

LA DMT E GLI ASPETTI CRITICI DEL MONDO ATTUALE

di Simonetta Cianca

Video: “embody” editing e montaggio di S.Ruschena

<http://www.youtube.com/watch?v=2UmfTB7qpw>

Il rapido cambiamento dei valori e dei sistemi comunicativi della nostra epoca impone una riflessione sul come la Danza Movimento Terapia può relazionarsi e/o interloquire con gli aspetti della modernità e la loro criticità. Condividerò, con l'aiuto di diversi linguaggi espressivo\ creativi, alcune riflessioni culturali intorno all'ipotesi di un'immagine di “corpo in trasformazione” nell'epoca moderna. Nel video Embody, pubblicato su youtube, sono state raccolte immagini da espressioni contemporanee in ambito sociale, artistico, culturale, e giornalistico.

Mi soffermerò ora sulla definizione di “*Dispercezione corporea*” termine in uso nella popolazione delle nuove fonti comunicative (internet – facebook- secondlife).

La psicoanalista J.Mc Dougall già usava il termine “Desaffectionne” riferito a, quando una persona si disaffeziona di qualcuno o di qualcosa quando se ne distacca o ritira il suo affetto da lei...il termine rimanda anche a un oggetto che ha perduto la sua destinazione originaria, il termine racchiude spesso un'idea di “sconsacrazione”, di estraneità. Rileggendo la Dougall provo ad immaginare una simbolica “ferita” che l'attuale immagine collettiva del corpo sta subendo.

Il contributo di Joyce Mc Dugall sta nel sottolineare il valore affettivo del fare l'esperienza di avere un corpo o meglio ancora una relazione col proprio corpo.

Nell'orientamento psicoanalitico le rappresentazioni psichiche del corpo, cioè i ricordi e le idee ad esso collegate, costituiscono le parti più importanti dell'IO in sviluppo.

In sintesi, tutti, anche la più incorporea delle persone, vivono se stessi come qualcosa di inestricabilmente legato al proprio corpo.

La definizione più nota di “immagine corporea” è quella di Schilder (1935), secondo cui l'immagine corporea è “l'immagine del corpo che formiamo nella nostra mente, cioè il modo con cui il nostro corpo appare a noi stessi”. Da un punto di vista semeiotico, ovvero da quella parte della medicina che studia i sintomi delle malattie a scopo diagnostico, si presentano nel contesto attuale nuovi aspetti di criticità che si traducono in nuovi sintomi collegati al corpo e al costituirsi di una complessa immagine priva di sentimento. Il nostro essere al mondo è mutato parallelamente al nostro modo di immaginare un corpo nel proprio ambiente diversificandone le somatizzazione corporee, ad esempio le statistiche della medicina psicosomatica definiscono, con le dovute

differenze tra la coscienza corporea della bulimia e le alterazioni percettive dell'anoressia, la complessa e distorta immagine corporea connessa ai disturbi del comportamento alimentare.

Uno dei sintomi contemporanei più diffusi: anche tra i giovani adolescenti riguarda gli "attacchi di panico": si presentano con una forte angoscia in cui si sente il corpo sfuggire al controllo, la persona si espone al sentirsi soffocati dal peso del proprio corpo e ad uno smarrimento del senso protettivo del confine corporeo.

Se diamo per scontato che la nostra immagine corporea è mutevole nel corso dell'esistenza e a tratti profondamente influenzata dall'ambiente che ci circonda, crederemo che il nostro rapporto con il corpo appare più alienato che mai oggi, è sottoposto ad incredibili prove e sfide che minano la naturale espressione dei limiti insiti nel corpo stesso. Il corpo come entità e simbolo inequivocabile di appartenenza è vissuto spesso come "imbroglio" invece che espressione dell'identità: da una parte è rappresentato nella sua fisicità assoluta e dall'altra, attraverso le immagini cruente e crudeli delle vittime nella cronaca quotidiana o della guerra, come "carne da macello".

Tra le ipotesi formulate intorno al disagio espresso in adolescenza, i nuovi adolescenti esprimono più marcatamente il loro disagio utilizzando messaggi che coinvolgono il corpo nella ricerca di una propria identità. Si potrebbe dire che il corpo assume il valore di "manifesto del sé". Troviamo tracce di questa espressione creativa anche nella corrente artistica diffusasi negli Stati Uniti e in Europa negli anni sessanta la "Body Art" (anche se con scopi diversi) comprende forme artistiche fatte sul corpo, con il corpo o opere consistenti nel corpo stesso. Forme di body Art sono body painting, tatuaggi, piercing, scarificazione, branding (Wikipedia enciclopedia).

La documentarista Nancy Schiesari nel suo documentario del marzo 2007 "Fort Hood Diaries" racconta come i soldati americani si facevano fare tatuaggi prima di partire per l'Iraq per segnare il corpo. Per resistere alla paura, per capire come cambieranno. Per rendersi conto, dopo, che quel che è cambiato davvero sta dentro il corpo, e non fuori.

Ci è fatto notare che il nostro corpo occupa un posto del tutto speciale nella nostra vita psichica, inizia molto presto nel corso dell'infanzia e lo rimane per tutta la durata della vita.

R.W. Winnicott (tra gli autori che costituiscono l'apparato teorico di una formazione in danza/movimento terapia) sostiene che il concetto di Sé è riconducibile al modo in cui ognuno percepisce il proprio corpo e l'immagine che di tale corpo si costruisce.

La consapevolezza corporea ha a che fare col riconoscere una saggezza, più ci si allontana dalla saggezza che il corpo potrebbe dare e più si evidenziano segnali di una scissione da esso. Il corpo è la prima fonte di consapevolezza del nostro essere al mondo, un'unità indivisibile e inseparabile dall'universo, averne coscienza è indispensabile per il suo equilibrio e per la sua salute, e' altresì anche il luogo dove leggiamo segnali codificati attraverso un linguaggio che comunica il modo in cui un individuo si è adattato alle forze della vita.

Merleau-Ponty nel 1970 scriveva "il corpo è l'unico mezzo che io ho per andare al cuore delle cose"; partendo dallo studio della percezione, giungeva alla conclusione che il corpo proprio non è solamente una cosa, un potenziale oggetto di studio della scienza, ma è anche la condizione necessaria dell'esperienza: il corpo costituisce l'apertura

percettiva al mondo. Nello sviluppo di suoi lavori sulla fenomenologia egli instaura quindi un'analisi che riconosce una dimensione corporea della coscienza.

Vorrei soffermarmi con una riflessione che riguarda la spinta che osserviamo tra le nuove generazioni ad oltrepassare il limite che il corpo ha in se, nella lotta tra "realtà e desiderio" un fenomeno che fa ipotizzare un bisogno reattivo (nell'assenza) di un centro di gravità permanente.

La sintomatologia adolescenziale presenta una particolare coloritura, ci fa notare il lavoro svolto dall'associazione *Jonas* (Centro di clinica psicoanalitica per i nuovi sintomi) dopo le dilaganti dipendenze, e dietro l'ondata di anoressia-bulimia o agli attacchi di panico, oggi appaiono *il cutting e burning (un autolesionismo praticato mediante oggetti da taglio o incandescenti, statisticamente allarmanti negli Stati Uniti) o il fenomeno di provenienza giapponese ma crescente anche in Europa degli hikikomori, letteralmente vuol dire stare da parte isolarsi, (una forma di depressione caratteristica di adolescenti che si autorecludono nelle mura domestiche, dedicandosi unicamente a videogiochi, televisione o internet)*. Qui si vede il corpo ridotto a oggetto di consumo, mentre il rapporto con l'altro resta relegato in secondo piano.

A volte il senso del limite del proprio corpo può assumere, nell'espressione di un profondo senso di sé, una valenza simbolicamente rappresentata nello scopo creativo della vita, come alcuni artisti fanno attraverso la propria arte. Per questo condivido la figura di Philippe Petit autodidatta del funambolismo che nel suo libro e DVD "Man on Wire" dice: " Devo conoscere i miei limiti, perchè se pensassi di essere invincibile, andrei incontro alla morte. ." parole di un funambolo, è lui il funambolo che ha attraversato lo spazio vuoto tra le due Torri Gemelle del World Trade Center su di un filo di acciaio il 7 agosto del 1979.

La Danzaterapia crea un'opportunità quella di promuovere un contatto espressivo con l'ambiente e di rendere attiva una consapevolezza corporea che può integrare parti scisse o alienate della persona. Un confronto dinamico si prospetta per una danza/movimento terapeuta che "cura" attraverso il corpo e il suo sentimento.

Negli ultimi anni il mio operare come danzaterapeuta si è concentrato maggiormente con adolescenti e giovani donne adulte, assistendo all'espressione di un bisogno di appartenenza a qualcosa che si teme possa non esserci più e sfuggire dalla coscienza.

Il Filosofo Umberto Galimberti annuncia che: "Un ospite inquietante si aggira tra i giovani, il nichilismo", i giovani nelle discoteche sono avvolti da una danza solipsistica, dove non si spezzano le pareti dell'incomunicabilità... le forme assunte dai giovani nelle danze disco sono in realtà la parodia della danza, dove ciò che drammaticamente trapela è l'incapacità di riportare il corpo al centro della propria esperienza.". Nel suo libro "*I miti del nostro tempo*" conferma che il mito dell'immortalità pervade le fantasie collettive ed attraversa l'immaginario costruendo miti ed eroi dei nostri tempi come: le nuove tecnologie, il denaro, il mito della moda, la globalizzazione ecc.

Secondo l'antropologo David Le Breton «Oggi interveniamo sulla nostra carne, sulla nostra pelle, in una maniera molto simile al passato. Sono cambiate le motivazioni: mortificarci, cambiarci, tatuarci. Il corpo è sempre più un'estensione dell'anima. Una misura del mondo». Ciò è sempre vero nel mondo di Internet, ancora di più nell'era di Second Life. Lì puoi inventarti un corpo nuovo, anche un corpo animale».

L'immagine corporea collettiva contemporanea sogna l'immagine di un corpo impossibile un corpo sempre più fuori della portata reale e sempre più difficile da

raggiungere: *la necessità di avere un corpo perfetto* riflette un corpo misurato sulla concretezza dove il concetto di limite si misura con identificazioni molto rigide. Ma cosa succede se la capacità di creare simboli fa difetto? Come possiamo recuperare la dimensione psicologica e quindi più vicina al sentimento, nel vissuto esistenziale contemporaneo?

Potremmo immaginare di vivere il nostro corpo come un ambiente ecologicamente da difendere?

Spesso una Danzaterapeuta si trova davanti persone che hanno perso il contatto con la funzione simbolica della propria immagine corporea la stessa di cui parla Winnicott nella descrizione del significato per il bambino del corpo della madre: ambiente contenitivo e facilitante le esperienze.

La ricerca di un centro è sicuramente l'opposto della perdita di equilibrio. Metaforicamente parlando però nella perdita di equilibrio c'è anche l'andare oltre il peso corporeo lasciarsi andare nella sfera gravitazionale, (quello che gli psicoanalisti junghiani definirebbero la dimensione dionisiaca in contatto con il mito Dioniso) lasciar fluire un percorso di immagini creative che faccia scoprire la vera motivazione in contatto con un mondo interno come avviene nella disciplina del Movimento Autentico praticata e definita in gran parte da M.S. Whitehouse, Janet Adler e Ioan Chodorow (figure fondanti della Danza Movimento Terapia mondiale).

Di seguito alcuni esempi rilevati dal mondo artistico:

Alcune persone dimostrano la loro forza nel sentimento del "credere" nella vita come ragione per un atto creativo.

Ritorno alla figura di Phelippe Petit artista contemporaneo e autodidatta del funambolismo che oltre a scrivere tiene seminari sulla creatività e la motivazione, Di lui mi ha colpito la devozione e la passione nel perseguire il suo mestiere..."Il filo non è ciò che s'immagina, non è l'universo della leggerezza, dello spazio, del sorriso. E' un mestiere sobrio rude scoraggiante. Il giornalista Michele Serra lo ha intervistato e scrive: "Petit ha la capacità di emozionare le persone. E forse, è la dimostrazione lampante che l'artista è colui che riesce a fare della propria solitudine l'arma formidabile che rimedia alla solitudine degli altri.

Se proviamo ad immaginare per un attimo il vissuto corporeo di una persona avvinto da questa specie di frenesia contemporanea di percorrere il mito del corpo in-vincibile, invulnerabile, in-invecchiabile. Un sentimento di lontananza da se stessi genera inquietudine e solitudine profonda è come se in preda ad un vuoto da riempire. Come potremmo definire ciò attraverso una danza?

Le coreografie della nuova danza contemporanea riflettono sicuramente l'attuale modello di cultura. Nella rassegna ***Nuovi spazi per la danza Tessitore 2009 Wayne Mc Gregor*** nella sua coreografia Entyti esplora il corpo come strumento per capire chi siamo, si sviluppa in una danza iper-realistica, molto fisica, ne nasce una danza di precisione, il movimento è frenetico, adrenalinico, una gestualità dai ritmi sincopati, convulsi e anche violenti. Le scenografie creano l'illusione di un universo virtuale con personaggi tra il reale e il cibernetico.

Quando si inizia una formazione in danza movimento terapia si studiano i modelli teorici e le metodologie che avvicinavano lo studio della danza e del movimento espressivo alla DMT, le prime parole che echeggiano intorno al movimento sono che è sempre presente nella vita e nel corpo umano e che non esiste un buono o cattivo movimento ma un

proprio stile di usare il corpo in movimento nello spazio che lo circonda. Laban con la sua metodologia ci fa notare che i fattori qualitativi del movimento (Flusso, spazio, tempo, peso) sono sempre presenti in ciascuno di noi secondo l'attività quotidiana, della risposta emotiva, o della performance, si predilige coscientemente o inconsciamente l'uso del tempo urgente o sostenuto, l'uso del peso forte o leggero, l'uso della focalizzazione spaziale multifocale o unifocale, la sensazione del flusso tenuto o libero. Ad occhio nudo può succedere che queste qualità si rendano invisibili, ma una DMT si "allena" ad osservare l'uso personale che è fatto del movimento e dello spazio cercando di coglierne gli aspetti che possono dare un quadro diagnostico della persona all'interno di un processo terapeutico.

Ricordo che al mio primo anno di formazione una delle mie insegnanti ci esortava ad uscire ed osservare le persone per la strada per poi ritornare e discutere di cosa avevamo osservato secondo il modello dell'Analisi del movimento di Laban.

Oggi ci si muove avvolti da un'apparente libertà di costume e se da un lato lo sviluppo delle nuove tecnologie ha contribuito alla creazione di un ambiente di più facile accesso, in verità il nostro spazio personale è ristretto intorno alla faticosa ricerca di un centro.

Ci giungono immagini del nuovo malessere intorno al sentimento del corpo segnalate da giornalisti, insegnanti, psicoanalisti, nuovi filosofi, artisti e sociologi.

Qualche tempo fa fu pubblicato su "Donna" inserto del quotidiano La Repubblica, un numero dedicato al corpo dal titolo "*L'ossessione degli Ultracorpi. Corpo: prove tecniche di alienazione*" un dossier della giornalista Mara Accettura la quale scrive che c'è una guerra in corso è quella contro il corpo, una meta irraggiungibile. E' la metafora della nostra profonda disconnessione con la natura."

La psicoanalista inglese Susie Orbach, riflette sul tema del corpo umano nell'età moderna che chiama "tarda modernità" con un libro di denuncia, *Badie* (Profile Books), nel quale analizza l'instancabile e pericolosa ricerca della perfezione. "Stiamo vivendo un'emergenza, riguarda il nostro corpo, che nessuno ama così com'è, e dove (donne e tanti uomini) concentrano ansia, odio, isteria, per non averlo troppo magro, troppo sexy, troppo giovane.

Nicoletta Vallorani, autrice di "*Corpi e culture nella contemporaneità*", scrive: "La storia del corpo nelle culture contemporanee sta tutta nel percorso pubblico di Michael "Jacko" Jackson. La sua è una storia più frequente di quanto si crede: è la vicenda di un disagio che trasforma l'aspetto fisico da entità permanente in supporto modellabile, manipolabile, ricreabile, in ultima analisi inaffidabile. Con l'immagine di definitiva dissoluzione del corpo come entità permanente.

Anche nelle sceneggiature cinematografiche compaiono contenuti sempre più intorno ad un personaggio che perde la connessione tra mente e corpo esasperando i modelli stereotipati di cui prima.

In "*THE WRESTLER*" film toccante, ma piuttosto crudo, interpretato da Mickey Rourke uscito nel 2009, si racconta uno spaccato della vita di un ex lottatore. Il wrestler professionista Randy incapace di sostenere un vero rapporto, vive per il brivido dello show, per l'adrenalina del combattimento e per l'adorazione dei pochi fan che gli sono rimasti. Capisce che è amato solo dal pubblico e solo come lottatore costretto a combattere e farsi di stereodidi, il suo corpo e il suo organismo ridotto in pezzi e brandelli per le ferite e la lotta finisce col mettere a rischio la sua vita.

In questo contesto socio culturale della visione contemporanea del corpo, i temi che affiorano sono contenuti che sono trattati, affrontati con i nostri utenti-pazienti, nei vari ambiti della danza/movimento terapia. Spesso incontriamo persone che desiderano ricontattare il proprio corpo e dietro a questa domanda compare il malessere esistenziale

contemporaneo intorno al sentimento che invade il corpo.



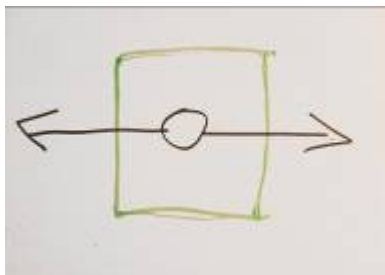
Una paziente da me seguita individualmente con sedute settimanali, una giovane donna che racchiude in se la problematicità attuale rispetto al sentimento di impotenza da un lato e desiderio di oltrepassare il proprio limite dall'altro desiderando di rientrare ad abitare il proprio corpo. E' una persona che combatte contro la depressione, contro l'eccessiva dipendenza dalla famiglia di origine, contro il sentire il dolore del lutto e della separazione, contro il sentirsi invasa da pensieri ossessivi che le tolgono il sonno, dalla difficoltà di costruire legami significativi fuori dell'ambito familiare.



La domanda in questione per lei che aveva studiato danza per tanto tempo ed anche teatro era che desiderava ricontattare il proprio corpo, anche se si sentiva senza speranza e disillusa. Nei suoi disegni prodotti durante il percorso delle sedute di danzaterapia si osserva la frammentazione e la ricerca di una direzione stabile e centrata, linee che danno direzioni, parole che esprimono la sofferenza, e poi la spirale della depressione.



Spesso le parole riempivano lo spazio vuoto dello studio, ma il corpo scompariva. Come un adolescente spaventata e attratta allo stesso tempo da una visione simbolica del proprio vissuto corporeo. L'uso sconsiderato dei messaggi al cellulare spesso hanno sostituito la relazione reale, la sua danza simboleggia un corpo che, oscillando nella verticalità ha un equilibrio precario sulle punte dei piedi cerca approvazione per ogni movimento come una brava bambina, attenta a che il suo peso corporeo non vada fuori asse, il respiro è trattenuto, un soffio spezzato come se perdesse ossigeno improvvisamente.



Il tempo delle sedute era sempre poco lei arrivava con enormi ritardi ed ogni volta mi chiedeva se fossi arrabbiata per il ritardo, una relazione terapeutica costruita su un filo discontinuo (ha saltato parecchie sedute fino all'ultimo) lo sforzo di comunicazione attraverso il linguaggio corporeo le ha permesso di riuscire ad entrare in contatto con un respiro prolungato meno frammentato, la facilitazione ad entrare in contatto con un processo creativo che attraverso mezzi espressivi come la musica, il disegno i vari materiali nella stanza e l'espressione corporea le hanno reso visibile la possibilità di potercela fare. Ora ha un lavoro che corrisponde ad una delle qualifiche che ha studiato, anche se precario, alla fine ha abbandonato dopo innumerevoli messaggi ma credo che il sentimento dell'abbandono (che crea e lascia un vuoto) è la modalità che meglio le riusciva di mettere in atto.

In conclusione, considerando l'epoca moderna, quale potrebbe essere la funzione della DMT oggi, e cosa è reso visibile in una richiesta di aiuto, quando avviene attraverso la danza movimento terapia?

A partire dalla definizione di "Salute" proposta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, che la intende come uno "stato di benessere fisico, psicologico e sociale, non caratterizzato dalla semplice assenza di malattia, ma dall'equilibrio delle diverse componenti dell'individuo stesso" è possibile affermare che la Danza Movimento Terapia, coinvolgendo l'individuo nella sua globalità, può interagire su questi diversi piani e ristabilirne un armonico equilibrio con il proprio *sentimento corporeo*.

BIBLIOGRAFIA

Teatri del corpo Joyce Mc Dougall, Raffaello Cortina Editore
Breve corso di Psicoanalisi Charles Brenner ed. G.Martinelli – Firenze.
Immagine di sé e schema corporeo Shilder Paul ed.Franco Angeli

Gioco e realtà D.W. Winnicott Armando editore
Michele Serra intervista Philippe Petite “Man on wire”
Fenomenologia della Percezione Merleau Ponty 1945
I Miti del nostro tempo. Galimberti Umberto, 2007, Feltrinelli
L’ospite inquietante. Il nichilismo e i giovani. Galimberti Umberto, 2010, Feltrinelli.
Antropologia del corpo e modernità. David Le Breton . 2007, ed. Giuffrè