

CAPITOLO SECONDO

La psicofisiologia dell'attore nel teatro dell'oppresso

2.1 Il lavoro dell'attore per una recitazione autentica

Augusto Boal caratterizzò, con la trasmissione dell'insegnamento di Stanislavskij, la prima fase di direzione artistica del Teatro Arena. La pedagogia teatrale di Stanislavskij fu il punto di partenza per lo sviluppo di una ricerca estetica coerente con la necessità espressiva dell'attore di ricreare e rivivere il vissuto emozionale del personaggio. Le linee essenziali della pedagogia teatrale di Stanislavskij, individuano il lavoro dell'attore nell'ambito di un processo psicologico, di riviviscenza, di rievocazione, finalizzato all'attivazione del subconscio per far riemergere i vissuti emozionali soggettivi analoghi a quelli del personaggio che si vuole interpretare e di processi fisici, legati ad azioni fisiche e concretamente esperienziali, funzionali a sviluppare l'immaginazione dell'attore per ricreare la reale dimensione esistenziale ed espressiva del personaggio. In una prima fase di ricerca sul lavoro dell'attore, Boal attribuì alla componente emotiva l'importanza prioritaria; cercando di dare consistenza psicologica alla recitazione, divenne subito consapevole di come la qualità estetica della rappresentazione scenica, che risiede nella coerenza e nell'unità sostanziale tra forma e contenuto, rischiava di essere messa in discussione da un'interpretazione retorica, meccanica e dunque frammentata e incoerente.

Ma come potevamo sperare che le emozioni si manifestassero "liberamente" attraverso il corpo dell'attore, se proprio questo strumento, il corpo, era meccanizzato, automatizzato dal punto di vista muscolare, e per di più insensibile nel 90% delle sue possibilità? Una nuova emozione, una volta scoperta, correva il rischio di essere incanalata dai meccanismi dell'attore. Perché dunque era meccanizzato il corpo dell'attore?¹

Unità e coerenza sono profondamente radicate, secondo l'approccio psicofisiologico all'esperienza teatrale di Ruggieri, alle problematiche del protomentale narcisistico, alla costruzione dell'unità dell'Io e all'autenticità dei sentimenti, che cercheremo di chiarire accennando al lavoro di Stanislavskij con l'attore e in risposta all'intuizione di Augusto Boal, che pone il rapporto tra sentimento e attività motoria come base del processo di identificazione dell'attore con il personaggio. I processi di rievocazione e associativi, connessi all'espressività corporea e in cui l'immaginazione ha un ruolo fondamentale, presuppongono l'integrazione di livelli psicologici e corporei che insieme generano l'unità esperienziale dell'individuo, in grado di agire nelle condizioni di vita del personaggio, di rivivere interiormente la parte ed esteriorizzare il vissuto interiore che si traduce in concreti atteggiamenti corporei. L'immaginazione, il sentimento, l'espressività corporea, creano il contesto d'esperienza del personaggio e attraverso il processo di

¹ Augusto Boal, *Il teatro degli oppressi. Teoria e tecnica del teatro*, Molfetta (BA), edizioni la meridiana, 2011, p. 115.

identificazione consentono all'attore di vivere e ri-vivere ogni volta il personaggio. Nel chiarire il rapporto tra espressione e sentimento, consideriamo l'esistenza di un tipo di sentimento legato a emozioni specifiche e un sentimento di base, narcisistico, che toglie meccanicità alle azioni umane. Se il sentimento non può essere rappresentato ma generato dall'attore che rivive situazioni autentiche e non imita eventi esteriori decontestualizzandoli dal vissuto del personaggio, il sentimento non può precedere l'azione. Le azioni sono il prodotto dell'attività motoria, quindi la relazione tra il sentire e l'attività motoria, colloca il sentimento nel contesto esperienziale che lo genera. È il vissuto che nasce dal contesto di esperienza che genera il sentire. L'attore, per rivivere interiormente la parte, deve attivare l'immaginazione e rimuovere le condizioni psicofisiche che possono interferire con l'espressività, in funzione dell'efficacia comunicativa nell'interazione con l'altro (attore e/o spettatore). L'interferenza si individua a livello muscolare, una tensione muscolare eccessiva inibisce l'espressività e ostacola l'emergere del sentimento autentico. Ogni gesto, in quanto figura motoria, necessita di un'attività coordinata dei muscoli coinvolti nella sua produzione, così come l'immaginazione si lega a meccanismi di autosuggestione, che Stanislavskij definisce come piccole verità o azioni fisiche, che contribuiscono a gestire o stabilizzare un sentimento. L'esperienza di integrazione delle componenti emozionali e corporee nel processo di identificazione dell'attore con il personaggio, presuppone una ridefinizione di concetti quali: azione, immaginazione, sentimento, identificazione, intenzione e attenzione, alla luce della teoria di Ruggieri, in grado di coglierne le relazioni psicofisiologiche contestuali. I meccanismi di identificazione, si legano ai processi immaginativi, rievocativi e associativi della reviviscenza nella loro concretezza corporea, nel loro manifestarsi in azione espressiva. Un corpo significativamente espressivo, presuppone una gestione serena del livello di tensione muscolare, coerentemente distribuito nei diversi distretti corporei, alla base del rilassamento psicofisico dell'attore, che si rende disponibile ad accogliere la sub-identità del personaggio. Il rilassamento dei muscoli è, secondo Stanislavskij e secondo Boal, la base del processo di personificazione e di genesi del sentimento; il modello psicofisiologico di Ruggieri sembra confermare quest'ipotesi:

Anche per il nostro modello psicofisico il muscolo costituisce l'elemento base, e il suo ruolo va ben oltre le semplici funzioni imposte dalla statica e dalla motricità del corpo. I muscoli servono a produrre gesti che hanno significato relazionale e, insieme al sistema neurovegetativo, rappresentano la base dell'esperienza emozionale [...]²

2.2 La genesi del sentimento e del vissuto emozionale del personaggio

Secondo il modello psicofisiologico dell'emozione, teorizzato da Ruggieri, che riprende e sviluppa le teorie classiche delle emozioni di James e Lange, l'emozione compare in risposta a uno stimolo emotigeno, trasdotto ed elaborato corticalmente nei centri encefalici, in cui sono prodotti programmi neurologici che interessano la periferia del corpo e realizzano modificazioni somatiche e viscerali, queste modificazioni sono poi sintetizzate dal sistema nervoso centrale attraverso le refferentazioni di ritorno; la sintesi delle informazioni trasmesse nel processo di refferentazione, genera il vissuto subiettivo che definiamo sentimento. Il sentimento è quindi una componente del

² Vezio Ruggieri, *L'identità in psicologia e teatro*, Roma, Edizioni scientifiche Magi, 2007, p. 27.

processo psicofisiologico emozionale, la soggettività sentimentale è prodotta dalla sintesi delle modificazioni corporee e ha funzione di autosegnale modulatore del comportamento. Il vissuto di piacere soggettivo è una componente strutturale del comportamento, ha funzione di autosegnale modulatore perché rappresenta l'esperienza piacevole in base alla quale il soggetto è indotto a sviluppare il comportamento successivo. Il sentimento subiettivo percepito dal soggetto come vissuto di tensione piacevole o spiacevole, caratterizza l'emozione che spinge il soggetto ad attuare un comportamento relativo al sentimento caratterizzante l'emozione; il comportamento del soggetto ha la funzione di soddisfare, ridurre o inibire il sentimento di benessere o malessere che è parte del processo emozionale. Le relazioni interpersonali modulano il comportamento tra interlocutori, in ambito comunicativo, relazionale e manipolativo con l'ambiente esterno ma il sistema muscolare svolge un ruolo fondamentale sia nel processo emozionale, in quanto le sequenze di contrazioni sono la base motoria e strutturale del comportamento e sia nella modulazione stessa del comportamento, legata al gioco di tensioni muscolari. Le variazioni di tensioni muscolari sono alla base del processo psicofisiologico percettivo che genera il sentimento come componente soggettiva dell'emozione, la base della sequenza motoria che costituisce il programma di movimento che struttura il comportamento. Quando sono impediti le variazioni di tensione muscolare, attraverso contratture ovvero contrazioni isometriche dove all'aumento di tono muscolare non segue il rilassamento del muscolo, l'emozione è inibita e con essa, l'esperienza di un vissuto sentimentale unitario. La teoria psicofisiologica colloca le emozioni nel contesto biologico ed etologico, come risposta psicofisica a stimoli emotigeni che possono essere esterni o interni, memorizzati o autoevocati. La risposta emozionale è connessa a eventi corporei che interessano il sistema muscolare, nella produzione di segnali interpersonali; il sistema vegetativo e una parte del sistema nervoso centrale, responsabili dell'incremento di eccitazione. L'emozione è un processo psicofisico caratterizzato dal vissuto emozionale subiettivo ovvero il sentimento, l'elemento fondamentale di tutto il processo. Il sentimento è un modo specifico di percepire, organizzare l'informazione sensoriale legata ai cambiamenti corporei, con particolare attenzione alle informazioni che afferiscono dal sistema vegetativo. Il sentimento nasce dal contesto corporeo e nell'interazione dell'individuo con l'ambiente esterno. L'emozione può essere intesa come condizione psicofisiologica di attivazione, in cui l'incremento di tensione muscolare necessario alla fase di eccitazione corrisponde alla prontezza di risposta del soggetto a uno stimolo. La tensione preparatoria è caratterizzata da contrazioni isometriche, di incremento di tono muscolare; la tensione isometrica è avvertita dal soggetto come tensione psicologica, autosegnalata dalle informazioni che dal muscolo raggiungono il sistema nervoso e che vengono sintetizzate dal soggetto con altre informazioni sensoriali che costruiscono nella loro unità, i vissuti soggettivi specifici. Il modo in cui la tensione isometrica si lega alle altre informazioni di ritorno del sistema vegetativo, determina la differenza tra emozioni, tra la dimensione di piacevolezza o spiacevolezza che caratterizza i vissuti soggettivi e orienta il comportamento del soggetto. L'emozione assume funzione di autosegnale, in quanto produce il sentimento e di eterosegnale, in quanto produce pattern emozionali responsabili del tipo di interazione comportamentale corrispondente al vissuto emozionale specifico. Il rapporto tra tensione emozionale preparatoria all'azione e comportamento consumatorio, è di tipo circolare, per cui il sentimento che nasce dal contesto di cambiamenti corporei nel contesto di un'interazione interpersonale, può avere la funzione di modulatore del comportamento. Il sentimento è una parte del processo emozionale legata alla soluzione comportamentale dell'emozione, l'intero processo emozionale si inserisce nel rapporto tra rappresentazione immaginativa e azione reale; è considerato autentico nella misura in cui, prodotto

della sintesi dell'informazione sensoriale dell'attività muscolare, esprime il livello generale di tensione corporea nel gioco di tensione e detensione che non interessa singoli distretti ma coinvolge tutto il corpo nell'espressione del sentimento stesso, collocato nel contesto di interazione comunicativa con l'ambiente esterno.

Il sentimento, dunque, compare solo *in seguito* alle modificazioni corporee. Non è dunque il sentimento, almeno in prima istanza, la causa delle modificazioni medesime. Ripetiamo che, una volta instauratosi, esso può influenzare il comportamento successivo; ma quest'ultimo è una conseguenza del sentimento, mentre *il sentimento stesso, nel nostro modello, è una conseguenza della presenza di un pattern corporeo complesso che compare automaticamente in risposta a uno stimolo emotigeno*³.

Il lavoro dell'attore deve orientarsi nella ricerca di situazioni – stimolo che favoriscano l'emergere del pattern neurofisiologico che chiamiamo emozione. Le situazioni – stimolo possono essere interne, immaginative o esterne, azioni concrete, piccoli atti. L'immaginazione e i piccoli atti costruiscono un verosimile suggestivo e producono il vissuto sentimentale, nell'attore e nello spettatore. Il vissuto emozionale si genera nel gioco di tensioni muscolari, la cui forma si traduce nella forma del vissuto sentimentale soggettivo. Il sistema muscolare con la sua attività isotonica e isometrica assume importanti funzioni per l'individuo, i muscoli sono elementi strutturali dell'attività motoria, dei processi emozionali e in particolar modo per la genesi del sentimento; nei fenomeni di attenzione e intenzione, nell'immaginazione e nella produzione di gesti. Nei laboratori di Interpretazione del Teatro Arena, il pericolo di una recitazione meccanica è individuato a livello corporeo e la meccanizzazione intesa come fenomeno fisico, a cui si aggiunse successivamente il concetto di maschera sociale. Le cause di un corpo automatizzato dal punto di vista muscolare sono per Boal, da ricercare nella capacità dei sensi di selezionare informazioni e gerarchizzarle in funzione dell'economia dello sforzo muscolare in relazione al movimento da compiere. Per svolgere un'attività gli uomini coinvolgono il sistema muscolare e i sensi selezionando gli stimoli più importanti, operando delle scelte che vengono trasmesse alla coscienza. La selezione degli stimoli tende a ripetersi e il ripetersi degli stessi movimenti muscolari tende a lasciare il segno sul nostro corpo e sulla nostra coscienza. L'attore, come ogni essere umano, reagisce secondo schemi funzionali di movimento e di pensiero; per poter assumere la personalità del personaggio con il relativo schema comportamentale, deve rieducarsi al sentire come nuove sensazioni assopite nell'abitudine e nel ripetersi di movimenti sempre uguali. L'attore deve sostituire i suoi automatismi con quelli del personaggio e per farlo compie una serie di giochi ed esercizi: esercizi muscolari, per rendere cosciente il meccanismo di ogni movimento, memorizzando le strutture muscolari interessate nello svolgimento del movimento e a partire da queste stesse strutture, immaginare altri movimenti possibili; esercizi sensitivi, con l'obiettivo di sentire come se fosse la prima volta, sensazioni di cui si ha già memoria, esprimendo fisicamente la sensazione evocata in modo diretto e indiretto, attraverso uno stimolo concreto e il suo ricordo; esercizi di memoria, che consistono nel fare una relazione dettagliata e ricca di particolari, di un evento e tendono a sviluppare la capacità di attenzione, concentrazione e analisi, se svolti con regolarità e preferibilmente in un preciso momento della giornata. Gli esercizi di emozione, praticati dagli attori ogni giorno e in qualsiasi

³ Ivi, p. 72.

momento della giornata, ricercano la corrispondenza tra ciò che l'attore sente e la forma con cui esprimerà il sentimento, la corrispondenza tra il ricordo e il racconto del ricordo. L'immaginazione è coinvolta sia nel processo della memoria che dell'espressività emozionale, quindi gli esercizi di immaginazione sono simili agli esercizi di emozione, hanno la stessa struttura. La problematica della non corrispondenza tra ciò che l'attore sente in relazione al personaggio e la forma con cui esprime il sentimento, è individuato da Boal nell'errore dell'attore di esprimere le emozioni del personaggio secondo la forma dell'attore, come lui le esprimerebbe e di fatto le esprime e non come se fosse il personaggio ad esprimersi per mezzo dell'attore. Una pedagogia dell'attore, psicofisiologicamente individuata, consente all'attore di accogliere e percepire le emozioni del personaggio lasciando che trovino in esso la loro forma, una forma adatta a esprimere l'emozione del personaggio, trasmessa con efficacia allo spettatore.

2.4 *La struttura di personalità dell'attore e del personaggio*

L'attore deve esercitarsi nella sostituzione delle sue caratteristiche personali, con quelle del personaggio che interpreta. «Questi esercizi servivano ad annullare la cosiddetta “personalità” dell'attore: la sua forma e il suo modello dovevano lasciare il posto alla “personalità” del personaggio, alla sua forma. Ma come ottenere questa forma?»⁴ Per comprendere come l'attore possa esprimersi nella forma del personaggio, è necessario chiarire alcuni passaggi emersi nel discorso di Boal, relativi alla selezione, trasmissione, gerarchizzazione delle informazioni sensoriali e alla loro elaborazione a livello del sistema nervoso centrale, a cui Boal accenna nel riferirsi all'attività motoria che informa di sé la coscienza dell'attore; attività che, se ripetitiva, automatizza corpo e pensiero. I livelli cognitivi e dell'espressività corporea sono inseriti nel medesimo processo di automatizzazione, va quindi evidenziato il rapporto tra l'attività dei muscoli e processi cognitivi; bisogna inoltre approfondire la curiosa corrispondenza degli esercizi di immaginazione ed emozione, che suggerisce uno stretto rapporto tra i due processi. Nell'ottica di un approccio psicofisiologico alla recitazione, i muscoli, l'emozione, i processi immaginativi e cognitivi, sono elementi costitutivi del rapporto tra la struttura di personalità dell'attore e la struttura di personalità del personaggio, riscrivibile come rapporto tra l'identità di base dell'attore e l'assunzione di identità diverse dalla sua e diverse per ogni personaggio. Nel gioco del teatro, l'assunzione temporanea da parte dell'attore di una diversa identità, avviene mediante il processo di identificazione. Il rapporto tra identità e identificazione è messo in luce dalla teoria psicofisiologica, che ridefinisce il concetto di identità in rapporto al processo narcisistico: il processo narcisistico è il processo maturativo e di sviluppo della personalità, comune a tutti gli umani e caratterizzato da fasi specifiche in cui si integrano componenti psicologiche e fisiche.

Per noi la componente corporea è l'elemento nucleare *dinamico* della struttura della personalità e pertanto il narcisismo è sempre un fenomeno psico-fisico. La messa a punto di questi concetti descrittivi della personalità *ci consentirà di*

⁴ Augusto Boal, *Il teatro degli oppressi. Teoria e tecnica del teatro*, cit., p. 117.

*cogliere le relazioni tra componenti strutturali stabili dell'individuo (nella forma e nel tempo) e processi fasici, occasionali, di breve durata*⁵.

Se, come sostiene Augusto Boal nella teorizzazione di un teatro essenziale in cui gli uomini e le donne sviluppano ciò che già hanno dentro di sé cioè il teatro, attraverso l'azione e nell'atto di vedere e vedersi agire in situazione, è l'azione in sé a originare l'esperienza teatrale, nella possibilità che gli uomini hanno di rappresentarsela. L'azione produce una rappresentazione che permette all'individuo di agire in un contesto ma presuppone di essere programmata, prima che agita, a livello rappresentazionale.

2.5 Analisi psicofisiologica dell'azione

L'analisi psicofisiologica dell'azione mette in luce il rapporto tra l'immaginazione, l'intenzione, i gesti e le relazioni interpersonali in quanto ogni azione è sempre prodotta da un soggetto – attore. Ponendo attenzione al soggetto, che programma e realizza il movimento, si passa dalla descrizione delle strutture corporee e delle loro funzioni, a un contesto di significato generato dal movimento che in quanto prodotto da un soggetto – attore, si configura come gesto significativamente espressivo. Nel gesto, gli stessi muscoli interessati al semplice movimento, inteso come spostamento spaziale di una struttura, producono eventi che acquisiscono significato relazionale. L'attività motoria produce l'azione ma l'evento – azione è prodotto dal soggetto nell'interazione con l'ambiente esterno, il gesto veicola un significato che corrisponde all'intenzione del soggetto e che nasce dalla modalità di interazione dell'attività muscolare, così poeticamente descritta: «I muscoli sono i tasti del pianoforte senza i quali è impossibile l'esperienza, per esempio, di una sonata di Beethoven. Il “significato” complesso della sonata nasce dalla modalità di interazione dell'attività dei singoli tasti»⁶. L'azione si configura come il prodotto esterno di un processo di elaborazione interno, coordinato dal sistema nervoso centrale. Il sistema nervoso centrale è la struttura interna che coordina le attività dell'individuo e produce l'elaborazione di eventi interni quali i processi immaginativi e rappresentazionali. L'attività programmatica del sistema nervoso consente la realizzazione del gesto, che a sua volta corrisponde al programma motorio elaborato in base a una rappresentazione del gesto, rappresentazione unitaria di un processo sequenziale nel tempo, di alternanze di contrazione e rilassamento dei muscoli. Il muscolo è una struttura composta da fibre, ha un tono di base e può contrarsi; la contrazione del muscolo può essere isotonica o isometrica, interessando singoli distretti o coinvolgendo la struttura nel suo complesso. L'organizzazione e la regolarizzazione dell'alternanza di contrazione e rilassamento che interessa fibre muscolari e gruppi di muscoli, prodotta dal sistema nervoso centrale, produce una rappresentazione degli eventi nel contesto di un'interazione di eventi muscolari che assumono una forma. Il gesto è una sequenza motoria che si fissa in una forma che genera un significato. La programmazione e la realizzazione di un atto è sempre il risultato di una stimolazione. Quando la stimolazione non produce un tipo di risposta propria del riflesso, caratterizzata dall'immediatezza di

⁵ 4 Vezio Ruggieri, *L'identità in psicologia e teatro*, cit., p. 29.

⁶ Ivi, p. 31.

reazione alla stimolazione, bisogna considerare lo schema di organizzazione del sistema nervoso nei suoi livelli funzionali, valorizzando la componente di soggettività e il ruolo delle informazioni, trasmesse per vie nervose afferenti dal recettore al sistema nervoso centrale, nel costruire rappresentazioni a livello cerebrale, che organizzano e modulano il comportamento del soggetto. Nell'analisi della genesi di un atto, facciamo riferimento alle teorie di Ruggieri che sviluppano il concetto di sistema funzionale di Anochin, quindi individuiamo la sintesi delle afferenze come punto di partenza e in virtù di questa sintesi consideriamo il contesto da cui partono le afferenze, che è sia corporeo che ambientale. La sintesi consentirebbe la scelta e l'elaborazione del programma, dello schema di movimento che si trasforma in azione attraverso una sequenza di contrazioni muscolari stimulate per vie efferenti, che trasmettono informazioni dal sistema nervoso alla periferia del corpo. I muscoli producono le informazioni di ritorno, che afferiscono al sistema nervoso centrale, che verifica la corrispondenza tra l'elaborazione dello schema motorio e la sua concreta realizzazione e procede alla valutazione degli effetti della realizzazione dell'atto sull'ambiente esterno. Le afferenze sono fondamentali nella costruzione di una rappresentazione centrale che elabora un programma che si concretizza in azione. L'attore deve operare una sintesi delle afferenze per la costruzione di un'azione teatrale: gli stimoli interni, immaginativi ed esterni, del contesto ambientale, devono essere considerati nel loro insieme e sintetizzati dall'attore per produrre la scelta del programma motorio da sviluppare in azione concreta, teatrale. È necessario considerare che l'atto prodotto dal soggetto – attore, agendo nel contesto ambientale esterno, diviene a sua volta uno stimolo funzionale alla costruzione del contesto immaginativo, interno. Seguendo l'approccio psicofisiologico, la programmazione dell'atto corrisponde per Ruggieri alla rappresentazione. La rappresentazione è un evento biologico legato ai processi percettivi, che consentono il contatto con l'ambiente esterno, attraverso la trasmissione di informazioni afferenti che raggiungono alcuni centri del sistema nervoso centrale in cui l'evento percettivo è tradotto in immagine, del mondo esterno. La realtà è mediata da processi sensoriali, percettivi, che ne consentono una rappresentazione; attraverso la rappresentazione del mondo esterno, il soggetto fa esperienza del mondo. La percezione, l'immaginazione e l'atto si legano nel progettare e realizzare un contesto di esperienza, reale e teatrale. Nella costruzione di un'esperienza teatrale percepita come reale, vera, l'attore deve poter costruire l'esperienza di realtà con l'immaginazione e attraverso le immagini, costruire le rappresentazioni del mondo in cui il personaggio agisce. L'immaginazione è un modo di rappresentare, ha un ruolo fondamentale nella costruzione e organizzazione della realtà, in teatro e nella vita.

2.7 L'identità strutturale dei processi immaginativi e percettivi

Rivisitando le teorie sull'immaginazione di Kosslyn e gli studi della anatomia classica, Ruggieri definisce la struttura fisiologica dei processi immaginativi, per molti aspetti identica alla struttura fisiologica dei processi percettivi⁷

⁷ Sulla base di dati sperimentali, è stata dimostrata la concretezza fisiologica dei processi immaginativi come strettamente legata all'attività dell'occhio: «Una lente zoom provocava sull'immagine mentale modificazioni identiche a quelle indotte sulla percezione visiva reale. In altri esperimenti (Ruggieri, Alfieri, 1991) rilevammo che il cristallino (la lente dell'occhio che serve per la messa a fuoco degli stimoli visivi) presentava identiche modificazioni (variazioni

La differenza tra percezione e immaginazione non sarebbe nella natura del processo fisiologico, ma nello *starter*, nell'inizio del processo. *Nella percezione, la produzione di un'immagine è provocata da una stimolazione esterna, nell'immaginazione l'immagine è autoevocata.* Tanto l'immagine quanto la percezione producono rappresentazioni⁸.

Le immagini mentali sono anticipazioni rappresentazionali che organizzano la realtà in funzione dell'azione e in virtù della coscienza. L'immaginazione coinvolge i recettori periferici del corpo per la sua realizzazione, così come l'immagine mentale di tipo visivo coinvolge l'attività dell'occhio; l'informazione sensoriale, visiva, acustica, olfattiva, gustativa, cenestesica, produce la rappresentazione mentale corrispondente agli eventi corporei percepiti. L'immagine mentale è fondamentale all'atto percettivo per la costruzione del significato dell'esperienza come risultato della sintesi del contesto in cui si verificano gli eventi percettivi: le immagini mentali sono unità strutturali che interagiscono per costruire la realtà esperienziale. Il senso di realtà, la consapevolezza di essere nel mondo, è determinata dall'interazione stabile e coerente tra la percezione del mondo esterno e interno, che insieme garantiscono la percezione di una continuità di presenza stabile nel tempo. Le immagini mentali, sia autoevocate con i meccanismi della memoria sia stimulate per vie afferenti, sono il ponte che consente di collegare il mondo esterno e interno per produrre la coscienza che il soggetto ha della sua presenza nel mondo. L'esperienza del presente si costruisce nell'intreccio di processi percettivi e immaginativi che hanno sede nella medesima struttura, l'attività dell'occhio consente la convivenza di immaginazione e percezione perché la percezione e l'immaginazione hanno in comune la rappresentazione mentale e ogni rappresentazione – immagine mentale pur avendo diversi significati in diversi contesti funzionali, conserva la medesima struttura fisiologica. Il soggetto ha esperienza del presente perché ne ha una rappresentazione; gli eventi immaginativi e percettivi si legano tra loro in diversi modi, assumendo nel contesto dell'esperienza reale, caratteristiche di stabilità e di fugacità, all'interno del flusso di esperienza è possibile che si sovrappongano immagini autoevocate che non presentano una stretta relazione con il contesto di esperienza reale e attuale, che continua ad essere vissuta come tale dal soggetto. La distinzione tra ciò che è considerato reale e ciò che è considerato immaginativo è il prodotto dell'attività dell'Io, in quanto struttura psicofisica in grado di produrre, organizzare e gerarchizzare le singole componenti di processi immaginativi e percettivi, che attraverso la sintesi sinestesica producono la verità dell'immagine, collocata nello spazio reale.

2.12 *L'immaginazione organizza la realtà. Il senso di realtà nell'immaginario teatrale*

Le tecniche di teatro dell'oppresso mirano tutte a svelare il meccanismo che sottostà alle azioni umane e al modo in cui sono percepite, vissute che determina a sua volta il modo in cui il soggetto

del raggio di curvatura) nei processi percettivi e nei processi immaginativi. Inoltre (Ruggieri, 1991), chiedendo ai soggetti di immaginare a occhi aperti si rilevò che si determinava, nella stragrande maggioranza dei casi, la scomparsa dell'immagine "mentale" se si copriva con uno schermo uno solo dei due occhi. La copertura dell'altro occhio non mostrava alcuna modificazione nell'esperienza immaginativa. In una piccola percentuale di casi lo schermo applicato su un solo occhio determinava la scomparsa di metà dell'immagine mentale ». Ivi, p.37.

⁸ Ibidem.

entra in relazione con il mondo e con l'altro. Il tipo di relazione è rappresentativo del rapporto di sottomissione o collaborazione paritaria tra soggetti, per analizzare e rendere visibile alla coscienza la modalità con cui gli uomini si relazionano tra loro nella vita sociale, il mezzo estetico del teatro diviene uno strumento efficace a svelare le componenti motivazionali e rappresentazionali che guidano e strutturano le relazioni umane. Nell'esperienza di vita, il soggetto percepisce lo stimolo esterno collocandolo in un contesto, creato dalla convergenza di stimoli esterni attuali e rappresentazioni immaginative che danno significato all'atto percettivo-sensoriale. Senza la componente immaginativa il soggetto non avrebbe il senso della realtà e non potrebbe comprenderla per mezzo del teatro. Il teatro non si sottrae al divenire, è inserito nella dimensione spazio-temporale del reale ma si rapporta alla dimensione spazio-temporale dell'immaginario. Il teatro, metafora della vita, ne è anche la prova generale: la prova del cambiamento possibile perché possibile è ri-provare l'azione, compierla nella realtà della vita avendo ridotto al minimo il margine di errore perché più chiara risulta la dinamica dell'azione stessa, le conseguenze della sua realizzazione in un contesto specifico, rivissuto e affrontato nello spazio protetto del teatro. Il soggetto-attore nel teatro della vita, si relaziona con l'ambiente esterno e con l'altro, in base alla rappresentazione che ha del contesto e della persona con cui è in rapporto. Se c'è una forte suggestione di verità sulla rappresentazione di base, il comportamento del soggetto-attore risulterà coerente perché finché egli crede che la sua rappresentazione sia vera, questa agisce come vera nel contesto di esperienza del soggetto. Lo spazio estetico del teatro consente di sperimentare e verificare la veridicità delle rappresentazioni di base del soggetto e crearne delle altre facendo esperienza di vissuti diversi dal proprio, vivendo ruoli diversi, indossando maschere sociali non abituali, abitando il luogo della non-quotidianità. Le novità concettuali del modello elaborato da Ruggieri sull'identità tra processi immaginativi e percettivi e sul rapporto tra rappresentazione immaginativa e azione, ci suggeriscono di indagare alla luce delle teorie psicofisiologiche come, nel rapporto tra la rappresentazione e l'esperienza di realtà che conferma la rappresentazione stessa rafforzandone la convinzione di verità, il meccanismo della suggestione si evidenzia come determinante circa la convinzione di verità della rappresentazione. Il rapporto tra rappresentazione di base ed esperienza diretta può essere indagato a partire dal contesto di vita, nel contesto teatrale. L'Io costruisce l'esperienza del reale verificandone la verità nella corrispondenza tra rappresentazione della realtà ed esperienza della realtà, in un rapporto circolare in cui le suggestioni provocate dall'esperienza, modellano le rappresentazioni interne; la stabilità di singole rappresentazioni, il modo in cui più rappresentazioni si legano tra loro, tende a far coincidere rappresentazione ed esperienza, definendo l'immagine del mondo esterno e il contesto di esperienza in cui l'Io agisce creando forme di verità. La verità è il prodotto delle rappresentazioni mentali, delle immagini mentali autoevocate e/o etero-evocate in rapporto con l'esperienza reale. L'Io crea il contesto di verità in cui rappresentazioni ed esperienza coincidono, l'Io stesso si presenta come autosuggestione stabile di sé.

La suggestione è un fenomeno fisiologico sempre presente legato al valore di verità che attribuiamo alle rappresentazioni [...] in ambito clinico studiamo il fenomeno della suggestione e della suggestionabilità come "stile individuale", legato alla capacità di accettare le rappresentazioni etero-indotte. Studiamo quindi la suggestionabilità sia

come facilità alla suggestione che, al contrario, come rigidità, come difesa preventiva nei confronti di possibili “suggestioni” manipolative del mondo esterno⁹.

Il senso di realtà esita nel legame forte e stabile tra rappresentazioni guida, auto ed etero-evocate, spazialmente e temporalmente organizzate nel contesto reale, concreto e percepibile. I processi immaginativi e percettivi si legano all'azione in modo evidente nel gioco teatrale. Nella corporeità dell'attore si legano immaginazione, percezione e azione, creando contesti di verità che producono l'esperienza di verità. Nel gioco del teatro, la corrispondenza tra immagini mentali ed esperienza reale diretta, crea un contesto di verità teatrale. L'esperienza della realtà teatrale è regolata da schemi rappresentazionali condivisi e accettati come veri in quel contesto specifico, il teatro si struttura e si realizza come insieme di regole, di credenze rappresentazionali che creano significati diversi da quelli che la singola regola, la singola azione teatralmente decontestualizzata, avrebbe nel contesto di vita reale. L'attore colloca l'azione in diversi contesti di verità, contesti immaginativi reali che trovano conferma della propria veridicità programmando un'azione coerente e percepita come tale dall'attore che la produce. È l'attore che unifica i livelli immaginativi necessari a costruire la verità teatrale, la presenza corporea dell'attore nella sua unità psicofisica mette in moto un processo circolare tra immaginazione, percezione, azione strettamente legato al grado di suggestionabilità, alla personalità dell'attore stesso, autore del processo. L'azione è vera se prodotta nel contesto immaginativo reale, teatrale e vissuta come tale; se l'attore non vede e non percepisce il contesto di realtà in cui si colloca l'azione del personaggio, questa risulta falsa. Se il senso di realtà si costruisce nella circolarità del rapporto tra rappresentazioni mentali ed esperienza della realtà, nella stabilità di alcune rappresentazioni che creano il contesto esperienziale in cui collocare l'azione, il teatro può davvero rappresentare, essere, la prova generale del cambiamento. Se gli attori saranno in grado di ricreare un contesto di verità fortemente corrispondente e coerente con il contesto di realtà del mondo esterno che si vuole cambiare, sarà possibile verificare l'efficacia dei processi manipolativi sulla realtà perché le reazioni stesse avranno un alto grado di coerenza e di verità. Le rappresentazioni si avvicineranno sempre più alla realtà perché sarà possibile intervenire attivamente nella costruzione della realtà stessa sia a livello immaginativo che nella concretezza dell'esperienza. L'esperienza teatrale crea le condizioni affinché si agisca nel mondo con maggiore sicurezza proprio perché è possibile verificare la possibilità di attuazione dell'azione stessa e la sua efficacia, preventivamente. Le regole del gioco teatrale consentono all'attore di vivere il presente manipolandone le dimensioni spaziali e temporali, di invertire la successione sequenziale delle azioni tornando al punto starter per poter ri-immaginare e ri-creare l'azione. Nel vedere immaginativamente il contesto di esperienza in cui collocare l'azione, percepire l'azione nella sua concreta realizzazione, l'attore è influenzato da un vissuto soggettivo, da un'esperienza corporea di tensione. Nel processo percettivo il soggetto tende verso l'oggetto, la percezione si accompagna a diversi livelli di attenzione, di tensione verso; i vissuti soggettivi di tensione dipendono dall'attività dei muscoli che aumentano il livello di tensione con contrazioni isometriche. L'attività dei muscoli è autosegnalata in refferentazioni di ritorno, sintetizzate dal sistema nervoso centrale, coordinate e unificate dall'Io in esperienza unitaria. Il soggetto, nel porre attenzione *ad-tendere* l'oggetto che intende percepire, orienta tutto il corpo in modo specifico escludendo dal proprio campo visivo ciò che non è oggetto d'attenzione. Nel teatro dell'oppresso l'attore sviluppa la capacità di porre

⁹ Ivi, p. 52.

attenzione, percepire l'oggetto, l'azione, il contesto, attraverso tecniche specifiche, giochi ed esercizi introvertenti, estrovertenti e di prospettiva, in cui l'attenzione può essere stimolata in forme diverse e corrispondenti al tipo di tecnica: nelle tecniche prospettive, l'attore polarizza l'attenzione verso lo stimolo che costituisce il centro con cui entrare in contatto attraverso una forma di attenzione concentrata in cui i recettori entrano in contatto con un centro in cui è presente lo stimolo; quando l'attenzione non è polarizzata ma diffusa all'ambiente esterno, al contesto, si utilizzano giochi ed esercizi estrovertenti che tendono a produrre un'esperienza psicofisica di estroversione; quando l'attore deve esercitarsi a porre attenzione ai contenuti puramente immaginativi, giochi ed esercizi stimolano un tipo di esperienza introvertente che consente di individuare la rappresentazione interna, oggetto di attenzione. Nel modello psicofisiologico di Ruggieri, il fenomeno attenzione è individuabile in concrete operazioni attentive che coinvolgono l'attività motoria del corpo nel suo complesso e in modo specifico l'attività oculare. Tra l'attività muscolare, di contrazione isotonica o isometrica e la non attività del muscolo, ci sono livelli intermedi di combinazione tono – movimento sempre presenti; ogni livello funzionale corrisponde a una precisa situazione psicologica. Nell'attenzione la tensione del corpo e dello sguardo è orientata verso un oggetto immaginato. L'attore muove verso l'oggetto, ha intenzione di andare verso l'oggetto; l'intenzione è un processo immaginativo caratterizzato da una tensione programmatica, di tensione interna, intensione che muove verso, dall'interno all'esterno. L'intenzione è un'attività motoria appena accennata e coincide con il momento in cui si sta per compiere un'azione, è una tensione posturale preparatoria all'azione e il programma di azione è strettamente legato all'immaginazione, alla rappresentazione mentale dell'azione da compiere. L'intenzione è un evento corporeo perché la rappresentazione di un'azione è già azione, accennata e fenomenologicamente percepibile nell'atteggiamento posturale del soggetto. Nell'intenzione è presente il fenomeno dell'allusione, il soggetto immaginando se stesso che sta per compiere l'azione allude all'azione da compiere. Il soggetto produce immagini dipendenti dal contesto di realtà e immagini indipendenti da tale contesto, le immagini sono collocate contemporaneamente nel presente e altrove; sono percepibili in un flusso unitario di esperienza che costruisce il presente. La tessitura tra esperienza di realtà ed esperienza immaginativa costruisce l'esperienza del tempo, elaborata attivamente dall'Io che lega lo stimolo attuale, esterno, allo stimolo immediatamente precedente o successivo. Sono necessari i meccanismi della memoria di breve e lungo termine, che si legano ai meccanismi immaginativi nella costruzione del senso di realtà. La verità nella vita e la rappresentazione della verità in teatro, esita nell'intreccio di realtà e immaginazione, nella concretezza fisiologica dell'immaginazione. Il soggetto entra in contatto con l'ambiente esterno, relazionandosi a esso mediante schemi motori preformati innati e appresi, memorizzati. Gli schemi motori preformati sono pattern psicofisiologici con funzioni di economia per l'attività dei muscoli, i pattern sono il prodotto di interazioni motorie che si sviluppano nel tempo e assumono una forma; il gesto è il risultato di queste interazioni motorie che assumono una forma che ha un significato relazionale. Il gesto è un movimento che ha un inizio, uno sviluppo, un apice e una conclusione e si lega a una programmazione motoria prodotta a livello del sistema nervoso. La programmazione motoria è soggetta alla verifica della sua corretta realizzazione da parte dell'Io, i pattern sono programmi che in quanto preformati, garantiscono un miglior controllo in minor tempo. Ogni individuo ha un numero definito e limitato di gesti, di pattern motori da utilizzare in risposta a uno stimolo esterno riconoscibile. I gesti possono essere evidenti o appena accennati, fenomenologicamente rilevabili o individuabili nell'intenzione del soggetto. Il gesto immaginato e non realizzato si manifesta come frammento dell'intera sequenza motoria, ma l'attività dei muscoli

impegnati nell'intenzione programmatica di movimento, è sempre presente ed è una componente stabile dei processi immaginativi. I pattern motori accennati, di gesti immaginati, possono convivere con la realizzazione di gesti nell'attualità del contesto reale, perché la gestualità dell'immaginario è spazialmente e temporalmente ridotta e non interferisce con il tempo e lo spazio necessari alla concretizzazione di altri gesti. L'intenzione gestuale è vissuta dal soggetto come atto, che reso evidente solo in una sua parte, è rappresentativo dell'intera sequenza nel contesto immaginativo. Il processo è chiaro per gli attori e i danzatori che ripetono mentalmente la sequenza da realizzare in scena, accennando ai movimenti che la costituiscono. L'intenzione gestuale è la prova del movimento che esige micro movimenti appena accennati. È impossibile immaginare la sequenza nell'immobilità: quando l'attore o il danzatore si prepara a entrare in scena, collega in un'unica rappresentazione l'inizio del movimento all'apice del movimento, che è la parte più rappresentativa dell'intera sequenza e la conclusione del movimento stesso. Collega le azioni mentalmente ma accennando con il corpo alle tre fasi che strutturano e organizzano l'azione stessa e che richiedono micro spostamenti posturali e spaziali. L'attore in grado di vedere immaginativamente può constatare la concretezza dell'immagine visiva, resa evidente e quindi presente al soggetto, percepibile e dunque reale, vera nel contesto di realtà teatrale o realtà quotidiana. L'attore deve rappresentarsi ciò che dice e che fa affinché la recitazione sia credibile, autenticamente reale perché vissuta come tale dall'attore nell'ottica del personaggio. L'attore crea con l'immaginazione, le condizioni affinché sia possibile ricreare il vissuto del personaggio e viverlo sulla scena come se fosse il personaggio ad agire. La specificità della recitazione degli attori del teatro dell'oppresso è nella finalità trasformativa della stessa, gli attori agiscono sulla scena come se fossero il personaggio-cittadino che agisce nella realtà della vita per trasformarla ma per realizzare la trasformazione, devono avere una rappresentazione mentale dell'azione da compiere e del contesto in cui collocarla, vederne chiaramente i rischi e le possibili conseguenze, verificarne l'efficacia. L'azione trasformativa esige strategia e il teatro offre l'opportunità di programmare l'azione verificandone preventivamente la corretta esecuzione, gli attori agiscono nella realtà teatrale come se agissero nel contesto di vita reale perché l'intero processo è garantito dalla tessitura di realtà e immaginazione. Sono le azioni reali che conferiscono valore di verità all'immaginazione e credibilità alla rappresentazione scenica. L'attore è il mediatore dei due mondi, dell'immaginario e del reale, è la presenza scenica, corporea dell'attore la base dell'esperienza teatrale di realtà e finzione. Nella vita si realizza l'intreccio tra componenti immaginative, programmatiche e rievocative, percettive e relazionali, nel costruire il senso di realtà; nel teatro l'immaginazione, la percezione e l'azione creano un ulteriore livello di verità, creano la realtà del teatro. Nel teatro dell'oppresso la realtà teatrale è la rappresentazione della rappresentazione della realtà.

2.13 Il modello psicofisiologico di Ruggieri sull'identità e l'identificazione in teatro

L'identità è un insieme di autorappresentazioni e di identità in cui l'identità nucleare di base, stabile, si intreccia con le identità parziali, temporanee. Il processo di identità coinvolge diversi piani dell'io e ne costituisce la base strutturale, unitaria; l'io non si frammenta nelle sue subcomponenti ma mantiene l'unitarietà funzionale ed esperienziale. Un'analisi psicofisiologica dell'identità, permette di individuare subcomponenti di identità analizzando i rapporti tra sistema

nervoso centrale e periferia del corpo, in cui si producono rispettivamente l'autorappresentazione e gli atteggiamenti espressivo-posturali. Le diverse subcomponenti di identità corrispondono a diverse autorappresentazioni di sé in diversi ruoli, che nella vita sono elaborate in rapporto all'immagine ideale socialmente determinata e nel teatro sono in rapporto all'immagine ideale suggerita dal contesto di vita e dalla funzione sociale del personaggio. L'identità si presenta dunque come complesso integrato di sub-identità, che si legano all'identità nucleare di base; la convivenza di diverse identità è funzionale all'assunzione di diversi ruoli e all'assunzione dell'identità del personaggio. L'immagine corporea è la componente psicofisiologica che struttura tutte le autorappresentazioni ed è a sua volta una forma di autorappresentazione che si compone di sotto-unità, è alla base dell'identità nucleare, corporea dell'individuo. L'immagine corporea nucleare si costruisce sulla base delle informazioni sensoriali che dalla periferia del corpo raggiungono il sistema nervoso centrale e si integra ad altre rappresentazioni dell'Io. L'informazione che si produce a livello dei recettori sensoriali, di strutture anatomiche che trasformano in attività bioelettrica uno stimolo, è un'informazione di attività; l'immagine del corpo è in un primo momento, una rappresentazione di attività. L'assenza di attività alla periferia del corpo non può essere segnalata a livello cerebrale e costituisce una sorta di spazio vuoto nella mappa dell'immagine del corpo. Questa assenza corrisponde alle aree in cui sono presenti contratture muscolari che per la loro rigidità e fissità non possono trasmettere segnali di attività. Per una rappresentazione unitaria dell'immagine corporea il sistema muscolare deve poter svolgere in modo continuativo la sua attività a livello di variazione del tono muscolare di base. Il sistema nervoso centrale è responsabile non solo della raccolta delle informazioni dell'attività corporea ma agisce come produttore dell'attività medesima, stimola l'attività motoria che attraverso vie nervose afferenti propriocettive, è auto-segnalata al sistema nervoso che quindi percepisce l'attività autoprodotta. Questo meccanismo circolare è presente nel processo di elaborazione dell'immagine corporea. Gli eventi corporei auto-segnalati al sistema nervoso, producono un flusso continuo di informazioni che sono sintetizzate e organizzate per distretti, costruendo una sorta di mappa che connette e colloca spazialmente uno accanto all'altro, le aree centrali con quelle periferiche. Le informazioni sensoriali si distinguono in tre aree di sensibilità, di percezione enterocettiva, relativa all'attività degli organi interni, viscerale; di percezione esterocettiva, che raccoglie le informazioni provenienti dall'esterno, coinvolgendo i principali recettori sensoriali; di percezione propriocettiva, relativa alle informazioni provenienti dall'attività muscolare isotonica e isometrica; la rappresentazione unitaria dell'immagine corporea è costituita dalla sintesi dell'informazione sensoriale elementare delle tre aree di sensibilità. Per produrre l'unificazione è necessario che da una proiezione somatotopica, cioè di corrispondenza spaziale anatomica tra aree di proiezione primaria nella corteccia cerebrale e aree periferiche del corpo, si passi a una sintesi di tipo associativo che coinvolge diverse aree di proiezione che confluiscono in una rappresentazione unitaria di tutte le informazioni sensoriali già proiettate a livello della corteccia cerebrale. La sintesi unificante è alla base della costruzione dell'immagine corporea e dell'autorappresentazione del corpo nello spazio.

In virtù di queste confluenze nelle aree di associazione, attraverso meccanismi di sintesi astratta si costruisce l'esperienza dello spazio sia come spazio corporeo unitario sia come spazio visivo [...] In tal modo

l'autorappresentazione del corpo (immagine mentale di base) diventa, per progressivi livelli di sintesi neurologica, autorappresentazione del corpo nello spazio¹⁰.

L'autorappresentazione è alla base dell'organizzazione e del coordinamento del corpo nello spazio. Il passaggio dal corpo all'esperienza del corpo si fonda sull'integrazione di livelli fisiologici e psicologici che costituiscono l'esperienza psicofisiologica del sentire e sentirsi come presenza. L'immagine corporea si modifica in base al ruolo e alle funzioni sociali dell'individuo, in base alla modalità di percezione dell'altro e di interazione con l'altro, in base al meccanismo del rispecchiamento, di come l'altro ci rimanda la nostra immagine. La costruzione dell'immagine corporea è alla base della fenomenologia espressiva corporea ed è analizzando il meccanismo periferico dell'espressività, che si può comprendere la struttura dell'Io. L'immagine corporea consente l'elaborazione dell'immagine di sé, che si modifica anche in rapporto all'immagine ideale a cui l'individuo tende e con cui si confronta. L'immagine di sé coinvolge la postura e gli atteggiamenti posturali nella costruzione delle autorappresentazioni che la compongono. Il Sé¹¹ si presenta come componente integrata dell'Io. L'identità è la componente nucleare della struttura-processo che definiamo Io e si struttura sulla base delle coordinate psicofisiologiche dell'esperienza dell'esserci. Come afferma Ruggieri, il modo di essere della corporeità, a livello fenomenologico, è paragonabile al modo di essere di una scultura, della sua forma; la forma di una scultura ha in sé la propria logica e il proprio significato, si genera dal modo di organizzarsi della materia e nel caso della forma corporea, in quanto vivente, il modo di organizzarsi della materia deve produrre continuamente la sua forma. L'espressività corporea si struttura secondo una logica propria, interna, che rappresenta se stessa attraverso la forma, Ruggieri ipotizza di considerare l'Io come lo scultore responsabile del modo di organizzarsi della materia e il corpo una scultura che ha dentro di sé il suo scultore, cioè l'Io¹². Il problema del rapporto tra le diverse identità si presenta a livello corporeo come rapporto tra le diverse forme dell'espressività proprie dei diversi atteggiamenti posturali. Gli atteggiamenti posturali si legano alle autorappresentazioni che il soggetto ha di sé e sono espressione diretta di componenti nucleari dell'Io, di identità. Il corpo è la componente strutturale dell'Io, base di ogni esperienza ed espressività. Nel teatro è la concretezza corporea dell'attore che realizza la magia di assumere per vero il mondo dell'immaginario. La corporeità dell'attore è l'elemento essenziale, imprescindibile di ogni forma teatrale; al di là delle poetiche e degli stili, la voce e i gesti degli attori creano sulla scena il contesto di realtà teatrale in cui collocare l'azione. L'attore interpreta il personaggio sempre individuandone la struttura psicologica nel contesto. Il corpo dell'attore per poter essere l'elemento fondante il senso di realtà nella finzione teatrale, deve affermarsi come presenza. La presenza è posizione nello spazio, il posizionarsi nello spazio vuol dire assumere una postura e la postura è un modo di posizionarsi nello spazio che ha valore esistenziale, per cui un corpo afferma la sua presenza nella concretezza di atteggiamenti posturali, che hanno significato esistenziale. La postura è rappresentativa del modo in cui il soggetto organizza la sua interazione con l'ambiente esterno ed è sempre presente, nonostante lo sia in diverse forme, dipendenti da esigenze espressive particolari. Gli esseri umani presentano un numero

¹⁰ Ivi, p.84

¹¹ Nella costruzione dell'immagine di sé svolge un ruolo fondamentale l'esperienza di una forma particolare di piacere, ovvero il piacere di integrazione che nell'ottica della riflessione psicofisiologica, è inteso come traduzione a livello psicofisiologico del concetto psicodinamico del piacere narcisistico.

¹² Cfr. Vezio Ruggieri, *L'identità in psicologia e teatro*, p. 87-88.

limitato di atteggiamenti posturali, ogni individuo si caratterizza per l'assunzione di atteggiamenti posturali che contribuiscono a definire la sua personalità. L'individuo nei suoi atteggiamenti posturali abituali, definisce il suo modo di essere nel mondo, analogamente la caratterizzazione di un personaggio non può prescindere dall'individuazione di determinati atteggiamenti posturali che definiscano il modo di essere del personaggio. Poiché la postura si lega all'autorappresentazione di sé, le diverse autorappresentazioni si esprimono in diversi atteggiamenti posturali. Nel gioco del teatro l'attore deve integrare la sua postura di base con gli atteggiamenti posturali del personaggio, per realizzare l'integrazione è necessario che la postura di base del soggetto abbia caratteristiche di stabilità e flessibilità. A partire dalla constatazione che, modificando gli atteggiamenti posturali si modificano anche le autorappresentazioni che il soggetto ha di sé, la caratteristica di flessibilità della postura garantisce l'assunzione di posture leggermente diverse da quelle abituali che corrispondono a diverse autorappresentazioni, diversi ruoli, in grado di convivere con la postura di base. La postura del personaggio deve armonizzarsi con la postura di base dell'attore che solo così potrà esprimere la personalità del personaggio nei suoi atteggiamenti espressivi caratteristici. L'attore deve organizzare la sua postura in modo da poter assumere quella del personaggio senza il rischio di perdere la stabilità del suo schema posturale di base e la sua identità, in quanto gli atteggiamenti posturali sono espressione di componenti nucleari dell'Io. L'Io presenta diversi livelli funzionali: un primo livello consiste nella modalità di organizzazione dell'informazione e nella modulazione dell'attività corporea, quindi funziona come schema organizzativo; un secondo livello è funzionale alla genesi dell'Io come struttura psicodinamica, risultato della sintesi delle attività corporee che ha coordinato, è un meccanismo organizzativo che coordina l'attività del corpo che a sua volta lo genera in quanto processo psicofisiologico superiore; un terzo livello afferma l'Io come struttura psicologica che modula e gestisce istanze interne psicodinamiche e interpersonali. L'Io esiste in rapporto alle informazioni sensoriali che provengono dal corpo e che sono di tipo esteroceettivo enteroceettivo e proprioceettivo. Questi tre tipi di sensibilità sono la base per l'elaborazione dei processi cognitivi superiori ed emozionali, ad opera dell'Io; la sensibilità proprioceettiva ed enteroceettiva è funzionale anche alla costruzione del sentimento di esserci. Il corpo esiste perché l'Io ne coordina e modula il flusso di informazioni che, se sintetizzate e unificate, contribuiscono a generare l'Io medesimo; questo processo circolare costruisce l'esperienza unitaria di esserci, ad opera dell'Io stesso. L'Io coordina e unifica l'attività corporea e nell'organizzazione unitaria degli eventi corporei, genera l'esperienza del piacere narcisistico.

Il piacere narcisistico è piuttosto assimilabile a quello che si chiama "istinto di vita": ovvero il piacere che deriva *dall'integrazione di eventi corporei che, nella forma di istinto di vita, è generato dalla necessità biologica di "tenerli insieme" e dar loro "unità"*. Però anche qui saremmo in presenza di un meccanismo di tipo circolare: l'integrazione degli 86 eventi corporei è tenuta insieme dall'esperienza del "piacere di vivere"; ma è il meccanismo del tenere insieme, cioè il meccanismo di integrazione, che a sua volta genera piacere. L'integrazione genera a sua volta un vissuto soggettivo di unità. Il soggetto si avverte come "uno", e in quanto uno sente di poter svolgere le diverse funzioni percettive e manipolative nei confronti dell'ambiente¹³.

L'unità strutturale dell'Io si realizza attraverso processi di integrazione funzionale spaziale, relativa all'unificazione in un'unica rappresentazione delle diverse attività di diverse parti del corpo e

¹³ Ivi, p. 99.

temporale, relativa all'unificazione dell'attività tonica dei muscoli in diversi distretti corporei costituita da continue oscillazioni sequenzializzate temporalmente. I differenti livelli di attività dei muscoli sono percepiti soggettivamente in termini di velocità cioè di rapporti spazio-temporali, di ritmi. L'integrazione dell'Io è un'integrazione di ritmi biologici e psicologici, per cui a eventuali fratture nei ritmi corrisponderebbero fratture nell'integrità dell'Io. L'importanza dell'integrazione spazio-temporale di sequenze e di singoli eventi corporei, è nella costruzione del presente come risultato del legame temporale stabile tra eventi che si intrecciano tra loro, sintetizzati e coordinati dall'Io. Nella costruzione del presente ha un ruolo fondamentale la memoria, il meccanismo che colloca gli eventi nel tempo, legandoli tra loro per produrre la continuità dell'esperienza del tempo che è alla base del sentimento di esserci. Eventi collocati temporalmente nel passato e nel futuro risultano collegati temporalmente e contemporanei perché l'informazione relativa all'evento precedente continua a circolare in un circuito riverberante che consente all'informazione successiva di collegarsi ad essa, risultando attuale pur agendo in tempi differenti. La conservazione dell'informazione in memoria, è possibile proprio perché le connessioni sinaptiche tra neuroni formano cerchi, circuiti che garantiscono per un determinato periodo di tempo la circolazione continua dell'informazione. Nell'interrelazione tra rappresentazioni di eventi corporei, i meccanismi della memoria insieme ai processi immaginativi organizzano la percezione della realtà come esperienza corporea spaziale – temporale. L'esperienza spaziale è un modo di essere del tempo e la prima esperienza spaziale è il corpo, che con i suoi atteggiamenti posturali, il suo posizionarsi nel mondo esprime e rappresenta la propria auto-rappresentazione cioè la rappresentazione di Sé nel mondo. Le componenti espressive del corpo dipendono dall'esperienza sensoriale che trasforma l'attività corporea in vissuto esperienziale corporeo che si traduce nella forma di concreti atteggiamenti posturali, nel modo di essere del soggetto, la cui espressività è strettamente legata sia all'immagine corporea che ai meccanismi periferici muscolari di unificazione. L'integrazione corporea consiste nell'interazione stabile tra le parti che compongono la struttura corporea ed è la base strutturale dell'integrazione dell'Io in quanto l'identità nucleare del soggetto presuppone il vissuto soggettivo del piacere di integrazione. Il corpo si configura come organizzazione temporale di eventi e la postura come risultato dei rapporti spazio-temporali tra eventi¹⁴, costituendo l'impalcatura psicofisiologica funzionale dell'Io. È importante che l'attività corporea sia coordinata temporalmente con i meccanismi dell'equilibrio posturale e della gestione del peso, con gli eventi che si concretizzano nella forma di atteggiamenti posturali che, se mantenuti nel tempo, generano lo sfondo emozionale cioè l'umore di fondo dei nostri comportamenti. A ogni caratterizzazione emozionale corrispondono caratteristici atteggiamenti posturali che sono la base tonico-motoria per la produzione dei gesti. L'organizzazione posturale è una variante dell'atteggiamento posturale di base, di personalità e interessa il piano tonico e motorio dell'umore di fondo con funzione di modulazione dell'espressività. È interessante approfondire la funzione dell'umore di fondo nell'esperienza teatrale, in quanto lo sfondo emozionale influenza il rapporto

¹⁴ Il corpo è una struttura biologica che presenta caratteristiche morfologiche relativamente stabili nel tempo, la stabilità formale è il prodotto di meccanismi che coordinano i flussi di attività attraverso una particolare organizzazione di livelli funzionali spazio-temporali, che l'Io regola secondo tempi e ritmi che generano una forma apparentemente stabile di eventi corporei sequenzializzati nel tempo. La stabilità morfologica dipende anche dalla funzione di integrazione svolta dal sistema nervoso centrale, di tutte le funzioni corporee coordinate. L'interazione tra le parti genera un'unica struttura cioè il corpo, il meccanismo di integrazione è regolato dall'Io che in tal modo organizza l'unità spaziale del corpo. L'immaginazione ha un ruolo fondamentale nell'organizzazione e nella realizzazione di processi espressivi corporei, per cui si può affermare che il corpo sia diretta espressione dell'immaginazione: il corpo è la rappresentazione della rappresentazione del corpo.

tra i singoli atti del personaggio e le sue caratteristiche di base, determinando il livello di coerenza stilistica e formale dell'azione drammatica. Lo schema ritmico e motorio del personaggio deve essere coerentemente adattato allo schema ritmico e motorio di base dell'attore considerando la capacità, specifica di ogni attore, di adattarsi a nuovi schemi; in mancanza della coordinazione dei piani espressivi, l'interpretazione risulterà meccanica e priva della complessità e delle sfumature emozionali dell'espressività corporea, sia nell'esperienza teatrale che reale. La coordinazione dei piani tonico-motori propri dei differenti livelli espressivi presuppone la coordinazione delle relazioni tra eventi muscolari periferici. Le variazioni toniche dei muscoli sono funzionali per la genesi e la modulazione del feeling soggettivo, base strutturale della dimensione psicologica dell'individuo, caratterizzante la forma che le azioni assumono nella loro concretezza psico-fisica. Istanze di tipo psicologico e socio-culturale intervengono nella creazione dell'autorappresentazione immaginativa di sé e nella possibilità di assumere sub-identità nella vita e/o nel contesto teatrale come identità del personaggio; l'assunzione di sub-identità, in particolar modo per l'attore, accresce la consapevolezza del ruolo dell'immaginazione e dell'organizzazione della postura come base del processo di identificazione. Ogni identificazione rinforza la propria identità perché il rapporto identità – identificazione, è centrato sulla possibilità di assumere altre e diverse identità che siano ruoli sociali o personaggi, senza perdere la propria identità di base che in questo processo tende a rinforzarsi, per mantenere il carattere di stabilità costante nel tempo. Il passaggio repentino tra identità di base e sub-identità permette alle due situazioni di avvicinarsi nel tempo e nel gioco di alternanze, consente al soggetto di lavorare in funzione di un'integrazione tra sub-identità per generare una nuova postura. L'attore attraverso l'esperienza psicofisica dell'identificazione, produce una terza postura che consente la convivenza di sub-identità assunte temporaneamente, nell'identità di base stabile del soggetto, in funzione della creazione di una terza identità ovvero dell'identità del personaggio. L'esperienza psicofisica dell'identità del personaggio può essere assunta dall'attore in modo da poter essere presentata in risposta alla situazione-stimolo che la evoca, ogni volta, salvaguardando la stabilità della struttura dell'io. L'attore crea una terza identità globale che assume nell'identità di base del soggetto, la sub-identità del personaggio.

2.14 La postura e la gestione dinamica del peso: la funzione del Body Focus perceptual point e del rimbalzo tonico nel lavoro dell'attore

L'area del corpo in cui confluiscono e si integrano le tensioni muscolari, è definita come area di integrazione propriocettiva, organizzata e connessa all'autorappresentazione del corpo e funzionale all'equilibrio statico – posturale; è un punto di raccordo dell'attività tonica dei muscoli, rappresentativo del gioco di tensione di tutto il corpo operando una sorta di sintesi della distribuzione di tensione nei distretti corporei, che rende più rapida la risposta dei centri nervosi ad eventuali adattamenti tonico-posturali dipendenti da situazioni stimolo esterne. La regolazione dell'equilibrio posturale si basa su un continuo flusso di informazioni dell'attuale postura dell'individuo, concentrate nell'area di integrazione propriocettiva con funzione di sostegno della struttura corporea. Le aree di sostegno cambiano da soggetto a soggetto, in base alla rappresentazione mentale del corpo e alla morfologia delle posture e nel caso dell'attore, in base alla rappresentazione del personaggio. Ogni soggetto può individuare una specifica area deputata

all'orientamento del corpo nello spazio, sociale o estetico, che agisca come una sineddoche: una parte del corpo è rappresentativa del corpo intero, in rapporto con lo spazio. L'area individuata ha funzione di indicatore corpo-spazio, è a livello percettivo la parte responsabile del monitoraggio del posizionamento e delle direzioni del corpo nello spazio e definita come *body focus perceptual point*, punto di riferimento percettivo per organizzare la posizione del corpo nello spazio, che a sua volta si lega alla rappresentazione mentale di ipotesi di azioni che necessitano, per essere ipotizzate, di una percezione articolata dello spazio che andrebbero a occupare, nel loro concreto sviluppo motorio; le informazioni sensoriali propriocettive si intrecciano a quelle visive generando auto-segnali corporei attivati dalla distanza degli stimoli nello spazio e dalla possibilità di agire in rapporto ad essi. Le tensioni muscolari che orientano lo spostamento del corpo nello spazio, sono linee di forza con specifiche direzioni e versi che caratterizzano la forma del corpo in determinati atteggiamenti posturali; in relazione alla forma che il corpo assume possono essere individuate corrispondenti situazioni psicologiche, come il senso di leggerezza o pesantezza, di oppressione o di libertà, che acquistano significato psicologico nella forma di eventi corporei posturali specifici. L'assunzione di posture diverse, anche solo a livello immaginativo, produce vissuti emozionali diversi e corrispondenti all'atteggiamento posturale che li esprime, differente per ogni personaggio. La postura trasforma la realtà fisico-corporea in realtà psicologica, perché attraverso gli atteggiamenti posturali l'individuo esprime il suo modo di essere nel mondo, allo stesso modo l'attore assumendo l'atteggiamento posturale del personaggio, situazionale e temporaneo, esprime con la postura l'atteggiamento esistenziale del personaggio, il suo modo di essere e di agire nel mondo della rappresentazione drammatica. Il rapporto tra immaginazione, atteggiamento posturale e vissuto emozionale è circolare e rappresentativo di uno stile individuale di gestione dell'esperienza di realtà nel rapporto Io – mondo, attore – personaggio. Quando nel lavoro di identificazione dell'attore con il personaggio, compaiono situazioni conflittuali nell'organizzazione posturale e di equilibrio corporeo conseguenti all'assunzione dello schema postural-motorio del personaggio, è necessario considerare e individuare il conflitto tra atteggiamenti posturali in quanto conflitto tra due sub-identità e quindi tra due schemi posturali che hanno ognuno il proprio appoggio, punto di sostegno e di orientamento spaziale. La risoluzione del conflitto consiste nel creare una terza postura, che possa accogliere le due sub-identità all'interno di una condizione psicofisica che è una condizione posturale cioè atteggiamento e posizione nello spazio, con sue regole di equilibrio. Nel gioco tra identità di base stabile e sub-identità, l'attore deve essere in grado di collegare armonicamente le due posture delle due identità. Questa teoria di risoluzione del conflitto è estendibile, nel lavoro teatrale anche per situazioni non finalizzate necessariamente alla rappresentazione drammatica, ma che utilizzano i processi teatrali, estetici come base del lavoro individuale e collettivo di risoluzione di situazioni oppressive, come avviene nei laboratori, seminari e incontri di teatro dell'oppresso. Un'organizzazione della postura che sia dinamicamente stabile e flessibile è alla base di una visione unificante delle articolazioni esperienziali, di un'esperienza integrata del proprio corpo che è un'esperienza di gestione dinamica del peso e dell'equilibrio posturale. Nel percepire il proprio peso corporeo, il soggetto elabora una sensazione di pesantezza o di leggerezza che diviene rappresentabile all'esterno conferendo forma espressiva a una componente fisiologica, che può assumere significato esistenziale: il peso della vita. L'attore con le sue azioni, rappresenta un programma di dramma, un modo di conquistare progressivamente lo spazio con un progetto di azione dialogica. Una gestione serena e dinamica dei passaggi che strutturano l'azione drammatica, parte dall'idea di un progetto posturale di base stabile, di un'organizzazione dinamica delle tensioni muscolari dipendente dall'idea che l'individuo ha di se

stesso, in rapporto alla capacità di gestire queste stesse tensioni e di gestire le situazioni oppressive organizzate e ricreate come programma di dramma in cui intervenire con azioni dialogiche trasformative. Affinché l'esperienza teatrale non risulti retorica, falsa e inefficace, è possibile lavorare sull'unificazione delle componenti corporee che generano l'unità esperienziale di tutta la persona che agisce in un contesto generativo dell'azione stessa, rendendo il lavoro significativo a livello ideologico ed emozionale. È l'atteggiamento di fondo, emotivo, che dà forma alla struttura corporea, per lo sviluppo delle figure motorie espressive del significato psicologico dei gesti, generati in una sequenza con appoggio e scarica del peso, in cui i medesimi pilastri di appoggio garantiscono il sostegno per lo sviluppo del movimento successivo; il punto di fine diviene punto di inizio se organizzato e collegato da una tensione sottostante dinamicamente articolata nell'alternanza di scarica del peso con rimbalzo propria del meccanismo del rimbalzo tonico. Gli esercizi di rimbalzo tonico consentono di organizzare le tensioni corporee in modo da garantire alla tonalità affettiva di sovrapporsi, intrecciarsi, integrarsi, con le libertà dei gesti. Considerando che ogni azione nasce in una postura con un'intenzione comunicativa che ne conferirà la forma, i singoli distretti che partecipano all'esperienza di produzione del gesto, devono produrre sinergicamente l'attività, stabilendo connessioni tra i vari distretti coinvolti; la componente emozionale nasce dalle variazioni delle tensioni di base degli stessi muscoli che sono alla base dell'equilibrio posturale, per cui quando il gesto si stacca dalla regolazione dell'equilibrio posturale, dalla regolazione che unifica le parti e dal sentirsi presenti a se stessi, diventa pericoloso per la perdita di equilibrio e visibilmente meccanico. L'attenzione dello spettatore si focalizzerà su singole parti, frammentandosi, se l'azione dell'attore sarà meccanica e circoscritta perché è il soggetto stesso che nel modo di organizzare la sua manifestazione corporea pone attenzione alla parte e non a se stesso come unità che articola le sue parti. Una leggera libertà nelle ginocchia e nell'articolazione coxo-femorale, consente nella pratica esecutiva dell'esercizio, di percepire l'appoggio del peso corporeo nel piacere del contatto tra piede e pavimento, conseguentemente alla scarica del peso si origina una contro-tensione se si è predisposti intellettualmente a rilanciare la tensione verso l'alto; in caso contrario, se la struttura corporea non è disponibile ad accogliere il gioco dinamico del rimbalzo tonico¹⁵ a causa di una rigida e costante tensione di tutto il corpo, prolungata indefinitamente nel rapporto figura motoria-movimento, si appiattiscono le sfumature emozionali, le variazioni di feeling soggettivo. Il corpo è attore del processo, guidato dall'Io, nell'ascolto di sé in una determinata postura di equilibrio e di appoggio, che è la base per un rimbalzo tonico che consenta al personaggio di nascere nella persona ed è questa rinascita a creare il movimento, la gestualità corrispondente alla caratterizzazione di ogni personaggio. In teatro è possibile creare spazi di libertà esperienziali in cui rimuovere l'ostacolo coercitivo di un'identità rigida, il dinamismo del gioco del rimbalzo tonico si prefigura come possibilità di creazione di spazi di libertà esperienziali vissuti dell'attore nel dinamismo di libertà corporea, espressiva e dunque estetica.

¹⁵ Le riflessioni connesse alle modalità di svolgimento della dinamica fisiologica e psicologica del rimbalzo tonico, in rapporto con la produzione di gesti autentici e significativi, è emersa nell'ambito di diverse esperienze seminariali condotte dal prof. Vezio Ruggieri.

