

## **Il gioco della complessità tra mente e corpo nelle discipline orientali ed il valore educativo delle "arti marziali".**

(Dott. Mario Santini)

Il tema sul quale ci troviamo a riflettere è quello delle caratteristiche, dei bisogni dell'età evolutiva ed in particolare di come possiamo educare la naturale aggressività di questa età contemporaneamente prevenire le aberrazioni dell'età adulta. Un ulteriore specifico nasce dall'occasione dell'insegnare le così dette "arti marziali orientali" a bambini ed adulti.

Le così dette discipline orientali, in particolari quelle che riguardano l'uomo, sono caratterizzate da un fatto, che appare essere specifico e diverso almeno in parte da pensiero occidentale. Si riferiscono cioè all'uomo come "unità psicosomatica", sintesi esistenziale nella quale mente e corpo s'integrano per costruire un insieme funzionale in cui l'uno influenza l'altra, il corpo è presente alla consapevolezza mentre la mente si esprime e vive attraverso il corpo.

Fra queste discipline, le "arti marziali", insieme allo Yoga, fanno parte di quel pacchetto di elementi culturali che ormai da qualche tempo abbiamo importato dall'oriente, cercando di adattarli alla nostra mentalità, alla nostra filosofia di vita, facendone, però, più spesso un consumo, un adeguamento all'ideologia prevalente e quindi una riduzione.

Questo processo di "adattamento" è, invece, un processo necessario per fare una reale operazione culturale, e per evitare quelli errori comuni nei quali si può incorrere operando un semplice innesto di modi orientali nella nostra accidentalità, errori che sono sostanzialmente due, quello di inflazionarsi credendo acriticamente di "essere orientali", o quello di credere di usare semplicemente strumenti che non appartengono alla nostra cultura, senza capirne i fondamenti originali. In entrambe le situazioni non solo non si fa un'operazione culturale, ma si rischia una riduzione che ha sempre un effetto, che per le arti marziali in particolare, può significare anche "farsi male", che non sarebbe una cosa che fa stupire se non fosse "fuori contesto".

L'adattamento a cui mi riferisco è un processo di integrazione, e non è mai una pura assimilazione, né tantomeno un'identificazione, ma corrisponde ad un acquistare dei modi di pensare che restano in ogni caso sempre parziali e relativi in rapporto all'ideologia dominante che ci appartiene per storia e per cultura.

È necessario che l'integrazione avvenga a livello di modi di pensare, di modelli mentali in un rapporto in un rapporto che sia di complementarietà tra reciproche complessità.

È in questo processo che possiamo individuare il valore educativo che l'insegnamento delle "arti marziali" può avere.

Come accade sempre, nel gioco relazionale tra sistemi complessi ed articolati, il risultato dell'incontro di elementi diversi, non è mai la sommatoria degli elementi, ma qualche cosa di nuovo e di diverso, che è frutto delle capacità "autopoietiche" del processo relazionale. Si può affermare quindi che anche dall'innesto di elementi della cultura orientale sulla nostra cultura occidentale, si può avere una risultante creativa che può generare un livello culturale che assume caratteristiche nuove. Per ottenere ciò è però necessario che il rapporto sia di integrazione dialogica, complementare e

giocato tutto nell'articolarsi delle differenze che si completano e compenetrano a vicenda.

D'altra parte un fenomeno analogo accade anche per l'oriente, che ha acquisito ormai prodotti, comportamenti ed idee dell'occidente, innescando un processo non sempre culturalmente positivo, e che si è accelerato seguendo il cammino della "globalizzazione".

Per capire nel modo migliore ciò che sta accadendo, e per pilotare nel modo più produttivo, creativo e conveniente questo processo, è necessario, anche se per grandi linee, evidenziare le caratteristiche culturali e psicoantropologiche dell'oriente e dell'occidente, ed analizzare come questo incontro fra culture avvenga, e con quale integrazione ed influenza reciproca, per contribuire a costruire nel nostro particolare una "globalità" che non sia "globalizzazione".

Credo che il processo culturale che è necessario fare, perché si abbia un'integrazione, sia quello non solo di acquisire gli elementi di un sistema di pensiero, quanto di riuscire a capirne ed apprezzarne le differenze ed originalità, entrare in contatto con queste ed integrarle nel livello culturale a cui apparteniamo, nella ricerca di una complementarità creativa.

L'atteggiamento più comune è invece caratterizzato da due modi paralleli ed opposti, ma sostanzialmente culturalmente inefficaci.

C'è chi rimane affascinato dall'esotico e cerca di rimarcare tutte le differenze, solo perché servono a rafforzare l'originalità acquisita dalla propria personalità, arrivando spesso ad imitare modi ed atteggiamenti che riescono però solo a verniciare una maschera più o meno difensiva. In questo caso l'originalità acquisita viene non solo dichiarata come ideologia, ma anche ostentata, e l'ostentazione è segno di non integrazione.

C'è ancora chi usa solo i modi e le forme di teorie orientali senza entrarne minimamente nello spirito e nell'ideologia, ma sostanzialmente senza comprenderne a pieno la differenza col nostro modo di pensare e con la nostra "ideologia", e quindi senza subirne modificazione alcuna.

Nel primo caso si ha un'inflazione psicologia più o meno alienante, nel secondo caso si ha solo un modo superficialmente diverso di fare attività fisica, una dieta o un momento di relax, un consumo come un altro.

Il modo più idoneo di avvicinarsi a tali discipline e invece sostanzialmente diverso, è necessario attivare un processo di integrazione culturale e psicologica, partire dalla consapevolezza della nostra accidentalità, riuscire a viverla fino in fondo, in modo critico, con tutte le sue contraddizioni, ma anche con le sue virtù, per arricchirla poi di contenuti diversi, complementari ed integranti, costruendo una sintesi esistenziale che abbia un carattere evolutivo.

Per aiutarci a fare ciò, per cominciare a pensare in questo modo costruttivo, esaminiamo brevemente, anche se nel modo più semplice e discorsivo possibile, (e solo per quanto ci serve in questo discorso) le reciproche caratteristiche e differenze di base tra pensiero occidentale e pensiero orientale, facendo riferimento solo a parametri di tipo psicologico.

Se assumiamo, come punto di partenza, l'importanza dell'Io per la psicologia individuale e del gruppo, possiamo affermare che la psicologia occidentale si fonda sulla centralità dell'Io, che si esprime prevalentemente attraverso l'azione,

mentre il pensiero orientale tende ad interpretare l'io solamente come un aspetto dell'essere e comunque non centrale all'esistenza, quando addirittura non costituisce un ostacolo alla salvezza ed alla realizzazione del Sé, altro concetto questo che assume nelle due culture significati diversi. Mentre per l'occidente il sé è il nucleo dell'identità personale e la sintesi, costruita, dell'incontro tra conscio ed inconscio, per l'oriente il sé è la parte di un tutto cosmico che s'incarna e si limita nell'individuo, oppure come l'io è una "non sostanza", un aggregato di elementi in continua trasformazione.

Mentre l'occidente dà valore al comportamento, l'oriente dà più valore alla consapevolezza.

Anche l'organizzazione del tempo psicologico è sostanzialmente diversa. L'occidente vive in un tempo lineare, progressivo, storico e processuale, e solo occasionalmente, o in momenti di regressione, si ancora al presente. L'oriente invece si sviluppa fundamentalmente in un tempo ricorsivo e circolare, prevalentemente non progressivo, che si fonda principalmente sul presente o in un vissuto senza tempo, o meglio ancora in un tempo che non ha eccessiva importanza perché non ha dimensione.

Così ancora, per quanto riguarda la "salvezza", mentre per l'occidente questa sta nell'apoteosi, nella divinizzazione e sopravvivenza dell'io, che deve essere conquistata e meritata, per l'oriente la salvezza è legata, di solito, all'estinzione dell'io ed all'arresto della ricorsività del tempo. Il pensiero occidentale è prevalentemente analitico, mentre il pensiero orientale è prevalentemente sintetico. Alla logica occidentale l'oriente contrappone spesso il simbolo e la metafora, mentre diverso è il rapporto tra congetture sulla realtà ed analisi empirica.

Ci sono poi nel pensiero orientale in genere, sviluppati in modo particolare nel pensiero buddista, due concetti che credo siano di particolare importanza. Il primo è il concetto di Karma, o meglio detto di "produzione condizionata", l'altro è il concetto di "impermanenza". Sono questi due termini spesso maltradotti nel nostro pensiero occidentale, perché il Karma non è il "destino", ma esprime il concetto di una catena di eventi reciprocamente determinati e l'impermanenza porta alla consapevolezza di questo processo, che è poi per noi occidentali la coscienza e la responsabilità di essere partecipi attivi della "storia", sia personale che collettiva.

Per le discipline che riguardano l'uomo, si è soliti definire il modo orientale come "olistico", nel senso che interpreta l'uomo nella sua totalità ed in armonia con l'ambiente in cui vive. Personalmente preferisco usare la definizione di "complesso", in accordo all'epistemologia genetica o complessa, che rappresenta, a mio parere, uno degli aspetti più fecondi ed attuali del pensiero occidentale, e che esprime anche l'articolazione dialogica dei sistemi, coordinati nel "tutto", rappresenta cioè un sistema di pensiero che assomiglia a quello orientale senza perdere nulla della cultura occidentale in cui è nato e si sviluppa.

Queste sono le differenze sostanziali che si rifanno non solo a filosofie diverse, ma a diverse impostazioni mentali, che affondano, forse, le loro radici anche su una base psicofisiologica. Il pensiero occidentale è più digitale, definitorio, legato alla funzione della corteccia dell'emisfero sinistro del cervello umano, mentre il pensiero orientale appare essere più analogico e simbolico, legato più alla funzione corticale destra.

Anche se questa distinzione, così esposta può apparire semplice e riduttiva, e forse banalmente scontata, può, comunque, far ben capire come non sia facile un rapporto non banale tra le due mentalità, e come possa essere facile cadere nel tentativo dell'inflazione o della riduzione, e come l'unico modo serio ed onesto di agire sia quello dell'integrazione complementare.

È il momento questo di chiarire i termini di cui parliamo, intendo per "integrazione complementare" semplicemente il fatto di acquisire tutto ciò che del pensiero orientale può risultare arricchente e correttivo per la nostra accidentalità; ad esempio la capacità orientale di "sospendere il giudizio", le aspettative, i ricordi, e di accettare la pienezza del presente, costituisce un'impostazione mentale non solo utile alla nostra efficienza, ma spesso indispensabile al nostro equilibrio emotivo di occidentali inflazionati in un "io" eccessivamente invadente e competitivo.

Solo in questa integrazione, le discipline orientali del corpo, comprese le arti marziali, possono assumere un'alta valenza educativa nell'arco dell'età evolutiva ed un innegabile processo di reintegrazione in ogni momento della vita.

Il processo mentale di cambiamento necessario non è facile per noi. Si tratta di arrivare a pensare, ad esempio, che le arti marziali sono esercizi di equilibrio, dove la competitività si sviluppa solo tra parti di se che necessitano di uscire dal conflitto per entrare in armonia, e che la competitività interpersonale è, o dovrebbe essere, solo nel mantenimento dell'equilibrio e non nella sopraffazione, sono concetti questi che non appartengono alla nostra abituale impostazione di vita.

Ciò non significa, ovviamente, che il bene sta solo da una parte e che per noi occidentali si tratta di ritrovare, attraverso l'oriente, ciò che di bene abbiamo perduto o non abbiamo avuto. Il diverso modo di pensare "le arti marziali" non significa che i modi di lotta orientali siano più "pacifici" in senso assoluto, forse c'è solo il fatto che, almeno nella tradizione, la maggior parte di esse si è sviluppata per difesa. A mio parere c'è solo il diverso modo di agire la lotta che merita di essere capito ed assimilato da noi occidentali, perché culturalmente arricchente e forse anche più "paradossalmente pacifico"

Il rapporto tra mente e corpo è, nella sostanza, diversamente impostato tra occidente ed oriente. Per definire, il corpo nei due sistemi di pensiero, ed utilizzando un modo chiaramente europeo, userò due vocaboli della lingua tedesca utilizzati in filosofia, per cui si può affermare che per l'occidente il corpo è "Körper" il corpo che si ha, mentre per l'oriente è il "Leib" il corpo che si è.

Sono questi due concetti, due denominazioni per "corpo", che esprimono invece la relazione corpo-mente, cioè il corpo vissuto in prima persona e nelle relazioni. È facile intuire quindi come anche nelle relazioni corpo a corpo, come si ha nelle arti marziali, ci sia un sostanziale differenza se i corpi che vengono in contatto sono Körper o Leib, se sono soggetti od oggetti.

Ogni uomo, a qualsiasi cultura appartenga, si trova a vivere il rapporto col proprio corpo in modo oggettivo o soggettivo, a seconda dei momenti e delle situazioni, del suo stato di benessere e soddisfazione, e dalle variazioni del tono dell'umore. L'io come punto centrale della coscienza, nel vivere nel corpo, può appoggiarsi più ora al corpo ed ora alla mente. Il massimo di equilibrio si ha, ovviamente, quando corpo e mente contribuiscono a costruire un'identità esistenziale in

un rapporto di complementarità. È quindi intuibile come l'equilibrio si ha quando "korper" e "leib" si alternano all'attenzione dell'io, e come strumenti di rappresentazione del sé.

Questo processo corrisponde a ciò che può intendersi per integrazione complementare tra cultura orientale ed occidente.

Prima di procedere desidero introdurre nel discorso un ricordo personale su quanto stiamo parlando.

Non sono né un praticante dell'arte né tantomeno un esperto, e non posso, per questo, che iniziare da una mia antica esperienza personale, quantomai limitata e parziale, ma che è rimasta viva nella mia memoria e forse anche nella mia "formazione".

Negli ormai lontani anni '50, insieme a tre amici, credo di essere stato tra i primi a Prato a praticare quella che allora iniziammo a chiamare "lotta giapponese".

Giovani studenti di liceo chiamammo un "maestro" che settimanalmente veniva da Firenze, e nella vecchia palestra dell'Etruria ci insegnava Judo. Le nostre aspettative si rifacevano indubbiamente al fascino dell'oriente ed alla possibilità di acquisire segreti quasi onnipotenti. Le prime cose che imparammo furono che quello che il Judo non era il Ju-Jutzu, e che prima di lottare bisognava saper cadere, e che la lotta non era né forza, né sopraffazione. Stupiti imparammo ancora che prima di ogni "incontro", fosse di allenamento o di gara, bisognava salutare ritualmente, e che ciò significava entrare in un rapporto di pensiero rispettoso, ma che anche non si poteva "uscire" da un'incontro senza salutare allo stesso modo, e prima di apprendere le prime "mosse", dovemmo essere convinti di ciò, al punto di farne un'abitudine. Di gare non se ne parlava, o se ne parlava il meno possibile perché non interessavano tanto in se, ma come riti di passaggio, ed i colori delle cinture segnavano le tappe di un cammino e non livelli di potere. Per ragioni contingenti la mia esperienza durò solo un paio di anni, ma questo è quanto ricordo, ed è significativo, forse, che nella mia vita, seguendo anche una mia indole ed altre motivazioni, ho cercato sempre di saper cadere e forse mi sono trovato anche ad insegnare agli altri a saper cadere bene, e che il confronto è possibile ed ha senso, solo se contenuto nella dignità di un reciproco saluto rispettoso di riconoscimento.

La critica più facile che si può fare oggi a tutto ciò, è che questi sono pensieri "utopici", "idee datate", "idealizzazioni di un passato", e tutto ciò può essere anche vero, ma sta di fatto che io lo ricordo così ed è attraverso questi ricordi che voglio cimentarmi nel dire qualche cosa sulle arti marziali, che è una materia che oggi non mi appartiene.

L'aspetto che desidero esaminare è proprio quello di "Lotta giapponese", definizione vecchia e desueta che stava ad indicare due concetti di base, che cioè si trattava di un modo di lottare diverso dal nostro, in cui la competizione era impostata, motivata ed espressa in modo diverso. I miei ricordi vanno inizialmente alla tranquilla sicurezza di saper cadere a terra in tutti i modi possibili, e la sicurezza si basava non tanto dalla consapevolezza, che così mi facevo meno male, ma dalla soddisfazione di essere consapevole del mio corpo che si lasciava andare a rotolare sul tappeto e finiva col rimettersi in piedi. Più tardi questa sensazione mi è tornata utile e viva quando mi sono trovato a cercare di capire cosa significasse "leib", il corpo che si è".

Insieme a ciò ricordo la presenza consistente del corpo degli amici che si allenavano con me, uno consistente e massiccio, l'altro fluido e sfuggente e come rispondesti in modo diverso al contatto con queste presenze corporee diverse. In questi ricordi non c'è traccia di sforzo, né di rabbia conflittuale, ma solo "relazione", fatta di contatto fisico, anche forte, ma anche di pensiero. In certi momento c'era un "pensarsi insieme", un pensare insieme", tuttuno con l'agire che non era solo strategia di lotta, in una dialettica nella quale l'incontro dei corpi metteva limiti concreti alla mente che era costretta a pensare attraverso la realtà del corpo.

Facendo una riflessione a questo punto del discorso mi viene da pensare che tutto ciò è molto lontano da quello che mi sembra accada oggi non tanto nelle arti marziali, quanto nell'esercizio dello sport in genere.

Nonostante quello che si dice, nonostante le dichiarazioni di intenti, e mi riferisco qui solo allo sport non professionale, le regole uniche più che prevalenti, sono quelle della competitività legata solo alla prestazione ed al risultato, e che a volte nel tentativo di addorcirlo si corregge con un aggettivo chiamandola "sana competitività".

L'unica competitività naturalmente motivata e quindi "sana" che conosco, e su questo molti sicuramente non saranno d'accordo, è quella concretamente legata alla sopravvivenza, o comunque a cose "serie" per la vita, e che quindi non riguarda l'esercizio di nessuno sport, che per essere tale deve svolgersi in un contenitore caratterizzato dal "come se", come avviene nel giuoco dei bambini.

La competitività di un corridore, ad esempio, nasce dal porsi in una situazione di pensiero "come se" dovesse fuggire od inseguire una preda, recupera in se forme ed energie ancestrali che davano un significato concreto anche all'atto aggressivo. Basta pensare ai giochi olimpici od a quelli "misterici" dell'antica Grecia. In questa impostazione mentale il risultato ottenuto è una conquista fatta su di sé, se invece il risultato prevale sull'uomo, e la sua forza è solo funzionale al risultato e non al significato, il risultato diventa un elemento indispensabile all'identità dell'uomo, il meccanismo del "come se" non funziona più. Si entra in un gioco di pensiero simile al pensiero operatorio, nel quale il "gioco si perde", il compagno di gara diventa solo "avversario", quindi minaccia e pericolo, e tutto ciò rende lecito tutto per vincere. Si entra così in un meccanismo che una volta si chiamava alienante, che significa semplicemente che l'uomo diviene oggetto, perdendo la sua soggettività. In un mercato, ormai divenuto globale, gli oggetti si comprano e si usano, e valgono per quanto servono altrimenti si gettano, è così che, in un paradosso tragico, l'uomo divenuto oggetto e merce vive la minaccia alla sua sopravvivenza, come se fosse vera, senza accorgersi che è una costruzione, ed in risposta a questa minaccia fantasma vive la sua "sana competitività" alienandosi in un corpo oggetto e macchina che richiede un doping, perché la mente, semplificata, non lo contiene più.

Credo che in questa atmosfera "culturale" che non è più tipizzata come occidentale, ma solo "globale", sia una cosa non solo opportuna ma necessaria cercare con l'integrazione di quanto di vero e di genuino l'oriente ci può dire, recuperare quanto di genuinamente e non alienato abbiamo della nostra accidentalità. Credo che sia importante partire proprio dal ripensare "le arti marziali" come discipline "veramente sportive", che siano un "gioco serio", un "come se" chiaro e funzionale,

che forma, integra e mantiene la complessità della nostra personalità e quindi come strumenti educativi idonei ed efficaci nell'arco dell'età evolutiva.

Nelle sue dinamiche evolutive il bambino nasce, si sviluppa e cresce in un campo relazionale, la sua personalità, la sua identità, la sua sicurezza ed autostima sono costruzioni che si attuano nel complesso dei rapporti che ha con gli adulti significativi, prevalentemente attraverso due sistemi relazionali che vanno sotto il nome di identificazione- omologazione e separazione-individuazione.

Sostanziali in questo processo sono due complessi dinamici vitali e ricchi di grande energia, il sistema all'autoaffermazione come espressione della necessità alla sopravvivenza ed il sistema degli attaccamenti legato alla sicurezza di base da una parte ed al senso di comunità dall'altra. Questi due elementi appaiono essere fonte di conflitto e di contraddizione perché un'autoaffermazione esclusiva non va ben d'accordo col collaborare che è sempre un condividere anche se tra pochi, anche nel piccolo gruppo come è etologicamente tipico dell'essere umano.

Il bambino si trova ad affrontare la realtà come qualche cosa a cui contrapporsi e che gli si contrappone, come qualche cosa che lo sfida costantemente nel soddisfacimento dei suoi desideri che sono elaborati sui suoi bisogni concreti.

A cominciare dalle fasi prementali, istintive e pulsionali sulle quali si basa il narcisismo primario, il bambino si trova a provare il suo senso di onnipotenza.

Si può facilmente affermare che ogni processo educativo deve essere un aiuto a gestire nella concretezza e nella critica della realtà questo senso di onnipotenza, senza peraltro perderne il valore "utopico" intendendo con valore utopico il senso di sé, della propria identità, della propria sicurezza che per essere reali devono essere in un rapporto dialettico con la realtà delle relazioni, delle possibilità e dei progetti.

**Su questa base si afferma che il rapporto tra bambino e adulto ha da essere sempre** un rapporto complementare e asimmetrico, cioè un rapporto di attivazione reciproca, ma caratterizzato dal fatto che il potere psicologico deve essere "naturalmente" gestito in modo consapevole dall'adulto, potere che ha l'unico scopo di rendere il bambino sempre più "adatto" a vivere, ovviamente dando a questo termine il significato di capacità evolutiva nella concretezza della vita.

La psicologia infantile ha evidenziato che oltre ad i bisogni di base ogni bambino ha dei bisogni specifici ineliminabili che si pongono come parametri entro i quali è necessario si collochi anche ogni rapporto ed ogni intervento educativo.

I bisogni specifici a cui mi riferisco sono molteplici, mi interessa però qui riferirne almeno tre perché particolarmente significativi nella loro necessità formante, e perché tra l'altro importanti nel definire la funzione dell'educatore e dei processi educativi.

Il primo è il bisogno di identificare almeno un adulto di cui fidarsi a cui affidarsi nei processi di attaccamento.

Il secondo bisogno si concretizza nella necessità di ricevere un'immagine di conferme di sé, dagli adulti di cui ci si

fida o comunque da quelli significativi. Si capisce quindi come il modo in cui si è “pensati” sia importate in questo tipo di dinamica relazionale.

Un terzo bisogno è quello di relazionare con “pari” con i quali poter condividere problemi, temi, gioie e difficoltà e che si vivono portatori di dinamiche simili e condivisibili.

Su questi basi si fonda la sicurezza, la fiducia, la conferma di sé ed il senso di comunità che sono gli elementi essenziali per un buon rapporto educativo, come ogni processo educativo ha la necessità di muoversi dentro questi parametri.

La competitività fa parte della natura umana, anzi fa parte della “sostanza vivente” come tale. La comunità e le relazioni interpersonali sono un elemento antropologico essenziale è necessario, e l'antropologia insegna che la competitività positiva come affermazione, riconoscimento della originalità e coerenza di sé e non tanto come prevaricazione dell'altro è costantemente ritualizzata per essere contenuta e finalizzata allo sviluppo ed al corretto funzionamento dell'individuo e del gruppo.

Un'altra considerazione importante deve essere fatta per definire meglio il rapporto educativo. Il rapporto tra bambini ed adulti si svolge sempre in un campo difficilmente definibile, apparentemente non visibile, ma pesantemente esistente. È questo “campo relazionale” fondato sul “pensiero”, da come l'adulto pensa il bambino e conseguentemente come il bambino pensa l'adulto. Questa “lettura del pensiero” porta al fatto che l'adulto può essere percepito come coerente o incoerente, prevedibile od imprevedibile e questo è un elemento fondamentale nella costruzione della sicurezza di base e quindi sulla consistenza della propria identità. Un bambino insicuro, prima di essere timoroso e schivo, sarà sempre più portato ad agire secondo i dettami dell'onnipotenza e ad usare in modo esasperato la competitività che da mezzo, da espressione di sé diventa stile di vita alienato.

In questa relazione privilegiata il bambino impara a conoscere il mondo e l'altro, ma anche sé stesso, con i propri desideri e bisogni, ma anche con la proprie potenzialità ed i propri limiti naturali e personali, intendendo i limiti come confini di realtà.

Potrà sembrare strano o incongruente parlare di questi fatti, che sono naturali, fisiologici, in un contesto in cui si parla di sport e quindi necessariamente di competizione, e di sports che si esprimono attraverso l'aggressività.

Parlando di “competizione” ci si collega naturalmente al concetto di aggressività e nel domandarsi che cosa è l'aggressività umana che senso ha e che significato assume nelle relazioni, bisogna fare una distinzione tra “aggressività stato” ed “aggressività possibilità”, cioè tra aggressività come strumento ed aggressività come modo di essere.

Fa parte di un'annosa discussione se l'aggressività umana sia prevalentemente innata o prevalentemente acquisita. Come per tutte le cose dell'uomo, la realtà sta in tutte e due le affermazioni, è indubbio che l'aggressività ha una base legata all'istintività pulsionale, com'è anche indubitabile che non solo le espressioni dell'aggressività hanno un significato ed una funzione relazionale importantissima, a volte necessaria. In ciò sta anche il fatto che i motivi di esprimere l'aggressività nelle

relazioni si generano e si costruiscono come reazione a vissuti relazionali particolari che investono sempre la sicurezza, l'insicurezza, i vissuti di minaccia in rapporto all'integrità ed al significato dell'identità personale.

Recentemente l'etologia in generale e l'etologia umana in particolare ha portato dei contributi sostanziali allo studio dell'aggressività umana.

L'etologia riconosce oltre ad una base pulsionale un'espressività intenzionale all'aggressività, ciò significa che l'uomo può prendere coscienza della sua aggressività, sia essa spontanea o programmata ed evolutiva. Sempre sul piano dell'etologia l'aggressività è legata al gioco tra pulsione ed inibizione che è espressione di sistemi comportamentali di autoregolazione che sono fortemente influenzati, regolati e modulati dalla cultura e quindi dall'educazione. L'espressione poi dell'aggressività segue sempre una sequenza espressivo-comportamentale che va "dalla voce alla mano".

Il concetto legato al gioco tra pulsione ed inibizione corrisponde, almeno in parte al concetto di dualismo pulsionale di Freud, in quanto l'aggressività è l'exasperazione energetica delle stesse forze appetitive che informano l'attrazione e la relazione da eros.

Per la psicanalisi l'aggressività originaria legata ad impulsi distruttivi si arresta e si inibisce funzionalmente, ritornando sul soggetto e strutturando fantasmi di aggressività che investono l'io in un gioco complesso sadomasochistico.

Questo concetto porta "in clinica" dell'età evolutiva a distinguere tra "autoaggressività" ed "eteroaggressività".

L'eteroaggressività infantile porta a diverse espressioni comportamentali fra i quali due sono particolarmente importanti.

- 1 Il bambino che diventa un "aguzzino familiare", che relaziona esclusivamente attraverso meccanismi aggressivi diretti ed indiretti che trovano la connivenza e la collaborazione dei familiari. È questo un modello di adattamento che facilmente il bambino "esporta" nelle relazioni esterne.
- 2 Intolleranza alla frustrazione. L'intolleranza alla frustrazione origina spesso da un deficit educativo che non sorregge la sicurezza e non dà senso alla inibizione come strumento di integrazione della personalità.

L'autoaggressività ha prevalentemente manifestazioni di patologia anche estrema, che vanno dal masochismo psicologico all'automutilazioni ed al suicidio.

L'aggressività infantile che rientra nella fisiologia, specialmente nelle prime età di vita, ha delle connotazioni e caratteristiche psicologiche ed etologiche. Ad esempio sono facilmente leggibili dinamiche comportamentali e relazionali che evidenziano la difesa del territorio e dello spazio personale, il possesso di beni ritenuti essenziali, il mantenimento dell'identità personale nella coerenza del piccolo gruppo ecc. Indipendentemente da tutto ciò l'aggressività infantile, come è stato già detto è legata al sistema psicologico emozionale di sicurezza/insicurezza, che evolve e si esprime attraverso modalità che si sviluppano e si apprendono nelle relazioni primarie e significative. Tutto ciò significa che sia l'espressione dell'aggressività nei bambini sia la possibilità di integrarla in un

comportamento efficace e sostenibile sono in rapporto diretto alla relazione "educativa" che i bambini hanno con gli adulti significativi.

Per quello che è stato in precedenza detto, credo però che proprio nelle "arti marziali" di origine orientale possa essere contenuta uno strumento utile a educare anche attraverso l'aggressività e la competizione, e sarebbe facile dire che ciò si può fare regolando e limitando, componendo e funzionalizzando. Ma tutto ciò può divenire possibile se si sfruttano almeno concetti che fanno parte della cultura orientale e che possiamo assimilare, capire ed integrare; il primo ed il più difficile è quello della inconsistenza e della impermanenza dell'io della sua onnipotenza, l'altro è che ogni atto fisico è collegato ad una catena di eventi anche mentali che spesso passano inosservato, l'altro è quello della prevalenza della consapevolezza sul fare e sull'agire. Se si riuscisse ad entrare in questo spirito, che sarebbe di enorme arricchimento della nostra "occidentalità" insegnare ed esercitare le "arti marziali" può diventare una palestra di vita e non solo una palestra di lotta.

Il fatto comune, ma questo vale per tutti gli sports, che è da considerarsi dannoso e grave, è quando si usano come efficace metodo educativo, strumenti che l'alienazione fonda prevalentemente sulla competitività resa fantasma, scissa dalle leggi del convivere sociale, violando il bisogno di "comunità" di cui il bambino è portatore, costringendolo così ad arroccarsi a difesa di un "io insicuro", che è frutto dello scarso rispetto di sé che trova nel mondo degli adulti. Tutto ciò fondato su un modo di pensare che realizza una "mentalità del mercato" anche quando questo non c'è, che ha invaso e caratterizza il mondo degli adulti, prima ancora di invadere pesantemente il mondo dei bambini.

Ma questo è forse un altro discorso, o meglio è l'inizio di un altro discorso.