

SEMIOTIC YOGA

TRA SIGNIFICANTE E SIGNIFICATO

VOLUME III

POIESIS CORPOREA

Il significante come pratica

Il corpo genera significanti.
Il significato apre possibilità.
La pratica crea nuove relazioni.



AUTOPOIESI • SEMIOSI • POIESIS

La Spirale semiotica

MARCO BAGGI-AI

PROLOGO

Dal significare alla pratica

I primi due libri hanno seguito il sorgere di una condizione. Il vivente non incontra un mondo già dato che deve semplicemente rappresentare. Vive nella continuità delle proprie correlazioni senso-effettorie e delle coordinazioni che la sua storia rende possibili. Nell'umano questa storia raggiunge una particolare possibilità ricorsiva.

Una coordinazione accade. Un'altra coordinazione accade nel corpo che porta già la storia della precedente. L'osservatore può porle in relazione: in questa coordinazione ricorsiva può sorgere il significato-ponte. Il corpo così modificato entra nella coordinazione successiva. E la storia continua.

Per un essere umano udente questa ricorsività trova nel sonoro una possibilità straordinariamente estesa. Una parola può richiamarne un'altra. Una frase può continuare nella successiva. Possiamo conversare per ore, raccontare una vita, progettare un edificio, discutere un problema, leggere un intero libro.

Questa possibilità non deve essere superata. È una delle possibilità più ricche del corpo umano.

Ma proprio la sua ricchezza può renderla dominante. Una parola accade. Un'altra coordinazione accade nel corpo che ne porta la storia. La relazione ricorsiva fra coordinazioni può far sorgere un significato-ponte. La parola successiva sorge quindi in un corpo già modificato.

Il Semiotic Yoga non cerca di interrompere questa ricorsività. Cerca di rendere disponibile un corpo più intero dal quale possa sorgere il significante successivo.

Il Libro III comincia qui. Non aggiunge una teoria ai primi due libri. Propone una pratica.

La Spirale

La pratica viene organizzata attraverso la Spirale semiotica. Non è la rappresentazione di ciò che l'essere umano è. Non assegna significati alle parti del corpo. Non stabilisce che un movimento significhi una determinata emozione, che una direzione rappresenti il passato o il futuro, che destra e sinistra costituiscano necessariamente un'opposizione.

La Spirale è una mappa per generare esperienza corporea. Il praticante la percorre. E percorrendola modifica la storia corporea dalla quale continueranno a sorgere significanti e significati.

La Spirale è una mappa per generare esperienza corporea. Il praticante la percorre. E percorrendola modifica la storia corporea dalla quale continueranno a sorgere significanti e significati.

ore 3 → Dissolvenza → ore 6 → Spazio → Costruzione → ore 3

E di nuovo. Non è un cerchio che riporta allo stesso punto. È una ricorsività. Quando il praticante ritorna alle ore 3, la configurazione che incontra può essere la stessa. Il corpo che la incontra non è più esattamente lo stesso.

PARTE I · ORE 3

Ciò che è già sorto

CAPITOLO 1

Ciò che è già sorto

La pratica non comincia dal vuoto. Comincia da qualcosa che sta già accadendo.

Una frase. Un volto. Un dolore. Una telefonata. Una persona.
Un problema tecnico. Una

decisione. Un conflitto. Un desiderio. Una paura. Una posizione
del proprio corpo.

Qualcosa è già stato distinto. E nel momento in cui è stato distinto possiede già una storia. Il praticante non deve impedire che questo accada. Non potrebbe farlo.

La sua struttura presente è il risultato della propria storia di trasformazioni. Ciò che incontra può far sorgere in lui configurazioni differenti proprio perché incontra quel corpo e quella storia.

La parola è corpo. Ciò che interessa è rendere più ricca la storia
corporea

dalla quale nascerà la parola successiva.

«Ho mal di schiena»

Un paziente dice: «Ho mal di schiena». Il terapeuta comprende immediatamente la frase. Non riceve quattro suoni neutrali che dovrà successivamente interpretare. La frase entra nella sua storia.

Può sorgere il ricordo di un proprio dolore. Può sorgere una diagnosi. Può sorgere una tecnica appresa. Può sorgere una regione corporea. Può sorgere extra-pelvi. Può sorgere il ricordo di avere trattato in passato le lombalgie attraverso retro-lombi senza ottenere il risultato atteso.

Tutto questo non si trova dentro la frase pronunciata dal paziente. È ciò che quella frase può far sorgere nella storia di quel terapeuta.

Per un altro terapeuta potrebbe sorgere altro. Per il medico potrebbero sorgere una diagnosi, un esame, un antinfiammatorio o un antidolorifico. Per una persona che anni prima ha sofferto di lombalgia potrebbe sorgere il ricordo del proprio dolore.

Ore 3 è la condizione nella quale qualcosa è già significativo.

Anche la forma è già significativa

Davanti al praticante non ci sono soltanto parole. C'è un corpo. E neppure quel corpo viene visto come una distribuzione neutra di punti, linee e superfici.

Alta. Bassa. Rigida. Morbida. Curva. Diritta. Piacevole.
Sgradevole. Sofferente. Forte.

Fragile.

Molte di queste distinzioni possono sorgere prima ancora che il praticante se ne accorga. La Spirale non insegnerà al praticante a vedere il corpo dell'altro «correttamente». Gli permetterà di vivere la possibilità che quella forma non sia necessaria.

Il significato non è l'errore

Il Semiotic Yoga non cerca una condizione precedente al significato nella quale sarebbe possibile conoscere finalmente la realtà così com'è. Non considera il significato una contaminazione. Non cerca di diventare un osservatore neutrale.

Se alla frase «ho mal di schiena» nel terapeuta sorge extra-pelvi, questo sorgere appartiene alla sua storia. Se davanti a una persona sorge «rigido», anche questo appartiene alla sua storia.

La pratica non dice: non devi pensare extra-pelvi. Dice:
extra-pelvi è sorto.

CAPITOLO 2

Il corpo che entra nella Spirale

Alle ore 3 entra quindi un corpo già significante. Non una mente che osserva il corpo. Non un corpo al quale dobbiamo chiedere una risposta più autentica. Non una coscienza che utilizza il corpo come strumento.

Entra il praticante intero nella propria storia presente.

Un movimento laterale non viene eseguito perché il laterale possiederebbe un significato. Ante-retro non rappresenta il tempo. Latero-medio non rappresenta gli opposti. Intra-extra non rappresenta interiorità ed exteriorità.

Se durante queste configurazioni sorgono tempo, opposizione, apertura, chiusura, protezione, esposizione o qualsiasi altra distinzione, esse appartengono alla poiesis dell'osservatore. Sono significati possibili. Non sono contenuti nella Spirale.

La Spirale offre configurazioni del movimento. Il praticante genera

significati vivendo quelle configurazioni nella propria storia.

Organizzazioni del movimento

Spugna → Medusa → Pesce/latero-medio → Anfibio/ante-retro →
Mammifero/intra-extra →

articolazioni → lingua → velari → palatali → dentali → labiali

Questa successione non significa che durante la pratica il corpo debba ripercorrere l'evoluzione. Non stiamo sostenendo una ricapitolazione filogenetica.

L'osservazione dei sistemi viventi e della storia delle loro possibilità di movimento ci ha permesso di distinguere alcune organizzazioni corporee. La pratica utilizza queste distinzioni nel corpo umano presente.

L'evoluzione aiuta l'osservatore a distinguere la mappa. Il praticante vive il

movimento.

CAPITOLO 3

Ricorsività

La sequenza non è una collezione di esperienze. Questo è uno dei punti centrali dell'intero Semiotic Yoga. Il praticante non vive Spugna + Medusa + latero-medio + ante-retro + intra-extra. Se così fosse, avremmo soltanto aggiunto esperienze corporee.

La pratica è ricorsiva. Il praticante vive Spugna. Poi vive Medusa nel corpo che ha già vissuto Spugna. Vive latero-medio nel corpo modificato dalle coordinazioni precedenti. Ante-retro sorge nel corpo che conserva quella storia. Intra-extra non sostituisce ante-retro.

Interezza come qualità ricorsiva di un corpo nel quale le coordinazioni precedenti continuano a partecipare alle successive.

La ricorsività dominante

Non tutte le modalità significanti possiedono nell'essere umano la stessa capacità ricorsiva. Per l'udente il sonoro può sostenere una ricorsività enormemente lunga.

Una parola accade. Un'altra coordinazione accade nel corpo che ne porta la storia. La relazione ricorsiva fra coordinazioni può far sorgere un significato-ponte. La parola successiva sorge quindi in un corpo già modificato. La ricorsività può continuare in una frase, in un'altra frase, in una pagina, in un intero libro.

Il visivo e il tattile possono partecipare alla ricorsività, ma nell'udente generalmente non possiedono la stessa estensione. Una configurazione visiva può generarne un'altra. Un contatto può modificare il successivo. Un gesto può continuare in un altro gesto. Ma dopo poche coordinazioni il praticante udente tende facilmente a tornare alla parola.

Non è un difetto. E non dobbiamo allenare il praticante affinché diventi artificialmente altrettanto ricorsivo nel visivo o nel tattile. La loro funzione nella Spirale è diversa.

Ausili alla ricorsività corporea

Visivo e tattile possono modificare il corpo dal quale continuerà la ricorsività dominante. Il praticante vede il proprio braccio muoversi. Sente una pressione. Percepisce il piede sul pavimento. Una mano

incontra l'altra. La lingua incontra il palato. Una posizione modifica la distribuzione delle tensioni.

Queste coordinazioni non devono produrre una lunga narrazione visiva o tattile. Entrano nella storia corporea. Per questo sono particolarmente utili durante la Costruzione.

**Il visivo, il tattile e il posturale possono modificare
profondamente il corpo**

dal quale nascerà la parola successiva.

Prima della Dissolvenza

Siamo ancora alle ore 3. Il praticante non ha corretto nulla. Non ha trovato una soluzione. Non ha cercato un significato migliore. Non ha deciso di essere meno giudicante. Non ha tentato di svuotare la mente.

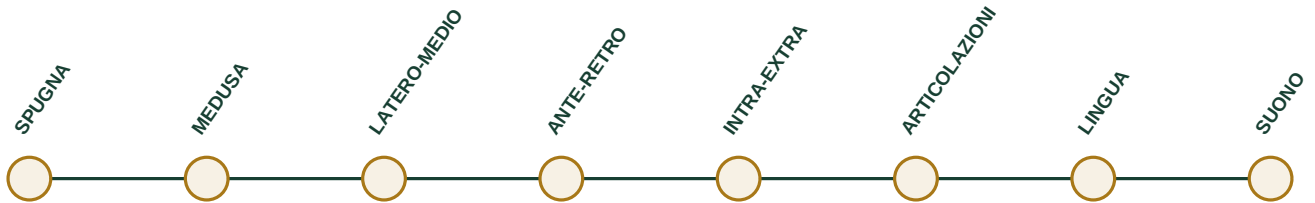
**qualcosa è stato distinto; un significante sta vivendo; un
significato è già sorto; il proprio**

corpo possiede già una storia rispetto a ciò che incontra.

Proprio questo corpo può ora cominciare a muoversi lungo la Spirale. Dalle ore 3 alle ore 6. Non per cancellare ciò che è sorto. Per attraversarne la Dissolvenza.

LA RICORSIVITÀ CORPOREA ACCADE NEL TEMPO

Ogni coordinazione successiva accade nel corpo che porta la storia delle precedenti.



Spugna lascia storia

Medusa accade nel corpo che ha vissuto Spugna

Latero-medio accade nel corpo già modificato

Ante-retro e intra-extra ricorrono sulla storia precedente

Articolazioni, lingua e suono emergono da un corpo progressivamente più intero

CORPO PRESENTE

*Il significante successivo sorge da questo corpo,
non dal corpo che era entrato nella Spirale.*

PARTE II · DALLE ORE 3 ALLE ORE 6

Dissolvenza La Dissolvenza comincia da ciò che alle ore 3 è già sorto. Una frase è già una frase. Una forma è già una forma. «Ho mal di schiena» non arriva al praticante come una successione neutra di suoni. È già comprensibile. Ha già fatto sorgere significati. Anche il corpo che pronuncia quella frase è già una forma: una persona, una postura, un volto, un modo di muoversi.

Frase-forma → parola-forma → fonema-linea → suono-punto →
Spazio

La Dissolvenza non cerca una realtà più vera sotto le forme.
Permette a ciò

che è già significativo di perdere progressivamente la necessità
della

configurazione nella quale è sorto.

CAPITOLO 4

Frase - Forma

Alle ore 3 la complessità è già organizzata. «Ho mal di schiena» è una frase. Non sentiamo normalmente ho - il - mal - di - schiena. Sentiamo immediatamente un intero significativo.

Lo stesso accade con ciò che vediamo. Non incontriamo normalmente una distribuzione di superfici, linee, volumi e movimenti. Vediamo un paziente. E immediatamente quel paziente può apparirci curvo, rigido, dolorante, anziano, giovane, forte, fragile.

Frase e forma: molte differenze partecipano a un intero che viene vissuto

come unità.

Il praticante comincia la Dissolvenza proprio da questa unità. Non deve negarla. La forma continua ad esserci. La frase continua a essere comprensibile. Ma le differenze che partecipano all'intero possono tornare distinguibili.

La forma che ho già generato

Posso accorgermi che, mentre l'altro parlava, avevo già cominciato a costruire una configurazione: «È una lombalgia». «È rigido». «Conosco questo problema». «Dovrei lavorare qui». Oppure: «Non mi sta ascoltando». «Fa sempre così». «Questo cliente non comprerà». «Mio figlio non capisce».

Questa è la forma che è sorta in me.

Il praticante può continuare a viverla senza doverla immediatamente utilizzare per determinare l'azione successiva. La forma comincia a perdere compattezza.

CAPITOLO 5

Parola - Forma

La frase può ora essere attraversata come insieme di parole: Ho. Il. Mal. Di. Schiena. Non è un'analisi grammaticale. Il praticante non cerca il significato corretto di ciascuna parola.

Permette alla parola di essere incontrata senza dover mantenere continuamente l'intero significato della frase. «Schiena» può essere pronunciata. Poi ancora. Il suono continua ad appartenere alla lingua italiana. Il significato può continuare a sorgere. Ma la parola può anche essere vissuta nella sua emissione.

La lingua si muove. La mandibola partecipa. L'aria attraversa la bocca. Il suono viene emesso e contemporaneamente ascoltato. La parola comincia così a essere anche azione corporea.

La forma può fare lo stesso percorso

Anche ciò che vedo può perdere progressivamente la necessità dell'intero. Non devo più mantenere costantemente il corpo del paziente. Può emergere una spalla. Una curva. Una superficie. Una piega del vestito. Una direzione. Una distanza. Un movimento. Una zona di luce.

Il corpo dell'altro non viene smontato realmente. È il praticante che sta modificando la propria coordinazione con ciò che vede.

Anche il proprio corpo entra nella Dissolvenza

Una configurazione corporea inizialmente vissuta come intera può perdere progressivamente la propria compattezza. Possono diventare distinguibili una tensione, una direzione, un appoggio, una superficie di contatto, una pressione.

Non stiamo cercando componenti anatomiche fondamentali. Stiamo permettendo alla forma corporea già distinta di non essere l'unica possibilità di coordinazione.

CAPITOLO 6

Fonema - Linea

La parola può perdere ancora parte della propria necessità. «Schiena» non deve più rimanere necessariamente schiena. La continuità sonora può essere attraversata nelle differenze che permettono alla parola di sorgere.

Fonemi. Articolazioni. Passaggi della lingua. Modificazioni del flusso d'aria. Aperture e chiusure. Il praticante non deve diventare fonetista. La pronuncia e ne vive la materia sonora.

Un fonema possiede ancora una configurazione riconoscibile,
ma non deve

più sostenere da solo il significato dell'intera parola.

Dalla forma alla linea

Qualcosa di analogo può avvenire nel visivo. La spalla che avevo distinto può non dover rimanere spalla. Una sua parte può essere vissuta come linea. Una curva. Una direzione. Un confine.

Il profilo non deve necessariamente continuare a essere il profilo di quella persona. Può essere semplicemente una linea che cambia mentre la persona respira o si muove.

Linea è una nuova distinzione dell'osservatore. È utile perché
rende meno

necessaria la forma precedente.

La coordinazione si accorcia

Il sonoro dell'udente possiede una straordinaria possibilità ricorsiva. Un fonema può entrare in una sillaba, la sillaba in una parola, la parola in una frase, la frase in un'altra frase. La linea visiva, invece,

difficilmente sostiene da sola una ricorsività altrettanto lunga.

Il visivo non sostituisce la parola. Interrompe temporaneamente
il suo

monopolio ricorsivo.

CAPITOLO 7

Suono - Punto

La Dissolvenza può procedere ancora. Il fonema può perdere la necessità della propria configurazione articolatoria riconoscibile. Rimane un suono. Una vibrazione. Un'emissione. Un'interruzione. Un passaggio d'aria sonorizzato.

Non importa più che quel suono appartenga a una parola. Non importa neppure che debba diventare il fonema successivo. Può terminare.

La Dissolvenza permette al suono di non dover chiamare
necessariamente

un altro suono.

Punto

Anche la linea può perdere la necessità della propria continuità. Il praticante può incontrare un punto. Non il punto anatomico corretto. Non un punto energetico. Non un punto dotato di un significato particolare.

Una pressione sotto un dito. Un contatto del piede con il
pavimento. Un punto visivo. Un

contatto della lingua con il palato. Una piccola regione di
tensione.

Non dobbiamo stabilire che cosa quel punto significhi. È sufficiente che possa essere distinto. E che possa cessare.

La Dissolvenza non distrugge

La frase non viene cancellata. Il paziente non scompare. Il problema lavorativo non viene dimenticato. La relazione familiare continua a esistere. Il significato sorto alle ore 3 appartiene ancora alla storia del praticante.

È cambiata la necessità di continuare immediatamente quella
stessa

configurazione.

CAPITOLO 8

Accorgersi durante la Dissolvenza

La Dissolvenza non riguarda soltanto l'oggetto iniziale. Mentre la percorre, il praticante può distinguere il proprio modo di partecipare alla relazione.

Sto insistendo. Sto cercando di portarlo dove voglio io. Sto ripetendo la stessa spiegazione.

Ho già deciso che cosa significa quello che mi sta dicendo. Sto aspettando una particolare

risposta.

Non serve una grammatica aggiuntiva per produrre queste distinzioni. Possono sorgere perché la configurazione nella quale ero immerso sta perdendo necessità.

Anche la nuova distinzione può diventare immediatamente una nuova forma: «non devo insistere». La Dissolvenza può attraversare anche quella. Non deve sostituire una necessità con un'altra.

Non correggersi

Accorgersi di essere stati insistenti non significa dover diventare immediatamente meno insistenti. Accorgersi di avere giudicato non significa imporsi di non giudicare. Accorgersi di aver voluto determinare la risposta dell'altro non significa costruire una nuova regola morale.

Il Semiotic Yoga non dice quale comportamento dovrà sorgere dopo.

Permette di non essere costretti a continuare necessariamente quello che

era già sorto.

CAPITOLO 9

Ore 6 - Spazio

Alla fine della Dissolvenza non troviamo una risposta. Troviamo Spazio. Spazio non significa assenza di attività nervosa, di pensieri o di significati. Non significa aver raggiunto uno stato superiore di coscienza. Non significa essere diventati neutrali. E soprattutto non significa essere arrivati alla realtà così com'è.

Il corpo che arriva alle ore 6 possiede tutta la propria storia. Ha ancora imparato una lingua. Ha ancora vissuto relazioni. Ha ancora studiato medicina, ingegneria, musica o terapia. Ha ancora amato, sofferto, lavorato, fallito, imparato.

Nulla di questo deve essere cancellato.

«Mente vuota»

Alcune tradizioni cinesi o giapponesi potrebbero descrivere condizioni operative vicine attraverso espressioni traducibili come mente vuota. Possiamo riconoscere una vicinanza esperienziale senza aver bisogno di identificare le due cose.

Nel Semiotic Yoga preferiamo Spazio. Le ore 6 servono perché
il praticante

possa ripartire.

Il corpo rimane

Quando la frase ha perso necessità, quando la forma ha perso necessità, quando il suono può terminare, quando il punto può cessare, rimane il corpo. Non un corpo originario. Non un corpo precedente alla cultura. Non il «vero corpo».

Rimane il corpo presente con tutta la propria storia strutturale,

momentaneamente meno costretto a continuare la
configurazione

precedente.

Da qui può cominciare la Costruzione.

PARTE III · DALLE ORE 6 ALLE ORE 3

Costruzione Alle ore 6 il praticante non ha trovato una soluzione. Ha attraversato la Dissolvenza. Rimane il corpo presente, con tutta la propria storia, disponibile a vivere nuove coordinazioni. La Costruzione non ricostruisce ciò che è stato dissolto. Non percorre semplicemente al contrario punto-linea-forma-oggetto. Costruisce esperienza corporea.

Spugna → Medusa → Pesce/latero-medio → Anfibia/ante-retro →
Mammifero/intra-extra →

articolazioni → lingua → articolazione sonora

La sequenza è una mappa. Non dobbiamo rappresentare questi organismi. Dobbiamo vivere le organizzazioni del movimento che ci hanno permesso di distinguerli.

CAPITOLO 10

Spugna

Deformarsi senza direzione Cominciamo dalla possibilità più semplice che abbiamo scelto di distinguere. Un corpo può modificare la propria forma senza che il movimento debba essere organizzato attorno a una direzione locomotoria.

La Spugna ci serve per questo. Non chiediamo al praticante di imitare una spugna. Non affermiamo che il corpo umano contenga uno stadio-spugna. Non attribuiamo alla spugna un significato simbolico.

Spugna è il nome che abbiamo dato a una organizzazione del movimento.

Comprimere. Lasciare espandere. Cedere. Ricevere una pressione. Modificare una superficie

di appoggio.

Il primo evento della Costruzione

La Spugna non deve produrre un significato. Può produrlo. Può sorgere morbido, cedere, pesante, piacevole, fastidioso, protezione, abbandono. Questi significati appartengono alla storia del praticante. Non definiscono Spugna.

pressione → deformazione → nuova configurazione → nuova pressione

Il corpo comincia a costruire una storia. È questa storia, non la parola

«spugna», che deve proseguire nella Spirale.

CAPITOLO 11

Medusa

La radialità La Medusa non sostituisce la Spugna. Se il praticante abbandonasse Spugna e cominciasse Medusa, starebbe semplicemente eseguendo una sequenza di esercizi.

La deformabilità rimane disponibile. A questa storia si aggiunge una nuova organizzazione. Una parte può diventare momentaneamente centro di movimenti che si distribuiscono radialmente.

Medusa accade nel corpo che ha appena vissuto Spugna.

Espansione. Avvicinamento. Allontanamento. Contrazione.
Rilascio.

Centro e periferia non sono ancora un significato

Il praticante potrebbe vivere una relazione centro-periferia. Questo non significa che centro rappresenti il Sé o periferia il mondo. Non significa interiorità, exteriorità, apertura o chiusura.

Questi significati possono sorgere. Sono poiesis
dell'osservatore. La Spirale

propone una coordinazione.

CAPITOLO 12

Pesce

Latero - medio Con il Pesce introduciamo una nuova organizzazione del movimento. Compare una locomozione nella quale la relazione latero-medio può diventare particolarmente distinguibile.

Il praticante non imita il nuoto di un pesce. Vive la possibilità che il movimento di una parte laterale si coordini con un asse medio e con l'altro lato del corpo.

destra → medio → sinistra → medio

Ma il corpo non deve diventare un pendolo. Una variazione laterale modifica il medio. Il medio modificato partecipa alla coordinazione successiva. L'altro lato non incontra più il corpo iniziale.

Il movimento lascia storia.

Latero-medio non significa opposizione

Destra e sinistra possono far sorgere nel praticante significati di opposizione. Possono sorgere io/altro, sì/no, favorevole/contrario, entrare/uscire. Ma l'opposizione non appartiene a latero-medio.

Latero-medio è una organizzazione corporea che il praticante può

distinguere e vivere. Il significato rimane libero.

CAPITOLO 13

Anfibio

Ante - retro Il corpo che entra in ante-retro possiede già una storia. Ha vissuto deformazione, radialità, latero-medio. Ora può vivere un'altra organizzazione del movimento.

Ante-retro non cancella latero-medio. Mentre un arto avanza, il corpo continua a possedere lateralità. Mentre il corpo arretra, continua a possedere medio.

Avanti. Indietro. Propulsione. Retropulsione.

La nuova coordinazione ricorre sulla storia precedente.

Ante-retro non significa tempo

È possibile che un osservatore associ ante al futuro e retro al passato. Può essere una poiesis interessante. Può diventare materiale di pratica. Ma non appartiene alla struttura significativa della Spirale.

Ante-retro è movimento. Il tempo è una distinzione che può sorgere

nell'osservatore.

CAPITOLO 14

Mammifero

Intra - extra Con intra-extra distinguiamo un'altra possibilità. Il movimento non riguarda soltanto la relazione del corpo con una direzione esterna. Il corpo possiede una enorme dinamica interna.

Contemporaneamente il corpo continua a entrare in relazione con superfici, gravità, oggetti e altri corpi. Possiamo distinguere intra-extra.

Respirazione. Pressioni. Movimenti viscerali. Variazioni toraciche e addominali. Tensioni

fasciali.

Non stiamo dicendo intra = me, extra = mondo. Quello sarebbe già un significato. La pratica propone di vivere coordinazioni nelle quali dinamiche interne e relazione esterna possano essere distinte mentre partecipano allo stesso movimento.

CAPITOLO 15

Tre organizzazioni nello stesso corpo

Il praticante non possiede un corpo latero-medio, poi un corpo ante-retro, poi un corpo intra-extra. Possiede un solo corpo la cui storia si sta modificando.

latero-medio → latero-medio ↔ ante-retro → latero-medio ↔
ante-retro ↔ intra-extra

Quando ritorno a latero dopo avere vissuto ante-retro e
intra-extra, latero

non è più necessariamente il latero di prima. Questa è
ricorsività.

Neppure questo schema è sufficiente: non si tratta di tre assi geometrici aggiunti. Ogni nuova coordinazione modifica il modo in cui possono essere vissute le precedenti.

CAPITOLO 16

Interezza

Interezza non significa che il praticante percepisca contemporaneamente ogni parte del proprio corpo. Non significa integrazione perfetta, equilibrio, armonia, salute o stato corporeo ideale.

Interezza indica una qualità della coordinazione: ciò che è stato vissuto può

continuare a partecipare a ciò che viene vissuto successivamente.

Spugna partecipa a Medusa. Medusa partecipa a latero-medio. Latero-medio continua in ante-retro. Ante-retro continua in intra-extra. E intra-extra modifica nuovamente il modo in cui possono essere vissute tutte le coordinazioni precedenti.

L'interezza non è quindi il risultato finale della Costruzione. È ciò che la ricorsività sta progressivamente rendendo possibile.

CAPITOLO 17

Le articolazioni

Differenziare senza frammentare La costruzione può ora diventare più fine. Il corpo umano possiede articolazioni che permettono una enorme differenziazione del movimento.

Coxa e humerus. Genu e cubitus. Talus e carpus. Pre-digiti.
Mani. Piedi. Dita.

Quanto può differenziarsi una parte senza che il corpo perda la propria

continuità ricorsiva?

Il praticante può muovere una articolazione mentre conserva la storia corporea costruita precedentemente. Non stiamo passando dal movimento globale al locale come se il locale sostituisse il globale.

Un dito può muoversi, ma appartiene ancora a un corpo latero-medio, ante-retro, intra-extra. La differenziazione aumenta. L'interezza non deve diminuire.

CAPITOLO 18

La lingua

Un movimento straordinariamente differenziato Arriviamo a una regione particolare del corpo umano. La lingua può modificare rapidamente forma e posizione. Può entrare in relazione con differenti regioni della bocca e coordinarsi con mandibola, labbra, palato, respirazione e laringe.

Il praticante può viverne il movimento prima che quel movimento debba necessariamente diventare parola.

avvicinarsi → toccare → premere → ritirarsi → cambiare
superficie di contatto

velari → palatali → dentali → labiali

Non le utilizziamo innanzitutto come categorie linguistiche da studiare. Le utilizziamo come possibilità di movimento e coordinazione.

Il sonoro sta per tornare

Il corpo che muove la lingua non è il corpo delle ore 3. Ha attraversato la Dissolvenza. Ha attraversato Spazio. Ha vissuto ricorsivamente organizzazioni del movimento. Ha differenziato articolazioni.

Ora la lingua può partecipare alla produzione sonora. Un suono può sorgere. Poi un altro. Una sillaba. Forse una parola.

La parola successiva può sorgere da una storia corporea diversa
da quella

dalla quale era sorta la parola precedente.

CAPITOLO 19

Il ritorno della parola

Non volevamo liberarci del linguaggio. Non volevamo arrivare a una condizione nella quale il corpo sarebbe finalmente autentico perché non parla. La parola è corpo. Dopo la Costruzione può tornare. Ma ora una parola non deve necessariamente sorgere soltanto dalla parola precedente. Può sorgere dal corpo che ha vissuto pressione, deformazione, radialità, latero-medio, ante-retro, intra-extra, articolazione, contatto, movimento della lingua, suono.

Il visivo e il tattile non hanno sostituito il sonoro. Hanno partecipato alla

modificazione del corpo dal quale il sonoro può nuovamente sorgere.

CAPITOLO 20

Tornare alle ore 3

La Costruzione non termina con una parola particolare. Non dobbiamo aspettare una intuizione. Non dobbiamo produrre una soluzione. Il praticante ritorna alle ore 3.

Il paziente è ancora davanti a lui. La frase può essere ancora «Ho mal di schiena». Il problema aziendale esiste ancora. Il conflitto familiare non è magicamente scomparso. La decisione deve forse ancora essere presa.

La Spirale non ha modificato necessariamente l'oggetto. Ha modificato la storia corporea presente del praticante che torna a incontrarlo.

«Ritornare» alle ore 3 non significa tornare indietro nel tempo. Le ore 3 indicano nuovamente una condizione della relazione; il corpo che vi arriva porta irreversibilmente la storia di ciò che è accaduto nella Spirale.

«Ho mal di schiena» - di nuovo

Alle prime ore 3, «Ho mal di schiena» aveva fatto sorgere nel terapeuta una determinata storia. Durante la Dissolvenza quella configurazione ha perso parte della propria necessità. Durante la Costruzione il terapeuta ha vissuto ricorsivamente la propria corporeità.

Ora ritorna davanti allo stesso paziente. Può sorgere extra-pelvi. E può sorgere una pressione, una manipolazione, una mobilitazione. Oppure può sorgere una domanda, un'altra regione corporea, l'attesa. Può non sorgere nulla.

La Spirale non stabilisce quale possibilità sia corretta.

CAPITOLO 21

L'azione significativa

Questo è il punto nel quale la poiesis corporea torna nella relazione. Il terapeuta può premere extra-pelvi. Il lavoratore può pronunciare una frase diversa. Il genitore può tacere. L'insegnante può fare una domanda. Il medico può proporre un esame. Il musicista può produrre un suono.

Ciò che sorge può diventare azione significativa nella relazione. Non è necessario che il praticante costruisca prima una spiegazione completa dell'azione.

Il significato-ponte ha partecipato alla storia presente del praticante.

L'azione successiva sorge quindi in un corpo che porta anche quella coordinazione.

Non è necessario trasformare il significato-ponte in una teoria da trasferire all'altro. Il significato non agisce come un agente interno che ordina l'azione successiva: partecipa alla storia del corpo dal quale quella nuova coordinazione può sorgere.

CAPITOLO 22

L'altro

Qui incontriamo il limite fondamentale della poiesis. Il praticante può vivere la propria Spirale. Non può vivere quella dell'altro. Può parlare, toccare, proporre, premere, muoversi, tacere. Può generare un significante nella relazione. Ma ciò che quel significante farà sorgere nell'altro appartiene alla storia dell'altro.

Questo non significa che siamo separati. Siamo in relazione perché le nostre azioni possono perturbare reciprocamente le nostre dinamiche. Ma relazione non significa determinazione.

Il significato che sorge in me non diventa per questo il
significato che deve

sorgere nell'altro.

CAPITOLO 23

La Spirale continua

ore 3 → Dissolvenza → ore 6 / Spazio → Costruzione → ore 3 →
azione significativa → nuovo

sorgere

E quindi ancora: Dissolvenza, Spazio, Costruzione, nuovo incontro. La Spirale non risolve. Continua. Ogni ritorno porta con sé la storia dei ritorni precedenti. Il praticante non diventa progressivamente una persona che possiede più risposte. Diventa un corpo con una storia più ricca di possibilità di coordinazione.

PARTE IV · LA POIESIS NELLA VITA

La stessa Spirale, mondi differenti

La Spirale non termina quando il praticante lascia il luogo nel quale ha praticato. La sua funzione appare quando il corpo che l'ha vissuta torna nella relazione.

Un paziente. Una riunione. Un figlio. Una mail. Un medico. Un progetto. Una discussione.

Un'intelligenza artificiale. Una decisione.

In ciascuna di queste situazioni qualcosa può diventare significante e far sorgere significati. Siamo nuovamente alle ore 3.

Non occorre una Spirale diversa per ogni attività umana.
Cambiano ciò che

viene incontrato, la storia del praticante, le competenze e le azioni che

possono sorgere. La pratica rimane la stessa.

CAPITOLO 24

Il corpo che arriva alle ore 3

Il praticante non arriva mai alle ore 3 come praticante soltanto. Arriva come la persona che è diventata vivendo.

Il terapeuta ha studiato e praticato un metodo. Il medico ha attraversato anni di formazione, pazienti, diagnosi, errori, terapie. Il lavoratore ha imparato prodotti, procedure, clienti, colleghi, responsabilità. Il musicista ha ripetuto migliaia di volte movimenti che ora non deve più deliberare. Il genitore possiede una storia irripetibile di coordinazioni con il proprio figlio.

Tutto questo ha modificato il corpo. Non dobbiamo liberarcene per

praticare Semiotic Yoga. È precisamente quel corpo che entra nella

Spirale.

CAPITOLO 25

Metodo, schema, esperienza

Un metodo può modificare profondamente il corpo di chi lo pratica. Il terapeuta che ha studiato medicina tradizionale cinese non possiede soltanto informazioni sui meridiani. Il terapeuta che ha praticato manipolazione fasciale non possiede soltanto una mappa delle fasce. Il medico non possiede soltanto nozioni. L'ingegnere non possiede soltanto formule.

Anni di studio, osservazione e azione modificano ciò che può sorgere quando quella persona incontra una situazione. Uno schema diventa esperienza. E l'esperienza diventa parte della struttura presente del praticante.

Un metodo vissuto può modificare il corpo dal quale sorgono successive

distinzioni e azioni. La Spirale lavora su quel corpo. Non certifica il metodo.

Il metodo non entra nella Spirale come verità

Il Semiotic Yoga non deve stabilire preventivamente quale metodo sia quello corretto da incorporare. Metodi differenti possono possedere differenti gradi di validazione scientifica e differente efficacia dimostrata. Il Semiotic Yoga non cancella queste differenze e non le certifica come equivalenti.

CAPITOLO 26

Il terapeuta

Un paziente dice: «Ho mal di schiena». Il terapeuta ascolta. Qualcosa sorge. Nel nostro esempio: extra-pelvi. Questo sorgere non viene prodotto dalla Spirale. Appartiene alla storia del terapeuta.

Il suo corpo è stato modificato da studio, manipolazioni, successi, errori, pazienti precedenti e pratica corporea. Tutto questo può essere presente alle ore 3.

Posso essere responsabile della mia azione; non posso appropriarmi di ciò

che essa deve significare per l'altro.

Dissolvere senza perdere la competenza

Il terapeuta non deve dimenticare ciò che sa. Non deve diventare ingenuo davanti al paziente. Attraversa la Dissolvenza affinché ciò che sa non debba essere necessariamente ciò che farà.

«Ho mal di schiena» → frase meno necessaria; corpo osservato
→ forma meno necessaria;

«sto cercando conferma» → nuova distinzione dissolvibile

Costruire

Dallo Spazio il terapeuta attraversa la Costruzione. Non cerca un'altra diagnosi. Vive ricorsivamente il proprio corpo. Spugna. Medusa. Latero-medio. Ante-retro. Intra-extra. Articolazioni. Lingua. Suono.

Quando ritorna alle ore 3, extra-pelvi può sorgere nuovamente. Può seguire una pressione, una manipolazione, una mobilitazione. Può sorgere un'altra azione. Può sorgere una domanda. Può sorgere l'attesa. La Spirale non sceglie.

L'azione del terapeuta

Quando il terapeuta preme, mobilita, utilizza un ago, applica calore, una coppetta o propone verbalmente un movimento, entra nuovamente in coordinazione con il paziente.

La competenza rimane. La precisione rimane. La responsabilità professionale rimane.
Ciò che viene meno è la pretesa che il proprio significato debba diventare
necessariamente quello del paziente.

CAPITOLO 27

Il medico

Nel medico la situazione presenta una differenza importante. La pratica medica richiede decisioni. Un sintomo può richiedere un esame. Un risultato può richiedere un intervento. Una condizione può imporre tempi rapidi.

Il medico può accorgersi che una configurazione diagnostica sta diventando troppo necessaria. Può attraversare la propria Spirale e rendere disponibile una corporeità differente dalla quale osservare nuovamente il paziente.

Può sorgere un'altra domanda, un particolare prima trascurato, un esame differente. Oppure può tornare esattamente alla prima decisione. La Spirale non garantisce una diagnosi migliore.

La decisione clinica rimane sottoposta alle conoscenze, alle evidenze e alle responsabilità proprie della medicina.

Il Semiotic Yoga non sostituisce il metodo clinico. Lo pratica il medico, non

la medicina.

CAPITOLO 28

Il lavoro

Non si è organizzato. Il cliente si arrabbierà. Bisogna consegnare. Trova sempre problemi.

Devo intervenire.

Una riunione può iniziare alle ore 3. Un collaboratore dice: «Non possiamo consegnare venerdì». Il significato sorge immediatamente.

Non c'è nulla di anomalo. Quella frase incontra la storia lavorativa di chi la ascolta. Il problema nasce quando quella configurazione diventa così necessaria da organizzare tutte le coordinazioni successive.

Durante la Dissolvenza può sorgere: sto cercando di ottenere nell'altro il

mio significato.

Insistere

Spiego. L'altro non risponde come mi aspettavo. Spiego meglio. Aggiungo argomenti. Alzo il tono. Porto esempi. Uso la mia autorità. Posso avere l'impressione di stare semplicemente rendendo più chiaro il mio pensiero.

Non occorre condannarsi. È un avvenimento distinguibile. E può essere dissolto.

Tornare alla relazione

Dopo la Costruzione posso ritornare alla stessa frase. Forse continuo a ritenere indispensabile consegnare venerdì. Il Semiotic Yoga non insegna a essere accomodanti.

«Dobbiamo consegnare venerdì.» / «Che cosa impedisce la consegna?» / «Che cosa

riusciremmo a consegnare?» / una soluzione tecnica / una decisione netta

La poiesis non prescrive quale azione sia eticamente superiore. Ha reso nuovamente disponibile il corpo dal quale l'azione viene generata.

CAPITOLO 29

La famiglia

Nelle relazioni familiari la ricorsività possiede una storia particolarmente lunga. Una parola non incontra soltanto ciò che è accaduto oggi. Può incontrare anni di coordinazioni.

Un tono di voce, uno sguardo, una frase già pronunciata molte volte possono far sorgere immediatamente un mondo. Prima ancora che l'altro finisca di parlare, posso sapere che cosa sta per dire. O almeno così può apparirmi.

Quando il praticante ritorna alle ore 3, l'altro possiede ancora tutta la propria storia. Anche il praticante. Ma la coordinazione successiva non deve necessariamente essere la ripetizione della precedente.

La Dissolvenza non chiede di dimenticare la storia familiare.
Permette alla

frase di non dover continuare necessariamente nella stessa storia.

CAPITOLO 30

Insegnare

L'insegnante possiede qualcosa che desidera trasmettere: conoscenze, tecniche, distinzioni, procedure. Non dobbiamo fingere che insegnare non abbia questa funzione.

Ma ciò che viene proposto dall'insegnante non entra nell'allievo come una copia. L'allievo coordina ciò che incontra secondo la propria storia.

Insegnare può aumentare la precisione della proposta senza richiedere

l'identità dei significati.

costruire con grande cura ciò che propongo / non pretendere di possedere il modo in cui

dovrà vivere nell'altro

CAPITOLO 31

L'artista

Anche l'artista entra alle ore 3. Una tela. Una frase. Una materia. Un suono. Una fotografia. Un movimento. Qualcosa è già significativo.

La pratica non serve a produrre un'opera più originale. Può però permettere che la configurazione già sorta perda necessità. Il pittore non deve sapere subito che cosa sta dipingendo. Lo scrittore può lasciare che una frase perda la necessità di continuare nel modo previsto. Il musicista può lasciare terminare un suono.

Dopo la Costruzione può sorgere un nuovo significante. E poi un altro. L'opera può diventare il luogo nel quale questa ricorsività lascia tracce.

Il dipinto può essere un significante sufficientemente costruito da

continuare a generare significati in chi lo incontra.

Cézanne

Non è necessario uscire di casa cercando il soggetto che possiede il significato giusto. Montagna. Fiume. Persona. Tavolo. Possono diventare occasioni per generare un'opera.

Una telefonata, una riunione, una conversazione, un viaggio possono essere vissuti come opere che iniziano e terminano, senza che il praticante debba stabilire preventivamente quale significato dovranno produrre.

CAPITOLO 32

Il praticante e l'intelligenza artificiale

L'intelligenza artificiale introduce una situazione particolare. Può generare una quantità molto grande di significanti: parole, alternative, formulazioni, immagini, strutture, connessioni.

Per un praticante questo può essere estremamente utile quando una configurazione precedente ha perso necessità e si rendono disponibili nuove possibilità. Ma l'AI non sostituisce la Costruzione corporea.

Il praticante può attraversare Dissolvenza e Costruzione e poi incontrare i significanti generati dall'AI. Uno di essi può far sorgere qualcosa, essere rifiutato, modificato o portare a una distinzione che non sarebbe sorta nella precedente ricorsività sonora.

L'AI diventa così un possibile generatore di significanti nella relazione. Non deve diventare il luogo al quale delegare il significato.

L'AI può aumentare i significanti disponibili senza necessariamente

modificare il corpo che li distingue. La Spirale compie un lavoro differente.

CAPITOLO 33

Non esistono Spirali professionali

Non esiste la Spirale del terapeuta come metodo differente dalla Spirale del lavoratore.
Non esiste la Spirale del medico o la Spirale dell'artista.

Possiamo costruire pratiche dedicate al terapeuta, al medico, al lavoratore o all'artista, non perché cambiamo la Spirale, ma perché cambiano le situazioni proposte, le competenze coinvolte e i significanti che possono entrare nella relazione.

Esiste un praticante la cui storia corporea è stata modificata da esperienze

differenti.

ore 3 → Dissolvenza → Spazio → Costruzione → ore 3

CAPITOLO 34

La competenza non viene sospesa

Il praticante non deve rinunciare alla propria competenza per diventare disponibile. Un chirurgo non entra in sala operatoria dimenticando la chirurgia. Un ingegnere non dimentica la fisica. Un terapeuta non dimentica il proprio metodo. Un imprenditore non dimentica il bilancio. Un genitore non dimentica la storia del proprio figlio.

La Dissolvenza non cancella la storia. Le impedisce momentaneamente di diventare l'unica continuazione possibile. La Costruzione aggiunge esperienza a quella storia. Il ritorno alle ore 3 la rende nuovamente disponibile.

La storia non è l'ostacolo alla poiesis. È ciò da cui la poiesis può continuare.

CAPITOLO 35

Responsabilità

La Spirale non rende il praticante irresponsabile delle proprie azioni. Al contrario. Se non posso attribuire all'altro il significato che è sorto in me, devo assumere con maggiore precisione la responsabilità di ciò che faccio io.

L'altro rimane legittimo nella propria storia. Responsabilità e legittimità dell'altro emergono dalla stessa condizione relazionale.

Questo è ciò che è sorto nella mia storia e questa è l'azione che ho scelto di

compiere.

Il terapeuta della pressione. Il medico della decisione clinica.
L'imprenditore della decisione

aziendale. L'insegnante della proposta. Il genitore della propria azione.

CAPITOLO 36

Auto-rispetto

Il praticante non deve neppure colonizzare sé stesso. Questo è il motivo per cui la Spirale viene vissuta nella condizione emotiva dell'auto-rispetto.

Se durante la Dissolvenza sorge «ho insistito», non deve trasformarsi necessariamente in «ho sbagliato e non devo più farlo». Se durante la Costruzione non sorge nulla di nuovo, la pratica non è fallita. Se alle ore 3 ritorna esattamente lo stesso significato, non significa che il praticante non sia stato abbastanza bravo.

La propria storia è anch'essa legittima. L'auto-rispetto permette di

incontrarla senza doverla difendere e senza doverla distruggere.

CAPITOLO 37

La poiesis non produce necessariamente novità

Potremmo essere tentati di misurare la pratica dal numero di nuove possibilità che genera. Sarebbe un errore.

Dopo la Spirale può sorgere qualcosa di inedito. Ma può anche sorgere la stessa decisione, lo stesso gesto, la stessa diagnosi, la stessa parola.

La poiesis non richiede originalità. Richiede che la coordinazione possa tornare disponibile alla vita.

La differenza non consiste necessariamente nel contenuto dell'azione. Può

consistere nella storia corporea dalla quale quell'azione è nuovamente

sorta.

CAPITOLO 38

Vivere la Spirale

Non occorre percorrerla formalmente ogni volta. Un praticante esperto porta con sé la storia delle Spirali che ha vissuto.

A volte la Dissolvenza potrà durare a lungo. A volte una parola potrà perdere necessità in pochi istanti. A volte servirà tornare alla pratica corporea completa. A volte sarà sufficiente sentire un appoggio, una pressione, un movimento della lingua o lasciare terminare un suono perché il corpo ritrovi una storia più ampia.

Non utilizzare la Spirale per produrre continuamente qualcosa di nuovo, ma vivere in modo tale che, quando qualcosa diventa necessario, il corpo conosca la possibilità di dissolverlo, rendersi nuovamente intero e incontrarlo ancora.

La Spirale, progressivamente, diventa storia del praticante.

Qualcosa accade → ore 3 → Dissolvenza → Spazio → Costruzione
→ ore 3 → azione → relazione

→ qualcosa accade.

CONCLUSIONE

La stessa Spirale, mondi differenti

Terapia. Medicina. Lavoro. Famiglia. Insegnamento. Arte.
Intelligenza artificiale.

Non sono sette applicazioni di una teoria. Sono sette esempi di mondi nei quali un corpo praticante entra in relazione. Ogni volta cambiano le storie, i significanti, i significati, le responsabilità e le azioni possibili. Ma rimane una stessa possibilità.

distinguere ciò che è sorto → lasciarne dissolvere la necessità → ritornare al corpo

significante → costruirne ricorsivamente l'interesse → tornare alla relazione → lasciare

sorgere l'azione → non appropriarsi del mondo dell'altro

La poiesis corporea non aggiunge un mondo agli altri mondi. È l'arte di

continuare a generarli senza dimenticare che li stiamo generando.