Introduzione

Il corpo è nella morsa delle pratiche culturali,
la sua natura è culturale

Georges Devereux, *Saggi di etnopsichiatria generale*

Un attacco al corpo senza precedenti è in corso nell'epoca della modernità: autolesionismo, tentati suicidi, disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, ma anche tutte le forme di disturbi a espressione somatica, patologie autoimmuni e non solo, sintomi dissociativi, ritiro sociale…

La concezione del corpo è oggi divenuta sempre più complessa: non più solo entità biologica, ma spazio di espressione, costruzione identitaria, relazione con il mondo esterno, sempre maggiormente influenzato da media, tecnologia e nuove dinamiche sociali. Non si può che iniziare dal corpo se vogliamo comprendere chi siamo e cosa significhi essere umani… noi siamo e abbiamo un corpo (Gallese e Morelli, 2024).

Già un secolo fa la filosofia con Husserl ha distinto tra *körper*: il corpo fisico, oggettivato dalle scienze, insieme di organi, occupante uno spazio, e *leib*: corpo vissuto soggettivamente, centro di esperienze che sta alla base del rapporto che la persona ha con il mondo ed espressione diretta dell'identità dell'essere umano. Pur esplicitandosi secondo varie prospettive, il corpo rimane unico e invariante: nella coincidenza di *leib* e *körper* – scrive Binswanger (1936) – "corpo e psiche fanno uno".

Con le neuroscienze parliamo oggi di *embodied cognition* e associamo al normale sviluppo la capacità di integrare questi due aspetti. Inoltre non solo si ritiene che il più primitivo senso di sé sia un sé corporeo, ma che questo sé corporeo sia intrinsecamente un sé relazionale.

Quindi il corpo inteso alla base dell'identità e delle relazioni. Ma molto spesso, i percorsi di costruzione identitaria e relazionale in adolescenza possono incontrare ostacoli e motivi di inciampo, che possono dar luogo anche a sviluppi psicopatologici. Non c'è nulla di più intimo ed estraneo allo stesso tempo della nostra identità corporea ed è proprio nella relazione tra il corpo e l'immagine, che ci portiamo nella mente, che esiste uno scarto, una deriva che rende questa relazione instabile e insicura. Oggi, il corpo è concepito come lo scenario affollato di tutte le manifestazioni psichiche prodotte dalla mente dell'uomo, una sorta di teatro delle emozioni e dei sentimenti dall'alfabeto misterioso; lì è conservata tutta la nostra storia, le nostre ferite, i nostri traumi.

Le interrogazioni sul corpo attraversano in verità tutto il pensiero moderno. "Cosa può un corpo?" si domanda Gilles Deleuze nelle sue *Lezioni su Spinoza*. Può essere moltissime cose in questo momento, ma anche nessuna nello stesso tempo. È il corpo aggredito, sedotto, decifrato, insidiato, manipolato da chirurghi plastici, osannato e divinizzato da teenager di tutto il mondo occidentale e nello stesso tempo è proprio quel corpo che conserva traccia di ogni trauma, violenza, abuso, poiché se la mente può cancellare e rimuovere, "il corpo" – come scrive lo psichiatra van der Kolk – "tiene il conto" (*the body keeps the scor*e) e non dimentica nulla.

Esiste dunque un isolamento dell'anima a cui corrisponde un estraniarsi del corpo. In questa solitudine esso non è più vissuto come proprio e quello che rimane è lo scarto tra il corpo idealizzato e il corpo oggettivato. La dimensione di "essere il proprio corpo" e di "incontrare altri corpi" nel mondo è compromessa, l'unica forma di conoscenza possibile è affidata all'impoverimento della soggettività per tentarne un

recupero su di un piano astratto. Quello che si vuole evitare è il confronto con l'esistenza, capace di grandi disillusioni, mantenendo intatta la dimensione ideale per cui il mio corpo, non abitando il mondo, non ne resterà sconfitto.

Ma la scomparsa di questo si manifesta soprattutto nella mutazione incontrollabile del corpo digitale in rete. Le piattaforme social, parte ormai integrante della quotidianità della vita di milioni di adolescenti, hanno costruito un'immagine corporea completamente diversa da quella delle generazioni precedenti. Il corpo, grande assente nella sua percezione emotiva e fisica, diventa una sorta di oggetto ossessivamente idealizzato e, nello stesso tempo, fonte di dolorosa insoddisfazione, per chi sente di non aderire ai modelli proposti. Non a caso la comunicazione digitale ha contribuito al diffondersi di fenomeni come i disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, l'autolesionismo, il ritiro sociale estremo (hikikomori), le challenge suicidali e, in generale, un aumento del discontrollo degli impulsi nelle sue forme più dolorose.

È un esilio del corpo.

Ma le partite che si giocano sull'identità corporea sono molte in questo momento storico. I progressi della medicina hanno permesso la sopravvivenza di soggetti affetti da patologie croniche a evoluzione infausta grazie alla donazione di organi da parte di soggetti solitamente giovani e sani, deceduti improvvisamente per incidenti stradali. L'identità di genere, oltre a essere oggetto di riflessioni dal punto di vista psicologico, è argomento di dibattito in ambito sanitario in relazione ai possibili percorsi di transizione, nonché bersaglio di contese politiche riguardo la "teoria gender". Difficile non pensare alle parole profetiche di Pier Paolo Pasolini che scriveva proprio di come il consumismo avesse il potere di annullare la vitalità dei corpi, di omologarli e di renderli tutti tragicamente indistinti. Così le sue parole: "Siamo stanchi di diventare giovani seri o contenti per forza, o criminali, o nevrotici: vogliamo ridere, essere innocenti, aspettare qualcosa dalla vita, chiedere, ignorare. Non vogliamo essere subito già così, senza sogni".

Questo viaggio attraverso il corpo ci porterà a visitare molte declinazioni di tale deriva somatica e delle innumerevoli forme che la sofferenza può prendere in questi tempi così difficili e complessi. Nelle lotte che caratterizzano il *turning point* dell'adolescenza, in quel percorso che Alessandra Lemma ha definito con una sintesi felice "trasformare il corpo che si ha, nel corpo che si è" (Lemma, 2023) cominciano ad apparire difficoltà e disagi, e il corpo nell'adolescente può diventare ripudiato, persecutorio ed estraneo.

Il libro è articolato in tre parti. Nella prima viene approfondita la tematica di quanto esso possa essere integrato nell'unità psiche-soma o vissuto come estraneo. Vengono riprese le radici del nostro rapporto con il corpo nell'ambito dello sviluppo fisiologico, a partire dall'infanzia, con l'acquisizione dello schema corporeo e la costruzione della propria immagine corporea. Si passa poi alle turbolenze portate dallo sviluppo puberale: per l'adolescente, il corpo diviene quell'inquietante estraneo che minaccia la sua continuità identitaria. Se i nuovi dati percettivi non vengono integrati nella costruzione di una nuova rappresentazione di sé, si può generare la sensazione di avere un corpo che non esprime il suo vero essere, e che può apparire intollerabilmente estraneo, e dunque oggetto di attacchi distruttivi, come vedremo successivamente in modo più specifico.

Si parla anche delle perturbazioni legate alle esperienze che facciamo nel mondo reale e nel mondo virtuale, nella faticosa ricerca di un'identità sentita sempre più spesso fragile e indefinita, fino alle problematiche legate al genere.

Nella seconda parte si entra nella dimensione di quello che si declina come un vero e proprio attacco al corpo, nelle sue molte e complesse sfumature, attraverso un esame delle diverse espressioni psicopatologiche che interessano la corporeità di cui sentiamo ormai frequentemente parlare anche nelle cronache dei giornali, e che affollano i nostri servizi. Vediamo un corpo disturbato e disturbante che porta le cicatrici dei traumi vissuti, delle violenze subite, che parla della sua sofferenza anche attraverso sintomi somatici, patologie

autoimmuni, disturbi alimentari, autolesionismo, tentativi di suicidio. A queste tematiche sono dedicati i capitoli centrali, con alcune esemplificazioni cliniche tratte dalle esperienze degli autori.

Nell'ultima parte, vengono descritte alcune terapie basate su una nuova attenzione agli aspetti corporei: dalla terapia dello specchio e la *videoconfrontation* per i disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, fino all'*eye movement desensitization reprocessing* (EMDR) per il trattamento del trauma, ma anche tutte le forme espressive di applicazione dell'arte ai percorsi terapeutici, come la danzamovimentoterapia, la musicoterapia, l'*art therapy* o le tecniche corporee come lo yoga.

Sentieri ancora poco conosciuti e poco esplorati nella pratica clinica quotidiana, ma che possono fornire interessanti spunti e positive sinergie alle terapie più tradizionali, per un progetto di cura che possa tenere assieme e integrare le diverse istanze che costituiscono ciascuna persona.

Il testo è rivolto a tutti coloro che si occupano di sofferenza psichica, ma anche a insegnanti, genitori, e a tutti quelli che incontrano l'enigma del corpo, nel rapporto con l'altro e con loro stessi.

Laura Dalla Ragione
Renata Nacinovich

Bibliografia

Deleuze G (2010). Cosa può un corpo? Lezioni su Spinoza. Trad. it. Bologna: Ombre Corte, 2020.

Devereux G (1978). Saggi di etnopsichiatria generale. Trad. it. Roma: Armando Editore, 2007.

Gallese V, Morelli U (2024). Cosa significa essere umani. Corpo, cervello e relazione per vivere il presente. Trad. it. Milano: Raffaello Cortina, 2024.

Lemma A (2023). Le identità transgender. Un'introduzione contemporanea. Milano: Franco Angeli.

Pasolini P (2015). Lettere luterane. Milano: Garzanti.