



ASSOCIAZIONE
ITALIANA
INSEGNANTI
DEL METODO
FELDENKRAIS

Bollettino

28/2010

La famosa frase che introduce il dramma shakespeariano dell'Amietto, continua a vivere da secoli come un capolavoro universale, ed ha portato al fluire di una quantità enorme di inchiostro. A quante letture e commenti ha dato vita anche al di fuori delle competenze più strettamente teatrali e di letteratura? La psicoanalisi si è nutrita delle ambiguità che delineano tutta l'opera, così come è avvenuto per i capolavori del teatro greco. Come è possibile non rimanere affascinati sia dalla sua struttura che dal ruolo centrale che riveste il teatro, chiaramente con particolare riferimento al dramma dentro il dramma, la presentazione della Trappola per Topi davanti al Re? Questa è l'ultima strategia rimasta ad Amleto per osservare nel viso dello Spettatore sospettato di omicidio la rivelazione della sua vera identità; per quanto, nel fare questo, anche Amleto venga lui stesso forzato a contemplare le sue proprie scelte.

La traduzione francese della prima frase di Bernardo, una delle guardie dei bastioni di Elsinore, lì dove l'ombra del fantasma prende forma, evidenzia sia il fenomeno dell'essere ("Chi è là?") che quello del movimento ("Chi va là?"): per quanto riguarda i miei propositi, io preferisco la seconda. Essa getta molta più luce sul fatto che la questione dell'identità è organicamente connessa alla consapevolezza del corpo che si muove nello spazio.

Anche se Gerald M. Edelman è convinto che gli artisti non possano che nutrire un interesse amatoriale per quanto riguarda il fenomeno della coscienza², Antonio R. Damasio (2001), d'altro canto, si basa su una certa varietà di opere, comprendendo in que-

"CHI È LÀ? CHI VA' LÀ?" IL PUNTO DI VISTA DEL METODO FELDENKRAIS¹® DI EDUCAZIONE SOMATICA

Odette Guimond

ste anche Shakespeare, per tenere aggiornato il pubblico sugli sviluppi in aree come la Neurologia o la Psichiatria³. I lavori scientifici a carattere divulgativo di Gerald M. Edelman come *Una Teoria Biologica della Coscienza* o *L'Importanza dell'Immaginazione*, e quelli di R. Damasio, *L'Errore di Cortesi*^o o *Il Senso di Ciò che Accade*, o quelli di Israel Rosenfield come *Un'Anatomia della Coscienza*, sostengono le riflessioni di Francisco J. Varela, biologo e specialista di scienze cognitive, e concordano con la ricerca dei fondatori e dei praticanti di molti metodi di educazione somaticas degli ultimi wo anni e più, specialmente per quanto concerne il Metodo Feldenkrais. Quest'ultimo ha attratto per un po' di tempo l'attenzione di Varela stesso e di altri scienziati, anche durante la vita di Moshe Feldenkrais, dottore in fisica e judoka⁶

IL CORPO, METAFORA DELLA MENTE? LA MENTE, METAFORA DEL CORPO?

Un articolo come quello di Cari Ginsburg "Il Sé somatico rivisitato" propone dei percorsi importanti non soltanto per quanto concerne il contributo dell'educazione somatica al dominio della coscienza, ma anche nel modo con il quale affronta la questione dell'identità. Infatti, l'educazione somatica si interessa di ciò che riguarda l'apprendimento della consapevolezza del corpo che si muove nello spazio ed in relazione con il suo ambiente, includendo attraverso ciò la questione dell'apprendimento, la cultura dell'individuo. Da adesso in poi, la questione non sarà più conoscere chi si muove in quella particolare direzione, ma il fatto di prendere maggiormente in considerazione il processo con il quale un essere vivente conosce, deline-

ando che persona è, e quali sono le scelte che egli fa allo scopo di agire in maniera efficace, con criteri di minimo investimento in una data situazione, massimo dell'armonia e della qualità, sensibilità e consapevolezza, e persino di creatività.

Per lungo tempo, questa questione, associata ai processi di tipo cognitivo, veniva considerata come se il "corpo" non avesse parte nel processo cognitivo stesso, ed il processo veniva per questo definito "mentale", come se la testa non avesse a far parte del corpo o come se al contrario il corpo fosse scisso dalla testa. Ciò deve aver richiesto agli scienziati una gran libertà di spirito, o forse molto più semplicemente una qualità di osservazione ed una riflessione scientifica libera dal bagaglio religioso e filosofico, che avrebbe quindi permesso alla scienza medica di giungere negli ultimi tempi a proporre la tesi per cui il cervello si debba considerare come un organo fisico, e verso il quale noi ci siamo riferiti per secoli come mente, e tutto ciò è di fatto emerso dalla conoscenza del funzionamento del sistema nervoso (Edelman e Tononi 2000). E' questa l'ipotesi fondamentale dell'educazione somatica e specialmente di Moshe Feldenkrais, dagli anni '40 in poi, la quale ci ha dato modo di svincolarci dalla dualità di un pensiero riduzionista che ci è stato imposto sin dai tempi di Cartesio.

Se il sogno scientifico che spinge la ricerca sulla coscienza, è evidente, per esempio, nella produzione di Edelman di sofisticati artefatti, (robot "coscienti", cioè capaci di apprendere e non solo programmati dall'esterno) la cui funzione sarebbe quella di valutare oggettivamente e quantitativamente il funzionamento di un organo vivente quale è il cervello, quello degli educatori somatici è conseguenza soprattutto della loro esperienza soggettiva e si basa su dati di tipo qualitativo. Loro stessi in prima persona spesso si ritrovano a confrontarsi con un problema di salute o più genericamente con una questione di sopravvivenza, come per esempio è per gli artisti, e si basano sulla loro creatività per imparare a sentire sempre più dentro di sé il funzionamento del loro organismo e del loro ambiente e per guidare i loro allievi in un processo di apprendimento. E di fatto è proprio come per gli artisti che hanno appreso ed imparato a padroneggiare tecniche estremamente precise, nel corso dei lunghi anni del loro apprendistato, supportate sia da una conoscenza oggettiva, ma anche ba-

sate su una definizione della coscienza come esperienza viva e sensoriale: in breve, quella prospettiva dei *qualia*, così di ostacolo alla ricerca scientifica di oggi. Per l'educazione somatica, i processi cognitivi sono gli stessi dei processi biologici auto poietici così come è stato definito da Humberto Maturana e Francisco J. Varela in *Autopoiesi e Cognizione, La realizzazione del vivente* negli anni '70⁹. In questo processo, un essere vivente ricrea costantemente la propria identità funzionale, attraverso l'incessante movimento delle sue parti e della sua struttura. Il cervello ed il corpo non sono altro che uno, il cervello si alimenta e viene influenzato dai movimenti, dalle sensazioni e dalle esperienze del sistema nervoso, scheletrico muscolare e digestivo ... Maturana e Varela sono stati i primi biologi a proporre chiaramente l'ipotesi che la conoscenza è un fenomeno biologico e ad inaugurare il dibattito su questo tema all'interno del mondo scientifico.

Come il terreno vi riconosce?

Se esiste uno specchio che non ci può mentire, e che non ci rivela l'apparenza ma l'identità stessa, questo è proprio la nostra relazione con la gravità. Non è stato Moshe Feldenkrais a dirci che la più grande scoperta di Freud è stato l'uso del divano? Nell'educazione somatica, la qualità del contatto con il terreno e la capacità di cambiare sottilmente questa relazione ad ogni passo del movimento, cioè, della vita stessa ad ogni respiro, hanno il significato di rivelarci la persona, e per Moshe Feldenkrais, di rilevare le qualità del

suo sistema nervoso. Le impronte sul terreno, così importanti per la polizia o per gli scienziati quando interessati alla storia delle specie viventi, sono il cuore dell'educazione somatica. Ma più che rivelare solo delle tracce, di un passato ormai spento, nascosto o non riconosciuto, l'educazione somatica riapre attraverso la relazione con la gravità, il manifestarsi a noi del momento presente, rivelandoci allo stesso tempo sia le tracce di una memoria sia i significati medesimi che una persona si trova a gestire, o a non gestire, allo scopo di trasformare le sue intenzioni in azioni, per organizzare se stesso nel tempo e nello spazio. In più, la connessione giocosa con il pavimento, il bisogno di toccare innanzi tutto come primo significante di comunicazione ci permette di far ripartire quel meccanismo così profondo che è l'apprendere, la sopravvivenza e la creazione. Moshe Feldenkrais invoca costantemente tre temi cardine: l'inestricabile unità di mente e corpo, l'importanza primordiale della relazione con la gravità ed il ruolo dello scheletro che questo comporta, l'immagine corporea (altresì descritta come schemi neuromuscolari) riferendosi al sé che diviene più chiaro e che quindi si modifica durante le lezioni di educazione somatica. Egli ha scritto diversi libri fra cui alcuni dal titolo provocatorio, *Conoscersi Attraverso il Movimento* (Celuc libri) 1972, 1977, *L'Ovvio Elusivo* (1981). Nel 1948 aveva già pubblicato *Il Corpo e il Comportamento Maturo: uno studio sull'ansia, il sesso, la gravità e l'apprendimento* (1981), una sintesi sorprendente per quei tempi, persino per quelli che avevano già una visione globale dell'uomo. L'anno dopo, nel

1949, scrive il *L'Io Potente*, proponendo l'apprendimento della spontaneità contrapposta alla compulsione, che non sarebbe stato pubblicato che un anno dopo la sua morte, ovvero nel 1985.

Ci sono due strade che Moshe Feldenkrais ha sviluppato per guidare l'apprendimento.

La lezione di gruppo di **Consapevolezza Attraverso il Movimento®** consiste di sequenze di movimenti volte a stimolare una migliore organizzazione neuromuscolare. Sono connesse a specifiche funzioni, e i movimenti vengono proposti in modo insolito e non lineare, allo scopo di stimolare la creatività, in modo da alterare le abitudini per trovare alternative anche più agevoli, rifacendosi a dei punti di riferimento sensoriali del tutto personali.

Nelle lezioni individuali di **Integrazione Funzionale®** lo studente viene guidato dal tocco, così come da istruzioni verbali, dell'insegnante che esplora con la persona nuovi opzioni di movimento. È un tocco che ascolta e accompagna, un tocco che suggerisce schemi neuromuscolari che potrebbero essere dimenticati o che non esistevano neppure prima nel repertorio di movimento dello studente, un contatto di fatto che aiuti a definire quelle aree un po' vaghe nella percezione che la persona ha di sé. Quello che l'insegnante fa è di mantenere un dialogo con lo studente attraverso il movimento.

Per riassumere, il Metodo Feldenkrais è più profondamente (e principalmente in maniera esperienziale) la comprensione di diversi principi fondamentali: l'organizzazione del corpo in movimento nel campo gravitazionale, il funzionamento autoregolatore del sistema nervoso, la totale integrazione della persona a livello sensoriale, emotivo e intellettuale, la priorità dell'auto immagine nel comportamento. Le condizioni che quindi si creano con il metodo si dirigono verso le nostre capacità di apprendimento.

L'approccio strategico è volto più al "come" che al "perché" delle cose. Riduce l'uso dello sforzo e della velocità; aumenta la sensibilità cinestesica, ricercando la comodità e la facilità; è assente un modello da imitare; la ricerca si basa su fattori personali di tipo qualitativo; vi è una progressione graduale verso qualcosa di sempre più complesso; una visione che comprende tutto il corpo e tutta la persona in movimento. Le strategie principali del metodo si articolano intorno ad un approccio che dia sicurezza allo

studente, un approccio che sia il più indiretto possibile alle parti cariche di dolore o traumatizzate o verso quelle aree così dette "problematiche", con la prospettiva di rivolgersi all'individuo nel suo insieme, a quell'intelligenza del sistema nervoso, che è sana all'interno della persona, e non alle sue percezioni prevenute.

Come sai chi sei o dove ti stai dirigendo?

La prospettiva dell'educazione somatica è sia la più antica che la più recente a dispetto di quanto ci si possa immaginare; è più importante e fautrice più che mai delle soluzioni del nostro organismo di quanto si possa credere, confrontata da temi radicati e condivisi da troppi esseri viventi per essere semplicemente individuali, culturali e patologici. La gente si interessa a buon diritto alla composizione chimica del funzionamento umano e di quello che ci può dire lo studio delle lesioni del cervello per ciò che riguarda la funzione e la vera natura del fenomeno vivente. Ma nella mia pratica dell'insegnamento nell'area del teatro e dell'educazione somatica che continua ad insegnarmelo, fondamentalmente, gli esseri umani non possono ottenere una libertà totale e divenire così pienamente creativi senza questa ricognizione costante delle loro abitudini di movimento nel campo gravitazionale, e delle loro preferenze di comportamento, del loro proprio modo di fare e di percepire. E dico questo, non per rifuggire da noi stessi e conformarci ad un qualche modello ideale, che è cosa sia inaccessibile che irreali, ma per far pace con se stessi e diventare padroni di chi siamo e di cosa facciamo. La consapevolezza dei nostri schemi neuromotori è fondamentale e promuove il miglioramento non solo di ciò che si ama fare ma anche delle variazioni creative che questo miglioramento comporta e che possono addirittura essere descritte come cambiamenti profondi di comportamento. Nel teatro si utilizzano parole, molte parole. Le impariamo addirittura "a memoria". Le "recitiamo". Cerchiamo di ricordarci che un essere umano le ha scritte e che esse esistono per tornare a noi, dentro di noi e per permetterci di comunicare con altri esseri umani. Leggete una frase che vi smuove, anche se non sapete perché vi emozioni o anche se ne conoscete il motivo! Elencate tre parole tipiche, qualificatici o immagini a cui la frase vi porta a pen-

sare. Adesso ripetete la frase fuori ad alta voce, e ascoltatela risuonare dentro di voi mentre scoprite esattamente da dove vengono le immagini che imparate a differenziare l'una dall'altra. Cosa fate per chiarire queste immagini dentro di voi? Come sapete ciò che sentite? Queste immagini si traducono velocemente in uno schema di movimento e solo voi ne conoscete i punti di riferimento che vi permettono di ripeterle finché diventano per voi come una seconda natura. Giocate ad alternare tra i tre schemi di movimento che si integreranno in una singola forma, qualcosa che non vi sareste mai aspettati, e questo è sia semplice che divertente. Ecco ci siete, in contatto con un nuovo carattere che non avresti mai riconosciuto come un aspetto della natura umana all'interno di voi ... e della vostra identità.

Provate a tirare fuori un verbo, due, tre verbi d'azione che sono connessi con la persona con la quale si desidera condividere questa frase e che le darà modo di creare una relazione con voi. Giocate ad alternare queste frasi. Ascoltate voi stessi dal di dentro, come reagite alla costruzione del movimento dell'altro che risponde alla vostra intenzione, alla sua relazione con voi, alla replica che ne scaturisce fuori e che muta con il ritmo dei cambiamenti dei vostri propri movimenti. A quel punto avete creato un dialogo, una relazione fondamentale tra due esseri umani. Ora, cosa avreste voluto dire che era così importante? Cosa c'era nelle parole? Avete saputo gestire la cosa allo scopo di chiarire questa relazione e forse anche di poterla arricchire inaspettatamente. Come fate a sapere così bene ciò che sapete

riguardo voi stessi e le vostre intenzioni? Dovete solo prestare attenzione un attimo a ciò che sentite e a ciò che fate quando vi muovete e lasciarvi guidare da questo sentire che conoscete dentro di voi.

Il mio viaggio personale nell'educazione somatica, così caro a me quanto lo è l'esperienza artistica, mi permette come a molti altri, di bruciare le maschere piuttosto che a sparire dietro ciò che è imposto. All'interno di un contesto di apprendimento, per citare un'espressione proposta recentemente da Antonio R. Damasio, è che la consapevolezza di fattori sensoriali ci guida nella costruzione di un comportamento associato a questi fattori sensoriali verso questa libertà di costruire caratteri di tipo differenziato e nella mobilità della quale possiamo fare esperienza all'interno della nostra identità. Questo è ciò che hanno fatto gli attori sin dalle prime intuizioni di Stanislavski. Ma attraverso i mezzi consentiti dall'educazione somatica, si può entrare molto all'interno di questo tipo di ricerca e con maggiore precisione e piacevolezza. Nel teatro questo diventa qualcosa di estremamente prezioso. E nella vita si può dire che non abbia prezzo.

Traduzione dell'articolo già tradotto dal francese all'inglese da Eileen McGurk e pubblicato sul Feldenkrais Research Journal nel 2005

Traduzione di Lisa Lopes Pegno

Riferimenti Bibliografici:

Damasio A.R. *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness*. New York: Harcourt Brace 1999, 2000.

Damasio A.R. *Descartes' Error: Emotion, Reason and the Human Brain*. New York: Grosset/Putnam, 1994, Harper Collins 1995. Edito in Italia. *L'Errore di Cartesio Emozione, ragione e cervello umano*. Adelphi Ed. 1995.

Edelman G.M. *The Remembered Present: A Biological Theory of Consciousness*. New York: Basic Books 1989.

Edelman G.M., Tononi G. *A Universe of Consciousness: How Matter Becomes Imagination*. New York: Basic Books 2001.

Feldenkrais M. *Awareness Through Movement: Health Exercises for Personal Growth..* New York: Harper & Row; Toronto: FitzHenry Whiteside 1972, 1977; Hammonds Worth, Middlesex, England: Penguin Books 1972-1977. Edito in Italia *Conoscersi Attraverso il Movimento (Celuc libri)* 2003

Feldenkrais M. *The Elusive Obvious*. Cupertino, CA: Meta Publications 1981.

Feldenkrais M. *Body and Mature Behaviour: A Study of Anxiety, Sex, Gravitation and Learning*. New York: International Universities Press 1981. Edito in Italia. *Il Corpo e il Comportamento Maturo: sul sesso, l'ansia e la forza di gravità*. Ed. Astrolabio 1996

Feldenkrais M. *The Potent Self: A Guide to Spontaneity*. San Francisco: Harper and Row 1985. Edito in Italia: *L'Io Potente. Uno studio sulla spontaneità e sulla compulsione*. Ed. Astrolabio 2007

Ginsburg C. "The Somatic Self Revisited," Newbury Park, CA: Sage Publications, reprint of the *Journal of Humanistic Psychology* 1996; 36:124 —140.

Rosenfield I. *The Strange, Familiar and Forgotten: An Anatomy of Consciousness*. New York: Alfred A. Knopf 1992.

Varela F.J., Thompson E., Rosch E. *The Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience*. Cambridge,

MA: MIT Press 1991.

Note

* Nota del traduttore dal francese all'inglese Eileen McGurk: questo articolo è la traduzione di «*Qui va là? Point de vue de la méthode Feldenkrais d'éducation somatique* » in *PRISME, Psychiatrie, recherche et intemention en santé mentale de l'enfant*, no 37 (*Corps Culture Identité*), Montréal, Hapital Sainte-Justine, 2002, pp. 98-106. ISBN: 2-922770-34-06; ISSN: 17-1-7599. Il riferimento alla frase di apertura dell'*Amleto* del secondo paragrafo richiama alle diverse occasioni nelle quali un personaggio di Shakespeare scambia qualcuno per qualcun altro "Chi è là?" o "Chi va là?" La scelta che Shakespeare fece fu un indicatore conscio dell'ambiguità propria ad Amleto riguardante la sua identità?

Feldenkrais®, Conoscersi Attraverso il Movimento® e Integrazione Funzionale® sono marchi registrati in Canada dalla Feldenkrais Guild of North America

e protetti in Québec dalla *Association Québécoise des Professeures et des Professeurs de la Méthode Feldenkrais®* nonché affiliate a quest'ultima. L'uso di questi termini è riservata ai practitioner che hanno completato la Formazione Professionale nel Metodo nel periodo della durata di 4 anni e che sono venuti incontro ai criteri di ogni singola associazione. Queste ultime fanno parte della Federazione Internazionale Feldenkrais®.

2 Vedi la conclusione del libro di Gerald M. Edelman e Giulio Tononi, *How Matter Becomes Imagination*. Dove è possibile leggere, per esempio, "Ma vi è un punto affascinante che, qui e ora, porta ad una completezza della ricerca scientifica. Riguarda il fatto se *tutte* quelle relazioni significative a livello della coscienza possono essere oggetto di studi scientifici. Pensiamo, ad esempio, a frasi significative del linguaggio ordinario o, anche meglio, a scambi poetici così come vengono recitati da persone sensibili. La nostra congettura è quella per cui loro, qui e ora, non stanno adattando degli argomenti a scopo di uno studio scientifico fatta eccezione in un senso in qualche modo lieve." P. 222

3 Vedi, per esempio, "Il racconto di storie prive di parole è naturale. La rappresentazione immaginata di sequenze di eventi del cervello, che avvengono in cervelli più semplici del nostro, è la materia di cui sono composte queste storie. Il naturale occorrere pre verbale di storie raccontate può essere ragione ancora migliore per la quale alla fine ci troviamo a creare drammi e nel caso libri (...) Essere come se potesse, la meraviglia è quello di pensare che i primi cervelli che fecero la storia della coscienza risposero a domande che nessuno si era mai posto prima: chi sta creando queste immagini che sono appena emerse? Chi ne è il proprietario? *Chi è là?* Come nella frase segnale dell'*Amleto*, un testo che così potentemente riassume la perplessità degli umani che contemplano le origini della loro condizione. Le risposte che sorsero per prime, e per le quali io intendo che l'organismo deve costruire innanzi tutto quel tipo di conoscenza che si esprime come risposte. L'organismo deve essere in grado di produrre quella conoscenza primordiale, non richiesta, così che ci si possa basare il processo di conoscenza (...). Il raccontare storie nel senso di registrare quel che succede in forma di mappe cerebrali, è probabilmente un'ossessione del cervello e probabilmente inizia relativamente presto sia in termini di evoluzione che in termini di complessità delle strutture neurali richieste allo scopo di creare narrazioni. Raccontare storie precede il linguaggio, dal momento che esso è, di fatti, una condizione perché ci sia il linguaggio (...)" in A.R. Damasio, *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness*, pp.188-189.

4 Vedi, ad esempio, Francisco J. Varela, Evan Thompson and Eleanor Rosch, *The Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience*.

5 Tra i fondatori di metodi con provati, Frederick Matthias Alexander, attore australiano della fine del secolo 19° che realizzò con suo grande orrore, che avrebbe perso la voce in scena durante i suoi spettacoli e che non avrebbe trovato granché ad essergli d'aiuto per porre rimedio al suo problema. Prende allora a sperimentare le sue strategie per inibire quelle abitudini del suo comportamento anziché abbandonarsi a divenire vittima del suo stesso problema. Nello stesso periodo nel quale Moshe Feldenkrais stava sviluppando le sue idee fondamentali, un dottoressa tedesca, Lily Ehrenfried, la quale era emigrata in Francia lanciò la *Ginnastica Olistica®*: anche se non poteva praticare la scienza medica, poté comunque far ricerca su modi per poter prevenire alle persone di diventare malate. Il suo scopo era il mantenimento della salute, la prevenzione di malattie e l'educazione. Traendo la sua ispirazione, come Lily Ehrenfried, dai lavori di Elsa Gindler (pioniera degli anni '20), Gerda Alexander, una danzatrice danese durante la sua giovinezza aveva insegnato la danza ritmica di Jacques-Dalcroze, e creò il *metodo dell'Eutonia* che si focalizzava sulla salute del tono muscolare dal momento che all'età di 25 anni cominciò a soffrire di artrite reumatoide. Più recentemente, Thérèse Bertherat, una lidesioterapista francese della scuola di Mézières, creò l'*Antiginnastica* e concepì di rendere pubblico in lingua francese *Il Corpo ha le Sue Ragioni*. Negli Stati Uniti, Bonnie Benbridge Cohen, cominciò anche lei come danzatrice e terapeuta e proseguì la sua ricerca sul *Body-Mind Centering*. Questa lista è lontana dall'essere esaustiva.

611 Metodo Feldenkrais® porta il nome del suo creatore, un ebreo russo nato nel 1904. Moshe Feldenkrais giunse da solo in Palestina all'età di 14 anni e contribuì alla nascita del suo paese. Dal 1928, studiò a Parigi dove divenne sia dottore in Fisica che ingegnere. Tra le altre cose, lavorò nel laboratorio di Joliot-Curie. Realizzatosi come sportivo, fu molto attivo nel promulgare lo svilupparsi del Judo in Francia e Inghilterra tra gli anni '30 e '40. Questo lungo lavoro di apprendimento ed insegnamento dell'arte marziale fu un'importante fonte di ispirazione nell'elaborazione del suo metodo e nel suo interesse a lavorare con gli attori. L'altro fatto-

re determinante fu un serio incidente al ginocchio che lo portò ad interessarsi alla riabilitazione, e alla connessione tra movimento e funzionamento del sistema nervoso in una inestricabile unità tra psiche e soma. Di fatto, la prognosi per l'intervento al ginocchio lo forzò a fare una scelta: avrebbe camminato di nuovo normalmente o si sarebbe trovato ancora ad affrontare diverse limitazioni. Decise di evitare l'operazione e di trovare il suo modo di camminare il più normalmente possibile. La sintesi delle sue prime esperienze, unite a una grande curiosità per la biologia, la neurofisiologia, la psicologia e lo sviluppo prenatale, gli permise di prendere in mano la sua riabilitazione. Questa sua personale scoperta lo portò ad elaborare la sua ricerca e il metodo di lavoro che ne è il risultato. Insegnò in Europa, Stati Uniti, Australia ed in Israele dove morì nel 1984.

7 All'interno del sommario di presentazione di questo articolo, leggiamo, "Persistono confusioni riguardanti il come usiamo il concetto del *sé*, la *personalità*, la *sotto-personalità*, e così via. Aggiornando un contributo antecedente viene introdotto, la nozione di identità, come costruzioni distinte e organizzazioni dell'essere somatico. In questo modo, è possibile considerare per quanto riguarda l'osservazione di ciò che le persone rivelano, o dell'esperienza che avviene in queste stesse, una variazione della personalità a seconda del contesto nel quale si trovano e, allo stesso tempo, la conoscenza che evidenzia l'unità dell'essere della persona." (Ginsburg, 1996)

8 Vedi, ad esempio, Gerald M. Edelman and Giulio Tononi in *A Universe of Consciousness: How Matter Becomes Imagination*, "Come sistemi viventi, siamo anche soggetti a restrizioni evolutive che non rientrano all'interno delle leggi della fisica. La Coscienza, già speciale, nasce come risultato di innovazioni evolutive nella morfologia del cervello e del corpo. La mente proviene dal corpo e dal suo sviluppo: è incarnato e per questo è parte della natura." P. 215

9 Fu pubblicato per la prima volta in Cile con il titolo *Maquinas y Seres Vivos* Editore Univ. S.A., 1972. Pubblicato in seguito con Humberto R. Maturana, *Biology of Cognition* (1970) con un lavoro che li portò ambedue a scrivere due saggi: Maturana Humberto R., Varela Francisco J., *Autopoiesis and Cognition, The Realization of the Living*, D. Reidel Publishing Co.: Dordrecht, Holland (Edito in Italia: *Macchine ed Esseri Viventi, L'Autopoiesi e l'Organizzazione Biologica*. Ed. Astrolabio 1992) e in *Boston Studies in the Philosophy of Science*, 1980, vol.42.

io Antonio R. Damasio pone l'ipotesi dei marcatori somatici nel capitolo 8 de *L'Errore di Cartesio: Emozione, Ragione e Cervello Umano*. Damasio svela, tra le altre cose, l'importanza delle emozioni in tutte le decisioni che prendiamo. Se leggiamo, ad esempio, "In breve, i marcatori somatici sono una istanza speciale di sensazioni generate dalle emozioni secondarie. Queste emozioni e sentimenti sono stati connessi, attraverso l'apprendimento, ad un futuro predetto che sviluppa determinati scenari. Quando un marcatore somatico è negativo esso si giustappone ad un particolare futuro che emerge da combinazioni come una sorte di campanello di allarme. Quando il marcatore somatico è positivo si giustappone invece, stimolando un segnale di incentivo." (da p. 235 dell'Edizione Adelphi).