

## ERWIN STRAUS

### *IL SOSPIRO.*

#### *INTRODUZIONE A UNA TEORIA DELL'ESPRESSIONE\**

Nel libro *Expression of the Emotions of Man and Animals* Darwin elogia Charles Bell, «tanto illustre per le sue scoperte in fisiologia», come un uomo di cui si può dire «a buon diritto che abbia gettato le fondamenta della materia, ne abbia fatto un ramo della scienza e, ben più, abbia costruito un mirabile edificio concettuale». Darwin si riferiva ai saggi di Bell su *Anatomy and Philosophy of Expression as Connected with the Fine Arts*, pubblicato nel 1806. Per quanto fossero in notevole disaccordo nelle loro teorie, entrambi gli autori concordavano nel valutare l'espressione come materia di studio. Affascinati dai fenomeni e sorpresi dai problemi implicati, non vacillarono mai nel loro interesse per questo tema. Bell aveva iniziato la composizione del suo libro sull'espressione «prima che avessero inizio le attività serie della vita» - come disse -, e ne pubblicò la prima edizione all'età di trentasei anni. Questa pubblicazione segnò soltanto l'inizio di un lungo periodo di nuovi e più intensi studi. Nel 1840, due anni prima della sua morte, l'allora settantenne Bell

---

\* Pubblicato con il titolo *The Sigh: an Introduction to a Theory of Expression*, in «Tijdschrift voor Philosophie», 14, 4, 1952, pp. 674-695. Si ringrazia l'editore della rivista per aver concesso i diritti per la traduzione italiana. Il saggio di Straus è apparso in seguito anche in traduzione tedesca (*Der Seufzer: Einführung in eine Lehre vom Ausdruck*, in «Jahrbuch für Psychologie und Psychotherapie», II, 1954, pp. 113-128) e francese (*Le soupir. Introduction à une philosophie de l'expression*, in «Le Cercle Herméneutique», I, 2003, pp. 11-26). Per la presente traduzione, condotta sull'originale inglese, ho tenuto presente in alcune occasioni anche le altre traduzioni citate.

visitò il continente. Andò in Italia con l'intenzione di verificare i suoi principii in materia di critica d'arte per un'edizione riveduta che andava preparando. Nella prefazione a questa terza edizione, pubblicata un anno dopo la morte dell'autore, Joseph G. Bell dice di suo fratello: «Da queste prime indagini fu portato a fare quelle scoperte sul sistema nervoso che ora sono riconosciute come il contributo più importante dei tempi moderni alla scienza fisiologica».

Bell era ancora vivo quando Darwin iniziò la sua raccolta di dati sull'espressione. Darwin proseguì e ampliò le sue osservazioni per un periodo di oltre trent'anni prima di scrivere la *Expression of Emotions*. In questo libro, pubblicato nel 1872, egli ricorda che «le mie prime note manoscritte sul tema dell'espressione risalgono al 1838». Riassumendo il significato dell'espressione, dopo così tanto tempo dedicato alla ricerca, Darwin dice nello stile calmo e privo di enfasi tipico di tante sue opere: «I movimenti espressivi del volto e del corpo, quale che sia stata la loro l'origine, sono in se stessi di grande importanza per il nostro benessere... Imparare a conoscere la fonte e l'origine delle diverse espressioni che a ogni momento ci è dato osservare sui volti delle persone intorno a noi - per non parlare degli animali domestici - dovrebbe avere per noi un grande interesse. Per questi motivi possiamo trarre la conclusione che una considerazione filosofica del nostro tema è degna di tutta l'attenzione che le fu già concessa da parecchi distinti osservatori e che essa merita uno studio sempre maggiore, specie da parte di ogni fisiologo competente».

Bell usò una formulazione più concisa: «L'espressione sta alla passione come il linguaggio sta al pensiero». Se le cose stanno così - e chi potrebbe dubitarne? - un nuovo tentativo di risolvere l'enigma dell'espressione non ha bisogno di giustificazioni; piuttosto, toccherebbe spiegare perché così poca attenzione sia dedicata a questo tema, tra l'altro in un periodo in cui la

psichiatria riserva tanta importanza alle passioni e ai disturbi emotivi, e la medicina psicosomatica pretende di essere una nuova specialità o quanto meno un nuovo approccio a molti vecchi problemi.

Chiunque si occupi di studiare l'espressione deve affrontare alcune difficoltà teoriche e tecniche<sup>1</sup>. Ma esse non fermarono Bell e Darwin, così come non scoraggiarono in altri tempi Engels, Lessing e Lavater o in tempi più recenti Duchenne, Piderit e Wundt. In questo campo la filosofia e la psicologia contemporanee non sono rimaste indietro<sup>2</sup>. Soltanto la psichiatria tace, anche se in nessun altro ambito di studio delle vicende umane l'espressione sia forse utilizzata nella stessa misura come guida pratica. Oltre agli ostacoli generali e permanenti, ci dovrà essere qualche motivo per questo silenzio caratteristico della nostra epoca, che contrasta con una naturale curiosità scientifica. Non dovrebbe essere difficile trovarlo. Deve essere il disprezzo per quella che si suppone essere una mera descrizione.

Questo atteggiamento, necessario per la ricerca nel campo dell'espressione, è accolto con una sufficienza quanto meno curiosa. La descrizione - così pare a molti - non penetra la superficie: la vera natura dell'esperienza psicologica può essere compresa e spiegata solo con metodi che raggiungano il livello più profondo delle forze operanti, che nelle loro relazioni dinamiche, in azioni e controazioni, prorompono di tanto in tanto in superficie producendo i fenomeni osservabili. D'altra parte, non bisogna dimenticare che questi fenomeni del piano descrittivo, tanto disprezzati, sono gli unici a esserci direttamente accessibili. La validità delle ipotesi dinamiche dipende dall'accuratezza dell'osservazione descrittiva. Qualsiasi cosa ci

---

<sup>1</sup> Cf. il mio articolo, *Rheoscopic Studies of Expression (Methodology of Approach)*, in «American Journal of Psychiatry», 108, 6, Dec. 1951.

<sup>2</sup> Dell'abbondante bibliografia mi limito a citare L. Klages, *Ausdrucksbewegung und Gestaltungskraft*, Leipzig, 1921 (seconda edizione); F.J.J. Buytendijk e H. Plessner, *Die Deutung des Mimischen Ausdrucks*, in «Philos. Anzeiger», Vol. I, Bonn, 1925-26, pp. 72-126; G. Allport e P. Vernon, *Studies of Expressive Movement*, MacMillan Co., New York 1933.

dicano i fisici sulla struttura dell'universo, qualsiasi cosa possano voler dire sull'inconscio psicologi e psicopatologi, essi restano vincolati al piano descrittivo nella formulazione dei loro pensieri e nella comunicazione delle loro idee. Concetti relativi a forze irrazionali sono di per sé concetti razionali, altrimenti non sarebbero affatto concetti; termini che indicano l'inconscio sono comprensibili e comunicabili solo nel regno dell'esperienza cosciente. In un articolo che si occupa delle nozioni di causalità e di complementarità Niels Bohr ricorda al lettore che anche «occupandosi delle caratteristiche paradossali della teoria quantistica ... ogni prova sperimentale ben definita - anche se non può essere analizzata in termini di fisica classica - deve poter essere espressa nel linguaggio ordinario avvalendosi della comune logica»<sup>3</sup>.

La svalutazione epistemologica dell'esperienza descrittiva è compatibile solo con un certo tipo di metafisica. Se, ad esempio, assumiamo con Descartes l'esistenza di un intelletto incorporeo, allora - avendo scartato l'esperienza sensoriale (*sensory experience*) come ingannevole e illusoria -, possiamo ancora sperare di raggiungere la verità con atti di "pensiero puro". Tuttavia, se intendiamo la scienza come prodotto umano, non possiamo ignorare il fatto che essa non può mai rinnegare la sua origine, da cui muove e a cui ritorna: il mondo umano. La verità scientifica è in diretta relazione con l'affidabilità dell'esperienza sensoriale. Prima di provare a spiegare alcunché, dobbiamo essere certi di cosa sia quello che vogliamo spiegare. Le spiegazioni che mostrano poco rispetto per i fenomeni non valgono molto, anche se sono etichettate come "dinamiche".

Più che discutere ulteriormente gli assunti epistemologici e metafisici su cui è basata l'antitesi "descrittivo/dinamico", sarà meglio verificare quanto possa essere raggiunto grazie a

---

<sup>3</sup> *Dialectics*, Vol. II, 1948, pp. 312-319.

un'accurata descrizione. Il sospiro può servire come primo esempio e modello per le nostre considerazioni generali.

Come molti altri movimenti espressivi, il sospiro è stato osservato in tutto il mondo, tra persone di tutte le razze e colori, in gruppi molto dissimili tra loro quanto a costumi e abitudini. Dove sia stata raffigurata la vita umana dall'età antica in poi - nella Bibbia o in Omero, nella *Divina Commedia* o nella *Comédie Humaine* -, si fa riferimento al sospirare. È universale come il respirare, sebbene non sia così frequente; e tuttavia è abbastanza frequente. Non c'è mai stato alcun dubbio riguardo al suo significato. Quando Milton scrive: «La natura, dal suo trono, sospirando attraverso tutte le sue opere, diede segni di dolore» (*Nature from her seat, sighing through all her works, gave signs of woe*), assume che il significato del sospiro sia ovvio e comprensibile a tutti.

L'universalità dell'espressione è un fenomeno che ha destato perplessità in quasi tutti gli studiosi. Siccome il sospiro condivide la caratteristica dell'universalità con la maggior parte delle espressioni, se non con tutte - e con questo intendo universalità di produzione e di comprensione -, la discussione del problema posto dall'universalità del sospiro può essere rimandata a un momento successivo.

Il sospirare è una variante del respirare. Il sospiro interrompe il flusso di una respirazione uniforme e poco appariscente. Si staglia come un monolite sul piano di una respirazione regolare. È un singolo atto respiratorio che si distingue per lunghezza, profondità e suono da quelli precedenti e seguenti. *Profondo* è il tradizionale attributo del sospiro. Sta a significare che, sospirando, si inala un maggiore volume di aria; tuttavia - e questo è singolare - le vie respiratorie non vengono aperte alla l'aria che preme per entrare. Sebbene il volume e la durata aumentino, non c'è un corrispondente ampliamento dello spazio. La

mandibola è tenuta vicino alla mascella; non è tirata in basso dall'azione muscolare né le è concesso di cadere seguendo il proprio peso. Nel sospirare le labbra restano strette o sono appena aperte. La lingua è arcuata nel suo terzo medio verso il palato. Durante il sospiro l'aria scorre attraverso un passaggio ristretto. L'attrito dell'aria con le pareti contratte produce il particolare suono che distingue il sospirare dalle altre forme di respirazione intensa. L'aria inalata, di volume maggiore, deve essere espulsa affinché la respirazione ritorni al ritmo e alla misura iniziali. Questo avviene grazie a un'espiazione che assomiglia all'inspirazione, poiché è anche più lunga e sonora della fase espiratoria in una respirazione normale; le vie respiratorie restano strette durante la fase espiratoria del sospiro.

La discordanza tra il volume dell'aria e il calibro delle vie respiratorie manifesta in modo chiaro che il sospiro non serve a soddisfare un bisogno di maggiore ossigenazione. Il sospirare è il comportamento proprio di una persona che respiri bene (eupnoica). Il paziente che respiri male (dispnoico) e l'atleta che respiri iperventilando (iperpnoico) non possono permettersi il lusso di sospirare. Non troviamo il sospiro in una persona afflitta da insufficienza circolatoria né in un atleta che riprenda fiato dopo uno sforzo. Come sottolineano Cabot e Adams, «l'espressione del sospiro di solito non è segno di malattia cardiaca o polmonare, ma si riscontra in persone nervose, affaticate o eccitate»<sup>4</sup>.

Senza alcun dubbio, un paziente con insufficienza cardiaca, che boccheggia in cerca d'aria, è in una condizione ben lontana dal poter sospirare. In questo caso i passaggi respiratori, la mascella, le labbra, la bocca, sono del tutto aperti; i muscoli ausiliari entrano in funzione insieme al diaframma e agli intercostali. L'inspirazione è prolungata ed è rallentata nel

---

<sup>4</sup> Cabot and Adams, *Physical Diagnoses*, X III Edition, Wilkinson and Wilkinson, Baltimore 1942.

punto in cui passa nell'espiazione. Il paziente dispnoico afflitto da edema polmonare cerca di espandere il più possibile la superficie polmonare interna e trattenervi l'aria per utilizzarla al meglio.

L'atleta iperpnoico, che non è cianotico e può fare pieno uso del contenuto di ossigeno dell'aria, mostra un terzo tipo di respirazione. Anche qui i passaggi respiratori sono aperti il più possibile; nella respirazione ansimante dell'atleta la velocità è accelerata, l'inspirazione risulta breve rispetto all'espiazione, che è accentuata e termina in un rapido crescendo. Se si volesse raffigurare il sospiro con una notazione musicale, lo si potrebbe fare segnando due note di metà valore che non si distinguano l'una dall'altra neanche per un accento. Un peso uguale cade tanto sull'inspirazione quanto sull'espiazione. Nella respirazione forzata dell'atleta dovremmo scrivere una breve battuta in levare seguita da una più lenta in battere, che si conclude in uno "sforzando" improvviso. La respirazione dispnoica dovrebbe essere rappresentata come qualcosa di asimmetrico poiché l'inspirazione dura fino alla seconda metà della battuta ed è separata dall'espiazione da una breve pausa.

In uno dei rari studi cardiografici sul sospiro, White e Hahn hanno trovato che «il sospirare non è mai principalmente riconducibile alle malattie cardiache, ma sempre all'affaticamento o al nervosismo o ad altri fattori del genere»<sup>5</sup>. Nella loro serie di osservazioni sugli «otto casi di cardiopatia organica senza sindrome da sforzo ma con insufficienza congestizia, nessuno ha mostrato anomalie del sospiro». Tra i pazienti che sospiravano di frequente, gli autori non hanno trovato «alcuna evidenza di un malfunzionamento di reni, cuore, polmoni o del metabolismo». Le osservazioni di White e Hahn sono ben documentate con tracciati respiratori, che illustrano in modo chiaro anche l'occorrere

---

<sup>5</sup> Paul D. White and Richard G. Hahn, *Symptoms of Sighing in Cardiovascular Diagnosis with Spirographic Observations*, in «American Journal of Medical Science», Vol. C LX X V II, pp. 179-188.

sporadico di sospiri, nonché la simmetria nel sospiro dell'inspirazione e dell'espiazione. I sospiri sono scritti come singoli picchi all'interno di movimenti respiratori regolari. Dopo un sospiro la respirazione ritorna allo stesso livello da cui si è originato il sospiro.

Gli studi statistici e sperimentali confermano quindi i risultati dell'osservazione diretta, che, per quanto semplice, sembra avere conseguenze di vasta portata. Essa indica che il sospiro è una variante del respirare non causata da "fame d'aria". Con ogni evidenza, il sospiro non ha alcuna causa fisiologica o - come Darwin amava dire dell'espressione - «potrebbe non essere della benché minima utilità» ovvero «non serve a nulla». È probabile che Alexander e French abbiano qualcosa di simile in mente quando affermano che le innervazioni dell'espressione «non sono motivate da scopi utilitaristici»<sup>6</sup>. Se il sospiro non deriva da specifiche condizioni fisiologiche, non possiamo evitare di concludere che la fisiologia non coglie il fenomeno del respirare nella sua totalità. Il respirare appartiene a un altro contesto: è una delle esperienze di base di un essere che sperimenta vissuti (*experiencing being*) e una delle sue modalità fondamentali di condotta. In questo campo, il campo dell'esperienza vissuta (*Erleben*)\*, possiamo quindi attenderci di arrivare a comprendere il sospiro in particolare e le espressioni in generale.

Forse qualcuno potrebbe ancora pensare di attribuire al sospiro uno scopo fisiologico. Magari potrebbe argomentare a questo modo: il flusso respiratorio di chi sospira - che sia depresso, stanco o annoiato - non è sufficiente; egli sta in piedi o siede curvo, la testa china verso il basso; il suo respiro sarà quindi superficiale e dopo un po' di tempo porterà a un bisogno di ossigeno, il quale sarà appunto soddisfatto grazie all'atto respiratorio di più ampio volume che avviene nel sospiro. Darwin

---

<sup>6</sup> Franz Alexander and Thomas M. French, *Studies in Psychosomatic Medicine*, Ronald, New York 1948.

\* *N. d. t.: in tedesco nel testo.*



basò la sua spiegazione del sospiro su assunzioni di questo tipo. In un capitolo su “Abbattimento - ansietà - affanno...”, egli osservò che «la respirazione si fa lenta e debole, ed è spesso interrotta da profondi sospiri. Come osserva Gratiolet, ogni volta che la nostra attenzione si concentra per lungo tempo su qualche oggetto, dimentichiamo di respirare, e viene poi un momento in cui una profonda inspirazione ci ristora. Comunque sia, i sospiri di una persona rattristata, sono particolarmente caratteristici a causa della respirazione lenta e della circolazione languente». Nella sua descrizione del dolore, Darwin usò - oltre alle sue stesse osservazioni - tre passaggi del lavoro di Gratiolet sull'espressione. In un'occasione Gratiolet disse: «Non posso trattenermi dal fare qui un'osservazione, ossia che per sua natura l'attenzione tende a fissare e per questo motivo non opera mai senza un po' di sforzo. Questo sforzo sospende per un attimo il respiro. Di qui l'urgenza di respirare e sbadigliare dopo qualche istante di attenzione prolungata. Questo stato è alquanto spiacevole, e poiché è istintivo, la volontà non lo governa e spesso chi lavora ne è notevolmente infastidito»<sup>7</sup>.

L'ipotesi di una “fame d'aria” è in conflitto con un fatto paradossale: non ci sono vie respiratorie aperte che corrispondano all'aumento del volume d'aria. Se sospirare servisse a ristabilire l'equilibrio metabolico, sarebbe un mezzo molto inadeguato a tal fine: infatti la quantità di tempo investita durante il sospiro rallenta il ritmo respiratorio, che passa da un rapporto di 14-16 atti respiratori al minuto a uno di 12-15 atti. Il sospiro può solo aumentare il deficit, e non ridurlo.

---

<sup>7</sup> Pierre Gratiolet, *De La Physionomie*, Paris, 1865, p. 232. (Citazione in francese nel testo: «Je ne puis m'empêcher de faire ici une remarque. C'est que l'attention est fixante de sa nature, et que pour cette raison elle n'est jamais sans quelque mélange d'effort. Cet effort suspend pour un instant la respiration. De là ce besoin urgent de respirer et de bâiller après quelques moments d'une attention soutenue. Cet état est souvent très-pénible, et comme il est instinctif, la volonté ne la gouverne pas, et les personnes de travail en sont souvent singulièrement incommodées»).

Un esame accurato dei filmati relativi ai pazienti presi in esame per i loro movimenti espressivi ha messo in luce in un gran numero di casi un sospiro occasionale o qualche sospiro. Rivedendo questo materiale, non abbiamo trovato un solo caso in cui una qualche irregolarità respiratoria abbia lasciato intendere che ci sarebbe stato un sospiro. In modo regolare, il sospiro come singolo atto respiratorio (un'inspirazione profonda abbinata a una profonda espirazione) interrompeva serie di inspirazioni ed espirazioni, regolari nel ritmo e nel volume. Il sospiro era meno frequente quando i pazienti erano attivi; si è verificato più spesso durante i brevi intervalli tra i test o i compiti individuali, nei momenti in cui i pazienti erano lasciati a se stessi.

Che nel sospiro sia assente un qualsivoglia significato e scopo strettamente fisiologico può inoltre essere dimostrato spostando l'attenzione dal sospiro alla persona che sospira. Chi sospira non aumenta l'azione dei muscoli diaframmatici e costali, come invece fa l'iperpnico; non ricorre, come il dispnoico, ai muscoli ausiliari; al contrario, alza e abbassa le spalle durante il sospiro in sincronia con l'inspirazione e con l'espirazione. Si può fare un esperimento, e quasi impedire il sospiro bloccando l'escursione del cingolo scapolare. Basta incrociare le braccia in modo che i palmi afferrino l'omero, posizione che non interferisce con la respirazione diaframmatica iperpnica. Sollevare le spalle poco aggiunge alla funzione respiratoria fisiologica; infatti, il sospirare è così poco utile al processo respiratorio che - se è eseguito a brevi intervalli ripetuti - renderà una persona dispnoica. Nell'iperventilazione una respirazione intensa (quella che ad esempio corrisponde a uno stato di ansia) porta in realtà a un'alterazione dell'equilibrio acido-base.

La tesi secondo cui il sospiro non sarebbe determinato sotto l'aspetto fisiologico richiede qualche ulteriore chiarimento. Com'è ovvio, il sospirare dipende da meccanismi fisiologici, come ogni altra attività fisica. Quando diciamo che non ha alcuna

determinazione fisiologica, prendiamo il termine “fisiologico” nel senso specifico in cui la stessa fisiologia lo usa. Il fisiologo si occupa della respirazione sotto l’aspetto degli scambi gassosi; è interessato ai controlli chimici e ai riflessi implicati nella ventilazione, al mantenimento nel sangue delle soluzioni standard di CO<sub>2</sub> e O<sub>2</sub>, alla conservazione dell’equilibrio acido-base e all’eliminazione del calore durante l’ipertermia.

Una tale conoscenza fisiologica del processo respiratorio, per quanto sia ammirevole, non corrisponde all’immediata esperienza vissuta del respirare. La scoperta dei processi biochimici sottesi al respiro è di data molto recente. Perfino William Harvey non era ancora giunto a comprendere né a prevedere alcunché riguardo al processo di ossigenazione: «Fino al 1649 egli negò decisamente che il sangue subisca qualche iniziale cambiamento durante il passaggio nei polmoni»<sup>8</sup>. D’altra parte, l’esperienza vissuta del respirare è antica quanto l’umanità. È universale e immediata; e senza dubbio è propria di tutti, come il respirare stesso. Inizia nella primissima fase di vita di ogni individuo. La conoscenza fisiologica è invece un bene condiviso soltanto da un piccolo numero di scienziati. La si acquisisce con il tempo grazie a metodi indiretti, sempre aperti a ulteriori discussioni. I concetti biochimici sono una conoscenza astratta che non può mai essere trasformata in un’esperienza fisiognomica primaria.

La differenza tra l’esperienza vissuta del respirare e la fisiologia del processo respiratorio non coincide con la differenza tra l’interpretazione prescientifica e la spiegazione scientifica. Il fisiologo studia i processi che avvengono all’interno di un organismo. Il tema dell’esperienza vissuta è diverso - così radicalmente diverso da rendere il suo significato e il suo contenuto irriducibili allo schema fisiologico basato sui concetti di stimolo e risposta. Li si potrebbe ridurre in questo

---

<sup>8</sup> Walter Pagel, *William Harvey and the Purpose of Circulation*, in «Isis», 42, I, 172, 1951, pp. 22-37.

schema solo se sperimentare un vissuto fosse “nient’altro che” un epifenomeno concomitante con i processi nervosi; solo se la percezione fosse “nient’altro che” una stimolazione dei recettori e dei nervi afferenti; solo se l’azione fosse “nient’altro che” una contrazione muscolare. Elaborare una teoria dell’espressione porterà a uno scontro frontale con queste ipotesi, che, a mio parere, sono fuorvianti per la psicologia e la psicopatologia. Per il momento dobbiamo rinviare la discussione di quel vecchio pregiudizio secondo cui l’esperienza vissuta sarebbe incompetente. Dovremo prima aprire un varco che ci consenta di risalire dalla descrizione di un particolare fenomeno dell’espressione a una visione di insieme dei suoi problemi generali.

Purtroppo, l’esperienza vissuta nella sua immediatezza (*immediate experiencing*) è ineffabile; non conosce se stessa, e non perché sia inconscia, ma perché non è riflessiva. Come la Bella Addormentata dovrà attendere che il suo Principe rompesse l’incantesimo, così l’esperienza immediata ha da attendere che qualcuno dotato del potere della parola la porti alla luce. Ma nel momento in cui questo avviene, l’esperienza immediata (*immediate experience*) è minacciata da un altro pericolo. Proprio come le osservazioni oggettive sono risposte a domande, e sono dunque determinate dalla tradizione, dalla formazione e dalle aspettative individuali, così l’esperienza immediata può anche essere velata dalla parola stessa che l’ha evocata. La nostra personale esperienza ci appare anche alla luce della tradizione, della formazione e delle interpretazioni consolidate. Un questionario sul respiro come esperienza vissuta sarebbe di scarsa utilità. Con ogni probabilità le risposte sarebbero piene di riferimenti all’ossigeno e all’anidride carbonica. Abbiamo perso la nostra ingenuità; potremmo dire che abbiamo pregiudizi scientifici. Anche se la parola che riflette l’esperienza immediata degenera facilmente in formulazioni stereotipate, con un po’ di impegno possiamo però ritornare alla sua forza originaria. Possiamo

attenderci a buon diritto che il significato di un'esperienza antica e universale come il respirare sia rivelata dal linguaggio, vero depositario della comune esperienza umana.

Nelle parole della Bibbia «E il Signore Dio plasmò l'uomo dalla polvere della terra, gli soffiò nelle narici un alito di vita e l'uomo divenne un'anima vivente» il respiro è concepito come principio di vita. Il respiro è il dono della divinità alla creatura. Esso "anima" l'organismo e trasforma la materia plasmata in un essere vivente. L'alito soffiato nelle narici di Adamo diventa l'essenza della sua esistenza individuale. Eppure, esso conserva il carattere della sua origine. Grazie al respiro, un prestito più che un possesso, l'uomo e gli "anima-li" partecipano del principio divino che permea l'universo. Inspirando ed espirando, l'individuo - monadico per sua natura - rimane tuttavia connesso come parte con l'intero del mondo.

Le parole ebraiche correnti per respiro ("*Neshimah*"), respirare ("*Nasham*") e anima ("*Nashamah*") sono in pieno accordo con l'antropologia offerta dal libro della Genesi (2: 7). L'interpretazione biblica della vita e del respiro ha la sua corrispondenza esatta in altre culture e in altre famiglie linguistiche. In sanscrito "*Atman*" - che possiamo scrivere con una 'A' maiuscola - è il potere divino che tutto pervade, l'anima del cosmo, mentre "*atman*" significa respiro come principio vivificante e quindi anche come anima individuale. Nel tedesco moderno "*atman*" persiste quasi invariato, con "*Atem*" come sostantivo e "*atmen*" come verbo, che corrispondono al respiro e al respirare. Di sicuro, il concetto di "*Atman*" è sfuggito a malapena all'estinzione; rimane ancora solo in alcuni usi arcaici e obsoleti. Nell'inglese contemporaneo la relazione originaria è più nascosta che evidente, ma per scoprirla non occorrono molte conoscenze filologiche. In latino e in greco l'analogia con l'ebraico e il sanscrito è chiara e sorprendente, come nella coppia di parole latine: "*spirare*" (respirare, la radice di

“respirazione”) e “*spiritus*”, e nelle coppie di termini greci: “*psychein*” e “*psyche*”, e “*pneuein*” e “*pneuma*”, con le connotazioni corrispondenti. Per contenuto significativo e forma linguistica il “*Sanctus Spiritus*” della Vulgata è la traduzione letterale di un termine greco del Nuovo Testamento: “*Hagion Pneuma*”.

Si vede come la stessa idea – un vero archetipo – ritorni in varie forme. Poiché queste statistiche linguistiche guadagnano in fondatezza per ogni nuovo elemento che si aggiunga alle serie etimologiche, vale la pena ricordare che una parola latina familiare che sta per respiro e anima, ossia “*anima*”, è un omonimo di “*anemos*”, la parola greca per il vento. Come in un disegno prospettico le linee parallele convergono verso il punto di fuga, così i paralleli linguistici convergono verso il punto della loro comune origine nell’immediata esperienza sensoriale. Il completo accordo fra termini diversi per retaggio culturale e linguistico ci dimostra che questa interpretazione comune dista solo un passo dall’originaria esperienza vissuta.

Le correlazioni esistenti tra “*Ne Shi Ma*” e “*Ne Sha Ma*”, tra “*Atmen*” e “*Atman*”, tra “*pneo*” e “*pneuma*”, tra “*spiro*” e “*spiritus*” sono interpretazioni intuitive del respiro in quanto esperienza vissuta, a metà strada tra immagine e concetto. I puristi le possono dunque condannare come antropomorfismi. È certo che siano espressioni antropomorfe; ma non per questo meritano di essere respinte, poiché l’esperienza umana può solo essere antropomorfa. Qui ci interessa come il mondo appaia a un essere umano, e non a supposizioni su come sia in sé, cioè come sia concepito quale correlato di un intelletto matematico incorporeo. Non si dimentichi poi che attraverso l’osservazione e la comunicazione la scienza poggia su quelle qualità antropomorfe dell’esperienza che gli scienziati positivisti vorrebbero sradicare. Accogliendo una suggestione offerta dal linguaggio stesso, traiamo dunque la conclusione che l’esperienza primaria del respirare sia quella della partecipazione e dello scambio, del

ricevere e dell'espellere, del fare e del patire, dell'agire e dell'essere costretti. Respirando, sperimentiamo (*we experience*) la nostra esistenza vitale nella sua dipendenza e nella sua unicità, nel suo ininterrotto contatto e scambio con il mondo.

Come mezzo di contatto, il respirare non è una funzione silenziosa. Esso veicola la voce. Può essere trasformato in un "enunciato" (*utterance*). Il primo respiro del neonato diventa un vagito. Nel gridare un suono proviene dalla mia bocca ma ritorna a me; sento me stesso. Quando grido, sperimento me stesso nel mondo come parte di esso; la tradizionale dicotomia tra interno ed esterno non ha senso. Quando grido, agisco, produco; ma il prodotto, che diventa parte dell'ambiente, resta pur sempre la mia voce. Quando grido, supero i confini dello schema corporeo; mi protendo; chiedo attenzione. Quando grido, mi trovo accolto o rifiutato; mi soddisfa una risposta o mi imbatto nell'indifferenza, incontro sostegno o resistenza. Il suono, articolato o inarticolato, appare come se fosse il modello originario di ogni proprietà poiché è separabile, mobile, trasferibile; eppure in tutte queste transazioni resta mio. Gridando, facciamo esperienza del nostro potere o della nostra impotenza.

Il respiro che, espirando, veicola la nostra voce porta all'interno, inspirando, odori e profumi. La voce annuncia al mondo i nostri stati d'animo e i desideri; l'odorato ci orienta nel mondo. Al più antico tra i sensi è assegnato il compito di far da ricognitore e da guardia della funzione respiratoria, che è indispensabile e continua. Un cattivo odore toglie il respiro, un odore piacevole induce un respirare ampio e profondo. Odorato e respiro sono in relazione reciproca. L'odorato è il «guardiano e il segnale d'allarme» del respiro; il respiro è l'attivatore dell'odorato. Se la circolazione - il percorso del sangue attraverso il "sistema interno" chiuso dei vasi sanguigni - è priva di modulazioni volontarie e anticipatorie, la respirazione,

che stabilisce una comunicazione diretta e ininterrotta con il mondo, consente in misura limitata interventi volontari. In effetti, parola e odorato richiedono entrambi tali interventi. L'accentazione - solo per ricordare una componente dell'articolazione linguistica - dipende da un tempismo preciso: ritardo e accelerazione, aumento e diminuzione del respiro. Allo stesso modo, l'orientamento dell'odorato richiede una regolazione volontaria del respiro, ma meno precisa. Sebbene la stazione eretta, che ha contribuito al controllo attivo del respiro, abbia ridotto l'importanza dell'olfatto quale senso umano di orientamento e ricerca, pur sempre un cattivo odore ci allontana e una dolce fragranza ci invita a rimanere e ad assorbire. Che sia attivo o passivo, l'odorato rivela il carattere originario dell'esperienza sensoriale: esser dominati da attrazione e repulsione. Nell'esperienza sensoriale opera una componente motoria. Il contenuto psicologico dell'attrazione sta in un «non essere ancora uniti». Questo «non essere ancora uniti» non si riferisce a due fasi, una di unificazione e l'altra che la precederebbe; dal punto di vista psicologico, appartiene alla stessa prima fase. Recenti ricerche in campo neurofisiologico hanno sollevato dubbi sulla netta separazione topica delle funzioni sensoriali e motorie a livello della corteccia cerebrale. Comunque sia, l'esperienza sensoriale non è un accumulo di dati sensoriali neutri; è l'atteggiamento di un essere mobile, capace di unificazione e separazione.

Per riassumere, l'esperienza vissuta del respirare ha tre aspetti: il primo, quello della partecipazione e dello scambio; il secondo, quello del potere e dell'impotenza; e il terzo, quello dell'attrazione e della repulsione. In questo contesto di una psicologia del respirare (*breathing*), il sospiro - un enigma per la fisiologia della respirazione (*respiration*) - diventa comprensibile.



La nostra tesi è che il sospiro sia una variante del respirare nella misura in cui il respirare sia vissuto come relazione al mondo. Un sospiro si manifesta quando l'equilibrio tra individuo e mondo è disturbato, quando la pressione e la resistenza aumentano. Il punto centrale di questa alterazione è irrilevante. Il sospiro sembra essere un inutile sforzo di liberarsi del peso; e tuttavia non è un'azione che in fin dei conti risulti frustrante né tanto meno è un'azione, poiché un'azione tende a un fine a partire da un punto iniziale, porta un cambiamento; quando l'azione è compiuta, la situazione iniziale è abbandonata. Ma il sospiro non tende a un fine a partire da un punto iniziale: il fallimento è imminente fin dall'inizio. Inizio e fine, per così dire, sono una stessa cosa. Il sospiro esprime una situazione intollerabile; non intende cambiarla.

A questo punto faremo bene a estendere le nostre considerazioni. Finora abbiamo identificato il sospiro con il sospiro di dolore, ma c'è anche il sospiro di sollievo e altre forme ancora.

Secondo Webster, il sospiro è «un'inspirazione e respirazione udibile, profonda e prolungata, specie quando è involontaria ed esprime qualche emozione o sentimento: come dolore, desiderio, stanchezza, sollievo». Webster non dice quali siano le differenze tra i sospiri di dolore, di desiderio e di sollievo, ammesso che ce ne siano. Com'è ovvio, l'assunto è che siamo capaci di distinguerli, che non confondiamo il sospiro di sollievo con un'espressione di dolore. Anche se fosse così, il sospirare seguirebbe sempre lo stesso schema: soltanto le condizioni ambientali consentirebbero di distinguere; solo che non è così. La distinzione non dipende dal commento dato dalla situazione effettiva. I movimenti espressivi parlano da sé.

Il sospiro di sollievo assomiglia al sospiro di dolore nella prima fase, quella dell'inspirazione. Ma nel punto in cui il movimento respiratorio si inverte, avviene un cambiamento improvviso. L'aria non è costretta a uscire attraverso un passaggio ristretto, come

se si trattasse di vincere la resistenza del mondo. Al punto culminante, la bocca è aperta con vigore, l'aria defluisce in modo agevole e rapido senza incontrare ostruzioni. Le spalle non affondano stanche e rassegnate; sono abbassate come se fossero liberate da ogni peso. Il torace è spinto all'infuori, con le braccia leggermente distese nello spazio circostante.

Il sospiro di sollievo - proprio come il sospiro di dolore - è una variante del respiro nella misura in cui il respiro sia vissuto come relazione al mondo. Si verifica quando la pressione emotiva si è alleggerita, quando la resistenza si è affievolita, quando è stato ripristinato l'equilibrio tra l'individuo e il mondo. Il sospiro di sollievo - come il sospiro di dolore - *esprime* una situazione; non intende produrre alcun cambiamento. Non risolve la tensione ma esprime il rilassamento; il sospiro di sollievo fa la sua comparsa quando - ad esempio, dopo una comunicazione inattesa - la tensione per una situazione si riduce.

Se solo il sospiro potesse essere spiegato quale mezzo di comunicazione! A ogni modo, la tesi secondo cui tutti i movimenti espressivi servirebbero alla comunicazione è un postulato, una costruzione dogmatica inventata per superare difficoltà teoriche. Certo, se la tesi fosse corretta, semplificherebbe il quadro teorico. I movimenti espressivi potrebbero essere raggruppati all'interno di una classe di funzioni note; potremmo evitare la difficoltà che risiede nel dover spiegare perché movimenti che non hanno come fine la comunicazione possano servire così bene alla comunicazione. Purtroppo, il postulato non è in accordo con i fatti, come appunto mostra il sospiro. Il sospiro non richiede testimoni; non ha alcuna funzione sociale, sebbene possa poi influenzare le relazioni interpersonali ed essere prodotto arbitrariamente a questo scopo. Le relazioni interpersonali non sono onnipresenti, anche se sono di primaria importanza e decisive per la maggior parte dei comportamenti umani. Vi sono relazioni elementari dell'individuo con il mondo - e quindi anche disturbi

di tali relazioni - che non derivano da relazioni interpersonali. La nostra tesi spiega bene questo punto. Come il respirare stabilisce una relazione tra l'individuo e il mondo, così il sospirare - una variante del respirare in quanto esperienza vissuta - partecipa del carattere solitario del respirare.

A quanto pare, il sospiro non si adatta ad alcuno schema noto. Prima non siamo riusciti a scoprire una condizione fisiologica; ora non siamo in grado di trovargli uno scopo psicologico. Il sospiro è un'attività, ma non un'azione. Comunica, ma non è destinato alla comunicazione. Il suo significato è manifesto, ma la relazione tra segno e significato - che si tratti di un sospirare di dolore o di un sospirare di sollievo - è oscura. Nel complesso il sospiro risulta comprensibile, ma è poco conosciuto nei dettagli. Prodotto in modo spontaneo, evoca una risposta immediata, ma né chi lo produce né chi l'osserva riescono a rendere conto del loro comportamento. Il sospiro non ha i caratteri del riflesso, ma non è neanche intenzionale. Come risulta chiaro, i quadri concettuali tradizionali si rivelano insufficienti. Questa situazione è un campanello di allarme, un segnale forte che ci sollecita a rivedere le categorie di base della psicologia. La nostra tesi indica la direzione che dovremmo seguire.

Abbiamo rivolto il nostro interesse al sospiro attendendoci che l'analisi di uno fra i tanti fenomeni dell'espressione avrebbe portato a una comprensione generalizzabile. La possibilità di applicare la nostra tesi ad altre espressioni, diverse da quelle per cui in origine era stata concepita<sup>9</sup>, rende probabile il fatto

---

<sup>9</sup> Si potrebbero aggiungere qui il sogghignare (*sneering*), il brontolare (*snarling*) e il ridacchiare (*sniggering*), che, in quanto varianti espressive del respiro, appartengono tutti allo stesso gruppo del sospiro. Insieme ad altre parole simili, queste parole condividono - per un motivo ben fondato - le lettere iniziali onomatopeiche "sn" con parole come starnutire, tirare su col naso e sbuffare. Sono legate da un denominatore comune: un'emissione d'aria rapida e veloce. Tuttavia, la veemente azione riflessa dello starnuto serve alla pulizia delle vie aeree nasali; il sogghignare e il brontolare non hanno un tale scopo fisiologico; non producono alcun cambiamento. Esprimono disdegno

che la nostra spiegazione non sia del tutto errata. Possiamo quindi ipotizzare che la situazione paradossale appena descritta non sia limitata al sospiro, ma sia inerente all'espressione in generale. Se le cose stanno così, allora come prossima mossa dovremmo tentare di generalizzare la nostra tesi per vedere se questa generalizzazione ci aiuti a comprendere meglio le espressioni. Il successo o l'insuccesso decideranno se le ipotesi guida siano state corrette.

Applicata alle espressioni in generale, la nostra tesi potrà essere formulata in questo modo: i movimenti espressivi sono varianti di funzioni fondamentali, compiendo le quali l'individuo (uomo o animale) ha un'esperienza vissuta della sua esistenza, del suo essere-nel-mondo, in un modo che gli è proprio. Si potrebbe anche dire che i movimenti espressivi sono varianti di funzioni fondamentali nella cui esperienza vissuta l'individuo compie il suo essere-nel-mondo. Per "funzioni fondamentali" intendo forme di comportamento quali, ad esempio, respirare, tenere la posizione eretta, camminare, vedere, accoppiarsi. Le funzioni fondamentali, variando da specie a specie, determinano nella loro specificità, per ciascun membro della specie, le dimensioni di base (possibilità e limiti) del suo essere-nel-mondo.

Se le espressioni sono varianti immediate di funzioni fondamentali, ogni forma di comportamento dovrà essere espressiva: il respiro calmo così come il sospiro, lo sguardo amichevole o indifferente così come lo sguardo paranoico, il passo disinvolto o il passo allegro così come l'andatura depressa. Siccome gli estremi sono spesso più facilmente accessibili, siamo propensi a dare un rilievo particolare a quanto sia straordinario, a quanto attiri di più la nostra attenzione. Dimentichiamo che il termine medio tra gli estremi appartiene allo stesso ordine. Chiamiamo sorridere un'espressione, ma il non sorridere è altrettanto

---

con un'espulsione accentuata ma priva di sforzo, che butta fuori tanta aria superflua.

espressivo, e in determinate situazioni è un'espressione molto forte, minacciosa e terrificante. Che la ricerca si concentri su un gruppo limitato di movimenti espressivi - ignorando l'ubiquità dell'espressione -, non può che fuorviarci e impedire la nostra comprensione dei fenomeni.

Formulando ed elaborando la nostra tesi, ci siamo trovati di fronte a una difficoltà particolare: tesi e commento alla stessa non manifesteranno il loro pieno significato finché non sia compiuta una revisione delle categorie di base. Tuttavia, non posso evitare di riferirmi a qualcosa che non è ancora disponibile a stampa<sup>10</sup>. Le osservazioni con cui cercherò di spiegare la mia tesi non dovrebbero lasciare dubbi riguardo al fatto che questa revisione graviterà intorno al fenomeno e al concetto dell'esperienza vissuta: la sua natura, il suo contenuto, il suo soggetto.

Esseri che provano vissuti (*experiencing beings*) sono rivolti verso il mondo, nel quale, tuttavia, si tengono separati, conservando in quanto individui identità e integrità proprie. L'esperienza vissuta è sinonimo di fare esperienza-del-mondo e di fare esperienza-di-sé-nel-mondo. È rivolta all'*Altro*; ma si fa esperienza dell'*Altro* solo in relazione a se stessi e viceversa. L'esperienza vissuta è quella della relazione io-mondo. Questa relazione, che non è un composto di due parti - io e il mondo - ma esiste solo come un tutto, non può essere tradotta in termini di "stimolo e risposta" o sostituita da questa sequenza. Esseri che provano vissuti non si limitano meramente a esserci. Nel sonno - o, per essere più corretti, in coma - assomigliano a cose inanimate, che sono semplicemente presenti o a disposizione. Mentre sono svegli, si trovano (*find themselves*) sempre in una

---

<sup>10</sup> Un inizio si trova nel mio libro, *Vom Sinn der Sinne*, Berlin, 1935. Dfr. anche L. Binswanger, *Grundformen und Erkenntnis Menschlichen Daseins*, Max Niehaus Verlag, Zurich 1942; K. Goldstein, *The Organism, A Holistic Approach to Biology Derived from Pathological Data in Man*, American Book, 1939; M. Merleau-Ponty, *Phénoménologie de La Perception*, Librairie Gallimard, Paris 1945; F.J.J. Buytendijk, *Algemene Théorie der Menselijke Houding en Beweginge*, Utrecht 1949.

situazione. Si può anche dire: «trovano se stessi (*find oneself*) in una situazione»; per l'esattezza, proprio questo significa provare un vissuto. Un elemento motorio deve dunque esser proprio dell'esperienza vissuta: una direzione in avanti o indietro, attrazione o repulsione, attacco o fuga. Le funzioni fondamentali delineano le possibili situazioni. Uomini e animali sperimentano la loro esistenza e la attuano come esseri guidati dai sensi, conducendo se stessi (*in deporting themselves*)<sup>11</sup> verso il mondo, ossia opponendosi e cedendo, cercando e fuggendo, accettando e rifiutando. Provano vissuti con la loro corporeità; questo provare vissuti è dunque connesso alla gravità, all'aria, alla luce, allo spazio, alla distanza, all'inclusione, all'incontro e all'evitamento. In ciascuna delle funzioni fondamentali l'esser-diretto-al-mondo si realizza in una forma particolare. Per fare un esempio: alzandosi e rimanendo in piedi, un uomo si allontana dal terreno su cui trova sostegno. Opponendosi alla gravità, egli sperimenta così nel suo sforzo la propria forza e, allo stesso tempo, le contro-forze alle quali resiste; sente se stesso come uno che può o che non può farcela.

I movimenti espressivi, abbiamo detto, sono varianti delle funzioni fondamentali in cui una persona compie il suo essere-nel-mondo in un modo che gli è proprio. Si consideri, ad esempio, una persona depressa: la sua postura (una variante dello stare in piedi), la sua andatura stanca (una variante del camminare), la sua voce priva di volume (una variante del respirare e dell'emettere un suono) manifestano che è sopraffatta da forze contrarie e soccombe. Oppure, per citare un altro esempio, consideriamo l'espressione della meraviglia, dello stupore "mozzafiato": gli occhi spalancati, lo sguardo fisso sull'oggetto, la mascella che cade, il respiro che si arresta al culmine dell'inspirazione. Anche qui abbiamo varianti - varianti omologhe

---

<sup>11</sup>Ho scelto la parola *deporting* perché il significato originario di "comportamento" (*behaving*) è diventato obsoleto, grazie al comportamentismo, che ha trasformato la connotazione originaria nel suo opposto.

- di funzioni fondamentali, questa volta del vedere, dell'ingerire, del respirare. Questi e molti altri movimenti espressivi sono universali e uniformi poiché sono varianti di funzioni fondamentali e, dunque, sono varianti di atteggiamenti umani di base. Comprendiamo queste e altre espressioni senza informazioni precedenti perché incontriamo l'altro non come un corpo, ma come un individuo che, resistendo e cedendo, cercando e fuggendo, è legato al mondo e a noi stessi, cor-rispondendo (*cor-responding*) al nostro proprio approccio.

Le espressioni non sono secondarie, non sono aggiunte successive ai dati sensoriali. I fatti che lo dimostrano sono abbondanti e privi di ambiguità. Nei primi mesi di vita i neonati offrono risposte autentiche e significative al comportamento espressivo del loro ambiente. Il mondo infantile dei giocattoli e delle fiabe è comprensibile e incontra il loro favore perché è ricco di caratteri fisiognomici. Che pietre e alberi, sole e vento, lupo e coniglio, che tutti possano parlare in un mondo in cui le espressioni regnano, non sorprende. L'esistenza del mondo inanimato, costituito da pure cose, è una scoperta più tarda. Il mondo magico dei primitivi non è il risultato di funzioni arcaiche, ma di un'interpretazione naïf in cui i caratteri fisiognomici sono accettati come manifestazioni di qualità essenziali. Eliminare i caratteri fisiognomici è un processo lento; e non è mai completo. Sono sempre presenti; riconquistano il loro pieno potere non solo nei sogni, nell'ebbrezza e nelle psicosi, ma in tutte quelle situazioni in cui viviamo ancora in un paesaggio. I fatti ci dicono che le cose stanno così. Una corretta concezione dell'esperienza vissuta spiegherà che non può essere altrimenti.

L'esperienza vissuta (*Experiencing*) è l'unico autentico tema della psicologia. La psicologia tratta, o dovrebbe trattare, di esseri che provano esperienze vissute (*experiencing beings*), non della mente o dell'intelletto né del sistema nervoso o di un apparato,

non della coscienza e dei dati di coscienza né di stimoli e risposte motorie. La psicologia può essere definita come una branca della conoscenza dedita allo studio di esseri che provano esperienze vissute in quanto sono esseri che provano esperienze vissute. Questa definizione conserva un rapporto di continuità con il pensiero e l'azione prescientifici, interrotto dal momento in cui si è fatto strada il tentativo di affermare la psicologia come scienza. L'esperienza vissuta è data per scontata nella vita quotidiana. Non è mai oggetto di discussione il fatto che solo l'esperienza vissuta renda possibili le relazioni e la comunicazione interpersonali. Tutti comprendono che la scienza stessa, attraverso l'osservazione, la dimostrazione e la comunicazione, deve la sua esistenza all'esperienza vissuta. In breve, nessuno dubita mai che esseri capaci di esperienze vissute siano, in quanto tali, in una relazione con il loro mondo unica. L'esperienza vissuta, non come entità astratta ma come capacità dell'uomo e dell'animale, è considerata un bagaglio impareggiabile ed è rispettata come una formidabile realtà. Ma la psicologia moderna è orgogliosa di essere andata oltre questo livello di credenza non scientifica, "medievale". Anche quando il fenomeno viene riconosciuto, la sua realtà viene negata. L'esperienza vissuta è diventata un semplice fantasma.

Nel 1900 Freud scrisse nella sua *Interpretazione dei sogni*: «Che ruolo svolge ora nella nostra rappresentazione delle cose il fenomeno della coscienza, che una volta era così onnipotente da mettere in ombra tutto il resto? Niente altro se non *quello di un organo sensoriale per la percezione delle qualità psichiche*»<sup>12</sup>.

Qualche anno dopo Watson compì il passo decisivo ed estremo: negò l'esistenza stessa della coscienza, per la quale non riuscì a trovare alcuna prova<sup>13</sup>. Prima che Watson inaugurasse il movimento

---

<sup>12</sup> *The Basic Writings of Sigmund Freud*, Random House, New York 1938, p. 544.

<sup>13</sup> La tesi di Watson è un classico esempio di «*contradictio in adjectu*»; infatti una proposizione e le affermazioni che dimostrano in sequenza logica la correttezza del suo significato non sono cose fisiche. Non c'è posto per prove



del behaviorismo, Pavlov aveva già elaborato le sue idee per una psicologia oggettiva, in cui un sistema nervoso agito da stimoli prende il posto di un essere che prova vissuti nella sua relazione con il mondo. In breve tempo la Psicologia Oggettiva ha ottenuto ampio favore e - con alcuni adeguamenti - l'ha conservato per lungo tempo, nonostante le sue radicali ed evidenti carenze<sup>14</sup>.

Motivi potenti devono essere all'opera per rendere accettabile una tale trasformazione distruttiva degli aspetti familiari del mondo. La storia della filosofia occidentale ci dice cosa sono e dove sono radicati. Una metafisica appassionata e partigiana è disposta a pagare un prezzo forte per tollerare le incoerenze, ignorare le carenze e forzare i fenomeni nel letto di Procuste della teoria.

La psicologia oggettiva e molte altre scuole di psicologia contemporanea sono le fasi più recenti di un lungo sviluppo iniziato secoli fa. A partire dalla metafisica di Descartes, l'uomo, il concreto individuo vivente, ha cessato di essere - in teoria - il soggetto dell'esperienza. Una sostanza pensante, la "*res cogitans*", ne ha preso il posto. Proprio questa sostanza incorporea - separata dallo spazio e dal movimento - ha subito una

---

nel regno delle cose fisiche. Non sono né vere né false; semplicemente sono. Chi parla delle dimostrazioni parla allo stesso tempo, implicitamente, del provare un'esperienza vissuta e degli esseri pensanti.

<sup>14</sup> Le carenze sono radicali perché sono l'inevitabile conseguenza del principio teorico. Diventano sempre manifeste ogni volta che le regole del gioco stabilite dalla teoria sono rigorosamente osservate e il fenomeno è pienamente esplorato e rispettato. La comunicazione è un esempio, uno dei tanti. Due esseri che provano esperienze vissute possono incontrarsi, conversare insieme, osservare insieme la stessa cosa. Due sistemi nervosi non possono fare nulla di simile. Due cervelli non possono comunicare, né con metodi diretti né con metodi indiretti. Mentre noi, il mio vicino di casa e io, osserviamo insieme gli stessi eventi, il mio cervello e il suo cervello - o per essere più corretti il Cervello A e il Cervello B - sono attivati da diversi stimoli. Gli agenti fisici sono trasformati in stimoli sensoriali nel momento in cui innescano l'attività dei recettori. Gli agenti fisici trasformati in stimoli agiscono sul sistema nervoso individuale, che nella sua funzione rimane separato e isolato da qualsiasi altro sistema. Non possiamo condividere stimoli. Chiamare "stimoli" luce, suono e calore è un parlare improprio, ed è tanto più improprio quando lo si usa per cose visibili e udibili. Ma questa confusione è del tutto necessaria per nascondere la debolezza di una teoria che sostituisce sistemi nervosi a esseri che provano esperienze vissute. Una psicologia oggettiva che usi l'osservazione, la dimostrazione e la comunicazione non può rendere conto della propria legittimità.

mutazione trasformandosi in “coscienza”. Nel corso del tempo ha via via perso la sua sostanzialità ed è scaduta in un “epifenomeno”, un nobile “nulla” (*no-thing*). All’irrealtà di questa coscienza - il prodotto finale di una lunga catena di metamorfosi metafisiche -, a questa coscienza «una volta così onnipotente da porre in ombra tutto il resto» Freud ha opposto la presunta realtà dell’inconscio e di un Es carico di energia. L’idea freudiana dell’inconscio è stata l’esatto equivalente del concetto mummificato di coscienza, un derivato della metafisica di Descartes. Sostituendo un apparato a degli esseri che provano vissuti, e quindi la coscienza all’esperienza vissuta, Freud ha seguito la tradizione che in ogni sua fase è segnata dalla dicotomia cartesiana di mente e corpo.

La verità, tuttavia, è che l’esperienza vissuta è ancora tanto «onnipotente da porre in ombra tutto il resto», come è sempre stato; sarà così finché uomini e animali esisteranno come organismi individuali. Per arrivare a una comprensione dei movimenti espressivi, bisogna stare attenti a non confondere l’esperienza vissuta con la coscienza, e vigilare che la mente, il sistema nervoso, l’Es non prendano il posto degli esseri viventi che provano vissuti. Per riguadagnare l’autentico tema dell’esperienza vissuta, dovremo rimuovere i detriti storici sotto i quali è attualmente sepolto. Quando questo sarà stato compiuto, la soluzione dei problemi teorici dell’espressione sarà relativamente facile, i paradossi scompariranno e i principi per un ordinamento sistematico delle espressioni si offriranno da sé, cosa che mostrerò in un altro lavoro.