interessa l'umanità», vale a dire «Quale è la migliore strada da seguire nell'abbigliamento, nella nutrizione e negli

esercizi dei bambini a partire dalla nascita fino all'adolescenza, perché vivano a lungo e in salute?».

Secondiamo pure quel zelo lodevole che una illustre Repubblica [la Repubblica delle Province Unite, di cui faceva parte l'Olanda, n.d.r.] nella sua felice tranquillità ha voluto a tutta Europa manifestare per un bene, qual è la SALUTE, così prezioso all'Umanità: e mentre tanti abitatori di questa medesima Europa, in questo tempo di discordia e di guerra, infelicemente s'impiegano a distruggersi scambievolmente tra loro, procuriamo di imitare questi liberi cittadini pacifici, e di seguire, se possibile, le tracce che ci disegnano, occupandoci utilmente nelle cose le più essenziali per la felicità e per la conservazione degli Uomini¹.

Per rispondere adeguatamente al quesito posto dall'Accademia olandese, il Ballexserd si propone quindi un'analisi dei modi di vivere in uso al suo tempo, al fine di dare indicazioni utili per migliorare le condizioni di salute della popolazione.

Se io qui arriverò a scoprire le accidentali ragioni, per cui tanta gente veggiamo di picciola statura, debole e contraffatta [deforme, n.d.r.], e se nell'istesso tempo mi riuscirà di trovare i mezzi che contribuir potrebbero a rendere gli Uomini più grandi di corpo, e più vigorosi, e più forti, crederò d'esser giunto alla meta proposta nel Problema dell'Accademia.

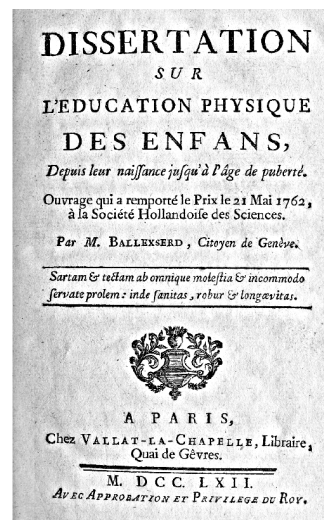


Fig. 1
L'opera di J. Ballexserd, pubblicata a Ginevra nel 1762 e tradotta immediatamente in italiano (a Napoli nel 1763 ed a Venezia nel 1773), è la prima nella quale compare il termine "educazione fisica".

¹ J. Ballexserd, *Dissertazione sull'educazione fisica de' fanciulli dalla loro nascita alla pubertà*, Napoli 1763, p. 2.

Per rendere la sua dissertazione più chiara, il Ballexserd divide la sua esposizione in quattro epoche, corrispondenti ai diversi momenti della vita di un bambino: la prima (preceduta da una breve parte riguardante «il regolamento di vita del padre e della madre fino alla nascita del bambino») dalla nascita fino al termine dell'allattamento, la seconda dall'anno ai cinque/sei anni, la terza dai sei ai dieci anni, per arrivare con la quarta epoca al momento della pubertà, stimata verso i quindici, sedici anni.

Nonostante il titolo per noi fuorviante, agli esercizi fisici viene dedicato solo qualche riga al termine di ogni epoca: complessivamente infatti, sulle 240 pagine che compongono l'intera opera, solo 21 pagine sono dedicate a questo argomento, delle quali ben dieci relative solamente al primo anno di vita.

Per il resto, in questo testo si parla di igiene, intesa come quella parte della scienza medica volta ad indicare, fin dal momento della gravidanza e del parto, la “strada da seguire” per ottenere la massima salute del corpo, dando alle famiglie tutte quelle indicazioni, rientranti nella pratica educativa, volte a crescere i bambini in un ambiente il più possibile salubre, ed a vestirli, nutrirli ed educarli nel modo *igienicamente* più corretto.

Quest'opera, «aggiornata e innovativa, apprezzata subito in tutta Europa»², viene subito tradotta anche in Italia, prima a Napoli (1763) e poi, dieci anni dopo, a Venezia (1773). In ambedue le edizioni troviamo, in copertina, la stessa frase (mantenuta in latino) presente nell'originale: «Serbate i figli riparati e protetti da ogni disagio e scomodità: da qui la salute, la robustezza e una lunga vita» (**Fig. 2**).

Questa frase, su cui torneremo perché spiega uno degli aspetti su cui

Fig. 2

«Sartam et tectam ab omnique molestia et incommodo servate prolem: inde sanitas, robur et longevitas» (*trad. Serbate i figli riparati e protetti da ogni disagio e scomodità: da qui la salute, la robustezza e una lunga vita*). Questa frase, presente in latino anche nelle edizioni italiane del testo, sintetizza gli intenti dell'igiene, rivolta originariamente a tutto ciò che riguarda la cura dei bambini, relativamente al modo di nutrirli, vestirli, gestirli nella vita quotidiana.



² A. Borrelli, *Istruzioni igienico-sanitarie e galatei medici a Napoli tra Sette e Ottocento*, in *Le scienze a Napoli tra illuminismo e restaurazione*, a cura di Roberto Mazzola, Aracne Editrice, Roma 2011, p. 98.

fin dall'inizio correrà la distinzione tra Igiene e Ginnastica, rappresenta il nobile fine per cui, già presso i grandi medici dell'antichità (Ippocrate e Galeno) ed ancora per tutto il Settecento, i precetti igienici erano tenuti in grande considerazione: stabilire tutto ciò che potesse evitare (prevenire) l'insorgere delle malattie, che – ricordiamo – solo in tempi relativamente recenti è possibile combattere direttamente, mediante i farmaci (grazie allo sviluppo della chimica) o con la chirurgia. Non è certo un caso che in greco antico “salute” si traducesse con “hughieia” (la radice di “igiene”), e che la dea che la personificasse fosse appunto Igea, ritenuta figlia o moglie di Asclepio-Esculapio, il dio patrono della medicina nella religione greca antica³.

Il termine “educazione fisica” nasce quindi in questo contesto, quello che gli autori antichi di medicina chiamavano di “medicina profilattica o igienica”, da essi distinta in quattro parti: le somministrazioni, le evacuazioni, le circostanze esterne e “le cose da fare” (tra cui anche gli esercizi fisici)⁴. Ma rispetto alla lunga tradizione medica sull'importanza dei precetti igienici (ricordiamo il *Regimen salernitanum* di epoca medievale), questo testo mostra l'acquisizione della consapevolezza da parte della cultura medica (Ballexserd è medico) dell'importanza, *anche per quanto riguarda la cura del corpo*, della componente educativa, e del suo ruolo determinante nel successo delle indicazioni mediche.

Ballexserd non era stato il primo a dedicare attenzione a questo aspetto, ma nella storia della pediatria (o meglio, della “puericultura”, termine che esprime di per se stesso il diverso approccio alla salute del bambino) egli appare come un innovatore, rispetto a temi importanti come quello dell'allattamento materno (per la prima volta ritenuto superiore a tutti gli altri tipi di nutrimento) o quello della fasciatura dei neonati, da lui additata come dannosa, sia dal punto di vista della libertà motoria che della respirazione: per questo, Ballexserd viene considerato «un precursore della cura moderna dei bambini»⁵, mentre nel *Dizionario Storico della Svizzera* egli viene indicato come «uno dei primi ad interessarsi all'educazione sotto l'angolazione medica», lasciando perciò addirittura «un nome nella storia della pedagogia»⁶.

Quello che va sottolineato è che il passaggio dal termine – prettamente medico – di “igiene” a quello di “educazione fisica” avviene in un preciso momento storico, quello in cui nasce e si afferma il concetto di “educazione”. Dal linguaggio usato nelle pagine iniziali, di cui abbiamo riportato

³ Alessandro Olivieri, *Igea*, in Enciclopedia Italiana (1933).

⁴ G. Mercuriale, *De Arte Gymnastica*, Venezia 1601⁴, pp. 1-8.

⁵ G. De Morsier, *Le médecin genevois Jacques Ballexserd (1726-1774) et “L'éducation physique des enfants”*, *Clio medica*, 9, 1974, pp. 311-315 (con bibliografia).

⁶ V. Barras, *Ballexert (sic), Jacques* in *Dictionnaire historique de la Suisse (DHS)*, versione del 27.12.2001 (consultato il 18.01.2022).

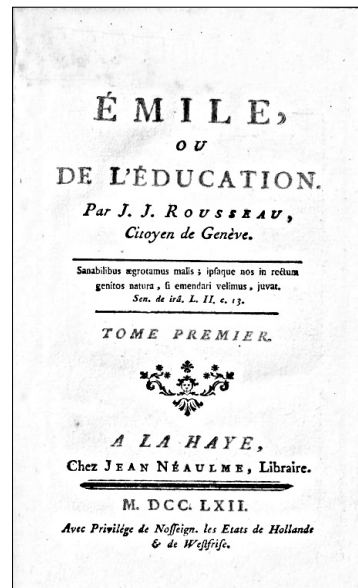
qualche frase, appare infatti evidente lo stretto legame con la cultura illuminista, per la quale con “il lume della ragione” è possibile uscire dal buio non solo dell’ignoranza, ma anche da quello della povertà e della superstizione, ritenuti all’origine di ogni male: da qui, l’appello all’importanza dell’istruzione e dell’educazione. Siamo quindi in un momento storico in cui, perlomeno a livello di intellettuali, l’educazione – anche quella relativa al corpo – appare come uno strumento necessario, forse l’unico possibile, per migliorare le condizioni di vita dell’Uomo: di tutti gli uomini, senza differenze di ceto sociale e di ricchezza.

Il testo che più di ogni altro ha affermato questo concetto è l’*Émile* di **Jean-Jacques Rousseau (1712-1778)**, considerato il testo con cui inizia la moderna storia della pedagogia, pubblicato in Francia lo stesso anno (1762) del libro di Ballexserd (**Fig. 3**).

La concordanza di tempo e in certo qual modo anche di luogo dei due libri (essendo ambedue, come evidenziato nei due frontespizi, “cittadini di Ginevra”) simboleggia il convergere in questi anni di un’importante corrente di studi, che, specialmente in Francia e Germania, si avvarrà anche del tema dell’igiene e degli esercizi come terreno sul quale opporsi al modo di vivere, ritenuto artificiale, effeminato e debilitante, proprio delle classi nobili del tempo, in un’opposizione politico-sociale che sfocerà – con il motto *liberté, égalité, fraternité* – nella Rivoluzione Francese del 1789. Come vedremo quando parleremo della “educazione ginnastica” di inizio Ottocento, questa lotta si svolgerà infatti anche sul piano dell’e-

Fig. 3

Il famoso testo di J.J. Rousseau, con il quale si ritiene avere inizio la pedagogia moderna. Esso viene pubblicato lo stesso anno (1762) del testo del Ballexserd (e ambedue si presentano come “cittadini di Ginevra”), a simboleggiare il convergere, sul tema specifico dell’igiene, dell’interesse da parte di esponenti provenienti sia dall’ambito medico che da quello educativo, uniti nelle lotte politico-sociali di fine Settecento per il miglioramento della vita delle fasce più povere della popolazione.



ducazione e, all'interno di questa, anche dell'educazione fisica e degli esercizi fisici ritenuti *igienicamente* validi, con la partecipazione quindi di ambedue i settori culturali, quello degli educatori (tra cui anche il Pestalozzi, v. Quarto capitolo) e quello dei medici: da qui, in Ballexserd, non solo l'affermazione dell'importanza dell'allattamento materno contro l'uso (allora esclusivo delle classi nobili) delle balie, ma anche l'affacciarsi di esercizi "naturali" – da svolgersi comunque con la raccomandazione igienica a mantenere i propri figli "riparati e protetti" – non appartenenti alle attività codificate nel *bon ton* nobiliare⁷.

La cura e quindi l'*educazione del corpo* (igiene) in tutti i suoi aspetti, appare dunque in questi autori come uno degli strumenti per permettere «l'uscita dell'essere umano dallo stato di minorità che egli deve imputare a se stesso»⁸, nella quale si sostanzia, secondo la famosa definizione di Immanuel Kant, il movimento illuminista.

Tutto ciò dà un profondo significato al passaggio dall' "asettico" termine medico di "igiene" a quello di "educazione fisica", costituendo probabilmente la ragione storica sia della grande fortuna del testo – legata alla grande diffusione delle idee per certi versi rivoluzionarie in esso contenute – sia, di conseguenza, della fortuna del termine da esso introdotto: "educazione fisica" infatti si afferma negli anni, a differenza di altri (come quello, ad esempio, di "educazione medicinale", v. Sesto capitolo) che, pur indicando anch'essi il nuovo settore della "puericultura", erano stati proposti da autori meno moderni, meno innovativi, o, semplicemente, meno in linea con i tempi⁹.

Il raffronto dei due testi del Ballexserd e del Rousseau ci consente un'ulteriore riflessione.

Quando nel primo libro Rousseau, nel descrivere le caratteristiche ideali del suo Emilio, vi inserisce quella di essere sano e ben formato – giustificandola con la celebre affermazione «più il corpo è debole, e più comanda; più è forte, e più obbedisce» – intende sottolineare l'importanza dell'educazione anche del corpo per la costruzione di personalità libere ed indipendenti, svincolate dalla costante paura della morte: su di essa si baserebbe invece la medicina, mentre il vero valore dell'uomo non starebbe nel vivere di per sé, ma nel vivere *con coraggio*.

⁷ J. Defrance, *Esquisse d'une histoire sociale de la gymnastique* (1760-1870), in *Actes de la recherche en sciences sociales*, vol. 2, n°6, décembre 1976. *Le sport, l'Etat et la violence*, pp. 22-46 (in www.persee.fr, consultato il 23 luglio 2021).

⁸ I. Kant, *Risposta alla domanda: Che cos'è l'Illuminismo? (orig: Beantwortung der Frage: Was ist Aufklärung?)* in "Berlinische Monatsschrift", I-V, 1784, pp. 481-94.

⁹ Di "éducation medicinale" parlava il precursore di Ballexserd, il medico Pierre Brouzet, autore nel 1754 del testo *Essais sur l'éducation medicinale des enfants et sur leur maladies* (citato da G. De Morsier, *Le médecin genevois Jacques Ballexserd*, cit., pp. 311-312) così come anche il medico Jean Verdier (sul quale torneremo nel nostro sesto capitolo, per il particolare utilizzo del termine "ginnastica") nel 1777.

In questo contesto, egli afferma:

La sola parte utile della medicina è l'igiene; ed essa è meno una scienza che una virtù. La temperanza ed il lavoro sono i due veri medici dell'uomo: il lavoro aguzza il suo appetito, la temperanza gli impedisce di abusarne¹⁰.

Con l'affermazione «l'igiene è meno una scienza che una virtù», il filosofo Rousseau sottolinea l'aspetto fondamentale dell'igiene, quello educativo, senza il quale essa resta pura nozione, mera teoria.

Il concetto espresso da Rousseau è quindi identico a quello di Ballexserd, solo che, mentre il primo usa il termine antico "igiene" di derivazione greca, il Ballexserd (in realtà non sappiamo se l'avesse già sentito dal Prof. Petit) ne crea uno nuovo, mai usato prima di allora: siamo di fronte quindi a due autori, provenienti da due ambiti culturali diversi che, pur affermando la stessa cosa (la necessità di una *educazione del corpo*, necessaria per la sua *salute*), usano due termini diversi: mentre il filosofo Rousseau utilizza il termine *medico* "igiene", il *medico* Ballexserd conia quello di "*educazione fisica*".

Possiamo pensare che se non ci fosse stato questo passaggio terminologico (paradossalmente operato proprio da un medico), che chiarisce la necessità dell'*educazione* (settore pedagogico) *anche* nel campo della salute (area solitamente di esclusiva competenza medica), probabilmente l'*educazione fisica* (igiene) non avrebbe goduto della considerazione che, da allora e per tutto l'Ottocento, essa ha avuto non solo in ambito medico-scientifico, ma anche in ambito umanistico (filosofico, pedagogico, teologico, letterario). Possiamo così ritenere che il nuovo termine non solo abbia generato e favorito l'interesse degli educatori verso i precetti igienici in generale, ma abbia anche funto da tramite per la rinascita della Ginnastica: infatti gli Istituti dei Filantropini, all'interno dei quali, qualche anno dopo, è nata la Ginnastica moderna, erano delle vere e proprie *scuole*, nelle quali, a differenza di altre, veniva dato particolare valore alla salute ed alla *educazione del corpo*, con particolare attenzione alla parte riguardante gli esercizi fisici.

Se rivolgiamo ora il nostro sguardo a questo specifico settore – del tutto marginale rispetto agli altri grandi temi compresi nella "educazione fisica" – vediamo che nel testo del Ballexserd le (poche) indicazioni date al riguardo sono molto generiche, e sono ispirate al concetto di massima *libertà* ed a quello per cui la *natura* vada sempre assecondata, in quanto

¹⁰ Jean-Jacques Rousseau, *Émile, ou De l'éducation*, Ed. A. Houssiaux, Paris 1852-53, Libro Primo, p. 414. La prima edizione italiana appare a Milano solamente nel 1886 (Gian-Giacomo Rousseau, *Emilio, o Dell'educazione*. Traduzione di Pier Antonio Vizzotto, Enrico Trevisini editore, Milano 1886).

di per sé volta al meglio per l'uomo: «Bisogna permettere ai bambini (si riferisce qui a quelli fino ai sei anni) tutti gli esercizi che agitano moderatamente la macchina, perché il movimento che la *natura* detta loro, e che tanto li alletta, è molto utile per la loro *salute*»¹¹.

A partire dalla terza epoca, dai sei anni quindi, i movimenti ritenuti utili ad una crescita sana, e che il genitore non deve ostacolare, sono sempre quelli naturali, quelli cioè che ogni bambino farebbe se visse in un ambiente naturale: camminare e correre su ogni tipo di superficie, scalare i muri, lanciare le pietre, arrampicarsi sugli alberi, i giochi di lotta e via dicendo. Queste indicazioni vengono accompagnate da tutta una serie di indicazioni igieniche, alcune in realtà piuttosto discutibili, come quella che il bambino è bene stia sempre in piedi durante il giorno, anche per mangiare e studiare.

Nell'ultima epoca, vale a dire dai dieci ai sedici anni, il Ballexserd afferma che «si può cominciare a forzare un po' gli esercizi», che «bisogna esercitare le proprie forze *per gradi ed in mille modi diversi, senza mai fare sforzi improvvisi*» e che «gli esercizi di salto, di danza, della pillotta [antenato dell'attuale tennis, n.d.r.], della scherma, del cavalcare etc. sono tutti molto raccomandabili».

Dopo aver ricordato la figura di Cesare in Plutarco, accenna anche agli esercizi ginnastici dell'antichità con queste parole:

A parte che i grandi esercizi ginnastici non sono più in uso, essi non rientrano per nulla nel mio piano, essendomi io limitato a quelli che più particolarmente convengono fino all'età della pubertà.

Se dunque, per quanto riguarda i primi anni di vita del bambino, viene sottolineata l'importanza igienica dei movimenti naturali effettuati all'aria aperta, per gli anni successivi vengono aggiunti quegli esercizi diffusi nelle classi sociali più elevate (le arti nobili come la scherma, l'equitazione, la caccia, la danza, gli esercizi di "portamento"), mentre i "grandi esercizi ginnastici", conosciuti allora solo per tradizione letteraria, sono ritenuti adatti solo all'età successiva alla pubertà.

Al di là dunque dell'importante novità costituita dal cambio di nome (da "igiene" a "educazione fisica") riguardante in generale l'oggetto del libro (la "cura del corpo"), dal punto di vista delle indicazioni pratiche riguardanti lo specifico campo dell'attività fisica, il testo del Ballexserd appare sostanzialmente in continuità con le generiche indicazioni date nella tradizione medica antecedente, affermantene l'importanza, ai fini della salute strettamente fisica dell'uomo, dell'esercizio fisico e del "*movimento*", genericamente intesi, attuati nel segno della "natura" e della "libertà".

¹¹ J. Ballexserd, *Dissertazione sull'educazione fisica*, cit., p. 128.

Come vedremo nel prossimo capitolo, la Ginnastica moderna invece, prendendo le mosse proprio dalla ginnastica antica e soprattutto da quanto su di essa aveva scritto e tramandato Girolamo Mercuriale nel suo *De Arte Gymnastica*, si è subito configurata come qualcosa di ben diverso dai generici movimenti ed esercizi, a cui si accenna nel testo del medico Ballexserd. Ma su questo avremo modo di tornare.

Quello che va evidenziato è che, ancora per tutto l'Ottocento, il termine "educazione fisica" non indicherà il campo specifico dell'esercizio fisico, bensì *tutto ciò che riguarda la salute e l'educazione del corpo*, quindi la nutrizione, il vestiario, l'igiene in generale della persona, ivi compresi – ma solo in modo del tutto secondario – gli esercizi fisici.

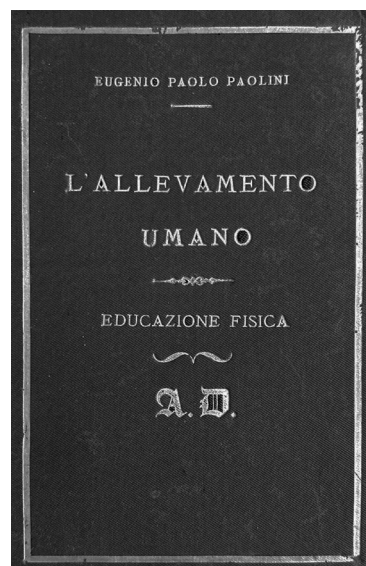
Quando nel lontano 1999, all'inizio dei miei studi storici, trovai in un catalogo il testo scritto nel 1894 da un certo Eugenio Paolo Paolini, intitolato *L'allevamento umano* con il sottotitolo *Educazione fisica*, mi affrettai a comperarlo, immaginando di comperare un testo sulla Ginnastica (**Fig. 4**).

Ricordo perfettamente la mia grande delusione quando, aprendolo, non trovai nemmeno una descrizione, né una figura, riguardante gli esercizi: al posto di immagini e spiegazioni "ginniche", trovai tante indicazioni pratiche sull'igiene della prima infanzia, a cominciare (come nel Ballexserd) da quelli inerenti alla gravidanza ed al parto, fino a comprendere tutti gli aspetti dell'*igiene* nello sviluppo del bambino (**ALL. 1**).

Come vedremo nel corso di questo lavoro, sarà solo alla fine del secolo XIX che la storia di questo termine si incrocerà con quella, fino ad allora ben distinta, del termine "ginnastica", diventandone nel tempo persino

Fig. 4

Il titolo ed i contenuti del testo di E.P. Paolini del 1898 – anch'esso un vero e proprio testo di igiene, come quello del Ballexserd – testimonia il persistere del significato attribuito al termine "educazione fisica", che almeno fino alla fine dell'Ottocento non è assolutamente legato al mondo dell'esercizio fisico, bensì appare come sinonimo di "igiene", intesa come quella parte dell'educazione volta (genericamente) alla salute del corpo. Per maggior chiarezza, l'indice del testo è riportato in Appendice (ALL. 1).



un sinonimo. Nella particolare ottica con cui è impostato questo lavoro, riteniamo importante evidenziare il fatto che storicamente sarà proprio dalla tradizione medico-scientifica (comprendente, come abbiamo visto nel Ballexserd, anche il settore degli esercizi fisici) che proverranno gli scienziati igienisti che a fine Ottocento rimetteranno in auge (stavolta con un significato limitato all'attività fisica svolta in ambito scolastico) il termine "educazione fisica". A dimostrazione di quanto sia importante la terminologia, occorre sottolineare (v. Nono capitolo) che tale operazione ebbe come obiettivo quello di contrapporsi – mettendone quindi in discussione il valore – alle esperienze ginnastiche ormai diffuse in molte scuole e che ciò venne attuato proprio attraverso il cambio di nome da "ginnastica" a "educazione fisica": ed anche in questo caso, così come era avvenuto nel passaggio da "igiene" ad "educazione fisica", tale scelta non fu priva di conseguenze.



SINTESI DEL PRIMO CAPITOLO

Viene chiarito il significato originale del termine "educazione fisica", nato come sinonimo di "igiene", termine proveniente dalla medicina antica, che con esso indicava quella parte della medicina volta alla prevenzione delle malattie. Tale passaggio terminologico, operato nel 1762 proprio da un medico (J. Ballexserd) al fine di sottolineare l'importanza dell'aspetto educativo anche in tale settore della medicina, ha favorito la diffusione del termine (e dei concetti in esso racchiusi) anche al di fuori dell'area medica, in particolare tra letterati, filosofi e pedagogisti, presso i quali si afferma l'idea dell'unitarietà dell'educazione, considerata infatti durante tutto l'Ottocento contemporaneamente intellettuale, morale e fisica. Per quanto riguarda gli esercizi fisici, in Ballexserd il termine non indica niente di nuovo rispetto ai "movimenti naturali" già previsti (con indicazioni vaghe e generiche) dalla tradizione medica antecedente, ma sicuramente il concetto dell'importanza della "educazione alla salute del corpo" prepara la strada all'affermazione della Ginnastica.

CAPITOLO SECONDO

Dal *De Arte Gymnastica* di Girolamo Mercuriale all'Arte ginnastica dei primi Maestri

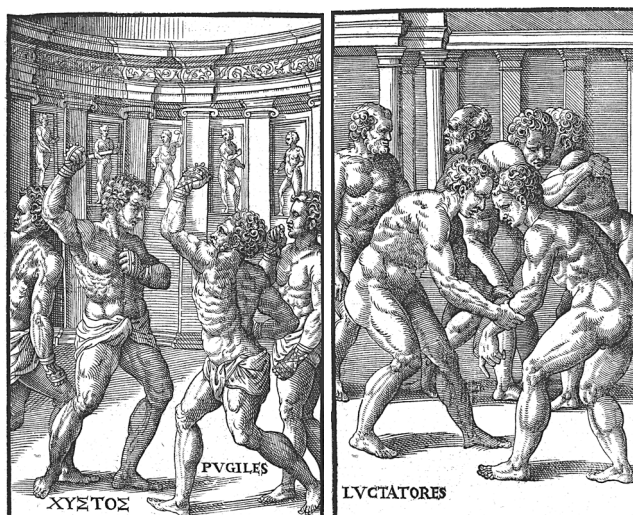
Come tutti sappiamo, la pratica della ginnastica ebbe grande diffusione nel mondo antico, in particolar modo nella cultura greca, dove la ginnastica era ritenuta, come testimonia anche il significato attuale del termine “ginnasio”, parte integrante dell’educazione. Con il mutare delle condizioni politico-sociali e culturali, essa però perse sempre più valore ed importanza, e durante il Medioevo e ancora durante tutto il Rinascimento essa rimase per così dire “confinata” nei libri e nelle testimonianze antiche, che di essa raccontavano. In questo periodo si svilupparono peraltro molte attività e forme di esercizio fisico, alle quali furono dedicate anche numerose specifiche pubblicazioni (sui giochi con la palla, sulla scherma, sul cavalcare, sulla caccia e via dicendo), mentre bisogna aspettare il 1569, anno della prima edizione del *De Arte Gymnastica* di **Girolamo Mercuriale (1530-1606)**, per avere una prima trattazione organica specificatamente dedicata, anche se con un’impostazione molto più teorica che pratica, alla *ginnastica* (**Fig. 5**).

Questo testo, pubblicato ormai al termine del periodo rinascimentale, si presenta come un vero e proprio *inno al corpo*, alla sua importanza ed alla sua bellezza, ed afferma per l’Uomo la possibilità – anzi il dovere – di averne cura: l’arte greca e romana, cui l’intera opera del Mercuriale si riferisce, fornisce il riferimento culturale per il concetto di bellezza, certo non prioritario per Mercuriale (che era medico), ma comunque elemen-

to compresente in quello di “buona salute”, ritenuta quest’ultima necessaria, secondo quella visione unitaria dell’Uomo propria della cultura antica, per poter adeguatamente *animo inservire* (trad. rendere servizio all’animo). Attraverso il recupero di ciò che gli antichi avevano lasciato sull’argomento infatti, anche nell’opera di Mercuriale – così come era già avvenuto nelle “grandi arti” come la pittura, la scultura o la stessa Medicina – viene affermata una visione del corpo finalmente lontana dal mondo delle “flagellazioni” proprie dell’età medievale, nella quale il corpo, indegna prigioniera dell’anima, poteva trovare attenzione solo per essere punito. Per Mercuriale, così come per tutta la cultura antica, il corpo “bello ed in buona salute” è invece un grande valore: per conseguirlo però occorre un intervento consapevole e competente da parte dell’Uomo, che deve sviluppare le scienze necessarie per arrivare a questo fine: vale a dire, la Medicina e la Ginnastica. Con un coraggioso atto di “distacco” rispetto a quanto espresso dai medici antichi, esse sono ritenute dal Mercuriale due discipline distinte, ciascuna con una propria autonomia e soprattutto aventi pari dignità: la Medicina infatti, afferma il Mercuriale, si pone di fronte al corpo umano in relazione alla malattia, la Ginnastica invece per quanto riguarda la possibilità del corpo di essere “*èuekton*”, cioè suscettibile di un bell’aspetto (**Fig. 6**).

Definiamo quindi come oggetto della ginnastica il corpo umano in quanto per natura propria capace di ricevere una buona costituzione e di conservare questa e la buona salute¹².

Fig. 5
Alcune figure tratte dal *De Arte Gymnastica* del Mercuriale, nelle quali è evidente l’ambientazione nel mondo antico, che indica chiaramente sia l’impronta teorica sia l’intento prevalente dell’opera: quello di riportare alla luce un’attività del passato.



¹² G. Mercuriale, *De Arte Gymnastica*, cit., I, 4.

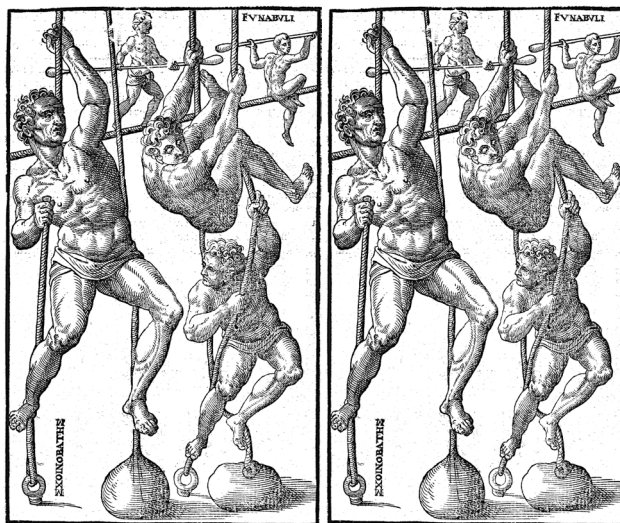
Nel puntiglioso impianto teorico, nel quale Mercuriale conduce la sua trattazione, trova spazio anche una precisa definizione di Ginnastica:

(Così potremo dire che) l'arte ginnastica sia la disciplina (orig. *facultas*) che studia l'efficacia (orig. *facultates*) di tutti gli esercizi, e che insegna con l'opera (orig. *opere ipso*) le loro varietà, al fine o di conservare la salute o di acquisire e conservare un ottimo aspetto del corpo¹³.

Sull'enorme importanza culturale del *De Arte Gymnastica* all'interno della storia della Ginnastica torneremo in seguito. Ciò che importa qui sottolineare è che, nonostante l'accorato appello del Mercuriale affinché essa tornasse in vita, la *pratica* della Ginnastica restò ignorata ancora per tutto il XVII e la prima metà del XVIII secolo: per la sua rinascita era infatti necessario che, a livello culturale, l'importanza della salute fisica, dal Mercuriale ampiamente sottolineata, venisse compresa e accolta anche nell'ambito educativo, e questo è quanto è successo, come abbiamo visto nel precedente capitolo, nell'ambito di quell'incredibile momento che è stato l'Illuminismo europeo, nel quale infatti è nato il termine "educazione fisica". Non a caso quindi la nascita della Ginnastica in epoca

Fig. 6

Le immagini presenti nel testo del Mercuriale sono delle xilografie su disegni dell'artista ed antiquario napoletano Pirro Ligorio: i disegni originali si trovano riprodotti nell'edizione del *De Arte* pubblicata in occasione delle Olimpiadi di Pechino (Olschki 2008, con traduzione integrale inglese del testo). Da notare in queste immagini la ricerca, non sempre fruttuosa, di una resa anatomica reale delle varie posizioni assunte dai corpi nudi dei soggetti rappresentati.



¹³ «(ita dicere poterimus) artem gymnasticam esse facultatem quandam omnium exercitiorum facultates contemplantem, eorumque varietates opere ipso edocentem, vel gratia bonae valetudini conservandae, vel gratiae optimi corporis habitus acquirendi atque tuendi» (G. Mercuriale, *De Arte Gymnastica*, cit., I, 3). Sull'interpretazione complessiva dell'opera del Mercuriale v. C. Baroni, M. Pecchioli, *La figura e l'opera di Girolamo Mercuriale in relazione alla situazione attuale dell'educazione fisica*, Istituto Duchenne, Firenze 1997.

moderna avviene all'interno degli Istituti dei Filantropini (da *filos*, amico e *anthropos*, uomo), vere e proprie scuole miranti ad un'educazione integrale dell'Uomo, comprendente quindi, oltre all'educazione intellettuale e morale, anche "l'educazione del corpo".

Il primo di questi Istituti fu fondato a Dessau nel 1774 da Johann Bernhard Basedow (1724-1790).

Dottore in filosofia e teologia, sulla base delle idee di John Locke e, come scrive Di Donato, «colpito da una recente lettura dell'*Émile* di Rousseau», il Basedow riesce, con grandi sforzi e con l'aiuto dei filantropi e dei potenti del tempo, a dare vita al suo progetto, rivendicando «allo Stato il diritto, come pure il dovere, di provvedere alla scuola»¹⁴. Negli anni successivi, molti insegnanti da Dessau andarono a fondare altri Istituti, in una sorta di *diaspora*: altri Filantropini nascono infatti a Parigi (1777), ad Amburgo (1778) e Schnepfenthal (1784), fino ad arrivare anche a San Pietroburgo (1784), da cui poi si estenderà l'insegnamento della Ginnastica anche a Mosca (1792).

I titoli di alcune importanti pubblicazioni di quei primi anni ci testimoniano il rinnovato interesse per "la salute del corpo", in funzione della *educazione integrale* (e persino della *felicità*) dell'essere umano: si consideri ad esempio la *Revisione generale dell'istruzione e dell'educazione, fatta da una società di educatori pratici*, scritta negli anni dal 1785 al 1791 da E. Campe, Trapp, P. Villaume, Stuve; oppure *Della formazione del corpo in considerazione della perfezione e felicità dell'uomo, o dell'educazione fisica in particolare*, pubblicato a Berlino nel 1787 sempre dal Villaume. In questa "educazione fisica" (indicante, come abbiamo visto nel precedente capitolo, tutto ciò che attiene all'igiene del corpo) trovano sempre maggior spazio gli esercizi fisici, come testimonia l'opera specificatamente ad essi dedicata da Gerhard Ulrich Anton Vieth, *Encyklopädie der Leibesübungen* (trad. *Enciclopedia degli esercizi del corpo*), pubblicata a Dessau nel 1794 (vol. I), nel 1795 (vol. II) e nel 1818 (vol. III).

Gli esercizi infatti che troviamo *praticati* (e non più solo *raccomandati*) negli Istituti si precisano rispetto alle vaghe indicazioni del Ballexserd, ed in questo modo, ed in questo contesto, nasce nel 1793 il primo testo di Ginnastica, intitolato *Gymnastik für die Jugend* (titolo completo tradotto letteralmente: *Ginnastica per i giovani. Contiene un'istruzione pratica sugli esercizi fisici. Un contributo al necessario miglioramento dell'educazione fisica*), ad opera di Guts Muths¹⁵.

¹⁴ M. Di Donato, *Storia dell'educazione fisica e sportiva. Indirizzi fondamentali*, Ed. Studium, Roma 1998³ (I ed. 1962), p. 45.

¹⁵ Guts Muths, *Gymnastik für die Jugend. Enthaltend eine praktische Anweisung zu Leibesübungen. Ein Beitrag zur nöthigsten Verbesserung der körperlicher Erziehung*, Schnepfenthal 1793.

Compiuti gli studi di teologia, divenuto insegnante di francese, geografia, tecnologia e ginnastica nell'Istituto Filantropino di Schnepfenthal, **Johann Christoph Friedrich Guts Muths (1759-1839)** viene unanimemente considerato il padre della Ginnastica moderna. Mantenendo come base, come già aveva fatto il Mercuriale, le tipologie di esercizi dell'antica Grecia (corsa, salti, lanci e lotta), nel testo del Guts Muths troviamo sviluppati ognuno di essi, ma non solo: in esso vengono descritti anche gli esercizi relativi all'arrampicarsi, lo studio degli equilibri, lo spingere ed il tirare, il trasportare, la danza (inteso in senso ampio: danza con il cerchio, con il giunco e con la fune, nonché la danza ginnica), gli esercizi ed i giochi di destrezza ed anche il nuoto, il tutto svolto con l'aiuto di *rudimentali attrezzi* (**Fig. 7**), ma comunque *all'aperto, in ambiente naturale*, come appare evidente nelle immagini presenti nel testo. Tra parentesi, questo ci porta ad una considerazione storica nei confronti del cosiddetto *metodo naturale* dell'educatore fisico francese Georges Hébert (1885-1957), che, seppur autore di un notevole lavoro di sistematizzazione sulle "dieci famiglie di movimento" (v. Nono capitolo), parlava con disprezzo di quella che definiva la *vecchia ginnastica*, mostrando così – come purtroppo molti altri – di non aver mai conosciuto le vere caratteristiche della Ginnastica a lui precedente.

Oltre a queste attività, il Guts Muths dà inoltre ampio spazio alla dizione, alla voce (la cui importanza era stata evidenziata anche dal Mercuriale) e, a dimostrazione della sua formazione culturale, dedica un intero capitolo, sulla scorta delle indicazioni del Rousseau, alle attività manuali e all'esercizio dei sensi, definiti gli *Elementarlehre des Denkens* (trad.



Fig. 7

In questa immagine è possibile osservare l'attrezzo per lo studio degli equilibri, probabile progenitore della trave e dell'asse di equilibrio (Guts Muths, Gymnastik für die Jugend, Schnepfenthal 1793, Tav. VII).

i maestri elementari del pensiero)¹⁶. Rispetto a Mercuriale, troviamo nel Guts Muths una nuova ragion d'essere per la Ginnastica, una giustificazione basata sulla nuova consapevolezza della sua importanza non solo per la *salute* del corpo ma anche per il necessario miglioramento della sua *educazione*.

A differenza dunque di quanto asseriva il Ballexserd riguardo ai «*grandi esercizi ginnastici*» dell'antichità, ritenuti non adatti prima della pubertà, la Ginnastica in età moderna si pone fin dall'inizio come indispensabile strumento educativo, *importante quindi nella fase di crescita della persona*. Guts Muths cita e mostra di conoscere bene il *De Arte Gymnastica*, e se da un lato appunto lo supera, per il suo inquadramento all'interno del concetto di "educazione fisica" – sorto come abbiamo visto solamente due secoli dopo il Mercuriale – dall'altra ne accoglie il messaggio principale: la vera ginnastica si distingue dalle altre forme di ginnastica (militare, oppure quella volta allo spettacolo, o quella degli atleti) in base allo scopo per cui essa viene praticata.

Il carattere degli esercizi deve dipendere dallo scopo della ginnastica. Le nazioni civilizzate detestano i crittogrammi spartani [le crudeli leggi volte all'educazione guerresca dei ragazzi, n.d.t.], così come l'arte disumana dei gladiatori romani. *Non vogliono che i loro ragazzi diventino degli atleti il cui unico scopo della vita sia la ginnastica*. Noi tendiamo, in questi esercizi, alla salute e non al suo annientamento; al rafforzamento fisico e non alla insensibilità del cannibale; noi miriamo alla mente e al coraggio dell'uomo, non alla rozzezza e alla indomabile brutalità. *La nostra ginnastica è strettamente collegata (si piega) alla cultura dello spirito*; con questa procede di pari passo in modo armonico e assomiglia così all'arte pedagogica così come venne praticata dalla gioventù nell'Accademia di Atene; *rifiutando tuttavia quanto è inadeguato e esagerato*¹⁷.

Riguardo a quest'ultima affermazione, nell'accennare ai motivi del decadimento della educazione ginnica presso gli antichi, citando la Storia universale dello storico illuminista Johann Christoph Gatterer (1727-1799), il Guts Muths scrive:

Permettetemi di dichiarare, nonostante non possa addentrarmi in analisi storiche, che *soprattutto gli atleti contribuirono a rendere spregevoli gli esercizi in sé ottimi. La miglior cosa si rovina attraverso l'esagerazione, attraverso la sostituzione di un scopo giusto con uno falso*.

¹⁶ Guts Muths, *Gymnastik für die Jugend*, II edizione, Schnepfenthal 1804, p. 482. Per questa seconda edizione del testo del Guts Muths possiamo avvalerci, nonostante alcune inesattezze nella traduzione, del lavoro di sintesi e traduzione nella Tesi di Laurea all'ISEF di Firenze del 2001 di Sara Forti (S. Forti, M. Gori, *La ginnastica tedesca del Guts Muths*, disponibile online).

¹⁷ Ivi, pp. 175-176.

Queste chiare parole evidenziano quello che sarà un filo conduttore in tutti gli autori e in tutta la storia della Ginnastica: le netta presa di distanza da tutto ciò che si configura come *esagerazione*, in particolar modo dall'*atletismo* e dall'*acrobazia*. Ma su questo avremo modo di tornare.

Rispetto ancora al Mercuriale, Guts Muths costituisce inoltre – e lo fa del tutto consapevolmente – un altro passo avanti: mentre Mercuriale infatti aveva trattato solo *teoricamente* della Ginnastica, il Guts Muths lo supera dando anche delle *indicazioni pratiche* (**Fig. 8**) e all'inizio del nono capitolo, apprestandosi ad affrontare la descrizione del *ginnasio* e delle singole famiglie di esercizi scrive:

Tutto ciò, dato che a noi ora non sta a cuore la storia bensì la pedagogia pratica, ci appare troppo lontano. Voglio fondare un nuovo ginnasio; voglio indicare i tratti fondamentali degli esercizi ginnici e classificare questi ultimi; questo è il contenuto di questo capitolo¹⁸.

La percezione quindi di stare facendo qualcosa di nuovo è evidente in Guts Muths, il quale se da un lato avverte la necessità di fondarsi su quanto era stato fatto nel passato, dall'altro sente forte quella di doverlo superare, terminando le pagine «Ai lettori», presenti nella seconda edizione del 1804, con l'esortazione: «Non dobbiamo rimanere attaccati alle radici, ma proseguire!».



Fig. 8

Da notare la differenza, a parità di esercizio (la lotta), con l'immagine presente nel *De Arte Gymnastica* del Mercuriale (Fig. 5): qui infatti non si tratta di rappresentare un'attività del passato, ma di mostrare gli esercizi effettivamente svolti, in ambiente naturale e con attrezzi ancora rudimentali, negli Istituti dei Filantropini (Guts Muths, *Gymnastik für die Jugend*, Schnepfenthal 1793, Tav. V).

¹⁸ Ivi, p. 168.

Con questo atteggiamento, audace e coraggioso anche se rispettoso nei confronti del passato, il Guts Muths scrive questo testo, seguito a poca distanza di anni dai *Giochi per l'esercizio del corpo e la ricreazione dello spirito* del 1796 e dalla *Piccola teoria del nuoto* del 1798, argomenti comunque già presenti anche nella sua opera principale, a dimostrazione della grande visione d'insieme della Ginnastica, ritenuta, come già aveva teorizzato Mercuriale, un grande “contenitore” comprendente ogni tipo di attività fisica (quindi anche i *giochi*), purché svolta con gli obiettivi in essa rientranti (**Fig. 9** e **Fig. 10**).

L'opera del Guts Muths ha immediatamente un grande successo editoriale, venendo subito tradotta in danese, inglese e francese. La storia di queste prime traduzioni è in realtà piuttosto travagliata. Sappiamo che ci fu una traduzione inglese, pare piuttosto libera¹⁹, nel 1800 a Londra, pubblicata dall'editore Johnston, seguita due anni più tardi dall'edizione americana (Philadelphia 1802). Da notare che ambedue non compaiono sotto il nome di Guts Muths (ritenuto, pare, uno pseudonimo per “buon coraggio”), bensì come opere di Christian Gotthilf Salzmann, maestro del Guts Muths al Filantropino di Schnepfenthal. Nel 1803 compare poi la prima traduzione francese, piuttosto libera fin dal titolo, anch'essa non sotto il nome del vero autore, ma di quello di due insegnanti francesi, mentre l'anno dopo (1804) ricompare sempre in Francia il nome del Salzmann, in una traduzione parziale della pubblicazione inglese.

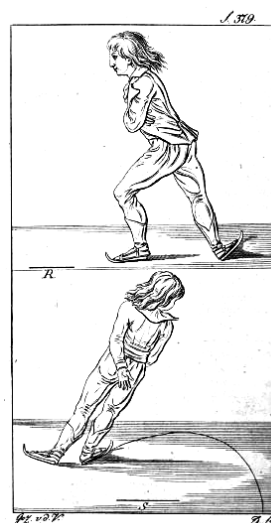


Fig. 9
Nella seconda edizione dell'opera (1804) il Guts Muths attribuisce molta importanza al pattinaggio, ritenuto, tra le varie attività comprese nella Ginnastica, ottimo esercizio d'equilibrio.

¹⁹ J. Todd, *Physical Culture and the Body Beautiful. Purposive Exercise in the Lives of American Woman (1800-1875)*, Macon, Georgia 1998, p. 34 e nota 4 (p. 60).

Per quanto riguarda la traduzione inglese e francese del titolo, possiamo osservare che, se nella sua prima parte esso è rimasto sempre fedele all'originale (*Gymnastik für die Jugend; Gymnastics for Youth; Gymnastique pour la jeunesse*), troviamo invece variazioni importanti nel sottotitolo:

- originale tedesco: «Contiene un'istruzione pratica sugli *esercizi fisici*. Un contributo al *necessario miglioramento dell'educazione del corpo* (orig. *körperliche Erziehung*)».
- traduzione francese: «Trattato elementare dei *giochi d'esercizio* considerati sotto il rapporto della loro utilità *fisica e morale*».
- traduzione inglese: «Guida pratica per *esercizi deliziosi e divertenti* per l'uso della scuola. Un saggio per il *necessario miglioramento dell'educazione, soprattutto per quanto riguarda il corpo*»²⁰.

Mentre il sottotitolo originale fa riferimento esclusivamente al *necessario miglioramento dell'educazione del corpo*, in quello francese compare il concetto di moralità, che contraddistinguerà il carattere della Ginnastica amorosiana francese, mentre in quello inglese viene introdotto il concetto di gioco (del tutto assente nel titolo del Guts Muths), o comunque



Fig. 10

*I giochi (qui raffigurati il cerchio, l'altalena, l'aquilone e, probabilmente, il rincorrersi) sono considerati già dal Guts Muths, così come aveva indicato anche Mercuriale, appartenenti al mondo della Ginnastica (Guts Muths, *Gymnastik für die Jugend*, Schnepfenthal 1793, Tav. VIII).*

²⁰ C.G. Salzmann, *Gymnastics for Youth: Or a practical Guide to Delightful and Amusing Exercises For the Use of School, An Essay Toward the Necessary Improvement of Education, Chiefly as It Relates to the Body*, London 1800 (titolo rimasto identico nella edizione americana del 1802); A. Amar-Durivier, L.F. Jauffret, *La gymnastique de la jeunesse, ou traité élémentaire des jeux d'exercices considérés sous le rapport de leur utilité physique et morale*, Paris 1803. Sul Guts Muths v. J. Todd, *Physical Culture*, cit., pp. 33-34; J. Defrance, *Esquisse d'une histoire sociale*, cit., p. 42.

di *esercizi deliziosi e divertenti* volti ad una generica *educazione*, quasi a presagire lo sviluppo dello *sport* che caratterizzerà nei decenni successivi (v. Decimo capitolo) la società inglese.

Tutto questo sta ad indicare quanto queste prime e molto libere traduzioni – di cui si lamenta lo stesso Guts Muths, già in occasione della seconda edizione del suo lavoro (1804)²¹ – abbiano in realtà lasciato molto spazio alla libera interpretazione dei veri concetti da lui espressi, contribuendo così a rendere il suo messaggio poco chiaro, non ben definito, quindi anche, inevitabilmente, più debole e poco incisivo.

Questo fatto, che caratterizzerà molte opere di questi primi Maestri, può essere ritenuto una delle ragioni delle difficoltà incontrate dalla Ginnastica nel corso della storia, in particolare per quanto riguarda la sua introduzione nella scuola; la diffusione infatti di concetti falsati rispetto a quanto espresso originariamente dagli autori ha portato alla mancata conoscenza dei veri obiettivi di questa disciplina, permettendo così che essa continuasse ad essere vittima dei pregiudizi (soprattutto quello di essere volta all'*atletismo* o all'*acrobatismo*) che, a partire da quelli riguardanti la ginnastica nell'antichità, hanno sempre pesato in modo negativo su di essa. D'altronde, ancora oggi il pensiero originale di questi primi autori è ancora oggi poco conosciuto, tant'è vero che di questi testi manca ancora, quasi sempre, una traduzione in lingua italiana.

Comunque sia, il successo editoriale del testo del Guts Muths si accompagnò immediatamente ad una "esplosione" della *pratica ginnastica* in tutta Europa, come testimoniano le sue parole scritte in occasione della seconda edizione dell'opera, nella quale esprime la propria soddisfazione nel vedere la grande diffusione della Ginnastica (comprendendo in questo termine, come abbiamo visto, anche i *giochi ginnastici* e l'insegnamento del *nuoto*), soffermandosi in modo particolare su quanto stava avvenendo in Germania, in Svizzera, ed in particolar modo in Danimarca. Riguardo a quest'ultima, il Guts Muths pronuncia parole di compiacimento sul suo «saggio governo, il primo ad aver *inserito nelle leggi* la parte trascurata dell'educazione del corpo», così come sulla figura di **Franz Nachteggall (1777-1847)**, il futuro insegnante del padre della Ginnastica svedese **Pehr Henrik Ling (1776-1839)**, sul quale torneremo.

Ancora riguardo alla Danimarca, il Guts Muths attribuisce poi a Copenhagen il primato di essere «la prima città in Europa ad aver accolto pubblicamente la Ginnastica nel suo grembo»²²: sappiamo infatti che il Nachteggall nel 1804 fonda l'Istituto Militare di Ginnastica, il primo in

²¹ Guts Muths, *Gymnastik für die Jugend*, Schnepfenthal 1804 (II ed.), pp. XIV-XV (nota): questa edizione si presenta peraltro molto diversa e molto più ampia della prima.

²² Ivi, p. XIV.

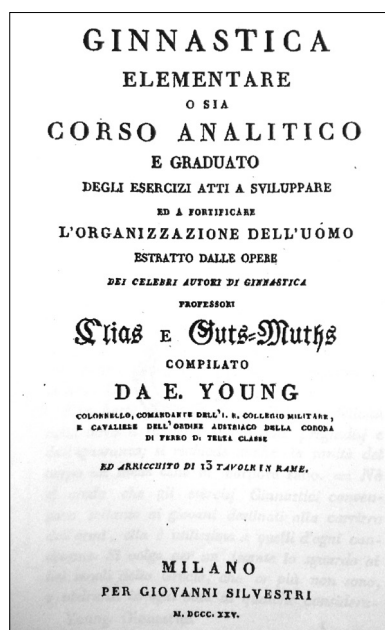
Europa, che solo quattro anni dopo accoglierà anche una sezione civile, diventando poi nel 1828 Scuola Normale di Ginnastica.

Da allora essa diventerà *materia d'insegnamento obbligatoria* in tutta la Danimarca, ottenendo così, secondo il Di Donato, «il primo riconoscimento ufficiale che la Ginnastica ha nel mondo»²³. Il testo del Guts Muths, cui anche il Nachtegall si riferisce, costituisce quindi un momento fondamentale nella storia della Ginnastica, contribuendo in modo determinante alla sua diffusione in tutta Europa.

Anche in Italia la prima pubblicazione interamente e specificatamente ad essa dedicata – si tratta dell'opera del colonnello livornese Eugenio Young, *Ginnastica elementare o sia corso analitico e graduato degli esercizi atti a sviluppare ed a fortificare l'organizzazione dell'uomo*, pubblicata a Milano nel 1825 – esprime fin dal sottotitolo (*Estratto dalle opere dei celebri autori di Ginnastica Clias e Guts Muths*) il proprio debito verso il Guts Muths (**Fig. 11**): in realtà, si tratta della fedele traduzione del testo dello svizzero P.H. Clias, al quale dedicheremo il prossimo capitolo.

Fig. 11

Questo testo, intitolato Ginnastica elementare o sia corso analitico e graduato degli esercizi atti a sviluppare ed a fortificare l'organizzazione dell'uomo (Milano 1825) è il primo testo italiano sulla Ginnastica, ed è opera del colonnello livornese Eugenio Young. Essi si presenta come un «Estratto dalle opere dei celebri autori di Ginnastica professori Clias e Guts Muths»: ad un'attenta analisi, più che un estratto, esso appare una fedele traduzione dell'edizione francese (Parigi 1819) della prima opera dello svizzero Ph. H. Clias (1782-1854), pubblicata originariamente in tedesco (Bern 1816).

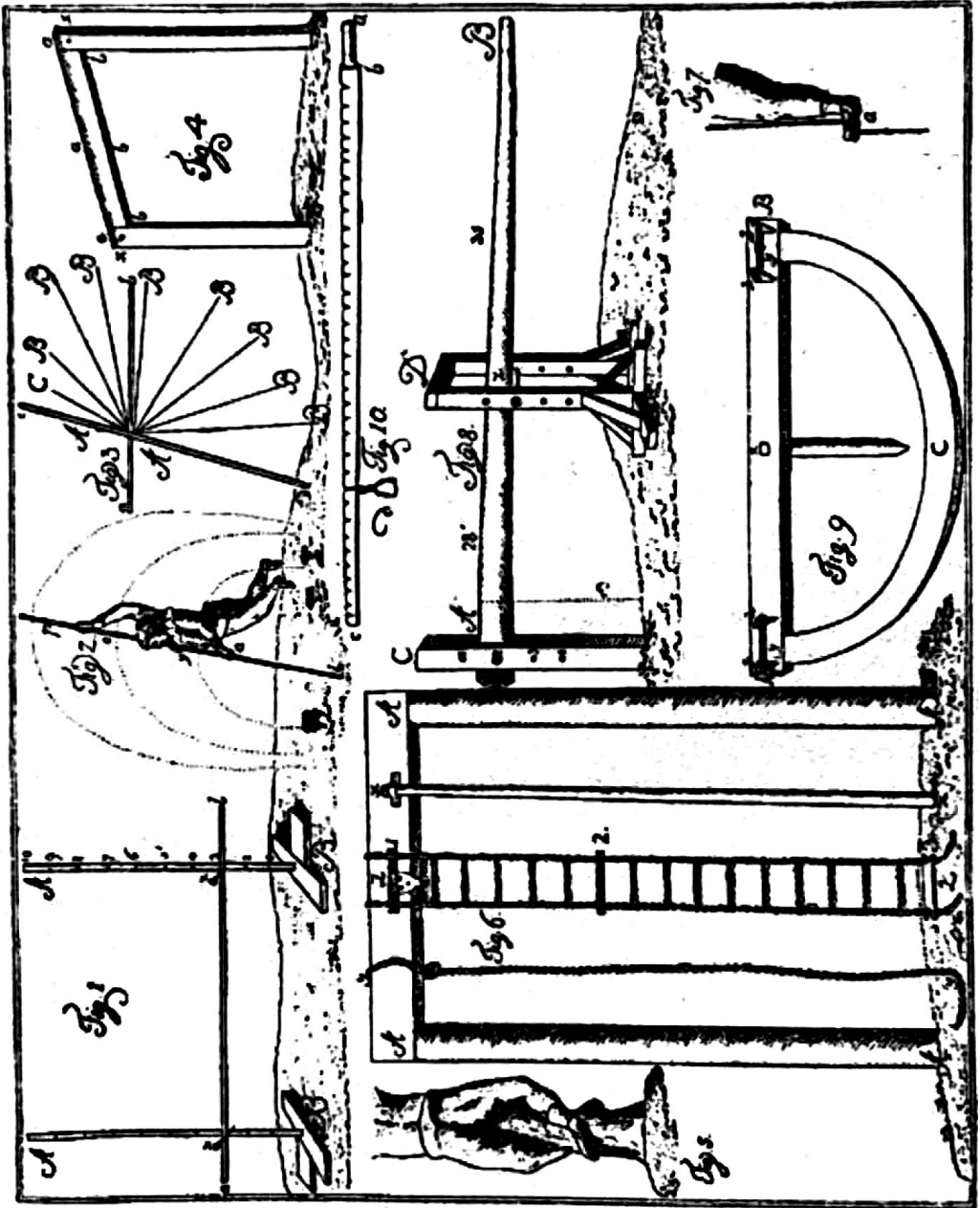


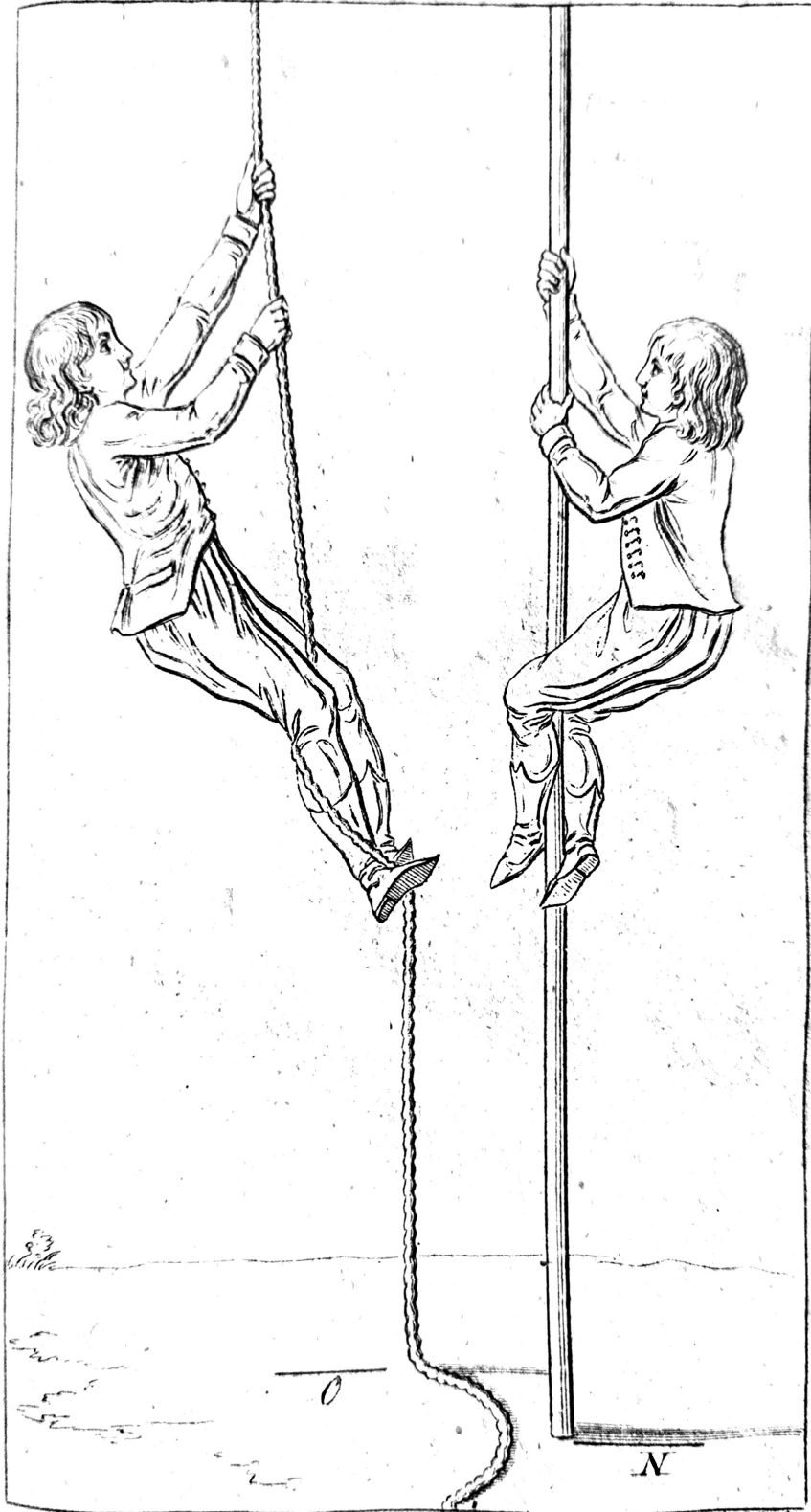
²³ M. Di Donato, *Storia dell'educazione fisica*, cit., p. 58.











SINTESI DEL SECONDO CAPITOLO

L'importanza della "Arte Ginnastica", teorizzata dal medico Girolamo Mercuriale (1530-1606) già a fine Cinquecento, viene colta solamente a fine Settecento, quando nella cultura europea, grazie all'Illuminismo, si afferma l'importanza dell'educazione, e quindi anche dell'educazione fisica. La Ginnastica moderna nasce infatti negli Istituti dei Filantropini, vere e proprie scuole tese a migliorare l'Uomo nella sua interezza, scuole nelle quali la Ginnastica viene non solo raccomandata ma anche praticata. Il primo testo di Ginnastica è quello di Guts Muths, *Gymnastik für die Jugend* (1793). In questo testo viene affermata chiaramente la distanza della Ginnastica sia dall'addestramento militare che dall'atletismo: ma le molte traduzioni di questo testo, se da un lato contribuiscono a diffondere la Ginnastica in tutta Europa e non solo, dall'altro appaiono fin da questo momento poco rispettose del pensiero dell'autore, specialmente per quanto riguarda proprio questi aspetti.

*L'ambiente naturale come sede delle prime esercitazioni ginnastiche in epoca moderna. La quarta immagine (Tav. X) – con lo studio dei primi, rudimentali attrezzi per lo studio dei salti, degli esercizi d'equilibrio e delle arrampicate – testimonia quanto, fin dagli albori, i Maestri di questa disciplina abbiano cercato di affrontare con atteggiamento scientifico sia la costruzione degli attrezzi sia il singolo esercizio fisico (Guts Muths, *Gymnastik für die Jugend*, Schnepfenthal 1793, Tavv. I, VI, IX, X). L'ultima immagine è tratta dalla seconda edizione del testo, pubblicata nel 1804.*

CAPITOLO TERZO

Le prime discussioni sulla denominazione e l'affermazione del termine "ginnastica": tra Arte e Scienza

La figura di **Phokion Heinrich Clias (1782-1854)**, nonostante sia poco considerata nella storia della Ginnastica²⁴, ci appare particolarmente interessante²⁵: sia, come vedremo, per le sue proposte pratiche (oltre all'ambito militare, il Clias si dedicò infatti specificatamente alla Ginnastica femminile, così come, tra i primi, alle applicazioni della Ginnastica nella cura delle malattie) sia per il fatto che, conoscendo direttamente le principali lingue europee, egli poté tradurre personalmente le sue due opere, evitando così quei travisamenti di cui abbiamo parlato nel precedente capitolo. Le sue opere ed il suo operato destarono sulle nuove esperienze ginnastiche l'attenzione (e l'ammirazione) di molti, specialmente in ambito medico. Come abbiamo visto, il suo ruolo è stato importante anche per l'Italia, considerato che il primo testo italiano sulla Ginnastica (1825) consiste nella *fedele traduzione* (identica anche nel titolo) della edizione francese della sua prima opera, scritta originariamente in tedesco con il titolo *Anfangsgründe der Gymnastik oder Turnkunst* (trad. *Principi (rudimenti) della Ginnastica*), pubblicato a Berna nel 1816 e ripubbli-

²⁴ Sul Clias abbiamo notizie di prima mano nella Introduzione alla sua seconda opera *Kalistenie* (Berna 1829), scritta da A. Meckel, professore di Anatomia a Berna (Svizzera). Anche nell'Introduzione all'edizione francese dell'opera (v. Fig. 13), pubblicata nel 1843, probabilmente scritta dallo stesso Autore, troviamo interessanti notizie biografiche, e non solo. Sulla figura e l'opera del Clias v. anche J. Todd, *Physical Culture*, cit., pp. 37-44.

²⁵ M. Di Donato, *Storia dell'educazione fisica*, cit., pp. 121-122.

cato da Clais stesso nel 1819 in lingua francese e nel 1823 in inglese²⁶.

La pubblicazione dei due testi del Clais fornì anche l'occasione, nei diversi ambiti linguistici, per una riflessione relativa all'utilizzo del termine "ginnastica": in essa si evidenzia il fatto che tale scelta, riferita alle esperienze cui abbiamo detto nel capitolo precedente, fu operata quasi a dispetto della sua etimologia (rimandante esplicitamente, secondo il comune pensiero, alla *nudità* con cui gli *atleti* dell'antichità usavano gareggiare) e che l'esistenza di una "ginnastica medica" già in uso presso i medici – e che nulla aveva in comune con l'Arte appena sorta – causò anch'essa iniziale imbarazzo nell'utilizzo di tale termine: tali difficoltà furono poi superate, come vedremo, in base alla constatazione che tale e non altra poteva essere la denominazione di questa disciplina (**Fig. 12**).

Ciò che colpisce infatti nel Clais – ma questa caratteristica la ritroveremo in altri Maestri di Ginnastica successivi – è la grande varietà dei termini utilizzati: già nel titolo della sua prima pubblicazione vediamo affiancato il termine *Gymnastik* a quello, coniato dallo Jahn per ragioni che vedremo nel nostro quinto capitolo, di *Turnkunst*, mentre la Ginnastica per le donne (oggetto della sua seconda pubblicazione), pur essendo sempre "Ginnastica", viene denominata *Kalistenie*. Non solo, ma nella seconda e più elaborata edizione francese di quest'opera, pubblicata nel

Fig. 12

Questa immagine, con cui il Clais introduce le varie edizioni della sua prima opera *Anfängsgründe der Gymnastik oder Turnkunst* (trad. Principi (rudimenti) della Ginnastica), pubblicata a Berna nel 1816, evidenzia uno degli scopi più importanti (e di più immediata comprensione) della Ginnastica: quello di acquisire le capacità necessarie per affrontare le avversità che a volte la vita può presentare. Il concetto viene ulteriormente chiarito con l'aggiunta (nell'edizione tedesca) della frase di Schiller «Chi vuole passare bene attraverso le avversità della vita deve essere preparato a proteggersi e difendersi» e, nell'edizione francese (Parigi 1819) della frase di J.J. Rousseau: «Armiamo l'uomo contro gli eventi imprevisti».



Wer sich durchs Leben frisch will schlagen.
Der muß zu Schutz und Trutz gerüstet sein.

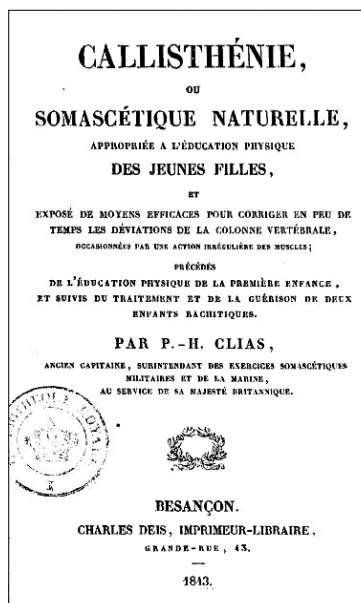
²⁶ L'edizione francese (intitolata *Gymnastique élémentaire, ou cours analytique et gradué d'exercices propres à développer et à fortifier l'organisation humaine*), fu pubblicata a Parigi nel 1819 (nel 1825 la quarta edizione) e fu tradotta dallo Young per l'edizione italiana del 1825. In lingua inglese apparve invece col titolo *An elementary course of gymnastic exercises, intended to develop and improve the physical powers of man with the report made to the Medical Faculty of Paris on the subject and a new and complete treatise on the art of swimming*, London 1823 (nel 1825 la quarta edizione).

1843, troviamo anche il termine “somascetica”, usato dal Clias come sinonimo di “ginnastica”²⁷: essa si intitola infatti *Callistenia o Somascetica naturale. Adatta per l'educazione fisica delle fanciulle* con il lungo sottotitolo *Resoconto dei mezzi efficaci per correggere in poco tempo le deviazioni della colonna vertebrale, causate da un'azione irregolare dei muscoli. Dell'educazione fisica della prima infanzia. Trattamento e guarigione di due bambini rachitici* (**Fig. 13**).

In tale testo, nel quale si insiste anche sull'aspetto “curativo” della Ginnastica, nonostante la piena consapevolezza dell'importanza e dell'efficacia degli esercizi di Ginnastica persino in questo difficile settore, il Clias non ritiene necessario mantenerne la denominazione, sottostando anzi alle scelte attuate, come vedremo, da personalità provenienti dall'ambito medico.

Ma andiamo con ordine, affrontando per primo il termine “callistenia”. Esso fu inventato, secondo gli studiosi, dallo stesso Clias, che con esso indicava la Ginnastica «per la bellezza e la forza delle fanciulle». Convinto assertore infatti del fatto che le donne dovessero e potessero trarre beneficio dalla Ginnastica al pari degli uomini, il suo primo libro fu – secondo il recente studio di Jan Todd specificatamente dedicato a questo aspetto – uno dei primi ad affermare che il sistema di esercizi

Fig. 13
L'edizione francese della seconda opera del Clias, intitolata Callistenia o Somascetica naturale. Adatta per l'educazione fisica delle fanciulle. Resoconto dei mezzi efficaci per correggere in poco tempo le deviazioni della colonna vertebrale, causate da un'azione irregolare dei muscoli. Dell'educazione fisica della prima infanzia. Trattamento e guarigione di due bambini rachitici, Parigi 1843.



²⁷ Nel frontespizio, il Clias si presenta come «Ancien capitaine, Surintendant des exercices somascétiques militaires et de la marine, au service de sa Majesté britannique».

descritto fosse utile, e per gli stessi motivi, alla gioventù di entrambi i sessi²⁸. Il Clias era tanto convinto di ciò da dedicare specificatamente alla Ginnastica femminile, qualche anno dopo, la sua seconda opera (Berna 1829), intitolata *Kalistenie*, termine originatosi pare in Inghilterra proprio nel contesto dell'esperienza nel settore condotta dal Clias²⁹. Così infatti si afferma nella Prefazione dell'opera:

Anche se l'idea di perfezionare fisicamente mediante esercizi ben regolati anche la gioventù di sesso femminile non è nuova, tuttavia la pratica degli stessi, a cui il presente scritto costituisce una guida, dovrebbe essere considerata, dove essa verrebbe introdotta, come qualcosa di nuovo³⁰.

L'autore di questa Prefazione è A. Meckel, professore di anatomia a Berna. In essa viene posta molta attenzione alla questione terminologica, la quale – curiosamente – è posta dal Meckel in prima persona, quasi toccasse al medico la scelta conclusiva del termine da adottare, quale denominazione più appropriata per la nuova disciplina.

La indicazione tedesca del contenuto come titolo l'ho scelta con una perifrasi, poiché oggi non possediamo ancora nessuna parola semplice ed adatta. La denominazione "ginnastica" è stata con ragione, a causa della sua etimologia, rifiutata. Bally ha scelto per esso (in Dict. Sc. Med.) la parola "somascesi" (da soma, corpo e askein, esercitarsi), etimologicamente non da biasimare in quanto espressione abituale presso gli antichi (usata specialmente da Plutarco e Senofonte). La lingua tedesca sarebbe maggiormente in grado, rispetto a quella francese o inglese, di fornire una parola specifica, ma Turnkunst, sebbene adottato qua e là, richiama troppo quello di torneo perché l'idea dell'arte militare possa venire del tutto abbandonata, e risveglia in qualcuno ancora immagini di un altro tipo, così che questa parola non potrebbe essere ritenuta adatta come titolo del presente scritto.

²⁸ Secondo il già citato studio della Todd, anche Guts Muths riteneva importante che la Ginnastica fosse praticata anche dalle donne, ma "vede il problema in termini lamarckiani", considerando cioè la piena salute della donna come esclusivamente finalizzata alla procreazione di figli (maschi) sani (J. Todd, *Physical Culture*, cit., p. 34). Sul ruolo della cultura cattolica nella differenziazione delle finalità della Ginnastica nei due sessi v. D.F.A. Elia, *Per la formazione degli insegnanti di ginnastica in Italia: le Scuole Magistrali (1879-1882) e i Corsi autunnali per i maestri elementari (1878-1883)*, in "Diacronie. Studi di Storia Contemporanea: Scuola e società in Italia e Spagna tra Ottocento e Novecento", 34, 2/2018, 29/06/2018, pp. 9-10.

²⁹ P.H. Clias, *Callisthénie, ou Somascétique naturelle. Appropriée à l'éducation physique des jeunes filles et Exposé de moyens efficaces pour corriger en peu de temps les déviations de la colonne vertébrale, occasionées par une action irrégulière des muscles, précédés de l'éducation physique de la première enfance et suivis du traitement et de la guérison de deux enfants rachitiques*, Paris 1843, p. XIV.

³⁰ A. Meckel in P.H. Clias, *Kalistenie oder Übungen zur Schönheit und Kraft für Mädchen*, Bern 1829, p. 3.

Il Meckel continua affermando che, così come la parola “ginnastica”, in cui anticamente la lotta aveva un grande rilievo, ha riassunto poi l'intera arte, così con lo stesso diritto potrebbe essere fatto anche con *Schwinkunst* (“arte della lotta”), parola molto adatta anche nella composizione di parole composte:

Siccome però l'antico significato di questa parola è ancora poco conosciuto e soprattutto a noi una tale parola non sembra necessaria, abbiamo ritenuto meglio usare una perifrasi. La parola scelta da qualche anno in Inghilterra, espressamente per indicare gli esercizi fisici adatti per le fanciulle (‘kalos’ bello e ‘sthenia’ forza) è per la sua brevità e correttezza certamente la più degna. Con questa denominazione a Londra essi vengono praticati ancora ora con crescente interesse attraverso preparate allieve di Clais, mentre invece a Parigi l'introduzione della Callistenia è partita col piede sbagliato³¹.

«La denominazione “ginnastica” è stata con ragione, *a causa della sua etimologia*, rifiutata»: su queste parole del Meckel occorre soffermarsi, perché possono spiegare le iniziali perplessità, da parte anche degli stessi Maestri di Ginnastica, ad usare questo termine per indicare la loro Arte.

L'etimologia di “ginnastica” è difatti molto chiara: la parola greca *gymnòs* significa *nudo*, e si riferisce alla consuetudine nel mondo antico (in particolare degli *atleti*) di esercitarsi nudi. Adirittura in quegli anni era diffusa una seconda etimologia, secondo la quale “ginnastica” derivasse da *gymnòs* e da *athla*, premi, per cui essa sembrava indicare «l'arte di guadagnare, gareggiando ignudi, i premi che nell'antica Grecia venivano assegnati ai vincitori». Questa seconda (errata) etimologia ci viene riportata anche da Emilio Baumann, che dopo averla accolta nel suo lavoro di Tesi di Laurea del 1870, la rifiuta poi nel 1882, in un brano dove commenta anche la scelta del termine “callistenia”.

Io sono più inclinato a credere che ginnastica derivi esclusivamente da *gymnos*, perché effettivamente i Greci e poscia i Romani si esercitavano ignudi; e che da *gymnos* sia venuto *gymnasion* il luogo, e da questo *gymnastica* l'arte che vi si esercitava. Ma questa parola, mutando luogo, mutò eziandio significato, e se in Grecia rappresentava gare incruente, passata a Roma vi accennava le carneficine dei gladiatori e, nei tempi a noi più vicini, se l'appropriavano i funamboli ad indicare i loro azzardati esercizi. Venne da ciò che poco a poco il pubblico perdette il concetto primitivo e vero della ginnastica

³¹ Ivi, pp. 10-12. Queste ultime parole del Meckel si riferiscono al testo apparso (senza il nome dell'autore) in Francia nel 1828 (quindi l'anno precedente la prima pubblicazione del Clais sull'argomento), intitolato *Calisthenie, ou gymnastique des jeunes filles*, che secondo Meckel altro non è che una «spensierata trascrizione» del primo testo del Clais (quello del 1819 dedicato alla Ginnastica maschile), presentata senza alcuna modifica se non il “travestimento” delle figure maschili con abiti femminili!

sostituendovi un *pregiudizio*, per evitare il quale fu pensato di abbandonare quel vocabolo ormai *pregiudicato*, chiamando la medesima arte col nome di **callistenia**³².

Il “pregiudizio” cui fa riferimento il Baumann è quello a cui abbiamo accennato nel capitolo precedente e con il quale la Ginnastica ha dovuto da sempre combattere: quello di essere funambulismo, esagerazione, azzardo. Troviamo traccia di questo imbarazzo anche nelle intense parole da noi citate del Guts Muths, che dopo avere chiarito con forza le caratteristiche della sua Ginnastica, collegandola a quell’ «arte pedagogica così come venne praticata dalla gioventù dell’Accademia di Atene», sente il bisogno di specificare: «rifiutando *tuttavia* [la congiunzione *jedoch* in tedesco non lascia adito a dubbi, n.d.r.] quanto è inadeguato e esagerato»: queste parole ci indicano che tale pregiudizio deriva da una certa visione della ginnastica dell’antichità, tra l’altro diffusa ancora oggi e sulla quale torneremo in uno degli ultimi capitoli di questo nostro lavoro.

Affrontiamo ora un altro termine, che abbiamo visto utilizzato (in francese) dal Cliais: “somascetica”.

Sia a Berna sia in occasione del suo primo viaggio a Parigi (pare dopo il 1816), egli ebbe modo di mostrare l’efficacia della Ginnastica anche nei casi di persone particolarmente deboli, fragili, affette da disabilità o deformità. A causa dei successi ottenuti «laddove tutte le altre cure mediche avevano fallito»³³, egli fu chiamato nel 1822 in Inghilterra dall’ambasciatore inglese, che in Svizzera aveva affidato in cura al Cliais il proprio figlio, affetto da idrocefalia. Tale sua attività riscontrò un tale interesse da parte del mondo medico da trovare un importante riconoscimento anche in Francia, nel lungo articolo dedicato alla Ginnastica, scritto nel 1821 dal medico N. Bally all’interno del *Dictionnaire des sciences médicales*.

Ma per indicare questa disciplina e descrivere l’efficacia ed i risultati ottenuti dal Cliais, il Bally non utilizza la voce “Gymnastique” bensì quella di “Somascétique” (dal greco *soma*, corpo e *àskesis*, esercizio: termine in realtà usato nell’antichità quasi solo in relazione all’arte militare): la voce “ginnastica” infatti era già presente nel *Dictionnaire*, ad indicare quella “ginnastica medica dei medici”, di cui parleremo nel corso del nostro sesto capitolo, e che si rifaceva non all’Arte ginnastica sviluppatasi dopo il Guts Muths, bensì ancora ai blandi esercizi proposti da Mercuriale nella cura delle malattie.

Tutto ciò testimonia lo stretto rapporto da sempre esistente tra l’e-

³² E. Baumann, *Ginnastica teorica*, Bologna 1882, p. 9. La prima etimologia è riportata invece in *La Ginnastica ne’ suoi rapporti con la Medicina e la Igiene*, Bologna 1870, p. 7.

³³ Così A. Meckel nella Introduzione alla prima edizione tedesca di *Kalistenie* (v. nota 30), p. 6. I successi della Ginnastica del Cliais sono riportati anche da C.G. Pravaz, *Méthode nouvelle pour le traitement des déviations de la colonne vertébrale*, Paris 1827, pp. 181-83.

esercizio fisico ben condotto e la buona salute, e giustifica l'interesse che da sempre il mondo medico ha manifestato nei suoi confronti, anche se – come vedremo – sarà proprio questo interesse, unito alla poca fermezza da parte dei Maestri di Ginnastica ad affermare la propria peculiare competenza in materia, ad impedire l'affermazione della Ginnastica come disciplina scientifica autonoma: Clais stesso, come abbiamo visto, “accondiscende” al Bally, denominando l'edizione francese della sua seconda opera, pubblicata nel 1843, *Callisthénie ou Somascétique naturelle*, evitando del tutto il termine “ginnastica”. Nonostante però le perplessità derivanti sia dalla sua etimologia sia dall'uso “medico” del termine, l'Arte sorta dagli Istituti dei Filantropini e diffusasi poi velocemente in tutto il mondo acquisì questo nome: Ginnastica. Questo termine si affermò in modo stabile, perlomeno in tutti i Maestri che conobbero quest'Arte, la praticarono e la insegnarono.

Possiamo a questo riguardo riportare le parole di Rudolf Obermann, importantissima figura nella storia della Ginnastica italiana, il quale – arrivato dalla Svizzera nel 1833 e tra i primi quindi a far conoscere all'Italia questa nuova disciplina – in un articolo (intitolato *Prime nozioni sulla ginnastica*) comparso nel 1843, così risolve la questione etimologica:

(ginnastica è) Voce greca che significa esercitare il corpo *nudo*, e che è perciò soltanto applicabile agli esercizi ginnastici moderni in quanto il ginnastico, col suo vestito leggero e spedito, si trova difatti quasi in uno stato di nudità relativamente alle gravi ed imbarazzanti moderne fogge di vestire³⁴.

Sempre in Italia, ancora nel 1879 il famoso ed autorevole medico veneziano Domenico Andrea Renier (ancora un medico!), nel suo lungo scritto – si tratta di ben 40 pagine, dal titolo “*Quattro righe sulla Ginnastica*”, pubblicato come presentazione del *Manuale di Ginnastica per gl'insegnanti nei giardini d'infanzia e nelle scuole elementari* del Maestro di Ginnastica Nicola Corinci – interviene sull'argomento, difendendo in questo caso il termine contro tutti quegli scienziati, che, seguendo le orme della “cinesiologia” francese (v. Nono capitolo) volevano invece usare quello di *Cinesia* o di *Cinesiologia*.

Dovendo noi trattare dello sviluppo delle forze muscolari compatibilmente all'acquisto di un buon abito, ci stringeremo a questo solo ramo didattico che generalmente viene conosciuto sotto il nome di *Ginnastica*.

³⁴ R. Obermann, *Prime nozioni sulla ginnastica*, in “Letture di Famiglia”, Anno II n°11 – 1843-1844- pp. 84-85 (cit. in R. Gilodi, *La Società Ginnastica di Torino*, Edizione S.G.T., Torino 1978, pp. CXXIII-CXXV, nota 2). Il foglio settimanale torinese *Letture di famiglia*, insieme a *Letture popolari*, fu uno dei periodici torinesi più attivi nella diffusione dell'idea della Ginnastica come strumento essenziale di educazione civile e morale.

Noi adotteremo questo nome a preferenza di altri; perché siamo nemici della moltiplicazione dei nomi; specialmente ove crediamo che non sia vi necessità e non sia richiesto da una distinzione necessaria da farsi. [...] Qualunque sia la cosa [le origini del termine, n.d.r.], noi abbiamo adottato la voce Ginnastica non per la sua derivazione, ch  tale ragione la lasciamo agli antichissimi; ma perch  la troviamo usata da Galeno diciassette secoli or sono, da Platone a da Ippocrate oltre a quattro secoli prima della nostra era; e perch  i Greci per indicare esercizio dicevano *gymnasion*. E perci  noi non siamo della opinione del Franchi che vorrebbe che la Ginnastica fosse appellata *Cinesia* da *kinesis*, moto; e non adotteremo perci  la voce *Cinesiologia* usata dal *Duch ne [sic]*, imperocch  erronee. E di fatto il dottissimo ed acuto Galeno prevedendo quasi un tale errore, e dietro di lui il celebre Ezio, vollero sopra tale vertenza che le voci *ponon*, fatica e *kinesis*, moto fossero distinte dalla voce *gymnasion*, esercizio; imperocch  n  ogni *fatica*, n  ogni *moto* fossero *esercizio*. E come che *gymnasion* significa esercizio, cos  la voce *Ginnastica* prevalse ad esprimere tanto la *Scienza*, quanto l'*Arte* degli esercizi³⁵.

Da sottolineare che il Renier, scrivendo negli anni in cui la Ginnastica in Italia era diffusa e ben visibile quindi nella sua manifestazione pratica, aveva ben presente l'Arte cui la parola si riferisce, e quindi poteva affermare tranquillamente, cos  come l'aveva fatto Mercuriale, che «dovendo noi trattare dello sviluppo delle forze muscolari compatibilmente all'acquisto di un buon abito, ci stringeremo a questo solo ramo didattico che generalmente viene conosciuto sotto il nome di *Ginnastica*», comprendendo sotto questo nome «tanto la *Scienza*, quanto l'*Arte* degli esercizi». Su questo argomento interverr  poi in modo chiaro ancora il Baumann, che nel suo testo dedicato alla *Ginnastica Teorica*, scritta nel 1882, scrive:

Che cosa s'intende oggi per ginnastica? Certamente un'arte, perch  in essa prevalgono le azioni ai concetti, mentre nelle scienze questi superano quelle. Ci  tuttavia non esclude che vi possa essere, anzi vi sia, una *scienza ginnastica* ed   precisamente la parte che noi abbiamo qui impresso ad esporre sotto il nome di *ginnastica teorica*. Noi potremmo dunque stabilire fin da adesso la seguente sinonimia:
ginnastica pratica vale arte ginnastica
*ginnastica teorica vale scienza ginnastica*³⁶.

Ma, come accennato anche nelle parole dello stesso Renier e come vedremo nei prossimi capitoli, tutto ci  che riguarda la parte scientifica relativa all'esercizio fisico si svilupper  presto ed autonomamente in am-

³⁵ Dott. D. A. Renier, *Quattro righe sulla Ginnastica. Introduzione a N. Corinci, Manuale di ginnastica per gl'insegnanti nei giardini d'infanzia e nelle scuole elementari*, Venezia 1879, pp. 13-14. I riferimenti sono al testo del dott. G. Franchi, *La Ginnastica ne' suoi rapporti con la fisiologia e con l'igiene*, Mantova 1870 e, probabilmente, al Duchenne de Boulogne (non verificato).

³⁶ E. Baumann, *Ginnastica teorica*, cit., p. 11.

bito medico, che rivendicherà a sé (diventando “kinesiterapia”, v. Settimo capitolo) non solo la “terapia attraverso il movimento” (la “ginnastica curativa” dei primi Maestri di Ginnastica) ma persino la “ginnastica per la salute” (la “cinesiologia” del Dally, v. Nono capitolo) arrivando persino, verso la fine dell'Ottocento, a “mettere le mani” sull'educazione fisica scolastica, come avverrà in Italia con la “kinesiterapia” di Carlo Colombo (v. Tredicesimo capitolo).

Tutto ciò renderà sempre più difficile, nonostante i molti tentativi da parte dei Maestri di Ginnastica, il progredire della Ginnastica verso una sua sistematizzazione scientifica, possibile solo attraverso il riconoscimento di un status autonomo ed indipendente della Ginnastica, rispetto in primo luogo alla Medicina.

D'altro canto, i continui cambi di nome della disciplina da parte di questi ultimi, così come le lotte intestine tra i vari “metodi”, non hanno favorito il configurarsi di una materia di studio specifica, avente caratteristiche e finalità precise e condivise, in grado di affermare con forza la propria individualità ed il proprio *diritto ad occuparsi della salute, pur non rientrando nell'ambito medico*.

Oggi non solo non esiste una Scienza ginnastica, ma nemmeno un'Arte cui questa parola possa far riferimento: gli attrezzi della Ginnastica, creati e studiati nel corso della sua storia per permettere di acquisire una efficienza fisica ottimale, non esistono più, se non in qualche scuola, dove vengono ritenuti suppellettile ingombrante, pericolosa e soprattutto inutile, perché negli attuali corsi universitari in Scienze Motorie la Ginnastica non è compresa tra le materie di studio, e quindi i nuovi docenti non li conoscono e non sono in grado di insegnarli.

Così nel linguaggio comune, come anche nelle palestre, il termine è diventato un semplice “nome comune di cosa”, che deve essere specificato con vari aggettivi per indicare singole proposte legate alla moda del momento (ginnastica *dolce, posturale, dimagrante* e molte altre) oppure, in altro contesto, per distinguere le varie specialità sportive (ginnastica *artistica, ritmica, attrezzistica*).

Persa infatti, fin dal dopoguerra, la conoscenza storica di ciò che è stata l'Arte ginnastica e mancando la sua naturale prosecuzione in una università dove essa potesse acquisire i caratteri di Scienza, il termine è rimasto privo di significato ed oggi la “ginnastica” appare indicare – al pari degli “esercizi” generici di cui parlava il Ballexserd – “movimenti” qualsiasi, anche improvvisati e privi di basi scientifiche (secondo il diffuso ma errato concetto per cui “basta muoversi”).

Quand'anche invece *l'esercizio fisico* diventi oggetto di studio scientifico – come avviene oggi presso i Corsi universitari di Scienze Motorie – esso appare rifarsi ad uno studio del movimento *teorico*, che non può

assolutamente, da solo, sopperire alle esigenze cui deve rispondere la Ginnastica: essa infatti, come vedremo nel prossimo capitolo, è caratterizzata dal possesso di una metodologia didattica (relativa quindi ad un *sapere pratico*), in grado di portare ogni individuo all'*apprendimento di gesti ed abilità ritenuti indispensabili per l'uomo* mediante quel *controllo di sé* che rende la Ginnastica uno strumento essenziale ai fini della corretta crescita e della formazione (insieme fisica e mentale) della persona.

La consapevolezza della gravidanza e del valore racchiuso nel termine "ginnastica", così come quella della sua importanza nel mondo attuale, stanno alla base di questo nostro lavoro, teso a tracciarne la storia ed a individuare gli errori che possono avere inciso sull'attuale situazione.