

Da Platone a Dewey. Viaggio filosofico nell'universo del corpo.

Siamo abituati a pensare alla filosofia come ad un'attività intellettuale che di tutto si occupa, tranne che del corpo.

In effetti una lunga tradizione filosofica, a partire dalla riflessione socratico - platonica ci ha insegnato che l'essenza dell'uomo è la sua dimensione interiore.

A questo si aggiunge la visione occidentale delle cure, che tende a svalutare la materia, il corpo, per elevare a cosa di valore solo l'attività razionale della mente. Considerando il corpo come un servo, o uno strumento della mente, la filosofia lo ha spesso ritratto come un inganno, luogo di tentazione e sofferenza.

D'altronde, come lo stesso Dewey sosteneva 'Non esiste niente di così disastrosamente affetto dalla tradizione di separazione e isolamento quanto questo particolare tema del corpo-mente'.

In realtà è proprio a partire dalla formulazione di un pensiero rispetto al corpo che sorge il pensiero filosofico del '900, se per corpo intendiamo non solo il corpo vivente ma l'essere e la realtà stessa. Se ci riferiamo non al *Korper* (corpo inteso come corpo anatomico o compagine somatica), ma al *Leib* (l'essere un corpo); distinzione operata da Husserl.

Il corpo inteso come *Leib* quindi fa riferimento alla dimensione profonda del corpo vivente, all'essere umano inteso come intreccio tra la coscienza di sé e l'apertura agli altri.

Concepita come un'arte del vivere, la filosofia dovrebbe occuparsi da vicino della coltivazione e della cura del corpo senziente attraverso il quale viviamo. Per coltivazione del corpo intendiamo tutte quelle pratiche utili ad innalzare il suo sentire somatico. Pierre Hadot diceva che la filosofia riguarda il modo in cui percepiamo la vita; e la percezione richiede sempre l'utilizzo dei sensi, e quindi il coinvolgimento del corpo.

Altro termine che utilizziamo per riferirci all'essere umano è quello di 'persona'. **Persona** è l'intero individuo, il suo corpo preso nella sua totalità, in ogni sua parte. Persona è una

parola latina che deriva dall'etrusco *phersu*, maschera. Anche in questo caso è evidente il riferimento al corpo, in quanto il corpo aderisce all'anima come una maschera, potremmo dire che il corpo è la persona dell'anima.

Dualità tra dimensione spirituale e corporea

La dualità e la scissione tra spirito e corpo è offerta storicamente dal pensiero platonico, a cui farà seguito più avanti quello di Cartesio.

Secondo **Platone** l'anima è un ente non corporeo 'caduto' e intrappolato all'interno di un corpo. Il corpo imbriglia l'anima, che per sua natura dovrebbe appartenere al mondo delle idee, il corpo diventa la tomba dell'anima. L'anima è intrappolata nel corpo.

La riflessione platonica è quindi segnata da una radicale negazione del corpo e dalla necessità di una sua 'purificazione' tramite il pensiero filosofico.

Aristotele, al contrario, concepisce una unità organica tra anima e corpo, il corpo è strumento naturale dell'anima, dunque inestricabilmente legato ad essa.

La separazione del corpo dall'anima, netta e radicale, si ritrova poi in **Cartesio**, il quale come Platone, distingue nettamente tra anima e corpo. In Cartesio il dualismo proposto da Platone nel Fedone si ripropone come irriducibile scissione e lacerazione tra due realtà ben distinte. Tra corpo e anima non vi è alcun nesso; il corpo è una macchina, che si muove da sé, in totale autonomia rispetto all'anima. Distingue tra pensiero (*Res Cogitans*) e corpo (*Res Extensa*).

Il cristianesimo sosterrà che non c'è anima che non sia incarnata nel corpo; l'anima si dà solo nella sua incarnazione nel corpo.

Tommaso d'Aquino sarà profondamente influenzato dalla visione aristotelica, che tuttavia reinterpreterà alla luce del cristianesimo. Vediamo il superamento della dualità

anima-corpo a favore di una visione secondo la quale il corpo dipende ed è intrecciato strutturalmente con l'anima. Da questo punto di vista l'uomo è un essere cum - posto.

Per **Spinoza** esiste un'unica Sostanza che coincide con Dio, anima e corpo rappresentano pensiero e materia, e sono entrambi radicati nell'unica sostanza divina. Tra psiche e soma esiste quindi un parallelismo che affonda le proprie radici nell'unica sostanza divina.

Hegel opera una sintesi di pensiero tra razionalità e realtà. Per lui il corpo rappresenta la materialità, dimensione finita, come tale va superato per arrivare all'infinito, alla realtà dell'anima e dello spirito.

Esiste anche tutta una linea di pensiero che, nella tradizione filosofica occidentale, ha privilegiato il corpo e la materialità. Tra questi filosofi ricordiamo **Hobbes**, per il quale l'unica realtà è il corpo, sia esso materiale o spirituale come lo Stato. Per confutare il dualismo cartesiano Hobbes dirà 'Io sono una cosa che pensa'.

Nell'ambito del materialismo filosofico ricordiamo anche il medico e filosofo francese **La Mettrie**. Lui concepisce l'uomo come una macchina, riducendo la realtà umana a materia in movimento. Il corpo umano funziona come un orologio perfetto. Anche gli animali e le piante sono macchine come l'uomo, solo meno perfette.

Il materialismo corporeo è criticato da **Marx**, per il quale l'uomo e la sua corporeità non sono un dato naturalistico ma il frutto di una interazione continua con l'ambiente. Il corpo dell'uomo è il frutto dei rapporti sociali ed economici nei quali si trova storicamente a vivere.

La liberazione dalla schiavitù economica significa per Marx anche liberazione del corpo da quell'insieme di rapporti alienanti che caratterizzano la società capitalistica e che intrappolano il corpo. 'Si vede come al posto della ricchezza e della miseria come le considera l'economia politica, subentri l'uomo ricco e la ricchezza'.

Da Socrate fino a Cartesio la ragione filosofica occidentale si istituisce su un processo di rimozione che investe il corpo. Il corpo è il grande rimosso della ragione filosofica occidentale; che si istituisce proprio sulla negazione del corpo, sulla sua segregazione, sul suo rifiuto. Questo dualismo entra in crisi, inizia a essere fortemente problematizzato, entra in crisi, nel '900 grazie a due grandi eventi che lo sovvertono alle radici. Il primo è portato da **Shopenhauer**; in Shopenhauer troviamo la prima critica radicale nei confronti di questo dualismo perché per la prima volta introduce una distinzione - che sarà poi ripresa dalla fenomenologia Husserliana e di Heidegger e Merleau-Ponty - secondo cui possiamo pensare il corpo in due modi: *Korper* (che corrisponde alla *res extensa* di Cartesio per cui il corpo è un oggetto, un ente tra altri enti) e *Leib* (corpo vissuto come esperienza, vissuto a partire dai suoi desideri, dalle sue tensioni, dalle sue percezioni). Due possibilità di esperire il corpo: il corpo come volontà (ciò che io sono, come modo di dire la verità) e il corpo come rappresentazione.

Il secondo colpo alla rappresentazione dualistica del corpo è dato da Nietzsche.

La filosofia di **Nietzsche** è interamente costruita sull'opposizione radicale tra sapere apollineo - o socratico - (concettuale, razionale, astratto) e dionisiaco - o tragico.

La saggezza dionisiaca, o tragica, è per Nietzsche adesione piena alla terra e ai suoi valori, libertà creativa che presuppone la 'morte di Dio' e della metafisica, attraverso la quale l'uomo può essere uomo. Accettare in pieno la propria corporeità significa per Nietzsche accettare la propria finitezza, riconciliare essere e divenire, anima e corpo.

In Così parlò Zarathustra Nietzsche supera il dualismo spirito - corpo a favore di una prospettiva organica dell'uomo. Dirà 'il corpo è innanzitutto una grande ragione', che potremmo tradurre come 'il corpo è una grande anima'.

In N il corpo è prima di tutto un '**corpo vissuto**' - richiamo al *Leib* di Husserl- piuttosto che un corpo 'oggetto di conoscenze scientifiche'. Ogni conoscenza proviene e si basa sulla **sensibilità**, siamo davanti ad una sorta di sensismo, non c'è una preferenza particolare per uno dei cinque sensi, sono tutti messi sullo stesso piano (scriverà in Ecce Homo 'il mio genio è nelle mie narici'). Tuttavia una preferenza ce l'ha, è quella per l'udito, che consente l'accesso alla musica. Si tratta però solo di una preferenza personale,

in Nietzsche non troviamo senso che prevale sugli altri, come ci ha insegnato invece la storia della filosofia, dove spesso a prevalere è la vista (lo si nota in Platone, idea=vedere).

Nietzsche apprezza i pensatori pre socratici, a cui riconosce il merito di aver riconosciuto il primato del corpo.

Scriverà Nietzsche "Per il destino del popolo e dell'umanità, è di importanza decisiva che la cultura inizi a buon diritto (non dall'anima come ha fatto la superstizione fatale di preti e mezzipreti): **il buon diritto, è il corpo, l'aspetto fisico, la sua cura, la fisiologia - e il resto viene da sé ...** Ecco perché i greci rimangono il primo evento importante nella cultura dell'umanità. Sapevano - e hanno fatto - ciò che era necessario. Il cristianesimo che disprezzava il corpo, è stato finora la più grande sciagura del genere umano ".

È con l'affermarsi del pensiero **esistenzialista e della fenomenologia** del '900, tuttavia, che la riflessione filosofica sul corpo conosce un approccio nuovo. I due colpi alla netta distinzione corpo-anima, portati da Schopenhauer e Nietzsche sono ereditati dalla fenomenologia.

Il corpo occupa un ruolo di primo piano nella fenomenologia che, superando la distinzione cartesiana tra corpo e spirito, cerca di operare una riunificazione di questi due poli in un'unità totale, che è quella dell'esistenza. Il rapporto col corpo non è un rapporto di possessi, ma un rapporto esistenziale. Il mio corpo è la mia esistenza, io sono il mio corpo.

Il padre della fenomenologia è il filosofo tedesco **Husserl**, per il quale la fenomenologia rappresenta una 'nuova scienza rigorosa' sulla quale si fondano tutte le altre scienze particolari.

Husserl distingue tra *Körper* e *Leib*. Il primo, il **Körper** rappresenta il 'corpo oggetto', il corpo che occupa un certo spazio e risponde a certe misure, il corpo in quanto *res extensa*, ridotto alla mera misurazione di certe quantità (peso, lunghezza, etc.).

Leib è invece il corpo vissuto, che risponde alla percezione. In ogni percezione delle cose e del mondo infatti per Husserl è presente il corpo in quanto *Leib*, in quanto vissuto.

Husserl avrà una grande influenza sul pensiero di **Merleau-Ponty**. Il filosofo francese ha portato, nella storia della filosofia occidentale, le argomentazioni più consistenti per provare il **primato del corpo** nell'esperienza e nel pensiero umano. Merleau-Ponty parla di corporeità a partire dallo studio della percezione, per affermare che **il corpo è la condizione necessaria per accedere all'esperienza**: il corpo costituisce l'apertura percettiva al mondo. Io non sono di fronte al mio corpo ma *sono il mio corpo*. Il corpo diventa l'allaccio tra il sé e il mondo, che rende possibile l'esistenza di entrambi, nonché il fondamento del **linguaggio**; il corpo, infatti, in quanto gestualità, è un linguaggio tacito. Il limite di Merleau-Ponty, per Schusterman, sta nell'aver concentrato le sue riflessioni esclusivamente sulle sensazioni non coscienti, escludendo categoricamente l'esistenza di una coscienza somatica, o di una riflessione somaestetica. Il nostro corpo, dice Merleau-Ponty, ci guida meravigliosamente 'solo se cessiamo di analizzarlo', solo 'a condizione che io non rifletta espressamente su di esso'. La sua riflessione filosofica sul corpo dà luogo ad una polarizzazione di 'esperienza vissuta' da una parte e 'rappresentazione astratta' dall'altra, dimenticando che lo sviluppo di una terza possibile opzione, che potrebbe essere quella di una **riflessione somaestetica vissuta**. Fra le sensazioni corporee coscienti possiamo distinguere quelle dominate dai nostri sensi '**esterni**' (vedere, udire, sentire col tatto etc.), da quelle dipendenti da sensi più '**interni**' come le sensazioni propriocettive o cinestetiche.

(Cinestetica: Arte della percezione del movimento)

Ad esempio io posso osservare coscientemente la posizione della mia mano, oppure posso chiudere gli occhi e avvertire propriocettivamente la sua posizione, la sua relazione con le altre parti del mio corpo, con la forza di gravità, con gli altri oggetti all'interno del mio campo di esperienza. Queste percezioni possono essere considerate percezioni somaestiche per eccellenza perché si basano sul nostro sistema sensorio somaestetico. Ad un livello ancora più profondo di coscienza nella percezione saremo anche

consapevoli di come la nostra coscienza del respirare influenza il corso del nostro respiro.

Possiamo leggere in Merleau-Ponty una utopica speranza di riconquistare un senso di spontaneità infantile e 'armonia immediata con le cose' (aveva un legame speciale con la madre, e quando lei morì ne soffrì enormemente, trovando consolazione nella filosofia e nel progetto di recuperare quei valori di spontaneità, immediatezza e immanenza che appartenevano a quel mondo perduto di irriflessa innocenza e armonia.

Le discipline di educazione somatica, come la preparazione alla danza, il metodo *Feldenkrais*, la tecnica *Alexander*, impiegano esercizi di consapevolezza corporea proprio per risolvere problemi di falsa percezione e abuso dei nostri corpi nel comportamento spontaneo e abituale, che Merleau-Ponty invece identifica come primario e celebra come miracolosamente perfetto nel suo funzionamento inconsapevole.

Migliorare la capacità di attenzione alle nostre sensazioni corporee può aiutarci a migliorare le nostre capacità estetiche e anche le nostre facoltà etiche, aiutandoci a migliorare la qualità del nostro pensiero e della nostra vita in quanto esseri eticamente e politicamente attivi.

Sarte è il filosofo che tiene insieme fenomenologia ed esistenzialismo, per lui il corpo è l'elemento di mediazione tra sé e gli altri. L'uomo è il proprio corpo, tuttavia per Sarte il corpo è anche l'elemento che dobbiamo sempre trascendere, proiettati come siamo verso l'altro. Io esisto il mio corpo, il mio corpo è utilizzato e conosciuto da altri.

Sarte dice che per un verso io ho un corpo, perché posso vederlo, ma innanzitutto io sono il mio corpo. Non ho relazione di esteriorità, ma di interiorità esistenziale. Significa che non c'è anima senza corpo e non c'è corpo senza anima. Il

Venendo alla riflessione di alcuni contemporanei attorno al tema della corporeità non possiamo non fare riferimento al filosofo americano pragmatico **Richard Schusterman**, famoso per i suoi contributi nel campo dell'**estetica pragmatista** e del nuovo ambito di studi della **somaestetica**, da lui fondata.

Schusterman parte dall'Estetica pragmatista di Dewey rielaborandola e proponendone una rilettura a cui dà il nome di Somaestetica.

Il **pragmatismo americano** si basa su una concezione dell'esperienza come rapporto tra uomo e ambiente, dove **l'uomo non è uno spettatore passivo, ma interagisce con ciò che lo circonda**. Il pensiero dell'individuo nasce dall'esperienza, quest'ultima intesa come *esperienza sociale*.

La Somaestetica può essere definita come lo studio critico del modo in cui facciamo esperienza ed utilizziamo il corpo come luogo di *valutazione sensoriale e modellamento creativo*.

Quello di Schusterman è quindi un tentativo di **tornare all'Estetica come filosofia della percezione**; il superamento delle teorie che vedevano l'estetica unicamente come 'filosofia della bella arte', per considerare invece il ruolo predominante nell'estetica stessa della dimensione esperienziale. Snodo cruciale in questa riflessione è il concetto di esperienza intesa come **ESPERIENZA ESTETICA**.

Per Schusterman possiamo operare come agenti Esteticamente ed Eticamente orientati se ci dedichiamo a coltivare e sviluppare la nostra dimensione percettiva, per poter meglio godere di tutto ciò che avviene attorno a noi.

Il binomio Etica/Estetica appare come un artificio culturale, storico e sociale da superare, che affonda le sue radici nella contrapposizione tra arte e vita e nella errata tendenza a considerare il processo artistico privo della dimensione esperienziale.

Le origini di questa dicotomia per Schusterman andrebbero ricercate a partire da Platone e Aristotele, che avrebbero contribuito a relegare l'arte in un 'regno separato'.

Nell'ottica platonica l'arte viene condannata per due ragioni:

1. È pericolosa per la sua capacità di corruzione dell'anima, dal momento che si rivolge alla parte più irrazionale della psichè.
2. È lontana dalla verità poiché rappresenta semplicemente una 'imitazione' della perfezione del mondo delle idee.

Anche Aristotele ha contribuito alla diffusione di questo atteggiamento di distacco nei confronti dell'arte, confinandola ad una dimensione a sé stante. Per Aristotele l'arte è *poiesis*, attività razionale di produzione eterna (assimilabile all'idea di produzione di oggetti artistici).

Questa tesi non tiene conto del **processo creativo ed esperienziale** che lega l'opera all'artista, né del rapporto che può venire ad instaurarsi tra arte, artista e fruitore.

Per Schusterman l'unica maniera per superare questa *impasse* consiste nel **ripensare l'arte come esperienza**, tesi già sostenuta dal pragmatista americano Dewey.

Quest'ultimo conferisce una grande centralità al corpo vivente, sostiene che l'estetica (arte e bellezza) siano bisogni naturali e basilari della 'creatura viva'; così come l'arte è profondamente connessa alla vita. Anche l'esperienza estetica dello spettatore è connessa al soddisfacimento dei suoi impulsi e delle sue tensioni biologiche.

Per mostrare come la dicotomia e la contrapposizione tra etica ed estetica sia stigmatizzata anche nel senso comune Schusterman sottolinea come spesso la questione si riduca alla dicotomia tra **l'esteta edonista** - che considera la ricerca del piacere come unico obiettivo della vita - e il **moralista intransigente**, privo di gusto estetico perché troppo attento a giudicare le azioni altrui.

La società contemporanea tende a considerare come piaceri somatici i piaceri corporei della vita quotidiana (con poca fantasia identificati con cibo e bevande), ben distinti dagli altri piaceri, spesso identificati con la trasgressione della droga e del sesso. Non si riflette

spesso sul fatto che, in realtà, i piaceri quotidiani possono includere anche il solo atto di respirare, stirarsi, passeggiare, ascoltare e su come questi possano rappresentare occasioni di esperienza di grande forza, se se ne sa godere, come dimostrano i metodi yoga o le discipline buddiste del sedere, camminare o danzare meditativi. Allo stesso tempo anche l'esperienza del sesso estremo e delle droghe pesanti può diventare attività routinaria lontana dall'esperienza estetica e dall'apprezzamento sensibile.

Considerare piacere il solo piacere estremo (Foucault) contiene in sé l'enorme rischio di ridurre la nostra sensibilità, la nostra capacità di percezione, la semplice capacità di sentire i nostri corpi con chiarezza, precisione, forza. Questa argomentazione è sostenuta e motivata da un classico principio psico-fisico per cui un piccolo stimolo può essere avvertito in modo più chiaro e semplice se la stimolazione preesistente sperimentata dall'organismo è di piccola entità. Non sentiremo chiaramente il rumore delle foglie mosse dal vento nel marasma della città, ma potremmo chiaramente avvertirlo nel silenzio di un bosco a mezzanotte. Anche le droghe, a piccole dosi e assunte in contesti adeguati e controllati, possono favorire nuove intuizioni, ma il loro uso spropositato ne annulla il valore. Nelle società capitalistiche occidentali l'indiscusso imperativo economico di una crescita ininterrotta promuove anche una indiscussa esigenza di sovra stimolazione, sempre maggiore velocità, sempre più informazioni, sensazioni sempre più forti. Ciò che ne deriva è un bisogno patologico di continui stimoli per potersi sentire vivi. La stessa conoscenza, come la filosofia insegna, può essere fonte di piacere, e questo piacere ci stimola ad apprendere di più.

Affinare le nostre capacità percettive, inoltre, non è importante solo per il nostro proprio soddisfacimento, ma anche perché l'esperienza somaestetica ci permette di aprirci agli altri, rendendoci più sensibili ai loro bisogni e più capaci di rispondere a questi con azioni concrete. Naturalmente occorre che alla cura del corpo si accompagni sempre un certo grado di esercizio intellettuale. Non si vuole qui sostenere il dualismo mente/corpo, antifrastico rispetto al concetto di percezione sensoriale, ma piuttosto sottolineare la necessità di una trasformazione olistica come scopo delle pratiche corporee. Le dimensioni del miglioramento estetico, morale e spirituale sono così intimamente connesse da non poter essere separate. In questo senso il lavoro intellettuale è

profondamente legato all'estetica, o alla trasformazione estetica, come sostenuto dallo stesso Foucault. Contestando la falsa dicotomia tra etica ed estetica il pragmatismo cerca di sintetizzare il bello e il buono.

Il nostro corpo è il perno e il centro di orientamento della nostra osservazione. Dal momento che la sua carne è sensibile e senziente il corpo è capace di apprendere e comunicare con il mondo delle cose sensibili.

William James

Il corpo per James è il centro di ogni cosa, centro della visione, centro dell'azione, centro dell'interesse. È il luogo costante di tensione della nostra sequenza d'esperienze.

James è raramente celebrato come un filosofo del corpo, nonostante abbia dedicato buona parte della sua carriera al tema della coscienza del corpo e della centralità del corpo come luogo di esperienza. La sua biografia ha sicuramente contribuito a favorire la sua riflessione sul corpo, oltre ad aver svolto la professione di pittore- prima di dedicarsi alla scienza, alla filosofia e alla medicina - James infatti soffriva spesso di gastriti croniche, mal di testa, insonnia, problemi oculari e gravi dolori alla schiena. James si rendeva conto del fatto che gran parte di suoi disturbi fosse di origine psicosomatica. La ricerca della conoscenza è spesso guidata da un interesse personale; questo interesse per la relazione tra vita fisica e mentale lo portò a mettere a punto delle vere e proprie terapie pragmatiche corporee che sperimentava sulla propria carne, esortando l'intera comunità filosofica ad esplorarle più seriamente. In James erano presenti e vivi tutti e tre gli ambiti della somaestetica: lo studio *analitico* del ruolo del corpo nella percezione, lo studio *pragmatico* delle metodologie per migliorare il funzionamento del corpo-mente e la *pratica* attraverso alcuni metodi pragmatici testati sul corpo.

Per James l'assunto fondamentale è che non si possa avere mai una modificazione mentale che non implichi anche qualche modificazione somatica, principio enunciato nel capitolo d'apertura del suo primo libro, *Principi di Psicologia*, del 1890.

Grande importanza è attribuita da James alle *abitudini* che, permettendoci di diminuire 'l'azione conscia' ci permettono anche di concentrare le nostre più alte facoltà della mente. Per James dovremmo fare ogni sforzo per migliorare le nostre buone abitudini mentre il nostro corpo è ancora abbastanza flessibile da essere formato più facilmente. Una formazione somatica abituale, quindi delle abitudini corporee, conformano anche le attitudini mentali, e di conseguenza le strutture sociali.

Le sensazioni corporee per James costituiscono anche il nostro fondamentale senso del sé spirituale, e di conseguenza sono legate alle nostre emozioni.

Nella sua riflessione si sofferma anche sul respiro, definendolo l'essenza della coscienza. In effetti il respiro ha una potente influenza nell'attività di pensiero; le discipline mente-corpo, dallo yoga Zen al metodo Feldenkrais hanno effettivamente dimostrato come concentrarsi sulla respirazione possa condurre ad una calma stabile e come possa aiutare a percepire e pensare con maggiore chiarezza e profondità, anche in situazioni di particolare stress o pressione.

John Dewey

Dewey, pragmatista americano, autore del famoso 'Arte come esperienza' esaltava il corpo umano come la più meravigliosa di tutte le strutture del vasto universo'.

Contestando il disprezzo per il corpo, il timore dei sensi e l'opposizione tra corpo e anima, che spesso domina la filosofia, anche nel campo dell'estetica, Dewey insiste nel sottolineare come i fattori somatici formino le radici dell'estetica e conformino e influenzino perfino le esperienze più spirituali dell'arte e del pensiero immaginativo.

Dewey fu fortemente influenzato da James e dal terapeuta somatico Alexander. Al contrario di James adottò il naturalismo non-dualistico, sostenendo come corpo e mente debbano essere considerati nella loro unità, e di conseguenza non siano separabili **(unione ontologica di corpo-mente)**.

Dewey sostiene anche che il livello di unità corpo-mente sia profondamente connesso alle condizioni sociali e direttamente proporzionale al grado di cultura e civilizzazione della società.

Quanto più la cultura è civilizzata, tanto meno vi si troverà una netta distinzione tra comportamento fisico e mentale. Egli di conseguenza condanna le nette distinzioni sociali tra lavoro fisico non pensante e lavoro puramente intellettuale, tagliato fuori dall'impiego del corpo. Entrambi gli estremi riflettono un allontanamento dall'interezza, che è armonia e salute.

Per Dewey, inoltre, perché la coscienza somatica sia favorita, e si possa così diventare consapevoli delle più sottili sensazioni somatiche involontarie è necessario che il corpo sia libero dall'influenza di un'azione faticosa. Tale azione, infatti, fornisce sue proprie sensazioni forti, che alzano la soglia necessaria perché altri fattori somatici, più sottili, possano essere scoperti e avvertiti. Ad esempio, sarà più facile sentire dei rumori sottili nel silenzio della sera, piuttosto che nel trambusto della città all'ora di punta. È il principio alla base di varie forme di meditazione, in cui delle posizioni di rilassamento e l'assenza di azione sforzata sono necessarie perché ci si possa concentrare in modo chiaro ed esclusivo sul proprio respiro, e così far cessare le abitudini mentali del pensiero associativo.

Per Dewey è sbagliato contrapporre in maniera netta i gesti involontari indotti dall'abitudine dalla ragione e il controllo cosciente. La reale opposizione è piuttosto tra 'abitudine cieca e fissa' e 'abitudine intelligente e artistica o sensibile'.

Noi facciamo affidamento sulle nostre abitudini, non possiamo fare a meno di farlo, ma può verificarsi che queste abitudini si rivelino problematiche nell'esperienza. In questo caso dovremmo fermarci ed esaminare più da vicino il nostro comportamento irriflessivo.

Altro punto sul quale Dewey insiste è la necessità di porre l'accento sulla **essenziale dipendenza del sé dagli altri che si trovano nell'ambiente.**

Nonostante i rapidi progressi della tecnica e della cosiddetta trascendenza razionale, che secondo alcuni ci renderanno dei cibori postumani, noi apparteniamo ancora in modo essenziale e dipendente ad un più ampio mondo naturale e sociale. L'umanesimo di

Dewey ci porta a riflettere sul fatto che una consapevolezza riflessa del corpo non può fermarsi alla nostra pelle; noi infatti non possiamo sentire il nostro corpo da sola, a prescindere dal suo contesto ambientale. Così, se vogliamo sviluppare la nostra coscienza somatica dobbiamo sviluppare una maggiore sensibilità per tutti gli altri aspetti ambientali.

Questo modello cosmico di coltivazione della coscienza somatica è ben espresso da Confucio quando afferma che il corpo è formato dal Paradiso, la Terra e tutte le cose, che possono essere considerate **un solo corpo**.

Psicoanalisi e corpo

Freud, Jung, Lacan, sono 'eredi' di questa tradizione fenomenologia del corpo vissuto. In Freud, come dirà Merleau-Ponty troviamo una teoria del 'corpo espressivo', corpo che veicola messaggi, comunica, al di là dell'anatomia e della biologia il corpo, con la psicoanalisi, diventa un luogo come un teatro, in cui qualcosa avviene, viene messa in scena. L'isterica è inconsapevolmente anti-platonica perché mostra proprio come il corpo non sia, e non voglia, essere la prigione dell'anima. **Il corpo parla**. Tra somatico e psichico - corpo e anima - non c'è discontinuità perché il corpo dice l'anima. La pulsione è al confine tra psico e somatico, è sia anima che corpo.

La categoria freudiana a cui anche la fenomenologia attribuire grande significato è la categoria di '**compiacenza somatica**', con cui Freud spiega i conflitti psichici che attraversano la vita di ogni uomo che si traducono in sintomi somatici. Il sintomo somatico veicola il sintomo psichico. Il corpo dell'inconscio mostra eccedenza rispetto al corpo anatomico. Troviamo quindi lo stravolgimento totale della tesi platonica; il corpo non imprigiona l'anima, ma le consente di parlare. Freud definisce la 'fioritura' dell'herpes come un '**discorso dell'organo**'.

Fino a questo livello Freud è pienamente erede della teoria di N; il problema fondamentale non è quello di oltrepassare il dualismo metafisico platonico e cartesiano,

ma di ripensarlo, introducendo un nuovo dualismo che sostituisca quello metafisico: quello che Jean-Luc Nancy definiva **la dura realtà del corpo**.

Il corpo erogeno/libidico/pulsionale scaturisce dal corpo biologico/vivente/istintivo, ma che non coincide con questo.

Se sfogliamo i saggi di Freud sulla teoria di sessuale vediamo che abbiamo due corpi nello stesso corpo. Es l'istinto della fame del bambino dice il suo corpo biologico, ma allo stesso tempo sul corpo biologico del bambino si accavalla un secondo corpo che ha a che fare col piacere orale della suzione. In questo caso la bocca è il luogo di due diverse esperienze del corpo: il corpo come realtà biologica e il corpo come realtà libidico/erogena. Altro esempio i disturbi psicogenesi della visione nell'isteria. Anche se l'occhio è sano il corpo isterico può mostrare dei disturbi della visione. Per Freud l'occhio dal punto di vista biologico serve ad organizzare la nostra percezione visiva, ma quello stesso occhio è anche il luogo di piacere, il piacere di vedere. L'occhio è anche organo di godimento; in questo caso l'occhio non serve i bisogni biologici, ma il corpo libidico. Il corpo è sempre vissuto, ma il suo vissuto ne implica lo sdoppiamento.

Lacan sostituisce al dualismo anima/corpo il rapporto tra corpo/linguaggio. Per Lacan il corpo è il luogo dell'altro, ma dal momento che l'altro è il linguaggio, **il corpo è il luogo del linguaggio**. Tutti i nostri corpi sono sottoposti a regole che hanno a che fare con il linguaggio (tutti subiamo il taglio del cordone ombelicale, veniamo puliti, ci vestiamo, in certi casi ci tatuamo, il corpo viene marcato o inciso); tutti i nostri corpi sono subordinati alle regole del linguaggio (inteso come civiltà-relazione con altro). Nella psicosi possiamo vedere regressioni dalla vita del corpo umano alla vita del corpo animale (resistenza a tagliare i capelli, in alcuni casi anche vestirsi, parlare etc...). I nostri corpi sono stati assoggettati (Foucault) a dispositivi simbolici che hanno 'umanizzato' la vita del corpo. Questo significa che il corpo non è solo il 'mio' corpo ma anche il corpo dell'altro. De-animandolo l'altro umanizza il mio corpo (annientando il mio animale). Se per Platone il corpo imprigiona l'anima, per Lacan il linguaggio rapina il corpo; l'accesso al linguaggio implica la perdita dell'oggetto. Il corpo è svuotato degli oggetti del godimento, e proprio questa mancanza lo rende un corpo capace di

desiderare. Il desiderio è reso possibile dalla perdita degli oggetti pulsionali (proprio perché non ho più il seno in corpo posso parlare, posso baciare, posso gustare altro). L'azione dell'altro 'crivella' il nostro corpo; ciascuno dei nostri corpi è crivellato dalla parola degli altri (genitori, insegnanti, fratelli, amici...). Le parole crivellano il corpo. Esempio le parole 'bello', 'brutto' (per sentirsi belli non basta essere belli, i brutti possono sentirsi belli e viverci come tali se sono stati nominati 'belli'). La parola in questo caso 'istituisce' il corpo. Noi portiamo in eredità il segno che la crivellatura ha lasciato sulla superficie del corpo; allora capita che mi osservi e che non vada mai bene. Allora il corpo si sostituisce a partire dalle parole degli altri.