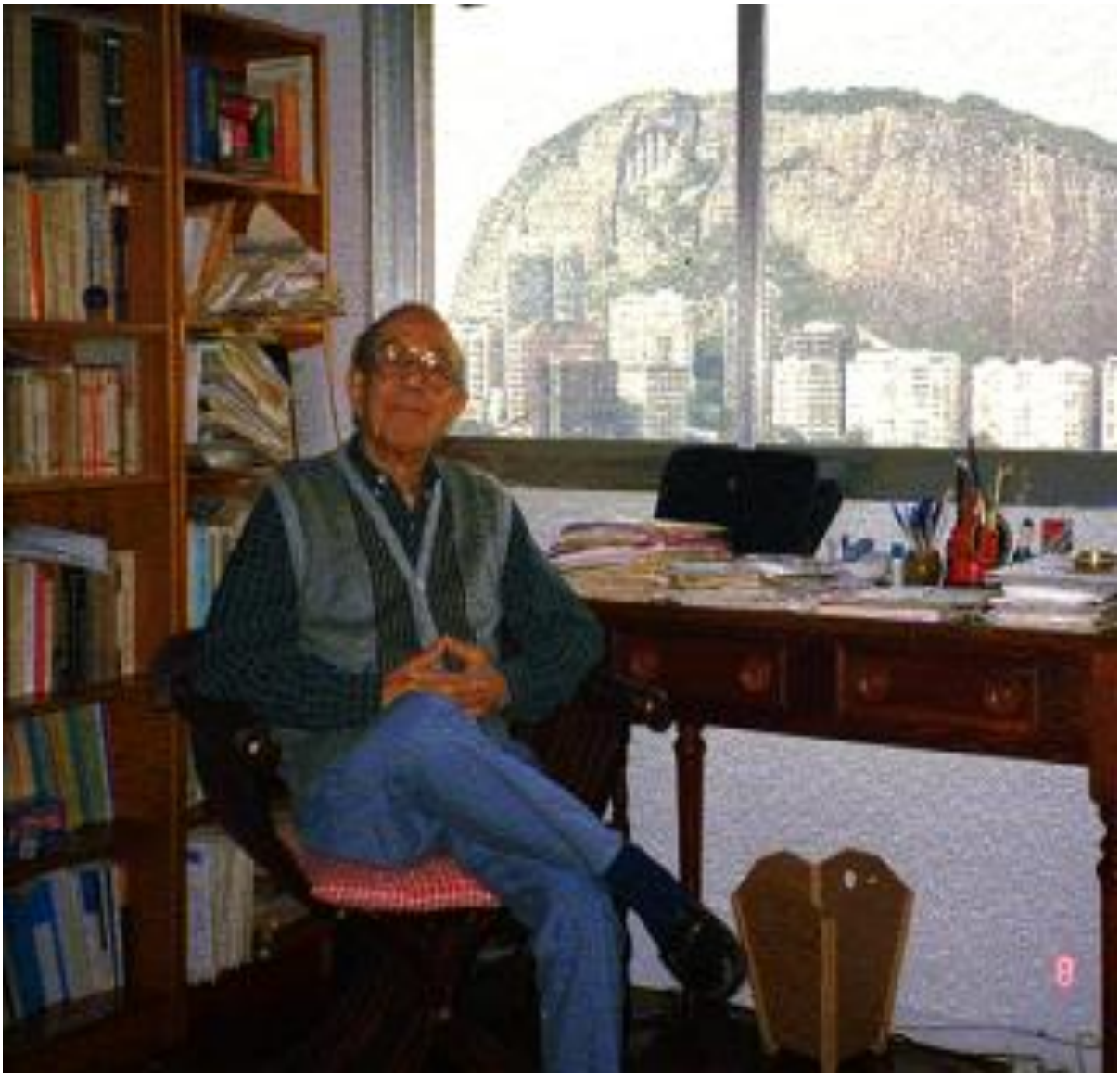
In onore di Federico Navarro
“sento” la necessità di ricordare
la dicotomia lacerante dell’uomo/professore
profondamente vissuta
con l’inestinguibile curiosità e la rigorosa attenzione del cercatore

In copertina, olio 30 x 20 di Teresa Cristofaro

Giuseppe Giannini

Elogio del sentire

IFeN – Istituto Federico Navarro
Sito Web : www.ifen.net
Napoli Dicembre 2003



Federico Navarro
nel suo studio a Rio de Janeiro
1995

Indice

Prologo……pag. 5

Il Progetto……pag. 6

Origine del titolo……pag. 8

Etimologia & Semantica……pag. 10

Sensorialità……pag. 12

Sensibilità……pag. 13

Extrasensorialità……pag. 15

Intuizione……pag. 19

Deduzione……..pag. 20

Sensi & Sentimento……..pag. 22

Sentimenti (affetti – emozioni)……pag. 24

Ragione & Raziocinio……..pag. 30

Emozione (energia – Frölich – vita)……pag. 31

Recupero > Maturità……..pag. 32

La Comunicazione. Analogie in chiave fisica……..pag. 33

Mappa degli stati di coscienza (Fisher)……pag. 35

La gamma degli stati mentali (Fisher)……pag. 36

Note di base……pag. 38

Prologo

Questo progetto doveva essere realizzato "a quattro mani, quattro occhi e due cuori", primo passo di un cammino verso l'affascinante sfera della visione olistica del vivente, ove il mio compagno di viaggio, quasi un "Virgilio" dell'era moderna, mi avrebbe accompagnato.
Ma, in modo coerente al suo stile permeato di essenzialità, nell'Ottobre 2002 lui, il Professore Federico Navarro, ha concluso la sua esperienza terrena, lasciandomi nella condizione di dover o meno intraprendere senza la sua presenza fisica quanto insieme convenuto.
In questo Dicembre 2003, risuonandomi il suo incitamento "ma di che cosa hai paura", decido di avventurarmi da solo, consapevole che la mia frequentazione pressoché quotidiana del suo "effetto presenza" nell'arco dei suoi ultimi 7 anni possa comunque "funzionare".

Il Progetto

Richiamandomi alla mia attonita lettura del "Sigillo dei Sigilli", eccelsa opera dell'abate Giordano Bruno, il progetto richiedeva, perché realizzasse il suo intento in analogia con la visione bruniana, la presenza contemporanea di almeno 2 punti di osservazione diversi, utili a concretizzare una chiave di lettura olistica.

Due logiche.

Ed ecco il primo problema.

Nota. Va detto, nella logica di essenzialità come stile di pensiero di Federico, che "ove esistono problemi coesistono soluzioni" e "ciò che risulta irrisolvibile non è un problema".
Federico dava grande importanza all'uso costante della *chiave epistemologica* (studio critico dei principi e dei risultati delle varie scienze al fine di determinarne l'origine, il valore ed i limiti), della *chiave etimologica* (dal Greco ètymos logos – verace discorso, origine dei termini linguistici), della *chiave semantica* (parte della Linguistica generale che studia i significati e gli spostamenti di significato delle parole). Tutto ciò, aspetto essenziale dello stile rigoroso a lui consono, produceva l'"effetto presenza", analogamente al catalizzatore in chimico/fisica od all'enzima in biologia.
Ciò detto, il primo fraintendimento linguistico/nodo da sciogliere nell'accezione del termine "logica" sta nell'uso comune di tale parola. Essa, provenendo dal Greco *lògos* – discorso, esprime in sé la base del pensiero.

Va da sé che, essendo noi provvisti di due emisferi cerebrali funzionanti rispettivamente secondo *logica* analitica/razionale il sinistro e secondo *logica* analogica/irrazionale il destro ed essendoci in ogni dove del pianeta la predominanza dell'uno sull'altro, risulta necessario indagare sul come sia possibile realizzare un sincronismo funzionale tra le due logiche.
La necessità risulta essere evolutiva in quanto, da ciò che emerge dalla giovane scienza chiamata Psiconeuroendocrinologia, la percezione integrata (sesto senso), sintesi dell'integrazione sincronizzata dei due emisferi, necessita di entrambe le logiche perché possa funzionare.
Nella cultura attualmente convenzionale risulta chiaramente dominante l'aspetto analitico/razionale (razionale ma non necessariamente ragionevole), per cui l'attenzione del ricercatore è gioco/forza attratto dall'aspetto analogico/irrazionale, funzione essenziale dell'emisfero destro, ove la causa/effetto lascia il posto all'insieme, all'intuire, al "Sentire".

Origine del titolo

Già nel 1996, a Cosenza presso la Biblioteca Nazionale, il Professor Navarro trattò l'argomento nel Convegno Nazionale per l'appunto intitolato "Elogio del Sentire".
Tale titolo era intenzionalmente mutuato in analogia dal libro del Professor Henry Laborit "Elogio della Fuga".
Henry Laborit aveva dato spunto, con il suo libro, a rivedere in chiave funzionale un'aspetto fin troppo trascurato dalla Neuropsicologia, anche se ampiamente trattato da C.G.Joung ed altri, vale a dire il "Sentire".
Così come, nell'"Elogio della Fuga", Laborit rivalutava dal punto di vista funzionale il meccanismo rettiliano della Fuga non opponendolo ma restituendogli pari dignità a quello della Reazione aggressiva, parimenti, in modo analogo a livello Limbico e Corticale, Navarro identificava nel Sentire un 'aspetto tanto sottovalutato quanto necessario alla funzione espressa dalla consapevolezza di Sé ipoteticamente presente in un Carattere maturo.
Vale la pena, per esplicitare l'analogia, ricordare per sommi capi alcune osservazioni di base scaturite dal lavoro di H.Laborit:
Nel mondo animale, l'emozione Paura scaturita dal vissuto di ricevere un'Azione aggressiva genera naturalmente la possibilità di due risposte entrambe funzionali: la Reazione aggressiva o la Fuga, a seconda che il principio di realtà suggerisca l'una o l'altra delle due soluzioni.
Comunque vada, il risultato sarà sempre quello più consono alla legge di natura del "massimo rendimento e minimo sforzo".

Solo nell'essere umano (o forse in alcuni altri primati) avviene un blocco all'azione, una "paura della paura", che non permette l'esplicitarsi dei due meccanismi funzionali prima citati (Reazione aggressiva o Fuga), la qualcosa genera una situazione di malfunzionamento evidenziabile sia a livello muscolare che neuro-ormonale che energetico. Da ciò il passaggio al fisiopatologico fino alla patologia conclamata.
Analogamente a queste osservazioni di base, dalle ricerche neurofisiologiche risulta sempre più evidente che un pieno funzionamento del livello pre-corticale e corticale non può prescindere da uno stato di sincronismo emisferico, condizione necessaria ma non sufficiente all'esprimersi delle potenzialità cerebrali, altrimenti enormemente sotto utilizzate.
Ma perché ciò avvenga è necessario sbloccare i meccanismi inibitori, di probabile origine culturale e non solo, che permettano al *Sentire*, aspetto essenziale dell'emisfero destro, di esprimersi pienamente.
Quindi "Elogio del Sentire" come intento del proporre un riequilibrio nella percezione del reale, in cui la necessità di poter disporre di due punti di contatto col percepibile rende possibile la condizione minima percettiva, la interdimensionalità.

Etimologia & Semantica

Senso, dal Latino *sensum,* in generale, facoltà di ricevere impressioni da stimoli interni o esterni, in particolare, determinato ordine di *sensazioni* riferite ad uno speciale apparato sensoriale.
Sensazione, manifestazione originaria e fondamentale della vita psichica: effetto prodotto da stimoli (esterni ed interni di varia natura, intensità e sede) che colpiscono organi di *senso.*
Le *sensazioni,* elaborate e valutate dalla coscienza, nonché fissate e rievocate dalla memoria, sono alla base della percezione e costituiscono perciò il processo iniziale della conoscenza che fornisce la materia ed i contenuti del pensiero.
Sentire, verbo transitivo, apprendere attraverso i sensi (tranne la Vista), ma anche riconoscere un'affetto, sperimentare, stimare; come verbo intransitivo, riconoscersi, trovarsi in determinata condizione.
Dalla radice greca ση (sigma eta – se) > vedere; *sentire,* quindi, come una forma di vedere.

Dalla Conferenza del Prof. Navarro "Elogio del Sentire", Cosenza 1996: "Il *vedere* è fondamentale per entrare in contatto con la realtà e creare le nostre aspettative o i nostri interventi nella realtà.
I filosofi della Scolastica giustamente dicevano che nulla c'è nell'intelletto che prima sia stato nei sensi.
Quando parliamo del *vedere* e cioè questa forma ottimale del *sentire,* è importante tener presente che solamente il mammifero umano è capace di vivere la quarta dimensione, la dimensione spazio/temporale.

Il *vedere,* dalle ultime ricerche in Oftalmologia*,* è qualche cosa che si apprende dopo la nascita.
In realtà, nella vita intrauterina, il mammifero umano privilegia l'aspetto acustico e soltanto dopo la nascita è capace di vedere, apprendere a vedere e poi guardare.
Attraverso la progressiva maturazione della *sensorialità* (il limite che diventa leva n.d.r.) possiamo riuscire ad intendere cosa sia la *sensibilità*. In relazione alla *sensibilità* è necessario tener presente che essa è un elemento totalmente individuale."

Sentimento, atto e modo del *sentire*, coscienza del proprio essere, affetto, pensiero, intendimento, particolare tonalità affettiva piacevole o spiacevole che accompagna la sensazione; riguarda la situazione del soggetto verso un determinato oggetto e costituisce perciò un'atteggiamento dell'Io profondo, nucleo dell'interiorità individuale.

Sensorialità

Gli organi e le funzioni del *sentire,* a partire dagli organi di *senso* (telecettori e propriocettori) alle più sofisticate funzioni talamiche ed ipotalamiche fino alle funzioni percettive ed integrative corticali, producono comunque una proiezione percettiva, una rappresentazione del reale alterabile. Ciò perchè un qualsiasi malfunzionamento di uno o più di essi genera, come ampiamente dimostrato dagli studi della Psicologia della Gestalt (Palo Alto,California), un'*ipotesi percettiva*, una percezione alterata, verosimilmente analoga al *blocco all'azione* riferita dal livello rettiliano ed originata dall'emozione paura.
A livello sensoriale quindi ritroviamo così la *paura del sentire.*

Sensibilità

La capacità di apprendere attraverso i sensi, in Fisiologia, la capacità di avvertire gli stimoli provenienti dall'ambiente esterno e/o dall'interno dell'organismo e di tradurli in sensazioni, vale a dire la *sensibilità*, stabilisce la base dello stato di coscienza, rappresentato e modulato dal funzionamento corticale, espresso graficamente dal tipo di onda prevalente nell'Elettroencefalogramma.
La *sensibilità* è quindi funzione dello stato di coscienza, a sua volta orientato dalla dominanza emisferica.

Da Navarro: " In Patologia, il disturbo fondamentale della *sensibilità* individuale è legato alle manifestazioni allergiche.
La capacità di riconoscere e distinguere ciò che ci è *con-geniale* da ciò che ci è *anti-geniale,* vale a dire gli antigeni, è responsabile delle manifestazioni reattive di rigetto, di rifiuto legate alla *sensibilità*.
Essa diventa quindi un elemento caratteristico dell'Io, localizzabile, dal punto di vista biologico, nel Timo.
La funzione timica permette di considerare la struttura più o meno matura dell'Io.
Un Io immaturo, quindi con una funzione timica deficitaria, è definito da una accentuata *sensibilità* ad essere contagiato da fattori esterni e/o interni di instabilità ed è caratterizzato da una densità energetica bassa se non insufficiente.
Un esempio eclatante di quanto affermato è la cosiddetta Sindrome da Immuno-Deficienza Acquisita (SIDA o AIDS).
Personalmente ritengo un errore scientifico il parlare di sindromi immunitarie deficitarie acquisite, in quanto la condizione di

immaturità dell'Io, dovuta alla funzione timica deficitaria, è, a mio avviso, la responsabile di sindromi immunitarie deficitarie innate. Prova ne sia, oltre all'AIDS, il riacutizzarsi di malattie endemiche come il Colera, la Tubercolosi, etc.
A mio avviso, l'emergere dell'AIDS è da considerare legato a difetti di comunicazione, di contatto (del *sentire)*, avvenuti tra feto e madre, neonato e madre, tali da pregiudicare fortemente la funzione timica e quindi la maturazione dell'IO.
La *sensibilità,* e quindi il *sentire,* mette l'organismo in grado di attivare le proprie funzioni biologiche."

Extrasensorialità

Dato il notevole squilibrio da cui è attualmente penalizzato, il nostro apparato percettivo non avverte a livello della coscienza ordinaria, se non in particolari condizioni, tutta una serie di stimoli comunque rivelabili in forma indiretta.
Citando Robert E. Ornstein, studioso e ricercatore della Psicologia della Coscienza, "Non possediamo un recettore sensibile alla gravità: eppure ci siamo sviluppati in modo da trarre vantaggio da questa forza. Normalmente non siamo consapevoli della luce che entra direttamente nel nostro cervello: eppure c'è (vedi Epifisi n.d.r.) e può interessare l'Ipofisi.
Il nostro "sistema nervoso autonomo" è normalmente tenuto fuori dalla nostra consapevolezza ordinaria: ma possiamo metterci in contatto con esso, sia elevando la forza del segnale, come nell'esercitazione con il feedback biologico, sia riducendo il rumore concorrente".
"Il modo ordinario di coscienza può essere caratterizzato come analitico, sequenziale e limitato dalle caratteristiche dei nostri organi sensoriali" (nell'uso attuale n.d.r.).
Ciò genera selezione percettiva.

Ed ecco il secondo problema.

Ma, sempre da Ornstein, "Un secondo modo importante di coscienza ci è disponibile: può essere definito come ricettivo e totalistico, un modo nel quale tutte le azioni possono essere percepite simultaneamente".
Questo modo necessariamente comprende il *sentire*, in quanto modalità funzionale dell'emisfero destro.

Emerge a questo punto con evidenza che il modo di pensiero comunemente attribuito all'intero cervello, vale a dire il pensiero lineare, in realtà è caratteristica peculiare dell'emisfero sinistro.
Ed ancora "La sequenza lineare degli eventi è data dalla nostra costruzione personale, culturale e scientifica. Questa è certamente utile, e forse necessaria per la sopravvivenza biologica e per lo sviluppo di una società tecnologica complessa, ma è solo una delle tante costruzioni possibili della coscienza che siano disponibili all'uomo.
Nel modo lineare, riceviamo ed elaboriamo l'informazione in arrivo prima di tutto sequenzialmente, con un fatto che segue l'altro come le ore dell'orologio.
Se esiste un secondo modo, nel quale il concetto di futuro e di passato sono irrilevanti, allora molti fenomeni all'interno di questo secondo modo sembreranno "trascendere" la nozione ordinaria del tempo, ma solo per quelli che considerano *tutti* i fenomeni all'interno del modo lineare e sequenziale.
Il problema di una ricerca scientifica di questi fenomeni (terzo problema n.d.r.) è, naturalmente, che la scienza è ristretta al modo lineare ed analitico".
Il *presente* come continuum spazio/temporale, lungi dall'essere un'affermazione puramente filosofica, è percepibile solo in modalità intuitiva.

Da Navarro:" La percezione, in quanto elaborazione della sensorialità, è prodotta dal passaggio sensazione > elaborazione affettiva della sensorialità.
Le vie nervose sono divise e contemporaneamente unite dai nuclei della base (cervello rettiliano, dell'istinto, base della vita vegetativa), dai nuclei ipotalamici e talamici (cervello limbico, della visceralità, emotivo, neurovegetativo, aspetti psicologici della personalità, vita affettiva), dagli emisferi corticali (cervello dell'elaborazione e riconoscimento della sensorialità, aspetti psichici della personalità, facoltà associativa)."

Il *sentire*, base del sentimento, incontra nella predominanza emisferica, una censura, la *paura del sentire*.
L'extrasensorialità collega l'Io affettivo della persona alla capacità percettiva, rimettendolo in *contatto* con la caratteristica basilare bifasica della bioenergia: la pulsazione.

"Il disturbo di tale fenomeno (la pulsazione) incide sul patrimonio, sulla carica, sulla struttura energetica della persona in tutte le fasi di *crisi* evolutiva (e, presumibilmente, all'inizio stesso, vale a dire all'atto della procreazione, n.d.r.).
Nella vita intrauterina il fenomeno *paura* provoca condizioni energetiche molto basse, che sono le condizioni del *terreno* sul quale si svilupperà o la Psicosi (follia mentale) o il suo equivalente, il Cancro (follia cellulare).
E' caratteristica del nucleo psicotico la difficoltà di con-tatto, cioè il *sentire."*

Il *sentire l'altro da sé* risulta così fondamentale per mantenere il nostro sistema biologico aperto, in uno stato di non equilibrio dinamico.

Il disturbo di tale funzione genera isolamento, corto circuito, loop in termini elettronici.

“ La difficoltà di sentire l’altro, nella fase evolutiva intrauterina, genera, a livello oculare, isolamento, caratteristica psicotica; durante la vita neonatale, nella fase dell’allattamento, o a causa di uno svezzamento inadeguato, veloce, brusco, impedendo al neonato di vibrare in assonanza col campo materno, genera, a livello orale, ostilità, caratteristica paranoica. Questo chiarisce l’importanza fondamentale del sentire in queste fasi. Il sentire non prevede meccanicismo ma amore.”

In tale modalità conoscitiva, peculiare dell'emisfero destro, l'attenzione percettiva è attratta dall'aspetto essenziale di ciò che viene osservato.
Caratteristica dell'essenziale è il *generale,* il *ciclico,* l'*analogico*.

Deduzione

Il passaggio al *particolare,* al *lineare,* all'*analitico,* presuppone l'intervento della funzione deduttiva, vero e proprio *ponte* interattivo funzionale tra i due emisferi.
Tale funzione è verificabile dal punto di vista elettroencefalografico: dall'osservazione di uno stato di interconnessione emisferica ampiamente sincronica emerge un dato analitico a mio avviso affascinante in quanto chiave di lettura olistica.
Quando questo *stato* si verifica, è osservabile nell'EEG la prevalenza di ampie onde delta e theta, notoriamente specifiche dell'automatismo vegetativo di tipo rettiliano od "un quadro assai più"sferico", armonico, con poche delta e theta e con maggior presenza di onde alfa" (N.F. Montecucco), vale a dire stato di rilassamento profondo (modalità meditativa).
E' questa una condizione di equilibrio dinamico tra i due emisferi che favorisce, ad esempio, l'accesso alla fase REM del sonno, al meccanismo intuitivo-deduttivo, in cui il *sentire* corrisponde al *vedere ad occhi chiusi,* al *vedere dentro,* al percepire energie sottili altrimenti impalpabili.
Tale soglia, fino ad ora relegata ad una condizione immaginativa, inizia ad essere svelata dagli studi comparati di Psiconeuroendocrinologia.
Lo stato di coscienza comunemente ordinario si ferma a tale soglia, in quanto qualsiasi automatismo, che sia rettiliano, limbico, corticale, ne impedisce l'attraversarla.
La chiave è quindi la deautomatizzazione dello stato di coscienza ordinario, in cui il *sentire* assume la funzione essenziale di permettere la flessibilità conoscitiva tra i due modi principali e complementari di coscienza.

L’approccio somatopsichico permette al *sentire* la realizzazione di tale funzione in quanto attività deduttiva comparata a quella induttivo/analitica.
Citando Federico Navarro, “Il riequilibrio neurovegetativo (mediante l’attivazione del S.N.V.) accompagnato dall’analisi del carattere (espressa dal linguaggio corporeo) mette il soggetto in condizioni non solo di comprendere, ma principalmente di “sentire” la sua capacità, cioè il suo io ed il suo “essere nel mondo” come elemento dialettico”.
Ed ancora “La sensazione è lo stimolo che produce l’emozione (ex-movere, movimento dall’interno verso l’esterno)”.

Sensi & Sentimento

La sensi-bilità, aspetto essenziale generante sentimento, che a sua volta si manifesta come affetto o come emozione, viene brillantemente descritta da Navarro quando, argomentando circa le abreazioni emozionali generate da un acting di Vegetoterapia carattero/analitica, afferma “è necessario approfondire il concetto di emozione nella sua globalità. Innanzitutto va detto che l’allargamento dell’alone semantico di “emozione”, “affetto” e “sentimento” fa sì che spesso tali concetti si confondano o si sovrappongano.
Per fare ciò è necessario partire dalla definizione dell’istinto.
L’istinto è l’espressione della vita in diversi modi, ma esso è unico, è l’istinto della conservazione della vita. E’ un’attività tendente alla funzione della vita.
La vita è, il divenire è, anche se apparentemente sembra un progresso temporale.
Il tempo è, la nostra limitazione umana ci fa parlare di futuro: il futuro non esiste, ma esiste un continuo progressivo presente (l’attimo fuggente!) legato al Cosmo, all’Universo……
il fenomeno della vita va considerato come una manifestazione del Cosmo e nel Cosmo, ricorrente in un equilibrio dinamico e quindi energetico, come osservato da Prigogine, Frölich, Devidov e altri: un riciclaggio energetico.
La caratteristica di ogni essere vivente (pianta o animale) è la sensibilità di cui l’istinto, che realizza le condizioni di stabilità con fenomeni di feed-back, è la manifestazione fondamentale.
La sensibilità è responsabile, in un’accezione più ampia, del sentimento, che a sua volta si manifesta come emozione.

Si può ipotizzare che l'istinto sollecitato (e poi espresso) *dall'interno* produca sentimenti con *motivazioni* affettive, sollecitato *dall'esterno* produca il sentimento dell'emozione, che è quindi una reazione.
Il sentimento è quindi un "sentire" ben distinto dalla cognizione e dalla volizione, è uno stato affettivo indeterminato che provoca uno stato di bisogno: è la traduzione soggettiva della quantità di energia pulsionale che (Freud) può subire conversione, spostamento, trasformazione, poiché determina uno stato di bisogno. Ciò significa che è un'attività energetica limbica (che stimola le funzioni rettiliane) negli animali a sangue caldo".

Sentimenti (affetti-emozioni)

Citando ancora Navarro “Una confusione concettuale nasce allorché si definisce l’affettività come la capacità di provare sentimenti ed emozioni.
Partendo dai lavori di Prigogine e della sua scuola sull’energia dei sistemi biologici che devono essere dissipativi, Frölich ha considerato le oscillazioni elettroniche dovute ai momenti di bipolarità delle molecole della materia vivente.
Le onde elettroniche descritte da Frölich, le quali regolano le reazioni biochimiche d’un organismo e che controllano il soma, *quando* sono soggettivamente percepite coincidono con la manifestazione di un’emozione: ogni corpo vivente è un sistema aperto……
E’ opportuno distinguere quali sono le emozioni primarie e quelle secondarie che da esse derivano.
Mutuando Darwin, è fondamentale nello sviluppo e nell’espressività emotiva il principio dell’opposizione o di antitesi.
Una emozione non può, ovviamente, essere neutra; sarà quindi gradevole o sgradevole, positiva o negativa.
Emozioni primarie, positive o negative, sono il piacere o la paura, che fisiologicamente sono espresse dalle funzioni neurovegetative del parasimpatico o del simpatico.
Il principio dell’antitesi spiega perché un’eccessiva emotività limita l’affettività, mentre un’eccessiva affettività limita l’emotività.

Essendo le emozioni espressioni di reattività e gli affetti espressioni di motivazioni, se consideriamo i sette livelli corporei individuati da Reich, possiamo localizzare questi sentimenti in tal modo:

I Livello (occhi, orecchie, naso)

Emozione	Affetto
1) allarme	sorpresa
2) paura	meraviglia
3) terrore	imbarazzo
4) panico	disorientamento

II Livello (bocca)

Emozione	Affetto
1) commozione	depressione
2) disgusto	risentimento
3) gusto	rabbia
4) separazione	attaccameto

III Livello (collo)

Emozione	Affetto
1) abbandono	simpatia
2) paura di cadere	antipatia
3) paura di morire	interesse
	orgoglio
	chiusura

IV Livello (torace)

Emozione	Affetto
1) nostalgia	tristezza
2) ira	solitudine
3) odio	felicità
	amore
	incertezza
	ambivalenza

V Livello (diaframma)

Emozione	Affetto
1) angoscia	ostilità
2) ansia	serenità

VI Livello (addome)

Emozione	Affetto
1) agitazione	dolore
2) disperazione	collera

VII Livello (bacino)

Emozione	Affetto
1) eccitazione	potenza
2) attaccamento	repressione
3) piacere	aggressività (ira)

In base al significato biopsicologico di tutti questi sentimenti, si può dire che l'emozione è filogenetica, mentre l'affetto è ontogenetico……
E' importante sottolineare la necessità di sbloccare le emozioni ancorate al corpo (Jakobson-Buscaino).
Il controllo razionale delle emozioni porta all'angoscia, che spesso si manifesta come angoscia esistenziale……
Non è possibile che un individuo possa pensare facendo a meno del corpo e provare delle emozioni che non investano la coscienza:
la separazione equivale alla conoscenza meccanicistica.
E' evidente , quindi la dialettica tra uomo e ambiente……".

Ragione – Raziocinio

Ilya Prigogine, nel suo libro "Le leggi del caos", afferma "…gli atti intellettuali sono associati al pensiero e il pensiero (razionale - n.d.r.) è indissociabile dalla distinzione tra passato e futuro…"
ma esistono molteplici fenomeni in natura inconoscibili dalla *logica* razionale ed, in quanto tali, paradossali.
Ancora Prigogine "Il paradosso del tempo esprime una forma di dualismo cartesiano."
Pur essendo "attrezzati" ad una modalità conoscitiva duale (emisfero sinistro & emisfero destro), siamo limitati nella comprensione di tale paradosso semplicemente perché solo la modalità olistica sincronica emisferica dà l'accesso evolutivo a quelle funzioni superiori (in senso filogenetico) che Navarro descrive affermando "…il neopallium ha zone "mute" che un giorno "parleranno" e modificheranno l'uomo attuale."
La prima ad essere stata individuata è certamente la corteccia frontale.
Montecucco, nel suo libro "Cyber – La visione olistica", afferma " la corteccia frontale sarebbe il punto di maggior connessione tra la corteccia superiore ed il cervello limbico.
Come supervisore finale delle complesse attività che si riflettono sull'intero cervello,la corteccia dà l'ultima valutazione e di qui all'intero corpo come ordini muscolari e messaggi ormonali".
L'area prefrontale sarebbe quindi una sede funzionale di integrazione, inter-emisferica ed intra-cerebrale, dell'attenzione superiore, del "sentire integrato".

Il Raziocinio, il non comune buon "senso", sono termini linguistici già presenti nel nostro linguaggio.
Esprimono il concetto di flessibilità funzionale, con Montecucco, di *"fluidità: la persona sana risponde alla differenti situazioni della vita in modo opportuno e diversificato. Rabbia, paura, amore, odio, ogni emozione, positiva o negativa, trova il suo spazio e la sua utilizzazione naturale. Analogamente i due emisferi sono in equilibrio dinamico."*

Emozione (energia – Frölich – vita)

Osservando il concetto di energia dal punto di vista del modello dissipativo di Frölich, l'emozione appare come epifenomeno.
Il surplus energetico emergente dalla funzione rettiliana della vita, oltre a garantire sé stessa nella continuità, produce le basi della funzione limbica (emotivo/affettiva), ove la funzione del *sentire* realizza un aumento dell'organizzazione cellulare (basi dell'autoregolazione).
Il surplus energetico, in tal modo, si esprime in una sorta di *entropia negativa* (la *neghentropia* del Dr. Genovino Ferri) realizzando la vita come sistema aperto in stato di non-equilibrio dinamico (Frölich).
Ciò, dal punto di vista del Prof. Navarro, equivale ad un "*elogio implicito del sentire"*.

Secondo Navarro quindi, il recupero in termini funzionali del *sentire* rappresenta una necessità evolutiva atta a slatentizzare modalità superiori proprie di un *carattere maturo*.
In chiave funzionale la portata dell'orizzonte che viene così ad aprirsi è inimmaginabile.
Le implicazioni correlate a questa nuova interazione prospettano uno *stato di coscienza* integrato da funzioni slatentizzate ove la percezione integrata (sesto senso, appercezione) rappresenta la base di un vivere non scisso, *intero*.

La Comunicazione

Analogie in chiave fisica

Il *Sentire* rappresenta, tra l'altro, la base essenziale ed inalienabile della comunicazione reale (ad esempio quella che avviene attraverso il linguaggio del corpo) da noi definita Comunicazione Energetica.

PREMESSE

- Possiamo definire, mutuando dal Latino "communis actio", la comunicazione come "azione comune".

- Ogni vibrazione può essere vista come un'azione.

- Ogni essere vivente (e non) possiede un campo vibrazionale (campo elettromagnetico) che ne definisce l'identità, analogamente alle impronte digitali.

- La capacità di *sentire* il proprio campo vibrazionale rende la comunicazione diretta poiché consapevole, assonante, coerente in senso fisico.

PUNTI CHIAVE

- Le nostre azioni, in quanto espressione della nostra identità vibrazionale, sono costantemente interattive.

- I nostri sensi, grazie ai tele-recettori (occhi, orecchie, etc.), ed ai propriocettori (orecchio interno, fusi neuromuscolari, etc.), definiscono il "contatto" possibile nelle nostre interazioni.

Dico possibile in quanto la qualità del contatto (o interazione) è definita da confini e limiti della nostra pulsazione vitale.

- Energeticamente (e fisicamente) parlando, gli esseri viventi sono sistemi aperti di tipo dissipativo in non-equilibrio dinamico.

- Dal livello energetico, a quello cellulare, a quello corporeo, il nostro ritmo di pulsazione può o meno vibrare all'unisono (risuonare, entrare in fase).

- Il fenomeno della risonanza è la qualità essenziale che disegna i nostri confini, come capacità vibrazionale rimanendo sistemi aperti.

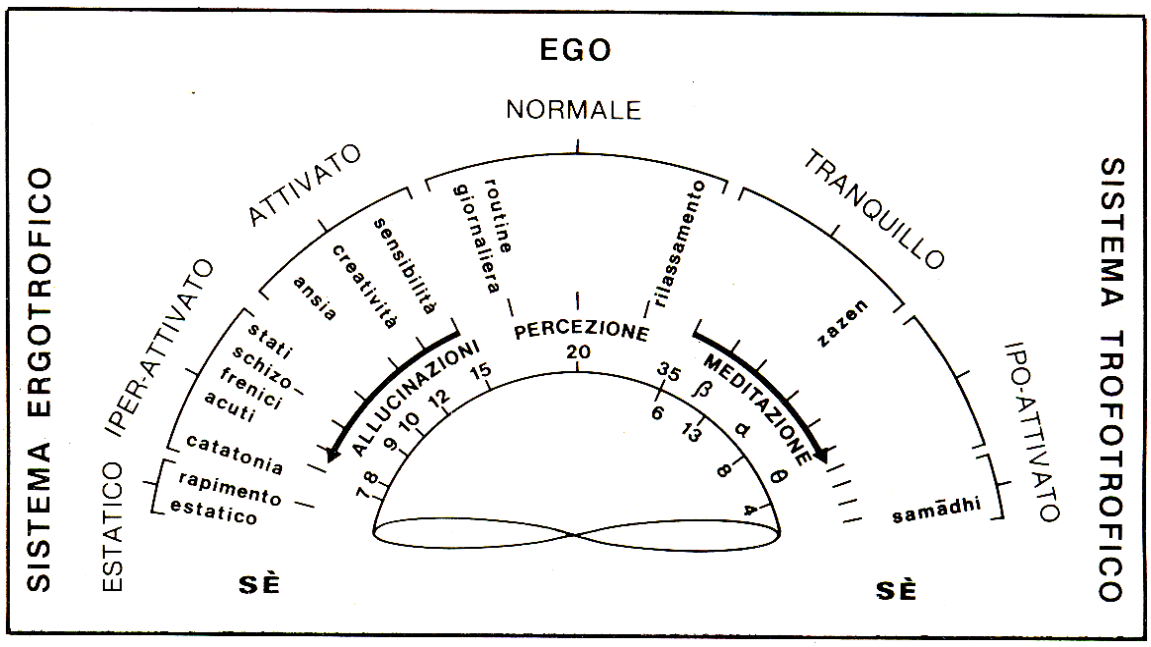
- Il nostro confine si ferma fin dove il contatto è possibile in risonanza.

- La dissonanza, avvertita, percepita come "paura", ci chiude come sistema, definendo il nostro confine. Ma esso non coincide con i nostri limiti, in quanto sono presumibilmente relativi alla nostra maturità caratteriale (definente l'identità, l'Io).

- L'identificazione con il nostro Io funzionale risulta così la base dei nostri limiti.

- Essendo noi sistemi aperti di tipo dissipativo in non-equilibrio dinamico, siamo potenzialmente capaci di apprendere da ogni interazione e quindi ampliare i nostri limiti, la nostra capacità di interazione, di comunicazione.

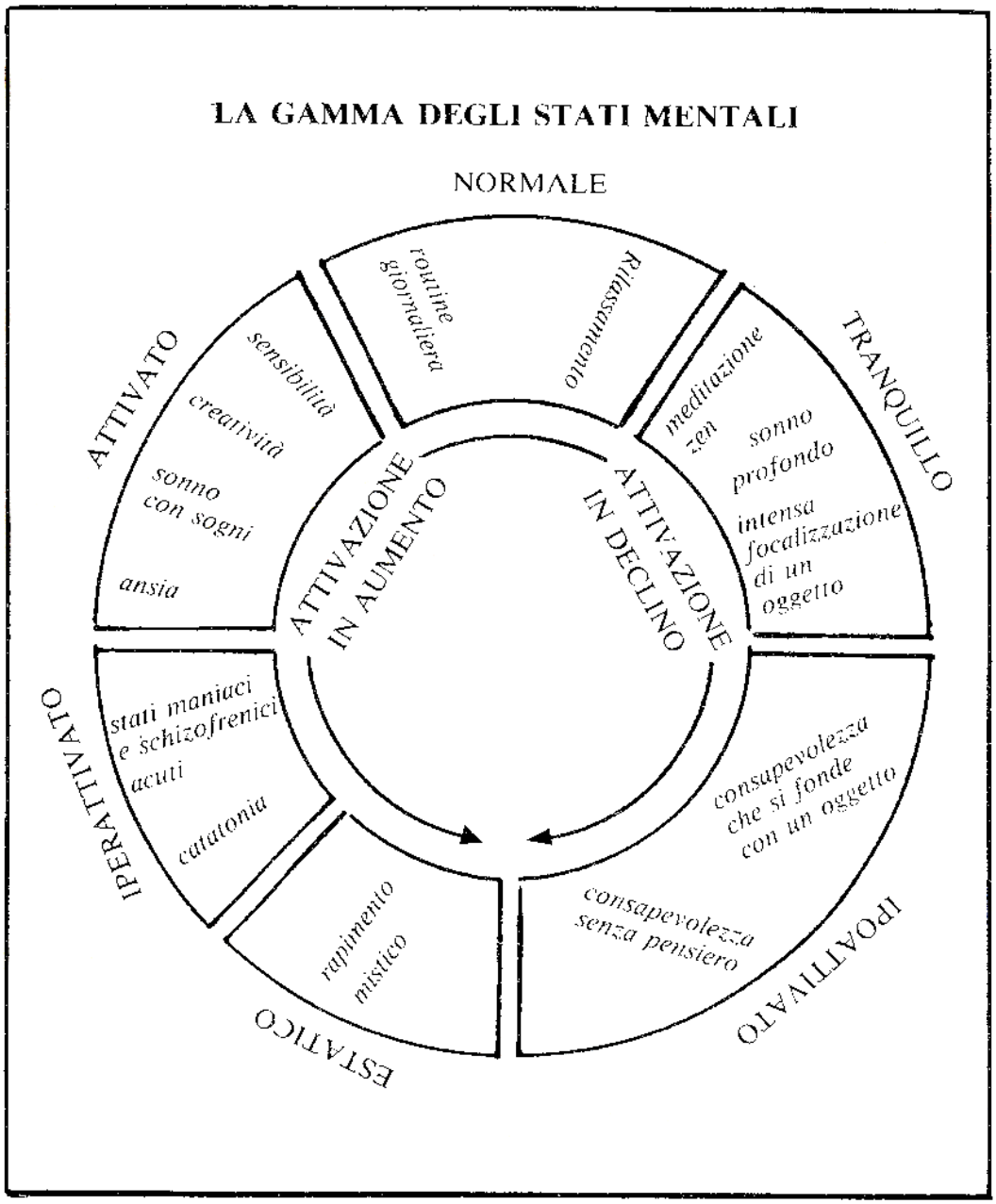
Mappa degli stati di coscienza
secondo Fisher



“Il simbolo di infinito che riunisce tra loro l’estasi e il samadhi (stato terminale dello yoga) simboleggia la possibilità di passaggio dall’uno all’altro stato senza dover passare per le tappe dei continua ergotrofico (energia)e trofotrofico (materia). I numeri da 35 a 7 sono coefficienti di variabilità dell’elettroencefalogramma secondo Goldstein e indicano che l’aumento di attivazione ergotrofica si accompagna ad una netta diminuzione della variabilità EEG. I numeri da 26 a 4 sul continuum trofotrofico esprimono le frequenze in Hertz che predominano negli stati beta, alfa e theta.”

La gamma degli stati mentali

Nuova mappa di Fisher
da “Psychology Today” 1976



"Il diaframma mostra vari stati di attività cerebrale. Il passaggio da uno stato all'altro non è necessariamente graduale; si può passare dalla creatività all'ansietà senza il sonno con sogni. Ogni genitore ha fatto esperienza di un bambino che cade improvvisamente dal pianto al sonno profondo."

*Roland Fisher si è laureato all'Università di Basilea nel 1945 ed è stato professore di psichiatria e farmacologia all'Ohio State Medical School prima di diventare coordinatore delle ricerche al Maryland Psychiatric Reasearch Center e professore di clinica e psichiatria al Johns Hopkins e alla Georgetown Medical School. Fifher definisce sé stesso un "cartografo dello spazio interiore".

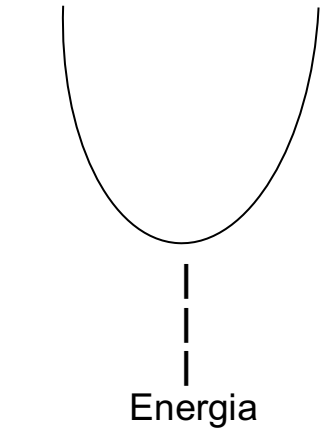
Note di base

Riporto qui alcuni schemi, inizialmente fornitimi da Federico,
a scopo rappresentativo, sintetico, esemplicativo:

Descartes > Neurobiologia
Eccles > Neuropsicologia > Eu!
Evoluzione

Sensitività
V
Paura > Input > Eu (Timo)
V Corpo

Conseguenze %
V
Diversità / Norma
V
Sanità Patologia



Energia

Bibliografia

- F.Navarro C. Meringolo — Abstract dal Convegno Nazionale "Elogio del Sentire" Biblioteca Nazionale, Cosenza 7 Giugno 1996

- R.E.Ornstein — "LA PSICOLOGIA DELLA COSCIENZA" Franco Angeli Editore 1978

- I.Prigogine — "Le leggi del Caos" Editori Laterza 1993

- F.Navarro — " Metodologia della Vegetoterapia carattero-analitica" Busen

- F.Bottaccioli — "Psiconeuroimmunologia" Edizioni RED 1995

- N.F.Montecucco — "Cyber la visione olistica" Edizioni Mediterranee 2000

- R.Gerber — " MEDICINA VIBRACIONAL" Editoria Cultrix Sao Paulo 1988

- M.Margnelli — "LA DROGA PERFETTA Neurofisiologia dell'Estasi" RIZA SCIENZE Marzo 1984 Edizioni Riza s.p.a. Milano

- G.Giannini — "Biologia delle emozioni" Energia, Carattere e Società, Rivista n° 4 Edizioni IFeN Giugno 2002