

SI PARLA SEMPRE PIU' DI CORPO

di Stefania Lanaro

Sempre più parliamo di corpo, il corpo che si mostra, che si racconta, che soffre il corpo che diventa teatro, il palcoscenico in cui poter rappresentare le proprie emozioni, il piacere, il desiderio, il dolore.

Ma come ci interessiamo a questo corpo? Come possiamo raccontare il nostro corpo? E come possiamo occuparcene in un percorso di cura?

Sembra che la modalità preferenziale sia quella che più spesso utilizziamo come difesa: la mentalizzazione, raccontiamo il corpo attraverso le parole e lo curiamo attraverso le parole e l'intellettualismo.

Facciamo fatica anzi forse non riusciamo ad accettare che il corpo proprio nel suo essere la tela, il palcoscenico, il mezzo attraverso il quale esprimere la propria "profondità" ha un linguaggio tutto suo, è un linguaggio che si esprime nella comunicazione profonda, nel gioco di equilibrio tra lo spazio, il tempo, l'emozione e nella presenza dell'altro. Ma è un altro che non ha bisogno di mostrare la propria intellettualità, è un altro che deve esserci, profondamente esserci, stare nella relazione per l'altro, accoglie senza giudizio, risponde con il proprio gesto non con la propria parola.

Sempre più si sente dire "mai come ora il corpo è al centro della scena", che il corpo vissuto è al centro della cura, e che la cura è il lavoro sul corpo, ma quale corpo e quale comunicazione?

L'uomo vive attraverso il proprio corpo il mondo e vi è in interazione continua, lo ascolta attraverso i sensi e attraverso questo ne fa parte, parte attiva, interazione, ascolto, gesto, altro da me, un gioco di ruoli e di aggiustamenti, di rotture e di continuità, di maschere e di espressioni, corpo soggetto del mondo.

E quando questa comunicazione con il corpo si interrompe e il vissuto, quel vissuto corporeo diventa disfunzionale nel suo rapporto con il mondo? Quando il corpo diventa oggetto e non riesce più a con-tenere il suo vissuto, diventa un contenitore frammentato e frammentario

che lascia fuoriuscire parti intime e profonde del tanto nominato vissuto; parti frammentate di me che si lanciano fuori dall'oggetto corpo, confusione, paura, sofferenza, perdita di memorie e di umori, un malessere che diventa evidente ed evidenziato dalle malattie del vissuto del corpo, la schizofrenia con il suo corpo spezzato, brandelli di me nel mondo che varcando la soglia della mia pelle diventano pezzi sconosciuti, la depressione con un corpo che si fa specchio del dolore e della disperazione, per passare attraverso il corpo dell'"non - sentire" che viene tagliato, marchiato, bruciato per creare un sfiatatoio di dolore e arrivare al corpo del disturbo alimentare, oggetto odiato mai perfetto perché incapace di placare la voce del vuoto.

Il corpo racconta sé stesso attraverso sé stesso e l'altro come ascolta e accoglie?

Attraverso la stessa maschera del corpo, attraverso l'intellettualizzazione e la parola che proprio perché mezzo dell'uomo non riesce a parlare del vissuto e dell'emozione, diventa interpretazione di un linguaggio sconosciuto, un linguaggio arcaico ricco di fantasmi di paure di sensazioni, di storie e di contatti interpretato dal sapere di un corpo fermo, seduto, che ascolta con le orecchie e con il sapere che ascolta per capire ma per rispondere e catalogare.

Parlare con il corpo e comunicare con il corpo è quello che contraddistingue il lavoro dello psicomotricista, una stanza, uomini e donne che si raccontano senza parole ma in una "danza" fatta di spazi, di tempi, di contatti e di lontananze, senza categorie e senza diagnosi, raccontarsi con il corpo e stare con l'altro con il proprio corpo, dialogare, raccontarsi, muoversi e fermarsi.

Il corpo dello psicomotricista è il corpo che ascolta perché ha imparato ad ascoltarsi, che si muove perché sente di poterlo fare, che sta nello spazio del mondo con sé stesso e con l'altro, sta perché sente il piacere e il dispiacere, il desiderio e la noia, sta con la rabbia e con la gioia, sta, ascolta e parla senza parole, crea legami per far sentire liberi e per essere libero.

Come si fa a raccontare il proprio corpo vissuto se non attraverso il corpo? Sembra che negli ambienti della clinica lavorare sul disagio del corpo voglia dire mettere in campo il corpo narrato, raccontato dai sintomi e dalle evidenze scientifiche, ma come si fanno a raccontare il vuoto, il disagio, i frammenti di corpo?

Parlare con il corpo è possibile solo se io parlo al tuo corpo con il mio corpo, se il linguaggio, l'intellettualizzazione, la sublimazione, il pensare a come raccontare non rappresentano una difesa ma solo una maschera che in un luogo in cui l'uomo accoglie l'uomo io posso anche decidere di abbassare e giocare, non apparire ma essere, muovere e raccontarmi attraverso il gesto, lo sguardo, il tono nello spazio dell'accogliere, della messa in scena del mio vuoto, dove non devo ma posso.

E l'approccio psicomotorio è proprio questo permettere, lasciare, accogliere, essere con e non per, dove sintomo e disagio non rappresentano etichetta, diagnosi ma solo una modalità di rapporto appresa nella difesa.

Sicuramente per lo psicomotricista le cose si complicano, non c'è la sedia, la scrivania che fungono da garanti del potere, del ruolo, c'è il proprio corpo quello che negli anni del percorso di studi ha avuto modi di scoprire e che da allora non ha mai smesso di voler scoprire, ci sono i propri fantasmi, il proprio corpo vissuto, le emozioni, il piacere, le mancanze e le presenze che hanno fatto la sua storia e il suo sentire, che ha sentito, ascoltato, accolto, scoperto se stesso in un percorso che è avvenuto grazie allo studio ma anche e soprattutto attraverso i dubbi, e le domande, e che ha trovato nel dubbio il piacere della scoperta e della conoscenza e il sapere è nella relazione.

È un essere umano che è uomo o donna e che vede nell'altro un uomo o una donna con cui dialogare e condividere.

Ma allora il lavoro sul corpo con il linguaggio e la narrazione è davvero un parlare con il corpo o un difendersi dal mettere in gioco sé stessi?

Stefania Lanaro