

Divagazioni Epistemologiche tra i piani dell'Analisi Bioenergetica

Francesca Celupica (*)

Abstract

In quale rapporto si pone l'Analisi Bioenergetica rispetto ai paradigmi fondamentali che descrivono una disciplina come una teoria scientifica, comunicabile e condivisibile come pratica? In che modo questa disciplina riflette la cultura del suo tempo di origine e sviluppo? Quale eredità lascia l'interpretazione Loweniana, di fronte alle teorie fenomenologiche della percezione e del vissuto soggettivo e di fronte a quelle più espressamente fisicaliste, che hanno spinto la ricerca fino alle innovazioni introdotte dalle neuroscienze. Quale il posto dell'Analisi Bioenergetica nel mondo della Psicoterapia Contemporanea?

Parole chiave: Ermeneutica; Fenomenologia; Percezione; Realtà; Teoria dell'attaccamento; Neuroscienze; Trauma; linguaggio, comunicabilità; Etica e società; Misurazione; Finestra di tolleranza; Livelli ottimali di arousal; Percezione psicologica del tempo; Interventi ad orientamento corporeo; Paradigmi epistemologici.

Introduzione

In quest'articolo verranno presentate alcune delle ipotesi di lettura possibili dello sviluppo nel tempo dell'Analisi Bioenergetica, intesa come teoria esplicativa del comportamento umano e dello sviluppo psicologico dell'essere umano e come pratica di intervento nell'attività clinica. Questa tematica riflette anche un interesse che nasce da un personale assistere ad una variazione nelle linee guida che hanno caratterizzato il mio percorso di conoscenza dell'analisi bioenergetica e che sostengono a tutt'oggi lo sviluppo della mia attività professionale.

I primi e basilari paradigmi dell'Analisi Bioenergetica, quelli introdotti da Lowen, recentemente, sono stati rivisti ed integrati in una teoria della regolazione, risultante dal lavoro di Schore di riformulazione della teoria classica dell'attaccamento così come è stata principalmente descritta nei lavori di Bowlby . Questo passaggio può evidenziare un primo sviluppo della pratica e della teoria che include lo sforzo di colleghi ed esperti della comunità mondiale di raccogliere queste variazioni in una struttura teorica epistemologicamente integrata.

* Psicologa, Psicoterapeuta in Analisi Bioenergetica

I dati delle ricerche proprie di ambito neuroscientifico invitano a riflettere su concetti, che già da tempo caratterizzano la consapevolezza e quotidianità clinica, come quello ad esempio di Intersoggettività nella relazione o di sintonizzazione, favorendo una rimodulazione della conoscenza precedentemente acquisita sulla relazione di attaccamento. In questi ultimi anni, concetti come quello di Sè corporeo, di mente relazionale, di neuroni a specchio, di livelli ottimali di attivazione, di interventi ad orientamento corporeo, di sistema limbico, di carica, di scarica, di regolazione, di neuroscienze, nell'accezione più ampia, sono stati i protagonisti di un interrogativo che ha pervaso gli istituti formativi e le comunità scientifiche legate al mondo della Psicoterapia e a quello delle scienze di riflessione ermeneutica.

Le principali scuole psicologiche hanno vissuto un "riaggiustamento" nel proprio assetto teorico e metodologico dopo l'impatto proveniente dalle nuove acquisizioni della ricerca scientifica sul sistema nervoso, e sulle capacità e qualità del cervello di rispondere a stimoli programmati o ad eventi organici in atto nella vita reale. Lo sviluppo tecnologico permette un'osservazione più ravvicinata della funzionalità cerebrale, portando alla luce esempi di organismi interattivi meccanici inseriti in un ambiente e orientati a uno scopo.

Non è futurista il prodotto dell'ingegneria bioomedica espresso nelle macchine "pensanti", capaci di interagire con l'ambiente e operare sequenze di comportamento in risposta a stimoli esterni ed in modo coerente. È una realtà bio-tecnologica rispondente ad una profonda conoscenza dell'organismo umano e dei principi che lo regolano. In questo articolo proverò a seguire un percorso che descriva come questa conoscenza abbia impattato l'Analisi Bioenergetica.

I caratteri descrittivi di una disciplina scientifica.

Senza inoltrarci troppo in problematiche di filosofia della scienza, in questa sezione ritengo utile semplicemente parlare del fatto che una teoria scientifica si descrive grazie ai suoi assunti fondamentali. Thomas Kuhn, nel 1962, nel suo testo "La struttura delle rivoluzioni scientifiche" descrive quali cambiamenti, all'interno delle assunzioni basilari di una disciplina, siano tali da descrivere, in quella stessa disciplina, una rivoluzione. L'espressione del cambiamento di paradigma, si descrive come cambiamento nella modellizzazione fondamentale degli eventi che descrivono una disciplina, un paradigma pertanto è quella conoscenza che i membri di una comunità scientifica condividono.

Nell'ambito delle scienze umane la condivisione del paradigma diventa un atto abbastanza critico per il fatto che uno stesso evento suscita molteplici ipotesi interpretative, a volte in

competizione tra loro. Ma siamo certi di poter parlare di “cambiamento” all’interno di una teoria quando gli eventi che ci si presentano apportano anomalie che non sono sufficientemente spiegate dai paradigmi fino ad allora universalmente accettati, e in conseguenza dei quali si è/era sviluppata una condotta o un principio di intervento sul reale. Il cambiamento, in questi ambiti, è comunemente inteso come “progresso scientifico”. Si verifica che l’esperito è più grande del suo paradigma esplicativo. La realtà supera il pensiero che la descrive. Il verificarsi di un tale fenomeno richiede l’aggiustamento di quel paradigma, includendo quegli elementi del reale fino ad allora omessi. Comunemente il paradigma si caratterizza con la stessa natura appartenente a chi lo pone. Vale a dire che la conoscenza non può esistere senza un qualcuno che osserva e riflette sul reale. In questo rapporto, il “conosciuto” porterà con sé il limite conoscitivo del “conoscente”. Colui che riflette sul reale, rifletterà in esso anche i propri limiti o, in lingua più affezionata al discorso psicodinamico, egli rifletterà nella sua conoscenza quelle qualità evocative che il “reale” suscita nella sua propria struttura della personalità. La descrizione del mondo osservato, porterà con sé le qualità e i confini di chi lo osserva.

Questo principio della relatività conoscitiva, nell’ambito dell’ermeneutica, ha segnato il passaggio dalle scienze fisicaliste, di origine positivista, a quelle fenomenologiche, di origine relazionale. Vale a dire che la conoscenza si caratterizza come una relazione intersoggettiva tra due “elementi” che interagiscono in uno stesso spazio ambientale e conoscitivo. L’osservatore e l’osservato sono caratterizzati da una relazione di reciproca influenza, che stimola variazioni in entrambe le parti, tanto che il prodotto della conoscenza va inteso come qualcosa di “più” della somma degli elementi costitutivi il conoscente ed il conosciuto. Si fa riferimento all’intersoggettività, in questo caso, e a come questi assunti teorici della filosofia della scienza abbiano permesso di arrivare alla descrizione più completa di vissuti come quelli della relazione di attaccamento. Lo stesso procedimento logico, ci lascia parlare, oggi, di mente non più modulare ma “multi-piani”, o dell’empatia e delle sue basi neurofisiologiche. Le vie guida della conoscenza si sono allineate verso paradigmi comuni, e hanno determinato l’apparire di specifici concetti nell’ambito del sapere in generale, e nel nostro ambito di interesse clinico, così come in quello dell’espplorazione conoscitiva dell’essere umano.

Non a caso nelle discipline ermeneutiche, quelle che descrivono i binari entro i quali deve muoversi l’interpretazione della realtà conosciuta, il paradigma non è semplicemente una somma di assunti teorici condivisi da una comunità scientifica e universalizzabili, un paradigma corrisponde a una visione del mondo, nella quale esiste la teoria e tutte le

implicazioni per la condotta che ne derivano. L'ermeneutica, ci guida nel processo di derivazione di questi principi della condotta dalla teoria di riferimento, ci aiuta ad interpretare. Nel caso specifico delle scienze umane, l'atto del derivare una condotta (una pratica clinica ad esempio) da un postulato scientifico (i neuroni a specchio; o i livelli ottimali di arousal...) deve seguire dinamiche specifiche, che sicuramente includono la relazione intersoggettiva, che potremmo intendere come il principio di falsificabilità (Karl Popper)¹ della nostra conoscenza e pratica clinica.

Epistemologia, sembra essere una parola quasi marziana, non risuona in modo molto armonico. Quello che questa parola rappresenta è un atto, che nel senso più antico del termine rimanda alla ricerca per una teoria generale della verità. L'atto di discorrere sulla tematica della scienza, o di quanto si possa definire tale. Tutte le riflessioni su ciò che posso considerare "scientifico" (rappresentativo di quanto mi approcio a conoscere), si possono rappresentare sotto la parola "*Epistemologia*". L' "*episteme*" differisce dall'opinione (*doxa*) generica, in quanto rappresentativo di specifiche regole di corrispondenza tra ciò che ci si appresta a conoscere e i "dati osservabili" (i dati delle ricerche della biologia, della neurofisiologia, degli approcci cognitivisti, e di quelli clinici).

Questo è un approccio puramente scientifico, analitico puro, dove il pensiero riflette sulle qualità caratterizzanti il pensiero stesso. È nostro interesse, in qualità di esploratori dell'animo umano, spostare l'attenzione verso ciò che è vivente, soggetto anche alle dinamiche della gravità.

A Gregory Bateson (1904-1980) richiamano queste parole:

«Il bello e il brutto, il letterale e il metaforico, il sano e il folle, il comico e il serio... perfino l'amore e l'odio, sono tutti temi che oggi la scienza evita. Ma tra pochi anni, quando la spaccatura fra i problemi della mente e i problemi della natura cesserà di essere un fattore determinante di ciò su cui è impossibile riflettere, essi diventeranno accessibili al pensiero formale.» (1987, p. 89).

Ci suggeriva come fossero stretti i limiti di un'impostazione conoscitiva di stampo razionalista e prevedeva l'umanizzazione del pensiero scientifico. Alla sua scuola di pensiero

¹ K. Popper ha sostenuto che una teoria per essere definita scientifica non necessita di essere verificata ogni volta (in ogni caso mancherebbero infinite volte in cui questo atto non è eseguito), è sufficiente verificare che essa possieda i criteri di falsificabilità. Ossia che essa ammetta la possibilità che si verifichi la presenza di elementi tali mediante i quali sia possibile verificare l'esistenza di possibili eventi (i potenziali falsificatori), il cui riscontro provocherebbe la falsità della teoria stessa. Dopo aver identificato quali sono i principi falsificatori della teoria, questa deve essere sottoposta a continue verifiche. La teoria formulata, si accetta fino al momento in cui non si presenti un evento falsificante. La teoria della falsificabilità è di per sé molto vicina alla psicologia della Gestalt, all'approccio fenomenologico della percezione, e all'epistemologia genetica piagetiana.

e intervento si lega lo sviluppo dei principi sulla complessità del reale, l'ecologia della mente. Essi attivano il cammino di emancipazione dalle spiegazioni riduzionistiche (visioni schizoidi del rapporto mente-corpo, per le quali la mente appartiene alla spiritualità, alla metafisica ed il corpo alla ricerca scientifica), verso la determinazione delle interpretazioni olistiche delle essere umano, e dell'unità funzionale tra mente e corpo, possibile pur mantenendo una molteplicità dei punti di vista dell'osservatore nel suo viaggio di conoscenza.

In Italia questo filone scientifico è stato tracciato anche da Liotti, nel suo contributo alla descrizione della natura costruttivista della conoscenza, secondo la quale la realtà conosciuta è imprescindibile dal soggetto conoscente, il quale da osservatore ed agente contribuisce a creare la realtà conosciuta, partecipando a questa creazione in maniera attiva. Sono sicura che riconosciamo tutti, in questa descrizione, l'evoluzione teorica che ha caratterizzato la teoria dell'attaccamento, in particolar modo nella descrizione del vissuto del bambino nella diade.

Se a questa abbiniamo gli aggiornamenti che arrivano dal campo delle neuroscienze circa il substrato neurofisiologico dell'intersoggettività, arriviamo a intuire più profondamente i cambiamenti che si sono ritenuti necessari per un'evoluzione della teoria del Sè e della natura qualificante il suo sviluppo, anche nell'ambito dell'Analisi Bioenergetica.

Negli anni cinquanta, uno dei padri fondatori della cibernetica, John von Neuman, elaborò ciò che viene ricordato come "catastrofe di Neuman": tutte le discipline dello scibile umano appartengono alla neurologia in quanto mediate dal sistema nervoso. Nel XX secolo i progressi della ricerca nell'ambito delle neuroscienze, confermano l'importante affermazione di von Neuman, provando oltremodo che l'evoluzione della conoscenza umana, è andata di pari passo nel tempo con l'evoluzione della conoscenza sul funzionamento del cervello, e che non è poi del tutto fuori luogo ricercare negli intricati meccanismi neurali una delle sorgenti dei principi regolatori dell'organismo.

Come riflessione conclusiva, vorrei fare una fotografia alla dinamica percettiva della realtà, intesa come il canale preferenziale della conoscenza soggettiva. L'essere umano entra in relazione con tutto ciò che può definirsi "Altro" per via del canale percettivo. Qui inteso come organismo nel suo complesso.

Nell'ambito dello studio della percezione si ritrova una dialettica che ricorda la stessa bipolarità esistente nello studio del tempo, come fenomeno oggettivo e come esperienza soggettiva. Anche all'interno degli studi sulla percezione si distingue un filone fisicalista, che evidenzia l'esame di ciò che comunemente si raccoglie rispetto ai fatti, universalmente osservabili e misurabili. Dall'altra parte si raccolgono tutti quegli approcci globalmente riunificabili nel termine di "fenomenologia della percezione" i quali pongono in primo piano

l'esame della qualità percettiva, del modo attraverso il quale si sperimenta un percetto (Tauber-Green, 1959, p. 65).

Quando accenno alla bipolarità che si ritrova nella descrizione della percezione psicologica del tempo, intendo richiamare l'attenzione verso la differente natura che costituisce e intercorre tra il fenomeno percepito e la sua descrizione linguistica. Nella vita vissuta, nella dinamica della percezione, questi due aspetti non necessitano di essere distinti. Mi rendo conto di aprire una finestra la cui visione si affaccia su un noto problema filosofico che non può essere interamente esplorato nell'ambito di questo discorso, ma brevemente accenno alla separazione e alla limitazione che si caratterizza nel rapporto tra la nominalizzazione del vissuto e quello esperito.

Merleau-Ponty (1945, p.437) invita a vedere come, quando si sottopone il vissuto alla logica linguistica, quella unica logica riconosciuta valida alla condivisione del vissuto, si operava una mortificazione del vissuto stesso, in quanto non interamente rappresentato dal linguaggio. L'autore fa riferimento alla *non-adequazione* (non esatta corrispondenza) tra un fatto vissuto e la sua nominalizzazione, e al fatto che proprio in virtù di questa separazione nasce la parola, il linguaggio. Questa dinamica caratterizza la natura della conoscenza, e oggi può essere riformulata ed integrata grazie alle caratteristiche fondanti l'empatia.

«L'obiettività è senza dubbio una delle qualità più valide dell'uomo. Essa rappresenta la capacità di passare da un Sè non-comunicabile a una comunicabile interazione con gli altri. (...) La funzione restrittiva dev'essere costruttiva, non inibitoria. Devono esserci dei limiti giustificabili, altrimenti il mistero dell'uomo non può essere oggetto di continua ricerca. Una variazione acritica dell'obiettività preclude l'accesso al cuore di questo mistero, che si può raggiungere solo attraverso i processi intuitivi e prelogici che l'uomo usa per comunicare pensieri e sentimenti che giacciono profondamente nel suo intimo, perchè se ne possa dare una formulazione logica con il linguaggio» (Tauber-Green, 1959, p.68)

Nella dinamica della percezione della realtà il corpo ha una valenza insostituibile, in quanto permette di attuare una connessione tra il campo visivo ed il mondo fuori di noi. Ogni forma di esperienza della realtà implica e richiede una certa coscienza del proprio corpo, che facilita la sintonizzazione con l'oggetto del nostro campo visivo. Si parla fondamentalmente di uno scambio continuo tra ciò che è dentro e ciò che è fuori, ed il corpo è inteso come "legante" come operatore di connessioni, come condizione esistenziale, inevitabile per l'uomo inserito in un mondo che lo contiene. L'essere in contatto con il mondo, richiede l'essere in contatto con il proprio corpo (Merleau-Ponty, 1945, p. 279), in una relazione ritmica di apertura reciproca. Il mondo si apre al soggetto gradualmente, così come il soggetto gradualmente si

apre al mondo. Il termine graduale si riferisce alla temporalità, al “durare” nel tempo di questo rapporto, e della temporalità come carattere specifico dell’esperienza percettiva, o conoscitiva. La relazione tra questi due eventi si caratterizza dall’*intreccio*. In questo concetto si annidano le impostazioni dell’ermeneutica contemporanea, secondo la quale attraverso la relazione che si instaura tra soggetto ed oggetto, il soggetto non conoscerà solamente la natura o le proprietà di quell’oggetto ma conoscerà anche qualcosa che concerne la propria natura e le proprie qualità. Questa relazione non ha inizio e non ha fine, non si sviluppa sulla linea razionalistica o aristotelica (causale) del tempo. Essa origina un circolo ermeneutico, attraverso il quale il soggetto reinterpreterà la propria conoscenza dell’oggetto e di sé, in modo dinamico, non strettamente lineare (nell’accezione consequenziale), alla luce dei significati e delle comprensioni progressive che si determinano con *l’andare del tempo*.²

In questa dialettica la sensazione si configura come la “comunione” che si stabilisce tra il corpo soggettivo e gli oggetti del mondo, come un ponte di connessione.

La sensazione, intesa in questi termini, fa riflettere sul fatto che ogni organo sensoriale ha la funzione di mettere il soggetto nella condizione di *incontrarsi* con l’oggetto, e di entrare con questo in *risonanza*. Questo implica anche il fatto che l’occhio, da solo, non basta a darci la visione dell’insieme, è tutto il corpo ad incontrare l’oggetto percepito³.

Come si riflette questa panoramica nell’ambito specifico dell’Analisi Bioenergetica?

Esplorazione sui Paradigmi della Prospettiva Analitica Bioenergetica

La descrizione dei paradigmi collegabili alla prospettiva bioenergetica richiede non poche operazioni intellettuali, empiriche ed epistemologiche. Gli istituti internazionali afferenti all’IIBA, e lo sforzo di tutti i loro preziosissimi collaboratori e professionisti, sta permettendo all’Analisi Bioenergetica di uscire dall’immaginario comune che fino ad oggi l’ha ridotta ad una pratica hippie, di liberalizzazione sessuale e di emancipazione culturale.

Mezzo secolo fa l’Analisi Bioenergetica, grazie a Lowen, inizia un movimento di grande estensione, che di certo si ricollega in modo molto fluido allo spirito culturale di quel tempo,

² Ci si riferisce all’evoluzione concettuale che parte dalle formulazioni dei pitagorici, per spostarsi verso Hegel, Bergson, Husserl fino ad Heidegger. Protagonisti di un’innovazione fondamentale nella concezione della dinamica della temporalità, si passa dalla visione della necessità a quella della possibilità: il tempo viene ricondotto alla struttura della possibilità, più che all’ordine causale della necessità, grazie anche alle operazioni concettuali di Einstein. Se due eventi sono contemporanei per un sistema, essi possono non esserlo per un altro. Il tempo non è un ordine necessario, la possibilità di più ordini.

³ A questo proposito Merleau-Ponty afferma che le costanti percettive sono un prodotto accidentale della nostra relazione con l’oggetto. È il soggetto a definirle attraverso il proprio corpo, il quale costituisce un punto di riferimento sempre dato. Determinate le costanti che qualificano un’oggetto, il soggetto pone un punto di riferimento nella conoscenza, che costituisce il principio attorno al quale egli costruisce la propria oggettività (Merleau-Ponty, 1945, pp.394 e seg.)

che tuttavia per quanto espressione di una liberalizzazione culturale a trecentosessanta gradi, non è in grado di esaurire la portata teorica e clinica di questa disciplina. L'evidenza di questo si rintraccia nel lavoro di elevatissima considerazione epistemologica che la comunità mondiale di Analisti bioenergetici sta portando avanti.

È in atto un lavoro sincrono finalizzato alla costituzione scientifica della psicoterapia clinica ad orientamento corporeo, propria dell'Analisi Bioenergetica. Questo momento storico, proprio della comunità bioenergetica, per me è molto emozionante.

Già da diverso tempo stiamo assistendo personalmente alla definizione di una disciplina, nello scorrere del tempo.

Lowen non ha mai avuto troppo bisogno della giustificabilità empirica del suo lavoro clinico. A lui bastavano i miglioramenti e le prove dirette desumibili dalla pratica in studio. Questa spinta verso collegamenti con i dati empirici, oggi arriva, dalla necessità di comunicare in modo più efficace con i nostri osservatori esterni, dai colleghi appartenenti ad altri indirizzi clinici, dagli appassionati della storia della psicologia o dell'ermeneutica, che spesso fanno fatica a ritrovarsi o a ritrovarci, quando si pongono in un'ottica di confronto. Spesso siamo oggetto di interpretazioni semplicistiche e riduzionistiche, secondo le quali l'Analisi Bioenergetica si riduce a “un pianto disperato o convulsivo”, al “battere i pugni” o ad “urlare”.

Per quanti hanno sviluppato nella propria formazione personale una conoscenza più ravvicinata della bioenergetica, questo riduzionismo è inaccettabile. L'impatto che ha questo atto di semplificazione alle orecchie di tutti coloro che partecipano quotidianamente allo sviluppo di questa disciplina e la voglia di intervento bioenergetico in ambiti più estesi della società, hanno attivato un'opera di “modernizzazione” dei concetti base formalizzati da Lowen. Questo passaggio epistemologico che si sta compiendo, non vuol dire negare la tradizionale importanza analitica ed energetica della scarica o del rilascio delle difese. Ma vuol dire contestualizzare quelle attività su un piano intersoggettivo, integrando l'ampliamento dei paradigmi della tradizione con i dati che arrivano dalla ricerca delle neuroscienze. Vuol dire andare ad esplorare quali siano le aree inesplorate della teoria loweniana circa lo sviluppo del Sè.

Questa attività di riqualificazione epistemologica è il compito che l'IIBA affronta e che nelle mie ricerche ed esperienze più dirette si esprime nei lavori di tutti i docenti dell'IIFAB, dei suoi collaboratori, dei suoi psicoterapeuti, degli studenti (testimoni diretti di questi cambiamenti nell'anima stessa della loro psicoterapia individuale), di esempi come quelli portati da: William White, Guy Tonella, Angela Klopstech, Garry Cockburn.

“ STARE SU TUTTE E DUE LE GAMBE”⁴

Qual è la via percorribile per effettuare questo passaggio? Come si esprimono in merito gli analisti bioenergetici? Che tipo di relazione dobbiamo instaurare tra la tradizione e l’innovazione?

Le lacune, i significati inespressi, inesplorati o inesaminati, si possono recuperare attraverso un’analisi ermeneutica del lavoro di Lowen?

Proviamo a seguire l’immagine per la quale una gamba della bioenergetica sia la comprensione somatica del Sè come individuo, ed un’altra gamba sia la comprensione somatica del Sè in relazione con l’altro, l’ *ALTER_ità del Sè*.

Nella tradizione troviamo questi paradigmi:

Il Sè è descritto generalmente come Sè corporeo, quello cioè che riconosce il senso di sè come originato dalla bioenergia fisica del corpo. La bioenergia fisica del corpo si esprime in fenomeni psichici e movimenti somatici. Si riconoscono livelli o fasi di sviluppo che predispongono verso differenti strutture del carattere. Esse si caratterizzano per una dialettica psico-somatica descritta dal principio di identità funzionale. Una dialettica tra parti egualmente incidenti e costruttive. Una dialettica intersoggettiva che comprende nella sua analisi il contesto, le relazioni con l’ambiente esterno. Lowen (1958) riconosce l’essere intersoggettivo, come una parte fondamentale del Sé corporeo. Nel principio di identità funzionale, si dà spazio ad una visione biologica (l’energia è il comune denominatore funzionale tra psiche e soma), difensiva (l’energia si blocca a causa di due meccanismi funzionalmente identici: la tensione muscolare e il rifiuto delle rappresentazioni neuro-psichiche), e clinica (i due meccanismi difensivi bloccano l’espressione emozionale).

Il Sè è descritto come continuità tra mente e corpo.

La finalità del Sè è la spontanea espressività

Il Modello terapeutico è quello dell’Analisi del Carattere.

L’interazione con l’innovazione ci conduce verso una riformulazione che richiede maggior spazio alla descrizione di rinnovati paradigmi, che includano ciò che la tradizione ha lasciato come ambito inespresso o di difficile accesso.

È interessante notare come si rispecchi il discorso teorico, filosofico ed esistenzialista descritto nelle prime pagine, relativo al fatto che nel processo di conoscenza, l’oggetto conosciuto porta con sè i limiti (intesi come i confini conoscitivi) del soggetto conoscente. Sembra che Lowen non abbia esaminato o esplorato il significato profondo

⁴ Conferenza IIBA 2007: “Il Sè & La Comunità – Creare connessioni in Tempi di Rottura”.

dell'intersoggettività del corpo. Probabilmente questo “inespresso” appartiene alle ragioni per le quali Lowen smette di fare terapia con Reich (Helen Resneck-Sannes, 2005, p.42), dal quale non si sente nutrito e verso il quale sposta transferalmente il suo terrore, di bambino, alla vista dell'occhio materno, pieno di rabbia. Lowen di per sè segna con l' Analisi Bioenergetica un cambio di paradigma, e nell' arco di metà secolo, si sviluppa un ulteriore piano alla comprensione di questa disciplina.

Sembra che la tradizione non abbia sviluppato una terapia relazionale, ma Lowen si è lasciato ampiamente dirigere dal suo stesso lavoro corporeo nella definizione dei paradigmi (Lowen, 1975, p39).

Bilanciamo l'equilibrio, e lasciamo che il respiro accolga l'aria dei paradigmi delle neuroscienze e seguiamoli descritti nelle prossime pagine.

I- il “Sè si ri-descriverà prevalentemente *come un'interfaccia*” (è il luogo fenomenologico di convergenza, o come altri dicevano di “intreccio” tra i fenomeni istintivi e socioculturali; è la prima realtà soggettiva e fondamento dello sviluppo), “un'unità funzionale” definita dall'integrazione di specifiche funzioni, partecipative alla consapevolezza di sè, e tra loro legate da una relazione di “connessione”, la natura della quale specifica la qualità di integrazione del Sè stesso, ed il suo processo di soggettivizzazione.

II- *La natura intersoggettiva del Sè e dell'organismo* umani implicano una interazione continuativa con la realtà esterna e con le sue variazioni. Al fine di rispondere a questa natura dei fatti il Sè conta sui propri istinti di sopravvivenza, su una motilità adattiva caratterizzata da pattern neuroscientifici più chiari, ed espliciti (possono cioè essere di natura somato-sensoriale⁵; tonico-emotivi; posturali⁶; cognitivi⁷).

III- *La Motilità sessuale*, è un paradigma che appartiene anche alla tradizione. In questa riformulazione si integra la visione intersoggettiva del pattern sessuale, cioè il suo sviluppo si connette alle interazioni primarie della diade, quindi le influenze reciproche legate alla relazione di attaccamento predisporranno verso conseguenti pattern sessuali.

IV- *L'Attaccamento e i pattern interazionali conseguenti sono una condizione necessaria del Sè*, che non può svilupparsi al di là del legame con l'Altro. In questa revisione si parla di una mutua e reciproca influenza. Si ipotizza fortemente che la qualità di questa relazione accende l'attività elettrica di tracciati neuronali e determina la direzione e le circonduzioni che

⁵ Sono quelli che organizzano la motilità del Sè nei ritmi sonno/veglia, attivazione/de-attivazione, piacere/dolore, attività/passività, espressione/inibizione e molti altri propri di una regolazione permanente nell'esistenza vitale del Sè

⁶ Sono quelli che si formano attraverso l'interazione espressiva interpersonale, che organizzano l'espressione del Sè

⁷ Nascono dall'immagine percettiva di Sè e del mondo esterno, si riferiscono a processi mentali e affettivi per facilitare l'adattamento, il loro ruolo per il Sè è quello di invarianti semiotiche.

specifiche aree del cervello svilupperanno. Queste vie scritte nel cervello corrispondono al vissuto soggettivo del mondo esterno.

Oltre agli aggiornamenti portati da Main and Solomon (1988) o dalla Ainsworth (1978) che ci permettono di descrivere la correlazione tra legame di attaccamento e psicopatologia, in questo momento focalizzerei l'attenzione su alcuni elementi neurobiologici dell'attaccamento. Sembra potersi concludere che le esperienze ansiogene o causative di dolore, settino l'emisfero destro del cervello in una modalità di funzionamento "per sopravvivenza" e quando queste si ripetono vengono registrate nella memoria implicita. Configurano una tendenza organizzativa organica e comportamentale e si esprimono in un dato stile di attaccamento. La percezione visiva della figura di accudimento sarà sufficiente a riattivare questa modalità di funzionamento del cervello e al rilascio di ormoni dello stress, che contribuiranno ad influenzare l'andamento della crescita, organica e psicologica. Il volume dell'ippocampo si riduce, e aumentano le circonduzioni temporali. Per esperienze 'shockanti' come la perdita della figura di accudimento, si arriva alla morte (cessata attività) dei circuiti limbici (Erward 1999). Così come, una scarsa stimolazione relazionale genera atrofia cerebrale, nell'area neuronale che coinvolge i circuiti dell'ippocampo deputati alla memoria e all'acquisizione di attitudini emozionali.

L'anatomia funzionale del cervello si mostra come integrata in un tutto, e comprende sistemi di attivazione differenti, tuttavia, si possono considerare due modalità di comprensione della struttura cerebrale: una visione inferiore-superiore e una destra-sinistra. Nell'area inferiore, l'area limbica, o il cervello emotivo, si ritrovano i centri regolatori degli stati emotivi e corporei, e il "ripostiglio" delle esperienze interazionali precoci. L'area destra del cervello è stata associata all'implicito, alla modalità inconscia e preconsocia di processare l'informazione corporea, incarnata ed espressa nella comunicazione e nelle relazioni che attivano canali emotivi.

L'area destra è quella che si attiva ogni volta che il terapeuta vive il proprio paziente con le qualità dell'attenzione e dell'empatia. L'attivazione di queste aree nel vissuto del terapeuta permettono il 'grounding' (radicamento) di una regolazione emisferica duale, intersoggettiva con il paziente.

Schore (2003a, 2003b) differenzia due forme di regolazione, una regolazione del sistema limbico conscia, volontaria e verbale; ed una regolazione non verbale, tipica dell'attivazione dell'area destra del cervello (e che richiama l'essenza tradizionale del lavoro analitico

bioenergetico). Una diade psicoterapica efficace implica entrambe questi livelli: intersoggettivo (persona-a-persona) e neurofisiologico (corpo-a-corpo).

Il dato veramente sensibile è che questi processi neurofisiologici una volta strutturati nelle funzionalità cerebrali, non sempre risultano essere reversibili, modificabili. Come accade nelle scritte connettive collegate all'esperienza traumatica.

IV- Un quarto paradigma è costituito da un 'Modello metodologico di intervento per il Trauma', che considera le conseguenze sulla persona degli impatti funzionali e strutturali delle esperienze traumatiche precoci. In questo modello l'analisi del carattere si arricchisce della conoscenza neuroscientifica del vissuto del trauma. Nella comunità terapeutica dell'analisi bioenergetica in questo senso, sono molto rappresentativi i lavori di Robert Lewis, Maryanna Heckberg, Helen Resneck-Sannes, Michael Maley, David Finlay, David Bercelli. Sinteticamente, questi ricercatori e clinici suggeriscono di strutturare il modello di intervento sui seguenti aspetti:

“regolazione cosciente”(regolare la quantità energetica della scarica al fine di non incorrere nel rischio di ri_scrivere l'esperienza traumatica con una nuova traumatizzazione, conseguente all'esperienza della scarica “*convulsiva*”) come evoluzione del concetto di catarsi;

“finestra di tolleranza” (sistema di facilitazione di un risveglio neuronale e psicofisiologico. È una modulazione delle frequenze dell'arousal che permette all'organismo di accedere o ri accedere a sensazioni o pattern neurologici inibiti) come evoluzione del concetto della massima intensificazione dell'esperienza;

“micromovimento” come evoluzione dell'*intensificazione del movimento*;

“il contenere” come evoluzione del *lasciar andare*;

“la rimobilitazione delle risposte protettive del Sè” come evoluzione del *rilascio delle difese*.

In quest'ambito metodologico l'Analisi Bioenergetica e tutti gli interventi ad orientamento corporeo possono offrire molto alle neuroscienze e al mondo della psicoterapia, per il fatto che interventi ad orientamento corporeo influenzano la ri-organizzazione del cervello nelle sue connessioni neuronali preferenziali. Possiamo immaginare che quando il corpo è direttamente partecipe nella relazione, evento caratterizzante l'intervento analitico bioenergetico, si predispona il substrato fisiologico ottimale per poter ri-scrivere o ri-attivare pattern neuronali congelati dall'esperienza traumatica, quando essi siano possibili di riattivazioni. Come si è descritto in precedenza, a volte succede che l'esperienza traumatica

riveste un impatto talmente pesante sulle connessioni nervose da rendere irreversibile il processo di riconnessione. Le neuroscienze ci fanno “vedere” cosa succede internamente all’organismo, quando si segue un percorso di terapia analitica ad orientamento corporeo. Possiamo integrare la tradizione nel lavoro psicoterapico con una descrizione che porta un punto di vista interno, neurofisiologico. Il momento clinico si interpreta come l’esperienza correttiva, di attivazione di nuove connessioni neurologiche, o di ri-attivazione di pattern ‘congelati’, che coinvolge le sequenze funzionali incluse nel movimento dall’emisfero destro a quello sinistro. Il paziente si muove nella relazione con il terapeuta verso una riorganizzazione del Sè, che coinvolge anche l’assetto fisiologico.

In questo passaggio riecheggia la problematica della rappresentazione del vissuto, tramite il simbolo linguistico. La traduzione del concetto di sintonizzazione in lingua neurobiologica e chimica, ci permette di colmare la lacuna lasciata dalla nominalizzazione del dato soggettivo del vissuto. E sembra interessante il domandarsi se delle esperienze vissute davvero ci resti solamente la loro nominalizzazione, quando ci apprestiamo ad una esperienza di condivisione delle stesse. Il linguaggio terapeutico viene integrato della comprensione neurofisiologica e relazionale. L’emisfero destro del terapeuta comunica ed entra in risonanza con quello del paziente, “curando” l’anatomia fisiologica cerebrale e il vissuto psico-corporeo.

La stessa dinamica caratterizza la vita dell’essere umano, fuori dagli studi analitici, in tutto il suo *perdurare*.

Sintonizzando i canali neurologici della diade si sintonizza allo stesso tempo l’organizzazione psichica, ed il significato personale che consegue. L’essere in relazione permette l’accesso a vissuti fino ad allora bloccati dalle inibizioni avvenute precedentemente nello sviluppo.

I pazienti imparano come regolare i loro livelli ottimali di tolleranza, anche nei confronti delle riattivazioni dei propri network neuronali inibiti. All’esperienza traumatica si associa uno specifico tracciato neuronale, e la terapia ad orientamento corporeo riesce a parlare in modo efficace al sistema limbico del paziente, che non risponde allo stimolo linguistico, non è il suo canale interazionale.

La ripetizione in ambiente clinico dell’esperienza compensatoria del deficit cerebrale ed emotivo del paziente, permette di ri-scrivere sulle connessioni neuronali vecchie nuovi pattern di collegamenti. La modernità arricchita della tradizione, in questo caso, crea il nuovo paradigma.

Nei vissuti clinici i livelli di attivazione, oggi parametri “misurabili”, variano, e l’agente curativo sembra essere quello che si mostra in modo ripetitivo e con una carica di bassa e

costante stimolazione nella regolazione della diade, e che si offre in ogni seduta stimolando continue piccole variazioni nella frequenza cerebrale del paziente.

La sensibilità intersoggettiva del terapeuta, quella propria degli “insight energetici”, sarà la misura per la comprensione della finestra ottimale di tolleranza del paziente.

L’attività dei neuroni a specchio crea l’esperienza degli altri all’interno di noi stessi. Abbiamo la possibilità di comunicare su un nuovo ordine, un canale diverso dalle grammatiche linguistiche.

In questo ambito possiamo darci il permesso di ripensare alla pratica Analitica Bioenergetica in termini neuroscientifici, integrati come seconda lingua, o come “l’altra gamba”.

Integrare le conoscenze neuroscientifiche, vuol dire assorbire interamente i dati neuroscientifici e farne buon uso, in modo tale che sia possibile un maggior dialogo con il mondo più vasto della psicoterapia. Il buon dialogo è tale quando è foriero di una rifertilizzazione reciproca.

La crescita, nella conoscenza e la maturazione, si radica su tutte e due queste gambe.

Le Neuroscienze offrono all’Analisi Bioenergetica una possibilità di riconcettualizzazione dei suoi postulati fondanti.

L’Analisi Bioenergetica e tutte le terapie ad orientamento corporeo possono offrire alle neuroscienze e, in senso più ampio, alla psicoterapia, una profonda conoscenza del corpo, del suo ruolo nello sviluppo umano e nella interazione con gli altri. Questa conoscenza si approfondisce di anno in anno, e spesso richiama la conoscenza classica, quella che si tramanda di generazione in generazione, perchè proviene dalla ricchezza prodotta dall’esperienza clinica, dall’impegno interventista ed ermeneutico proveniente dalle scuole cliniche di psicoterapia. In questo senso, diventa critico per le neuroscienze integrare nel loro apparato teorico e sperimentale modalità di intervento ad orientamento corporeo.

Nello specifico questo scambio incrociato, diventa uno dei nuovi paradigmi definiti nel nuovo modello clinico dell’Analisi Bioenergetica, di cui possiamo essere i testimoni e i prosecutori.

Conclusioni

L’impatto che immediatamente si imprime nel mio immaginario quando provo a cercare una conclusione per questi discorsi, è la possibilità di includere le discipline neurologica, Analitico-bioenergetica e Intersoggettiva in un contesto sociale, societario e pedagogico.

Come primo esperimento concettuale e clinico seguire il tema delle relazioni dei gruppi, come ad esempio la famiglia, le aziende, e più in esteso le società.

Una visione guida in questa divagazione tra i piani dell'Analisi Bioenergetica, è una sensazione di 'possibilità', nel contesto familiare, di superare la visione stadiale dello sviluppo e ripunteggiare la natura e la qualità delle figure di accudimento, liberate dal peso connesso ad una visione per ruoli (materno – paterno), liberate dal peso della teoria dei complessi in generale, e muoversi verso una psicologia dello sviluppo che rinforzi la qualità della presenza nella relazione intersoggettiva, come fattore protettivo, e che aiuti la coppia genitoriale ad una confidenzialità maggiore con il proprio corpo, come canale percettivo unitario.

Un senso di possibilità che mi permette di immaginare di portare fuori dagli studi professionali il vissuto analitico clinico ad orientamento corporeo, e vedere in una "qualità relazionale" la matrice della società, senza inoltrarci in uno scenario eccessivamente utopistico, ma con la fiducia derivante dal sentirsi radicati su "entrambe le gambe".

Si è visto come la natura della conoscenza condiziona e dirige la condotta, in tutti i suoi ambiti.

È la temporalità che ci ha permesso questo aggiornamento, "il durare" nella storicità.

È stimolante l'idea di applicazione della conoscenza Analitica- bioenergetica ai vari contesti del vivere sociale, oltre che a quello clinico. Una conoscenza integrata che permetta una nuova rivoluzione culturale di una società che promuova e tolleri la libertà di ciascun essere umano di essere ciò che è.

Le implicazioni del Alter_ità del Sè corporeo sono i precursori di una prospettiva sociale per la bioenergetica. Poter fare l'esperienza dell'altro nel sè è un connettore sociale con gli altri, del tutto innovativo, perchè difende e protegge lo spirito del rispetto reciproco, nel senso più profondo di questi termini.

Si può ipotizzare l'avvio di un processo di modernizzazione dell'etica sociale che invita alla rivisitazione delle tematiche fondanti la Psicologia Generale.

In questo senso un'idea che lascio aperta alla riflessione comune, potrebbe concretizzarsi nel portare fuori dagli studi professionali lo psicoterapeuta in Analisi Bioenergetica, per dar vita ad un primo esempio di facilitazione di un rinnovamento sociale.

Bibliografia

- Ainsworth M.S.D., Blehar M.C., Waters E. et Walls S., *Pattern of Attachment: a psychological study of the strange situation*, Hillsdale, New Jersey, Erlbaum, 1978.
- Bateson, G. *Mente e natura, un'unità necessaria*, Milano, Adelphi, 1984.
- Bateson, Gregory-Bateson, Mary Catherine, *Angels Fear: Towards an Epistemology of the Sacred*, New York, Macmillan, 1987; trad. it. Giuseppe Longo, *Dove gli angeli esitano - Verso un'epistemologia del sacro*, 1a ed., Milano, Adelphi, 1989 [2a ed., 1993].
- Bercelli D., *Trauma Releasing Exercises*, AZ, TRAPS, 2003.
- Cockburn G. *Standing on both Legs: A bioenergetic Perspective on the family, Gender Roles and Development of the Self in the 21st Century*, in 'The Clinical Journal for Bioenergetic Analysis', 18, 11-26, 2008
- Di Blasio P., *Contesti relazionali e processi di sviluppo*, Milano, Raffaello Cortina Editore, 1995.
- Eckberg M., *Treatment of shock trauma: a somatic perspective*, in 'The Clinical Journal for Bioenergetic Analysis' 10, 73-96, 1999
- Finlay D., *Notes on intimate connections*, The Clinical Journal for Bioenergetic Analysis, 12, 35-52, 2001.
- Jung CG. (1952), *La sincronicità come principio di nessi causali*, tr.it., Borla, IV ristampa, Torino, 1989.
- Kern S. (1983), *Il tempo e lo spazio. La percezione del mondo tra Otto e Novecento*, tr.it. Il Mulino, Bologna, 1988.
- Klopstech Angela, *Bioenergetic Analysis and Contemporary Psychotherapy: further considerations, dialogin with other modalities and neurosciences*, The Clinical Journal for Bioenergetic Analysis, 18, 114-136, 2008.
- Kuhn Thomas, *The Structure of Scientific Revolutions*, Chicago University Press, Chicago, 1962 tr. it della II ed. *La struttura delle rivoluzioni scientifiche*, Torino, Einaudi, 1979.
- Lewis R., *The trauma of cephalic shock: clinical case study*, in The Clinical Journal for Bioenergetic Analysis 9, 1-18, 1998.
- Lowen A., *Bioenergetics*. Penguin Books, New York, 1975.
- Lowen A. *Language of the Body*, Macmillan Publishing Co., New York, 1958.
- Merleau-Ponty M. (1945), *Fenomenologia della percezione*. Tr.it., Il saggiatore Milano, III edizione, 1980.

- Minkowski E. (1968), *Il tempo vissuto. Fenomenologia e psicologia*, tr.it., Giulio Einaudi Editore, Torino, 1971.
- Resenk-Sannes H., *Bioenergetics: Past, Present and Future*. *Bioenergetic Analysis* 15, 33-54, 2005
- Ricky E., *Thalamic fear*, in *Journal of Child Psychotherapy*, 30, 71-87, 2004
- Rhode M, *Different responses to trauma in two children with autistic spectrum disorder: the mouth as crossroads for the sense of self*, in *Journal of Child Psychology*, 30, 3-20, 2004
- Schore A., *Affect Regulation and Repair of the Self*, Norton, New York, 2003a.
- Schore A., *Affect Dis-regulation and Disorder of the Self*, Norton, New York, 2003b ; trad. It “I disturbi del Sè e la disregolazione degli affetti” Astrolabio-Ubaldini Editore, Roma, 2010.
- Tauber E.S., Green M.R., *Lesperienza prelogica, indagine sul sogno ed altri processi creativi*, tr.it., Boringhieri Torino, 1959.
- Tonella Guy, *Paradigms for Bioenergetic Analysis at the dawn of the 21st Century*, in *The Clinical Journal for Bioenergetic Analysis*, 18, 27-59, 2008.