



Il Funzionalismo energetico* di Roberto Sassone

La formulazione di una psicologia olistica non può che partire a mio avviso dal pensiero di Wilhem Reich, condito dei contributi della mia pratica di analista reichiano e di ricercatore nell'ambito della bioenergetica e della meditazione. Lo scopo di queste pagine è di creare uno spazio di libero pensiero, come certamente lo stesso Reich avrebbe voluto, uno spazio di nuove sintesi, osservazioni ed intuizioni che sono maturate poco per volta: un vero laboratorio di pensiero. Vorrei andare oltre i rigidi confini di una logica meccanica, senza rimanere imprigionati dalla paura che ci costringe a definirci attraverso schemi che apparentemente ci danno sicurezza, ma di fatto ci impediscono lo slancio nei confronti della vita.

Il *funzionalismo energetico* rappresenta il salto di qualità, il passaggio di ottava, che Reich iniziò a fare, uscendo dal pensiero meccanicistico e mistico tradizionale, ed entrando in quello che oggi viene chiamato *pensiero olistico*, ovvero un pensiero integrato, sistemico, circolare, capace di evoluzione, di trasformazione e adatto a includere altri sistemi di pensiero, ad interagire con essi e a sviluppare quella che possiamo definire *intuizione*. E' la scienza delle leggi dell'energia.

L'intuizione è un processo di pensiero che non avviene attraverso una successione di schemi logici, ma nasce dall'apprendimento diretto che viene dall'esperienza, da una comprensione a cui partecipa tutto il nostro essere (tutto il sistema uomo), dall'identità con il flusso della vita, dal riconoscimento che l'esperienza della vita è in noi, pur essendo contemporaneamente fuori di noi.

Considero il viaggio della conoscenza una grande avventura e una preziosa occasione che non può essere separata dalla vita quotidiana perché, così facendo continuiamo a perpetuare la scissione. Sarebbe come affermare che c'è il momento dell'amore e poi tutto il resto della vita: questa è la realtà dell'uomo corazzato.

Reich non ha inventato il funzionalismo energetico perché esso è un processo vecchio come l'umanità: è il processo della vita che funziona e che si esprime armonicamente in un organismo pulsante.

L'uomo che sente veramente di essere parte della vita sviluppa il pensiero funzionale che è la conseguenza di uno stato di coscienza unitario. Può sviluppare un modo di pensare funzionale solo chi intraprende un percorso di trasformazione, che le civiltà orientali conoscevano migliaia di anni fa.

Studiando le strutture caratteriali si osserva che ad ognuna di esse corrisponde un modo di pensare. E' inconcepibile credere che una persona con una struttura rigida e contratta possa sviluppare un modo di pensare funzionale, ovvero aperto, inclusivo, flessibile ed intuitivo. Reich chiama *carattere genitale* la modalità di funzionamento di un individuo che, avendo realizzato la libera circolazione dell'energia vitale che non ristagna in una *corazza*, ha la capacità naturale di produrre il pensiero funzionale.

Il carattere nevrotico si forma come difesa dagli stimoli negativi che minacciano il sé che si forma dall'intrauterino in poi. L'individuo si deve difendere e si chiude sempre di più alla vita che percepisce come pericolosa. Ogni contatto profondo con gli altri diviene allarmante e l'apertura è vissuta come perdita di difese e non come sollievo. Identificandoci con la rigidità di questa struttura crediamo che la stessa struttura sia la nostra identità per cui rompere la corazza vuol dire perdersi. Diventa angosciante proprio la condizione in cui ci si sente sciogliere completamente; Reich la chiama *angoscia dell'orgasmo*. Ecco perché le persone non vogliono uscire dalla loro gabbia, pur dicendo di desiderarlo: le spaventa l'ignoto, il non controllabile, la libertà.

La grande menzogna sta proprio qui, nel credere di essere la propria corazza, per cui scioglierla equivale a morire. Il percorso per togliersi di dosso questa gabbia è lungo e deve anche esse-

* Il testo è tratto dal libro di Roberto Sassone *Educazione alla Ricerca Interiore*, Edizioni Anima, Milano (in uscita nella primavera 2012)

re graduale perché bisogna abituarsi a sostenere sempre di più l'intensità del contatto col nostro nucleo energetico che Reich chiama "core" (che significa centro). Il pensiero funzionale è quindi una conquista, man mano che si ripristina il funzionalismo energetico nel nostro corpo.

L'essere umano è un sistema il cui equilibrio è costituito dall'interazione dei sottosistemi di cui è composto che hanno la loro rappresentazione e la loro centralina nei tre cervelli: il cervello rettile, limbico e corticale (istintivo, emotivo, cognitivo). A ciò si aggiungono i due emisferi cerebrali destro e sinistro che (molto sommariamente) sono preposti alla intuizione e alla logica. Anche essi possono avere una migliore sincronizzazione, come si è visto dagli studi sull'effetto della meditazione. Questi studi, anche se ormai sono comprovati, sono presi poco in considerazione dalla scienza accademica.

Normalmente la nostra mente funziona come i computer, in maniera binaria, sì-no, questo-quello, bianco-nero, bene-male, cioè funziona per esclusione e non per integrazione. Questo è il pensiero comune, ordinario, dell'uomo imprigionato nella corazza, che percependosi in modo frammentario non è capace di un pensiero sistemico ed olistico. La difficoltà di riconoscere che noi siamo una cosa e contemporaneamente l'opposto di quella cosa e di superare la scissione in una sintesi di opposti, ci porta a non saper contattare l'ombra, restando attaccati a quella che chiamiamo luce che di fatto è l'insieme dei nostri pensieri che hanno funzionato sufficientemente bene nella nostra vita e che ci danno la garanzia illusoria di potere restare al sicuro nel nostro orticello.

La negazione dell'ombra è l'effetto della rimozione sistematica che operiamo su ciò che non ci piace, alimentando così la scissione dentro di noi, nel tentativo di rimanere nel faticoso equilibrio conquistato. La rimozione nega o contiene la paura che è il principale agente che ci impedisce di andare verso l'esperienza completa di sé. La paura genera il pensiero disfunzionale, il pensiero dell'esclusione, che è il pensiero della **peste emozionale**.

Reich chiama peste emozionale l'irrigidimento vitale del sistema-uomo. Essa non è una caratteristica esclusivamente individuale, ma sociale. Ogni società ammalata di peste emozionale contagia le nuove generazioni e si perpetua. Poiché ogni individuo appestato contribuisce a mantenere in piedi la struttura sociale portatrice di violenza, si crea un serpente che si morde la coda. Ecco perché ognuno di noi non può continuare a scaricare la responsabilità sulla società, ma si deve assumere il compito di modificare la propria struttura per spezzare questa catena.

Cerchiamo di capire come si genera la peste emozionale. La vita tende al movimento, alla crescita e al piacere che è caratterizzato dalla *pulsazione vitale che è l'alternarsi armonico di espansione e contrazione*. Il piacere scaturisce dall'ampiezza della pulsazione vitale dell'organismo che si realizza in questa continua dialettica tra espansione e contrazione, estroversione ed introversione. La contrazione punteggia e sottolinea l'espansione e i due movimenti centrifughi e centripeti, alternandosi continuamente, sottolineano l'uno la presenza dell'altro. Ogni espansione verso il mondo viene puntualizzata dalla contrazione che, oserei dire, ne solidifica l'esperienza.

Quando la vitalità viene negata si formano esseri umani che, essendo incapaci di sopportarne l'intensità dentro di sé, la combattono fuori di sé, nelle manifestazioni esterne. Sono proprio i bambini ad essere i bersagli principali, proprio perché sono ancora pieni di vitalità. Alcuni decenni fa ai bambini venivano fasciate le gambe ed erano lasciati soli a piangere nella loro culla per non farli diventare *viziati*.

Gli individui appestati sono distruttivi e nutrono odio per la vita, fino a diventare i migliori adepti per quelle forme di religione oltranzista che si regge sulla mortificazione del corpo e di ogni forma di piacere e di libertà. Anche nel cattolicesimo ci sono dei gruppi che fanno della *mortificazione della carne* il più grande ideale. Chi ha dentro di sé l'odio non lo esprime soltanto nelle azioni, ma lo fa trasudare anche dal suo corpo attraverso il suo campo energetico che Reich chiamava campo orgonotico. Se siamo aperti ed in contatto con la nostra pulsazione vitale e ci sediamo accanto ad una persona appestata, sentiamo un disagio. L'odio e la paura sono contagiosi perché agiscono a livello del cervello rettile. Sono emozioni con cui si può far scatenare una folla a compiere le più vili bassezze; la folla diventa un unico e grande organismo collettivo, una mente collettiva che si muove al di là della volontà individuale, schiava d'impulsi ancestrali di livello primitivo.

Questo fenomeno, che chiamo **contagio del livello più basso**, lo si osserva anche nei gruppi di psicoterapia: talvolta una sola persona riesce ad influenzare tutto il gruppo, lo rende stagnante, crea una cappa pesante; se invece riesce a liberare la sua emozione e recupera un maggiore contatto, in tutto il gruppo c'è una catarsi e si riprende a respirare. Ma esiste anche il **contagio del livello più alto** che si verifica se il conduttore del gruppo è veramente in grado di restare nella sua Presenza. Purtroppo le emozioni basse creano più contagio perchè risuonano con tutte le nostre zone d'ombra che rimuoviamo: è molto più facile portare in basso un gruppo che non in alto.

E' difficile trovare parole per descrivere questi processi che diventano chiari solo quando acquistano realtà in ognuno di noi. Bisogna essere capaci di scendere nel nostro inferno consapevolmente per fare i conti con la nostra ombra e *vedere e sentire che in ognuno di noi c'è della peste emozionale*. La bellezza del funzionalismo energetico armonico è che diventa possibile solo quando diventiamo veramente umani ed individui. Non si nasce individui, lo si diventa uscendo dalla personalità: *Persona* è la maschera che il bambino costruisce per difendersi dall'ostilità dell'ambiente, dalla mancanza d'amore, di calore, di cura e di riconoscimento. Reich la chiama struttura del carattere. *Individuo* invece è chi, passando attraverso la maschera e dissolvendola con un costante e coraggioso lavoro da guerriero, trova la sua identità. Individuo significa *indivisus, non diviso, unito*.

La rigidità equivale alla morte (rigor mortis) e la pulsazione equivale alla vita. Ma non dobbiamo dimenticare che, finché l'uomo respira l'energia esiste sempre, anche nella rigidità, per quanto sia congesta, congelata e paralizzata. Dietro ogni rigidità si cela un patrimonio di vita da poter recuperare. In ogni blocco del nostro corpo c'è una possibilità, una ricchezza. Niente è di per sé esclusivamente negativo. Se si inizia a sciogliere la corazza, tutto il nostro sistema si trasforma, anche la nostra stessa coscienza.

Ogni essere vivente ha l'impulso al piacere e all'espansione. Nell'essere umano questo impulso è stato frenato, contenuto ed impedito. In una società basata sulla repressione si crea una corazza sempre più solida. Gli individui che sono paradossalmente in maggiore difficoltà sono quelli che hanno mantenuto un certo grado di libertà funzionale. In un mondo di nemici della vita, queste persone sono percepite come pericolose e sono messe al rogo. Alcuni per vivere, anzi, per sopravvivere sono costretti a ridurre la propria vitalità o a mimetizzarsi.

Ogni individuo che abbia negato la vita sviluppa una tendenza sadica: il sadico ha l'esigenza di reprimere la vita perché rischia di ricordargli quanto è schiavo, di ricordargli ciò che ha perduto e che non è in grado di avere. Il meccanismo è sempre lo stesso: distruggere nell'altro ciò che non si vuole vedere in sé. Ciò avviene sia nei piccoli che nei grandi sistemi, dal litigio tra coniugi alla guerra tra le nazioni.

Nelle relazioni d'amore appestato si tende ad uccidere la persona amata che si allontana. La libertà della persona amata è vissuta come una minaccia, come una perdita di sé. Si diventa violenti proprio con essa, si cerca di addomesticarla, di imprigionarla, di possederla. Alla luce di quanto detto appare ovvio che accada questo; la pulsazione vitale è un'espressione dell'amore. Ma quando l'amore è congelato, si trasforma in odio. Chi invece inizia un processo psicoterapeutico che lo aiuta a scongelare la sua corazza, ad attivare la pulsazione vitale e a sentirla, accresce naturalmente la sua capacità d'amare.

Questo passaggio è fondamentale perché conduce ad un punto di partenza per ogni progresso reale dell'essere umano. Nella vita ogni individuo parla continuamente d'amore, e ne parla nella maggior parte dei casi come di un concetto astratto, religioso, ideale. Invece l'amore lo si inizia a conoscere solo quando se ne fa esperienza, *un'esperienza resa concreta da un corpo vibrante*. Ritengo improbabile che un uomo con un corpo corazzato possa avere un autentico contatto con l'amore.

L'armonia dell'essere umano è innanzitutto la conseguenza del recupero della funzionalità energetica perché il corpo nel suo aspetto più nascosto è un intreccio di impulsi che scorrono su canali che lo percorrono in ogni recondito angolo. Come ogni manifestazione della materia anche il corpo è energia e l'energia è una forma della coscienza; non dobbiamo dimenticarlo mai.

Reich si rese conto che la scoperta della pulsazione vitale e di quella energia cosmica che (a mio avviso con un termine infelice) chiamò energia orgonica, lo conduceva in una nuova frontiera della scienza e della conoscenza che gli avrebbe procurato molte critiche ed incomprensioni. In un suo libro fondamentale, in cui getta le basi del funzionalismo energetico, "Etere, Dio e Diavolo" confidò chiaramente il suo timore: *"Cominciai ad intuire di aver oltrepassato la barriera mentale della struttura caratteriale umana vigente e perciò della civiltà degli ultimi 5000 anni. Senza volerlo mi ritrovai ad essere fuori dei suoi confini. Per questa ragione dovevo prevedere che non mi si sarebbe compreso, pur se avessi presentato la verità e le correlazioni più ovvie. Mi ritrovai collocato in un ambito concettuale nuovo e diverso che mi occorreva esplorare prima di poter procedere oltre"*(1).

Reich probabilmente sapeva che ciò che lui chiamava funzionalismo energetico, era già conosciuto in altre culture, ancora poco note dalla maggior parte di studiosi; ovvero nella filosofia dei veda, nel taoismo, nel buddismo e nel sufismo. Ma anche in occidente era chiaramente espresso nel pensiero gnostico, ermetico, alchemico e antroposofico, disprezzato dalle *accademie*, perché considerato come un mucchio di sciocchezze esoteriche. Egli aveva gettato le basi per quel paradigma olistico che invece attualmente acquista sempre più dignità scientifica.

La dimostrazione che egli conoscesse le culture orientali e le comprendesse la si trova in una sua affermazione scritta in Etere, Dio e Diavolo: *"Troviamo le posizioni del vivente nei complessi di pensiero, antichi di millenni, dei fondatori delle grandi religioni asiatiche, dell'induismo e del bramanesimo, certamente alle origini della religione cristiana, come anche al primo sorgere del pensiero sulle scienze naturali nell'antichità"*(2). Quando parla di "posizione del vivente" egli intende l'essere umano in contatto con la sua pulsazione vitale, capace di sviluppare un pensiero funzionale che oggi chiameremmo olistico e sistemico. Questa frase di Reich è di una rilevanza enorme perché mette in evidenza la sua appartenenza al paradigma olistico della nostra scienza. I detrattori di Reich ed anche alcuni reichiani ignorano la sua profondità e lo collocano tra i materialisti.

Il principio che sta alla base del paradigma olistico è la teoria dei sistemi per la quale ogni singola parte è strettamente correlata con tutte le altre parti del sistema per mezzo delle informazioni che scambia con esse. Reich nel '49 aveva formulato questo principio: *"Poiché in natura tutto è interdipendente, il tema "funzionalismo orgonomico" è praticamente inesauribile (...) I miei interessi e i miei studi di scienze naturali, fondendosi, andarono a formare questa cosa viva che più tardi assunse forma utile e godibile come funzionalismo energetico"*(3). Anche in questo Reich fu un precursore; basti pensare che nel 1968 il biologo austriaco Ludwig von Bertalanffy pubblicò "Teoria Generale dei Sistemi".

Reich sosteneva che vi è un'intelligenza insita nella natura e nell'universo ed anche in questo era un precursore della scienza attuale. L'intelligenza è strettamente collegata all'organizzazione di un sistema vivente e si fonda sulla comunicazione delle parti. Intelligenza e comunicazione sono interdipendenti. **La comunicazione è scambio d'informazioni.** Quindi un sistema vivente è tanto più funzionale ed armonico quanto più sono corrette le informazioni che vengono scambiate nella comunicazione. Se le cellule si passano informazioni distorte il sistema-individuo si ammala. Se gli individui non comunicano o comunicano contenuti distruttivi, il sistema società si ammala.

Reich dice: *"L'uomo corazzato e irrigidito pensa in maniera meccanicista, crea strumenti meccanicisti e foggia idee meccaniciste sulla natura. L'uomo corazzato che avverte, nonostante il proprio irrigidimento biologico, le pulsioni orgonotiche (vitali) del corpo, ma non le comprende, è l'uomo mistico. Costui non s'interessa di cose materiali, ma spirituali"*(4). In queste parole è contenuta la frattura tra spirito e materia che ha animato secoli di civiltà. *"Il funzionalismo energetico è un'espressione vitale dell'animale-uomo non corazzato, è lo strumento con cui afferra la natura"*(5).

C'è una stretta relazione tra le strutture caratteriali congelate nella loro paura della vita e i metodi concettuali ed ideologici che da esse scaturiscono. A tale proposito Reich fa un'affermazione chiarissima: *"L'organismo vivente percepisce il mondo circostante e se stesso soltanto attraverso le sue sensazioni. Dalla qualità delle sensazioni dipende la qualità delle valutazio-*

ni che si elaborano, il tipo delle reazioni basate sulle valutazioni e l'atteggiamento complessivo che si usa denominare visione del mondo"(6). Questa semplice evidenza è rivoluzionaria perché mostra che il fallimento della nostra società non dipende dalla mancanza di strutture e di organizzazioni ma dall'incapacità degli individui di gestire la responsabilità umana del potere proprio per mancanza di umanità. Chi ha potere ed ha una struttura emozionale, e quindi anche ideologica, *appetata* lo gestisce in funzione della sua vitalità congelata. La corazza fa sentire il senso di separazione e di estraneità dagli altri individui che diventano oggetti d'uso e di abuso. Si giustificano le azioni di violenza con ideologie estremiste in cui la logica del controllo è applicata sostenendo la scusa ipocrita che lo si fa *per il bene dello stato, per proteggerlo dai rivoluzionari*, ovvero da quelli che invece professano ideali di autentica libertà, la libertà della gioia, del piacere, dell'amore.

Non a caso ogni volta che una struttura sociale o religiosa degenera, colpisce per prima cosa la sessualità, reprimendola con foga. La repressione sessuale, la negazione del diritto al piacere, produce individui schiavi che il potere può facilmente manovrare. La peste emozionale genera fondamentalmente due categorie di esseri umani, molto utili a chi gestisce il potere: *i masochisti ed i sadici*; gli uni sono adatti ad essere gregari, forza lavoro obbediente, gli altri sono soldati efficaci e senza scrupoli per le varie milizie integraliste. Gli uni sono controllati dal senso di colpa e dagli strumenti di espiazione che gli vengono offerti; gli altri sono affrancati dal senso di colpa perché la loro violenza è giustificata in quanto è per proteggere lo stato, l'ideologia o la fede. Ogni dittatura di destra e di sinistra, politica o religiosa, si fonda su questi meccanismi e li usa per mantenere il suo potere.

Se si conosce il funzionamento della struttura caratteriale è più facile comprendere che una rivoluzione davvero efficace scaturisce da un **cambiamento di coscienza e non di governo**. Questo restituisce importanza ad ogni singolo individuo perché ha *la responsabilità personale di questo cambiamento*. Se non avviene a livello individuale una trasformazione tale per cui ognuno torni a sentire la vita come espressione di se stesso e a riconoscerla anche fuori di sé, continuerà a generare morte. Non si riesce ad abbattere un albero, se lo si sente vivo.

Reich sosteneva che gli scienziati dovessero cambiare la qualità delle loro percezioni se volevano creare una scienza umana. Se lo studioso sente la Terra come un oggetto, avrà la tendenza allo sfruttamento delle risorse senza alcun rispetto per essa. Anche la tecnologia può essere usata in maniera contraddittoria. Un martello serve per attaccare chiodi, ma può essere adoperato per spaccare la testa. *"L'osservatore nella sua ricerca deve conoscere esattamente la propria posizione, se vuole evitare affermazioni sbagliate (...) Lo studioso sbaglierà nella misura in cui avrà trascurato il proprio apparato sensoriale e percettivo"*(7).

Il pensiero funzionale condusse Reich a scoprire l'unità funzionale tra psiche e soma che per molti studiosi ormai è un'evidenza di cui non vale la pena parlare, ma che fino agli anni 80 negli istituti di ricerca più avanzati degli Stati Uniti era un concetto fantasioso e new age. Reich fu oggetto della campagna più violenta e distruttiva che la potente Food and Drug Organization attuò, a tal punto che i suoi testi furono messi letteralmente al rogo.

Una geniale scienziata che oggi gode di chiara fama, Candace B. Pert, ricercatrice nel dipartimento di fisiologia e biofisica della Facoltà di Medicina della Georgetown University, scrive a proposito: *"Reich era stato bandito dal regno della scienza seria a causa dei folli esperimenti che aveva compiuto con l'energia sessuale umana, ma io rimasi affascinata e insistetti per avere maggiori dettagli...La teoria era che queste emozioni restassero intrappolate nel corpo fisico e potessero esprimersi soltanto sul piano fisico..."*(8). Nella sua ricerca era emersa l'ipotesi, poi avvalorata, che esistessero dei precisi collegamenti tra il cervello, le emozioni ed il sistema immunitario, ipotesi che si rendeva sempre più evidente a proposito dell'incidenza dei fattori mentali nella formazione dei tumori. Cito la frase: *"Si trattava nientemeno che del ruolo svolto dalla mente nell'origine e nello sviluppo dei tumori."*(9). Anche in questo Reich era stato un precursore (vedi Biopatia del Cancro).

Le ricerche di Pert si svilupparono sempre più nella concezione dell'organismo umano come una rete, modello che apparteneva innanzitutto alla teoria dell'informazione e dei sistemi, dando fi-

nalmente un'ampiezza e una chiarezza alle intuizioni avventurose di Reich. Preferisco quindi riportare le parole di questa coraggiosa ricercatrice: *“A me piace pensare che la mente in realtà sia il flusso d'informazioni che scorre attraverso le cellule, gli organi e gli apparati del corpo (...) **La mente è dunque ciò che tiene insieme la rete**, agendo spesso al di sotto della coscienza, collegando e coordinando i sistemi principali, con i relativi organi e cellule, in una sinfonia di vita orchestrata con intelligenza. Quindi potremmo definire l'intero sistema come una **rete psicosomatica di informazioni** (la sottolineatura è mia) che unisce la psiche, comprendente tutto ciò che è di natura chiaramente non materiale, come mente, emozione ed “anima”, al soma, che è il mondo materiale delle molecole, delle cellule e degli organi (...) Aggiungendo al processo le informazioni, ci rendiamo conto che a guidare il tutto è una **forza intelligente**: non si tratta di energia che agisce sulla materia per creare il comportamento, ma di intelligenza, sotto forma d'informazioni che affluiscono a tutti i sistemi, determinando il comportamento”*.(10).

Non si potrebbe mai giungere a formulare una visione così olistica se il ricercatore non avesse già sviluppato il pensiero funzionale di cui parla Reich che è la conseguenza di una percezione integrata di sé, chiaramente espressa da Candace Pert. Per essere ancora più preciso desidero ricordare che ogni sistema di pensiero è sempre agganciato alla struttura del carattere dell'individuo che lo formula e quindi ai suoi condizionamenti emotivi ed ideologici. Solo se la struttura del carattere diventa più funzionale per mezzo del recupero della libera espressività emozionale anche la struttura del pensiero diventa atta a sviluppare il pensiero funzionale che ha il funzionamento a **rete** di cui parla Pert.

Bisogna partire dalla consapevolezza che ogni essere umano è in una trappola che nella maggior parte dei casi ignora, proprio perché la trappola è il nostro carattere con cui ci identifichiamo totalmente e di cui spesso siamo orgogliosi, difendendolo a spada tratta: “Io sono fatto così” è la frase preferita di chi non prende nemmeno in considerazione l'idea che possa in qualche modo essere condizionato proprio da quel suo *essere così!*

Il carattere è proprio l'insieme di tutte le nostre convinzioni, delle ideologie e dei condizionamenti emotivi ed istintivi. Il carattere è la strategia più funzionale di adattamento che ogni individuo ha strutturato nel corso della sua vita e affonda le sue radici a partire dall'intrauterino. Questa strategia di funzionamento che aveva la sua giustificazione nell'infanzia diventa una coazione a ripetere dei copioni di vita sempre uguali nelle scelte affettive, relazionali e comportamentali da adulti. Ma questi copioni non sono più utili, anzi diventano un vero limite, proprio perché ci condizionano, impedendoci altre possibili scelte di cui non vediamo nemmeno la possibilità.

Il carattere ha molteplici strati perché è individuale, familiare, etnico, sociale, geografico e religioso. Esso determina la nostra visione del mondo. Sembrerebbe che non ci sia possibilità di uscita da un simile incastro oppure che sia sbagliato considerarlo una trappola perché costituisce la ricchezza del nostro patrimonio culturale e della nostra diversità.

E' certamente un argomento molto spinoso e devo spiegare bene cosa intendo dire. Non sto sostenendo che nell'ambito del nostro carattere tutto sia falso o sbagliato, ma che bisognerebbe metodologicamente imparare a conoscere questi strati. Quando viene da me un paziente voglio che comprenda bene che non deve buttare a mare ciò che è. Non si butta niente, ma si trasforma il modo in cui il sistema si è organizzato. Bisogna essere disposti a mettere in discussione tutto, per recuperare naturalmente ciò che è vero nell'economia di quell'individuo.

La parola “vero” è pericolosissima, perché nell'accezione comune è collegata ad un sistema di valori che a sua volta risente di un'ideologia. **Ma c'è un'altra verità che è quella del corpo!** Se cambia la percezione di sé ed il contatto con le nostre pulsioni ed emozioni, cambia anche la visione del mondo. C'è una verità biologica alla base dell'individuo. *Un corpo vero consente una coscienza vera.*

Vi faccio un esempio (volutamente banale e comune) partendo dalla pulsione più antica e coinvolgente: la pulsione sessuale. Prendiamo un individuo (lo chiamiamo Mario) che abbia avuto una madre debole e masochista che vive la sua sessualità come un dovere da compiere e che trasmette a Mario il messaggio evidente che essa sia una cosa sporca. Inoltre il padre è violento, auto-

ritario e trasmette al figlio il messaggio che un vero uomo sappia comandare e debba prendere una donna con forza; è evidente il senso di disprezzo per la donna considerata come *oggetto* di piacere. Sia la madre che il padre, ognuno a suo modo, sviliscono la sessualità.

Ci sono molti possibili scenari in questa storia, ognuno dei quali comunque segna tutto lo sviluppo di Mario. Potrebbe identificarsi con la madre, sentirsi in colpa quando si masturba e nutrire ideali di castità che lo avvicinano ad una religione con lo scopo di purificarsi. Più *pecca* più si attacca alla preghiera. Si sente indegno e crescendo diventa un moralista, difensore rigido dei *sani costumi*. Ovviamente, quando si sposa, renderà infelice sua moglie, negandole il piacere, oppure troverà una donna che abbia gli stessi ideali di *sacrificio*.

Mario potrebbe identificarsi col padre e diventare uno *sciupafemmine* (efficace espressione napoletana). Sviluppa una sessualità pornografica e *fa* sesso senza la dimensione del contatto e del rispetto e dell'amore. Fa le *cose sporche* con le altre donne e *rispetta* la moglie, oppure semplicemente non la considera *oggetto* di desiderio in quanto il suo desiderio si attiva solo nella *trasgressione*. Ha un'ideologia fascista (rossa o nera, fa lo stesso) e identifica il *fallo eretto* col potere. E' duro ed intransigente. Considera la spiritualità vane fantasticherie per donne o uomini deboli.

Nella vita di Mario sono continuamente attivi i conflitti di questa sua condizione, conflitti che ignora o tenta d'ignorare, mettendo in atto tutti i meccanismi di difesa per reprimere le emozioni contrastanti collegate ad essi. Candace Pert spiega in maniera magistrale cosa accade nel corpo, dando voce a ciò che diceva Reich, ma aggiungendo quelle conoscenze biochimiche che a quel tempo non c'erano: "*Io sono convinta che tutte le emozioni siano sane (...) Ira, paura e tristezza, le cosiddette emozioni negative, sono altrettanto sane quanto serenità, coraggio e gioia. Reprimere queste emozioni e non lasciarle libere di fluire significa creare una dis-integrazione nell'organismo, facendo sì che agisca in modo contraddittorio, anziché come un tutto unico. Lo stress creato da questa situazione, che assume la forma di blocchi o insufficienze nel flusso di segnali trasmessi dai peptidi per mantenere la funzionalità a livello cellulare, è la causa dell'indebolimento che può condurre alla malattia*"(11).

Se la sofferenza di Mario raggiunge un livello di malessere tale da non poter essere più contenuto, è probabile che prenda la decisione di farsi aiutare e così inizia per lui la ricerca interiore, anche se ancora non è consapevole di ciò che lo aspetta; infatti egli crede che il terapeuta a cui si affida gli offrirà una cura rapida ed efficace per "star bene", senza però cambiare niente della sua vita. Ma questa sua illusione sarà la prima cosa a cadere e, se il terapeuta aderisce al nuovo paradigma olistico, lo condurrà nel suo corpo, nelle sue emozioni rimosse, nel suo respiro e Mario avrà piccoli risvegli che lo porteranno a quell'esperienza fondamentale che cambia la vita: **la commozione di esistere**.

1. Wilhelm Reich, *Etere Dio e Diavolo*, Edizioni Sugarco, pag. 14
2. Ibidem, pag. 26
3. Ibidem, pag. 16
4. Ibidem, pag. 19
5. Ibidem, pag. 20
6. Ibidem, pag. 75
7. Ibidem, pag. 33
8. Candace Pert, *Molecole di emozioni*, Tea Libri, pag. 197
9. Ibidem, pag. 205
10. Ibidem, pag. 221
11. Ibidem, pag. 230