



VALERIA COSTANZA D'AGATA

ESTETICA DEL CORPO VISSUTO

SOMAESTETICA, ATMOSFERE E PATICITÀ





ISBN
979-12-218-2966-2

PRIMA EDIZIONE
ROMA 25 SETTEMBRE 2026

Ai miei genitori

INDICE

9	<i>Introduzione</i>
23	CAPITOLO I Somaestetica 1.1. Conoscenza attraverso il corpo, 33 – 1.2. Corpo-mente, 46 – 1.3. Declinazioni interne alla somaestetica, 56.
63	CAPITOLO II Cura/coltivazione del corpo 2.1. Terapia bioenergetica, 73 – 2.2. Metodo Feldenkrais, 85.
107	CAPITOLO III <i>Leiblichkeit und Körperlichkeit</i> 3.1. <i>Mitwelt</i> : la formazione sociale dell'individuo, 110 – 3.2. La posizionalità eccentrica, 120 – 3.3. La dinamica tra <i>Körperhaben</i> e <i>Leibsein</i> , 131 – 3.4. <i>Il riso e il pianto</i> , 137.
169	CAPITOLO IV Corpo atmosferico 4.1. Fare esperienza della propria presenza primitiva, 180 – 4.2. Verso una rivalutazione dell'esperienza vitale involontaria, 190 – 4.3. Corpo atmosferico: riabilitazione del valore del sentire/percepire corporeo, 200.
231	CAPITOLO V Corpo patico

261 CAPITOLO VI

 Ripensare la somaestetica

 6.1. Al di qua dell'interpretazione, 262 – 6.2. Le qualità immediate dell'esperienza somatica, 273 – 6.3. Pensare attraverso il corpo, 283.

307 *Bibliografia*

INTRODUZIONE

Con la sua proposta di una Somaestetica, articolata fondamentalmente in analitica, pragmatica e pratica, Richard Shusterman intende in primo luogo fornire e creare una cornice metodologica, un orientamento unitario che sia in grado di rintracciare, ricostruire e portare a manifestazione – all'interno di eterogenee riflessioni teoriche e pratiche somatiche – la comune esigenza di ridare luce alla dimensione corporea come modo primario di essere nel mondo.

Recuperando l'accezione baumgarteniana di *Aesthetica* come gnoseologia inferiore, arte dell'analogo della ragione, scienza della conoscenza sensibile¹, la somaestetica intende dare nuovo impulso alla più profonda radice di estetica e filosofia che coglie la vita nel suo processo di metamorfosi e rigenerazione continua, in quel respiro vitale che, per quanto possa diventare cosciente, non è mai totalmente afferrabile dalla ragione discorsiva, situandosi piuttosto in quello spazio primordiale in cui coscienza e corpo si coappartengono, in cui il soggetto non è ancora individualizzabile perché fuso con l'ambiente, non è totalmente privatizzabile perché intrinsecamente plasmato dal tessuto sociale cui egli stesso conferisce dinamicamente forma. A partire dunque dalla rivalutazione del concetto di *Aisthesis*, la disciplina somaestetica mira ad una intensificazione di sensorialità, percezione, emozione, commozione, rintracciando proprio nel *Soma* la fonte di quelle facoltà "inferiori"

¹ Si veda A.G. BAUMGARTEN, *Aesthetica* (1750) – *L'estetica*, a cura di S. Tedesco, Aesthetica Edizioni, Palermo 2000, p. 1: «§. L'*estetica* (teoria delle arti liberali, gnoseologia inferiore, arte del pensare in modo bello, arte dell'analogo della ragione) è la scienza della conoscenza sensibile».

irriducibili a quelle puramente intellettuali, che permettono di accedere alle dimensioni qualitative dell'esperienza, di portare a manifestazione e far maturare l'essere umano come essere indivisibile che non si lascia incontrare da un pensiero che ne rinnega l'unitarietà in nome di fittizie e laceranti distinzioni dicotomiche.

Nel corpo, infatti, si radicano in modo silente regole, convenzioni, norme e valori socio-culturali che determinano e talvolta limitano la configurazione ed espressione di sensazioni, percezioni, cognizioni, pensieri, azioni, volizioni, disposizioni di un soggetto da sempre inserito in una *Mitwelt* (mondo comune), ed è allora proprio al corpo che bisogna rivolgersi per riconfigurare più autentiche modalità di espressione del soggetto che crea equilibri dinamici per mantenere una relazione di coerenza con il più ampio contesto sociale, culturale, ambientale.

L'apertura al confronto con eterogenee posizioni filosofiche e l'intrinseca multidisciplinarietà² spiegano la centralità nel contemporaneo dibattito estetologico internazionale della Somaestetica che, rivolgendosi tanto ad una formulazione teorica quanto ad una concreta applicazione pratica, intende rivalutare il *soma* come corporeità intelligente, senziente, intenzionale e attiva, non riducibile all'accezione peccaminosa di *caro* (mero corpo fisico privo di vita e sensazione). Attraverso la riflessione e la pratica di tecniche di coscienza somatica si portano in primo piano i modi in cui il sempre più consapevole rapporto con la propria corporeità come mediatamente esperita e immediatamente vissuta, sentita, offre occasioni autentiche di realizzazione progressiva di sé innanzitutto come persone, capaci di autocoltivazione, di riflessione cosciente sulle proprie abitudini incorporate, di ristrutturazione creativa di sé, di intensificata percezione e apprezzamento sensoriale sia nel concreto agire quotidiano, sia nella dimensione più propriamente estetologica di ricezione, fruizione e creazione artistica³. L'indirizzo essenzialmente pragmatista della riflessione di Shusterman traccia così una

² La somaestetica è interessata a cogliere le relazioni e ad armonizzare i contributi di estetica, filosofia, morale, sociologia, antropologia filosofica, filosofia orientale.

³ R. SHUSTERMAN, *Thinking through the Body, Essays in Somaesthetics*, Cambridge University Press, Cambridge 2012, p. 188: «Somaesthetics is instead a distinctively interdisciplinary enterprise, radiating out of the concept of soma – the living, feeling, sentient,

concezione fondamentalmente relazionale dell'estetica, in grado di porsi proprio nel movimento e nel rapporto continuamente diveniente di vera e propria trasformazione e passaggio tra le dimensioni fisiche,

purposive body that implies the essential union of body-mind. The somaesthetic program – of studying the ways we use our soma in perception, performance, and self-fashioning; the ways that physiology and society shape and constrain those uses; and the methods we have developed or can invent to enhance those uses and provide newer and better forms of somatic awareness and functioning – implies engaging with science, morals, politics, art, and religion as well as with history and other disciplines.

In Somaesthetics, the aim is not to provide essentialist philosophical definitions, but to bring together and deploy the various things we know (or can learn) about embodied perception (aesthesia) and action and about socially entrenched body norms and practical somatic disciplines, so that this knowledge can be used in practice to enrich our lives and extend the frontiers of human experience as we know and imagine it. Somaesthetics, as I repeatedly insist, is a field of practice as well as theory, a field admittedly far too large for any one researcher to explore or master on her own, and too complex in structure for me to summarize here. It may be useful, however, to recall here that this field includes three major branches: The first (analytic somaesthetics) involves philosophical, empirical, and critical study of the principles of somatic functioning in perception and of our culture's body norm, practices, and values, along with the ideologies and institutions that shape them. The second (pragmatic somaesthetics) deals with the comparative study and critique of practical methods aimed at improving somatic awareness, performance, and care. The third branch (practical somaesthetics) involves the actual practice of body disciplines aimed at such improvements». Trad. it.: «La somaestetica è invece un'iniziativa peculiarmente interdisciplinare che emana dal concetto di soma – il corpo vivente, sensibile, senziente, intenzionale che implica l'essenziale unione di corpo-mente. Il programma somaestetico – di studiare i modi in cui usiamo il nostro soma in percezione, prestazione e auto-stilizzazione; i modi in cui fisiologia e società formano e limitano questi usi; e i metodi che abbiamo sviluppato o possiamo inventare per migliorare questi usi e fornire nuove e migliori forme di consapevolezza e funzionamento somatico – implica l'impegno con scienza, morale, politica, arte e religione tanto quanto con storia e altre discipline.

In somaestetica lo scopo non è fornire definizioni filosofiche essenzialiste, ma di prendere insieme e spiegare le varie cose che conosciamo (o possiamo imparare) su percezione incorporata (*aisthesis*) e azione, e su norme corporee socialmente radicate e discipline somatiche pratiche, così che questa conoscenza possa essere usata nella pratica per arricchire le nostre vite ed estendere le frontiere dell'esperienza umana come la conosciamo e immaginiamo. La somaestetica, come insisto ripetutamente, è un campo di pratica tanto quanto di teoria, un campo certamente fin troppo ampio perché un ricercatore lo esplori e lo padroneggi, e troppo complesso nella struttura perché io possa sintetizzarlo qui. Potrebbe essere utile comunque ricordare qui che questo campo include tre grandi diramazioni: la prima (somaestetica analitica) include studi filosofici, empirici e critici dei principi del funzionamento somatico in percezione e norme corporee, pratiche e valori della nostra cultura, insieme con le ideologie e le istituzioni che la formano. La seconda (somaestetica pragmatica) ha a che fare con lo studio comparativo e la critica di metodi pratici finalizzati a migliorare la consapevolezza, la prestazione e la cura somatica. Il terzo ramo (somaestetica pratica) coinvolge la pratica attuale delle discipline corporee finalizzate a tali miglioramenti».

proprio-corporee, psichiche e spirituali del soggetto la cui interazione, ed il cui reciproco riversarsi le une nelle altre, può risultare profondamente arricchito attraverso una progressiva e sempre crescente acquisizione di consapevolezza della ricchezza della dimensione corporea in quanto intenzionale, percettiva, senziente, volitiva, tanto quanto vulnerabile, limitante, caduca, patica.

Il presente volume intende ripercorrere ed approfondire alcuni dei principali referenti di Shusterman, focalizzandosi prevalentemente sulla radice pragmatista della sua proposta e sul confronto con il dibattito di area tedesca tra estetica, antropologia filosofica, neofenomenologia e antropologia medica, per riguadagnare una nozione di soma che proprio a partire dal contrasto, dall'impatto irriducibile con la potenza annullante delle situazioni limite, della crisi possa acquisire un più complesso e ricco valore armonizzante delle intrinseche e molteplici dimensioni che costituiscono il tessuto della soggettività incarnata.

In particolare, il primo capitolo (1. Somaestetica) chiarisce le radici essenzialmente pragmatiste della proposta shustermaniana e mostra come sia possibile destrutturare e dunque riconfigurare radicati modi di esperienza, rendendo coscienti abitudini e modi di vivere che si fissano a livello somatico in modo per lo più inavvertito. Il confronto con la nozione di *Habitus*, di cui Pierre Bourdieu mette brillantemente in luce l'invisibile e socialmente determinata matrice somatica, lascia scorgere come ogni manifestazione umana sia sostenuta dall'incorporazione di norme, credenze, valori che definiscono e talvolta limitano l'espressione, lo sviluppo, persino le predisposizioni e le inclinazioni degli individui. Ed è proprio intervenendo a questo livello che si può restituire libertà alle scelte e aprirsi così alle dimensioni essenzialmente qualitative dell'esperienza che, nell'accezione deweyana è un insieme olistico unitario e coeso che fa da sfondo alle relazioni organismo-ambiente, un intreccio inestricabile di teoria e prassi, particolare e universale, psiche e soma, ragione ed emozione, percettivo e concettuale, insomma quell'immediata conoscenza corporea che struttura lo sfondo di manifestazione della coscienza.

Le tecniche corporee, fra cui la Tecnica Alexander che Dewey stesso praticava, la bioenergetica ed il Metodo Feldenkrais, che Shusterman utilizza nei suoi workshop pratico-teorici, sono argomento del secondo

capitolo (2. Cura/coltivazione del corpo). È attraverso il confronto con *Performing Live*⁴ che emerge l'imprescindibile dimensione pratica della somaestetica e la fecondità in particolare dell'applicazione del Metodo Feldenkrais⁵, una disciplina esperienziale di rieducazione somatica che sembra raccogliere da una parte l'esigenza tipica della bioenergetica di riportare in primo piano la dimensione affettiva, emozionale e dunque di portare ad espressione la parte più impulsiva ed involontaria dell'essere umano, dall'altra l'utilità del controllo inibitorio (su cui si fonda la Tecnica Alexander) per inibire la sovrastimolazione e la ripetizione compulsiva di pattern comportamentali impliciti nella reiterazione inconsapevole di cattive abitudini, e favorire così una più armoniosa realizzazione dell'individualità nella sua complessità.

L'interesse di Shusterman per il Metodo Feldenkrais è indirizzato principalmente alle modalità di accrescimento della flessibilità psicofisica rivolte ad una liberazione dei corpi come sorgente potenziale di gratificazione individuale e come forma di incorporazione di modelli intrinsecamente sociali di essere nel mondo. Soltanto attraverso pratiche di autoconoscenza è possibile un'intensificazione delle sensazioni proprio-corporee, un miglioramento della capacità di discernimento persino delle più sottili informazioni sensoriali, condizione imprescindibile per superare blocchi muscolari ed emotivi, disturbi della volontà e rigidità mentali⁶ e per potere riconfigurare il proprio sistema sensorio-motorio. Ciò che viene primariamente in luce è la dinamica di condizionamento reciproco di mente e corpo secondo cui come la mente è in grado, attraverso il controllo cosciente, di inibire l'espressione di

⁴ Id., *Performing Live. Aesthetic Alternatives for the Ends of Art*. Ithaca, NY: Cornell University Press, 2000.

⁵ Il Metodo Feldenkrais oltre a costituire un importante riferimento teorico del lavoro di Richard Shusterman, viene propriamente messo in pratica dallo stesso autore nell'ambito di workshop formativi sulla somaestetica.

⁶ Cfr. FELDENKRAIS M., *Body and Mature Behaviour. A study of anxiety, sex, gravitation and learning – Il corpo e il comportamento maturo. Sul sesso, l'ansia e la forza di gravità*, ed. it. a cura di Franca Losi, Astrolabio, Roma 1996, p. 29: «Io sostengo che la rigidità, fisica o mentale, e cioè l'aderire a un principio fino a escludere totalmente il suo opposto, è contraria alle leggi della vita, perché la rigidità nell'uomo non si può ottenere senza reprimere qualche attività di cui egli è capace. Così l'ininterrotta e incondizionata adesione a un qualsiasi principio, buono o cattivo, significa reprimere ininterrottamente qualche funzione. E la repressione non si può praticare a lungo impunemente».

alcune emozioni ed in tal modo contribuire alla formazione di un'armatura muscolare⁷, allo stesso modo un lavoro di attenta osservazione delle sensazioni muscolari e di progressiva consapevolezza corporea può rieducare la mente ed ampliare e rendere più efficace la sua sfera d'azione, liberandola da modalità compulsive di reiterazione di scorrette abitudini comportamentali che limitano il funzionamento armonioso del corpo, impedendone lo sviluppo come un unificato intero armonioso. Non avendo di mira tanto il fine dell'azione quanto piuttosto la plurivocità di mezzi per raggiungerlo, il Metodo Feldenkrais intende ripristinare effettivamente la possibilità di scelta tra modalità molteplici di azione, in modo da poter esser in grado di eseguire con facilità i movimenti che generano una maggiore piacevolezza, fluidità, depurandoli progressivamente di quei residui parassitici e inintenzionali che ne precludono una reale efficacia. Il punto non è infatti tanto cosa si fa, ma come lo si fa, e l'obiettivo è principalmente quello di ripristinare, attraverso un'accresciuta consapevolezza corporea ed un'attenzione al movimento, la possibilità di discernimento tra pattern somatici alternativi, tra modi molteplici di controllo delle funzioni motorie, "imparare come imparare"⁸. Focalizzando l'attenzione sui propri modelli abituali di comportamento è possibile apprendere nuove e diversificate modalità di organizzazione degli schemi senso-motori che ampliano ed intensificano la gamma di sensazioni, percezioni, emozioni, pensieri, azioni che il soggetto è in grado di provare⁹.

⁷ Ivi, p. 121: «Solitamente ogni schema di impulsi che raggiunga il sistema nervoso centrale dai visceri, dai muscoli e in generale dal soma, è associato a uno stato emotivo. La contrazione muscolare, essendo controllabile con la volontà, dà un senso di potere e di controllo sulle sensazioni e sulle emozioni. E così è, infatti: a ogni stato emotivo corrisponde un personale schema condizionato di contrazioni muscolari, senza il quale tale stato emotivo non esisterebbe».

⁸ Il Metodo Feldenkrais mira alla ricerca di nuovi pattern di organizzazioni neurali a partire da un intervento sulla neuroplasticità, ossia sulla capacità del cervello di riorganizzarsi attorno alla funzione perduta a seguito di traumi o di shock, o in generale di cambiare, di creare nuove abilità attraverso la pratica e l'apprendimento.

⁹ Cfr. Id., *Embodied Wisdom*, 2010 – *La Saggezza del Corpo*, Trad. it., Astrolabio, Roma 2011, p. 13: «Un cambiamento fondamentale nello schema di movimento lascerà il pensiero e il sentimento privi di ancoraggio allo schema delle abitudini stabilite. L'abitudine ha perso il supporto fondamentale, quello dei muscoli, ed è diventata più disponibile al cambiamento».

La stabilità (il sentirsi protetti) aumenta il nostro senso di sicurezza. L'instabilità significa rischi ma anche facile mobilità. Entrambe sono biologicamente importanti. Abituarsi a una sola di esse ci rende insicuri per mancanza di scelte¹⁰.

Nel terzo capitolo (3. *Leiblichkeit und Körperlichkeit*) si approfondisce il riferimento di Shusterman all'antropologia filosofica nella sua formulazione plessneriana e si analizzano le manifestazioni indocili e opache dell'erompere nel riso e del graduale lasciarsi andare al pianto. In situazioni limite (che mettono in crisi gli atteggiamenti abituali rivelandone l'inadeguatezza per un'ambigua plurivocità di risposte possibili o per l'assenza assoluta di una risposta che sia adeguata), tali fenomeni espressivi permettono al soggetto di ricostituire la coerenza ambientale e di creare le condizioni di realizzazione del suo essere persona attraverso la relazione tra i suoi modi pragmatici dell'essere-corpo (*Leibsein*) come modalità diretta e immediata dell'autopercepirsi e dell'avere-corpo (*Körper-haben*) come modalità indiretta e mediata di oggettivazione della corporeità fisica. L'emergere della corporeità vissuta nelle sue modalità riflesse e irriflesse rispetto all'unità integrale di mente e corpo viene affrontato alla luce del lavoro interpretativo di Hans-Peter Krüger, che chiarisce come *Körper*, *Leib* e *Person* siano aspetti irriducibili della soggettività incarnata che, solo nella loro reciproca relazione, rendono conto del tendere del soggetto incarnato verso la realizzazione di quella umanità integrale che configura i modi precipui della persona di costruire insieme ad altri un mondo comune.

Nel quarto capitolo (4. Corpo atmosferico) si approfondisce la relazione tra la proposta somaestetica e la formulazione neofenomenologica di Hermann Schmitz di *Leiblichkeit* come *Leibliches Alphabet* (alfabeto corporeo), per far emergere una ulteriore possibilità di pensare il corpo come sorgere e dispiegarsi di isole corporee (*Leibesinseln*), ossia di luoghi assoluti irriducibili a configurazioni spazio-temporali meramente deterministiche, zone più o meno estese dai confini imprecisati, sedi privilegiate della sfera emotiva e del coinvolgimento affettivo. L'obiettivo è fondamentalmente quello di portare a riflessione gli aspetti

¹⁰ Id., *Le basi del metodo. Per la consapevolezza dei processi psicomotori*, Astrolabio, Roma 1991, p. 45.

qualitativi dell'esistenza, di osservare i modi dell'articolarsi dell'esperienza vitale involontaria, dell'affettività, i modi insomma attraverso cui quella presenza primitiva – in cui le categorie del *qui, ora, essere, io, questo* appaiono ancora inestricabilmente fuse – soggiace e riemerge anche nella presenza sviluppata, ossia nel concreto modo di esistere del soggetto nel mondo, che si esplica fondamentalmente attraverso la relazione tra l'ipostatizzazione di una realtà soggettiva intimamente vissuta ed una realtà oggettiva meramente esteriorizzata. È propriamente infatti in quelle situazioni che più di altre comportano un certo coinvolgimento affettivo, provocando il destarsi e l'espandersi o il contrarsi delle isole corporee, che si fa evidente la non completa emancipazione del soggetto dalla presenza primitiva che si rivela nelle sue forme di manifestazione in quanto impulso vitale, ritmo polarizzato di tensione e distensione, angustia e ampiezza, contrazione ed emancipazione. Ciò comporta la necessità di prendere in considerazione e riflettere sugli aspetti qualitativi dell'esperienza vitale per non precludersi e per potersi piuttosto aprire consapevolmente alle dimensioni involontarie dell'esistenza nei suoi aspetti affettivi, emotivi, nelle sue salienze percettive.

Una considerazione di questo tipo si rivela pertanto imprescindibile per il progetto della somaestetica, per il quale assume un ruolo centrale il miglioramento della capacità di autocoltivazione e di presa di coscienza della ricchezza e complessità del sentire se stessi, l'affinamento delle capacità percettive del proprio soma come sede privilegiata di apprezzamento estetico auto- ed etero-diretto, l'intensificazione delle sensazioni proprio-corporee, ossia di ciò che nei termini di Schmitz rappresenta il *Leib* come *Sich-Spüren* (sentir-si). In questo senso la corporeità sembra eccedere ancora una volta un mero schema o immagine corporea, per lasciarsi incontrare innanzitutto come corpo vissuto¹¹,

¹¹ Si veda SCHMITZ H., *Nuova fenomenologia. Un'introduzione*, traduzione e cura di T. Griffero, Milano 2011, p. 97: «Privo di superfici è anche lo spazio del nostro corpo proprio, contrapposto allo spazio del nostro corpo fisico, rappresentato con posizioni e distanze dallo schema corporeo percettivo. In nessun moto proprio-corporeo possiamo trovare delle superfici, né nel dolore né nella fame o nel godimento, ecc., e neppure nell'essere proprio-corporalmente rapito dai sentimenti, e quindi, ad esempio, nell'essere allegro o arrabbiato. Il corpo proprio non ha quindi bordi e non è tridimensionale, non può essere sezionato in superfici e in tal senso è indivisibilmente esteso, pur non essendo affatto privo di un'articolazione spaziale. I moti proprio-corporei espungano ora integralmente il corpo proprio, come quando,

come modalità irriflessa di essere il corpo della quale si può divenire sempre più consapevoli se ci si dispone a trattenersi negli aspetti più rilevanti dell'esperienza involontaria in cui si percepisce una certa risonanza affettiva tra la dimensione proprio-corporea e il baluginare degli aspetti diffusi, sentimentali, delle semi-cose che, per quanto inequivocabilmente presenti, non si concretizzano in materie determinate, ma in atmosfere nelle quali il vivente si lascia affettivamente coinvolgere, percependo una sua tonalizzazione emotiva armonica o dissonante rispetto all'ambiente circostante.

In tal modo, dunque non solo si amplia ulteriormente il riferimento alla corporeità vissuta intesa come distribuirsi delle isole corporee, ma l'incontro con la realtà esterna si estende anche alle dimensioni chiaroscurali dall'esperienza, alla relazione con fenomeni diffusi come le semi-cose che, nel loro costituire insiemi caotici dai confini sfocati, sono in grado mediante i loro attributi qualitativi e la loro significatività diffusa, di suscitare un coinvolgimento affettivo su di noi. Ne deriva così che il soma, che la somaestetica intende rivalutare e portare ulteriormente a consapevolezza, si configura non solo come corpo vivente, senziente, intenzionale e attivo, ma anche come corpo patico, come qualcosa che per un verso costituisce la natura che noi stessi siamo, determinando la nostra esistenza nel mondo come autodatità originaria, esperienza di sé (*Selbsterfahrung*), per un altro verso viene percepito come carico, come peso, come quella esperienza di assoluta estraneità (*Fremderfahrung*) verso qualcosa da cui ci si vuole separare.

Ed è proprio attraverso il reciproco rinviarsi di attività e passività che Gernot Böhme, partendo dalla considerazione dell'essenziale dimensione patica del corpo, quella che nei termini di Schmitz è la *These von der Geburt des Subjektes aus dem Schmerz* (tesi della nascita del soggetto dal dolore), si riferisce alla corporeità vissuta esperibile sia nelle situazioni di piacere sia in particolare nelle situazioni limite, nel dolore e nelle condizioni di massima vulnerabilità del soggetto incarnato come

svegliandoci la mattina, ci si sente più o meno vivaci o fiacchi e abbattuti e poi instabili, o ora solo parzialmente, distribuendosi nelle isole proprio-corporee. Il corpo proprio che sentiamo è infatti per lo più un moto ondoso di isole confuse, del quale possiamo convincerci se prescindiamo dall'occultamento indotto dalla testimonianza dei cinque sensi e dello schema corporeo percettivo».

Selbsterfahrung, ossia come esperienza della propria corporeità, come il proprio stesso essere natura. In questo senso allora l'essere-corpo, come quel qualcosa che sin dall'inizio determina i modi concreti della nostra presenza, si configura essenzialmente come un compito pragmatico, come qualcosa verso cui costantemente si tende perché sempre ancora da realizzare, come progressiva integrazione di *Leiblichkeit* e *Körperlichkeit*¹² che si concretizza attraverso il nostro imparare e mettere in atto modi di esistenza in cui il corpo venga auto-esperito come la natura che noi stessi siamo, sottraendosi così allo sguardo oggettivante con cui viene ridotto a mera realtà fisica, a strumento o sostrato misurabile, manipolabile, oggetto delle scienze naturali.

Una somaestetica orientata ad un miglioramento e perfezionamento di sé non può fare a meno di considerare le profonde articolazioni interne alla stessa corporeità e all'esperienza che di questa si fa sia in condizioni positive di intensificazione della propria attenzione somatica e della propria performatività, sia in condizioni di estrema vulnerabilità, di crisi, rendendo in tal modo possibile da una parte un'apertura ed una reale disponibilità a sentire il corpo nelle sue forme di attività, di gioiosa

¹² Cfr. G. BÖHME, *Leibsein als Aufgabe. Leibphilosophie in pragmatischer Hinsicht*, Die Graue Edition, Baden-Baden 2003, pp. 13-14: «Leib und Körper sind wegen struktureller Differenzen nicht zu identifizieren. Gleichwohl ist es eine ständige Lebensaufgabe, Körper und Leib zu integrieren. Mehr noch, das, was uns in Fremderfahrung gegeben ist, das heißt unser Körper als Gegenstand naturwissenschaftlicher Erkenntnis – der Anatomie, der Physiologie, der Hirnforschung, der Genetik – das müssen wir auch in gewisser Weise selbst sein. Freilich dieses *in gewisser Weise* sagt man aus distanzierter Perspektive. Es kann sowohl heißen: Es bleibt uns nichts anderes übrig als dieses Naturstück, wie immer wir ihm vielleicht auch entfliehen wollen, zu sein, oder es kann auch heißen: Wir sollten es sein, d. h. wir sollten es bewusst in unseren Selbstentwurf übernehmen. Auf der Ebenen des Selbstverständnisses stellt sich die Aufgabe, das leibliche Spüren so zu verstehen, das was in ihm gegeben ist, unsere *Natur* ist, so wie sie sich im Modus der Selbsterfahrung darstellt». Trad. it.: «Corpo proprio e corpo fisico non sono identificabili a causa delle loro differenze strutturali. Tuttavia, è un compito costante di vita integrare corpo proprio e corpo fisico. Ancor di più, ciò che ci è dato nell'esperienza dell'estraneazione, cioè il nostro corpo come oggetto delle scienze naturali – anatomia, fisiologia, ricerca sul cervello, genetica – questo dovremmo anche essere in modo certo. Ma questo *in modo certo* si dice da una prospettiva distaccata. Potrebbe voler dire: non ci rimane nient'altro che essere questo pezzo di natura al quale sempre vogliamo sfuggire, o potrebbe anche significare: dovremmo esserlo, cioè dovremmo assumerlo coscientemente nel progetto di noi stessi. Al livello dell'autocomprensione si pone il compito di comprendere il sentire proprio-corporeo, ciò che in esso è dato, che è la nostra *natura*, così come appare nel modo dell'autoesperienza».

partecipazione alla vita, di godimento estetico e di slancio espansivo dinanzi alle possibilità del reale, e dischiudendo dall'altra – nel ripiegamento sotto il peso di una passività che ci sovrasta – modalità originarie di autopercezione ed autentiche occasioni di ristrutturazione profonda.

Il quinto capitolo (5. Corpo patico) mette ulteriormente in luce il potere trasformativo e ristrutturante del patire, dell'esperienza del limite e del negativo come saliente, per quanto non unico, modo di esperire l'autenticità del proprio essere essenzialmente incarnati in un corpo cosciente, la cui forza espressiva e determinante si lascia scorgere massimamente nell'esperienza dell'affezione. Si è ritenuto indispensabile, per fondare ed ampliare ulteriormente la proposta somaestetica, esplicitare i nessi tra la considerazione böhmaniana del corpo come progressiva acquisizione e riappropriazione cosciente della natura che noi stessi siamo e il potere trasformativo del *pathos* che emerge dalla riflessione sul dolore contenuta nell'antropologia medica di Viktor von Weizsäcker, nella sua teoria del *Gestaltkreis* e nella sua più tarda formulazione di una patosofia.

È proprio in *Mit Krankheit leben*¹³ che Böhme si riferisce esplicitamente alla considerazione weizsäckeriana della malattia come occasione

¹³ Id., *Mit Krankheit leben. Von der Kunst, mit Schmerz und Leid umzugehen*, C.H. Beck Verlag, München 2005, pp. 83-84: «Die Idee der Krankheit als Prüfung ist besonders von der anthropologischen Medizin eines Viktor von Weizsäcker aufgenommen worden, dem zufolge Krankheit als Anlass zur biografischen Reifung des Menschen einen Sinn erhält. Viktor von Weizsäcker hat gefordert, dass der Arzt die Krankengeschichte als Teil der Lebensgeschichte verstehen solle. Es sei nötig, schreibt er, «dass man das Schicksal eines Menschen in allen seinen Beziehungen zur Umwelt und allen seinen Verkettungen in der Geschichte betrachtet» (1949, S. 126). Man sollte glauben, dass eine solche Auffassung – wie der Schicksalsglaube – den Kranken entlaste. Das ist aber nicht der Fall. Die vielgerühmte *Einführung des Subjekts in die Medizin*, für die von Weizsäcker steht, bedeutet vielmehr eine Ethisierung der Krankheit in dem Sinne, dass dem Kranken eine Mitverantwortung für das Krankheitsgeschehen zugemutet wird: «Der Kernpunkt wäre der formulierte Satz, dass ich meine Krankheit nicht nur bekomme und habe, sondern auch mache und gestalte.» (1980, S. 346). [...] Auch die Auffassung Viktor von Weizsäckers könnte hilfreich sein, nicht so sehr, weil sie eine Sinndeutung von Krankheit enthält, als vielmehr, insofern man sie als Aufforderung verstehen kann, anlässlich einer Krankheit einen Schritt in Richtung einer größeren persönlichen Reife zu vollziehen». Trad. it.: «L'idea di malattia come prova è stata in particolar modo accolta dalla medicina antropologica di Viktor von Weizsäcker, secondo cui la malattia riceve un senso in quanto occasione per una biografica maturazione della persona. Viktor von Weizsäcker ha preteso che il medico debba comprendere l'anamnesi come parte della biografia». Sarebbe utile, scrive, «che l'esperienza di vita di una persona considerasse tutte le sue relazioni all'ambiente e tutte le sue concatenazioni nella storia»

significativa per una più completa maturazione del soggetto: la limitazione, l'urgenza di fare una scelta e di prendere una decisione dischiude a colui che soffre la possibilità di una metamorfosi, di ricreare nuove condizioni di adattamento, di ristabilire e riconfigurare le condizioni della sua esistenza concreta per via di un adeguamento e di una trasformazione reciproca all'interno di un ambiente più ampio nel quale si inserisce per mezzo di un movimento di avvistamento. Il limite, il negativo rivelano in tal modo la spinta propulsiva alla trasformazione, la loro forza determinante che nella cesura, nella radicalità del cambiamento e della rottura dischiude ad un tempo originarie e precedentemente impensate forme autentiche di espressione e consapevolezza.

Non certamente dal caos l'uomo produce la forma, bensì soltanto da una forma precedentemente formata egli può liberarsi per una nuova forma e costringere la sua vita allo sviluppo. E questo suo sciogliersi dalla vecchia forma, questo approssimarsi alla forma nuova avviene nel piacere e nel dolore, anzi persino nel piacere di soffrire. In base a una modalità formativa gli accade che, di per sé non creativo, egli si debba decidere trovandosi di fatto in trasformazione¹⁴.

Il dolore, la paticità disvelano in tal modo il loro intimo e inscindibile rapporto con la corporeità, non solo perché ne mostrano in modo indubitabile il carattere di naturalità che ci appartiene intimamente e

(1949, S. 126). Si dovrebbe credere che una qualche interpretazione – come il credere nel destino – allevia il malato. Ma non è questo il caso. La molto celebre Introduzione del soggetto nella medicina, di cui si fa garante Weizsäcker, significa piuttosto una eticizzazione (*Ethisierung*) della malattia nel senso che dal malato viene pretesa una corresponsabilità per l'evento della malattia: «Il nocciolo sarebbe la frase formulata che io non solo ricevo e ho la mia malattia, ma anche la faccio e la formo» (1980, S. 346). [...] Anche la concezione di Viktor von Weizsäcker potrebbe essere utile non tanto perché essa contiene una interpretazione del senso della malattia, quanto più nella misura in cui la si può comprendere come esortazione a compiere in occasione della malattia un passo in direzione di una più grande maturità personale».

¹⁴ V. VON WEIZSÄCKER, *Il Dolore* (1926), in *Filosofia della medicina*, Guerini e Associati, Milano 1990, p. 104. Si veda anche *Il Concetto di Vita* (1945), in Idem., p. 154: «Poiché ora sappiamo che non si può stabilire una differenza di principio tra ciò che vive e ciò che non vive e che un confine tra vita e morte non può essere sensatamente richiesto da un punto di vista scientifico, possiamo ora comprendere anche meglio il concetto di vita come un continuo morire, sacrificio e trasformazione in una nuova vita. La scienza non oppone resistenza a questa visione, anzi è appropriata a costringerci a prenderla sul serio. [...] Non si può quindi affermare direttamente il senso della vita, ma lo si può apprendere e patire».