

Cosa è l'ecobiopsicologia Il corpo, un mandala dell'Universo

A Milano il primo Congresso Nazionale
di **Sonia Colombo**

link del congresso: <https://www.aneb.it/formazione/congresso/>

Diego Frigoli affronta il tema che verrà trattato nel Congresso "Il corpo come Mandala dell'Universo" che si terrà in maggio a Milano

Intervistiamo il dottor Diego Frigoli, fondatore dell'ecobiopsicologia e direttore della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Istituto Aneb, che ha organizzato il Primo Congresso Nazionale sul tema *Il corpo è un mandala dell'Universo*.

Dato questo titolo molto suggestivo, aperto agli sviluppi più attuali della psicologia psicodinamica e della psicosomatica, chiediamo al dottor Frigoli di spiegarci più in profondità i temi e gli argomenti del congresso, perché compaiono termini quali *mandala* ed *ecobiopsicologia*, non troppo conosciuti nel panorama della nostra cultura medica e psicologica.



Vorrei iniziare chiedendo al dottor Frigoli che cosa significa la parola *ecobiopsicologia*?

L'ecobiopsicologia è una nuova disciplina scientifica che rientra nel panorama della complessità. La complessità si occupa di studiare i fenomeni nella loro totalità, infatti il termine "complessità" corrisponde al participio passato del verbo latino *complector*, il quale sottolinea la necessità di descrivere la realtà come determinata da un gioco sottile di interconnessioni, che impediscono di studiarla in un'ottica frammentante la sua unità. Questa impostazione generale è stata applicata all'uomo e alla natura, ed ecco la derivazione del termine ecobiopsicologia.

Natura-corpo-psiche

La natura e le forme viventi (*eco*) e il loro riflesso nell'evoluzione biologica del corpo dell'uomo (*bio*) si ritrovano nella psiche dello stesso come fenomeni tra loro interconnessi, che non possono essere studiati frammentandoli. Ecco la proposta innovatoria dell'ecobiopsicologia: studiando le relazioni e non i singoli nodi – natura, corpo, psiche – che compongono questa rete si perviene a creare un anello di congiunzione fra le scienze moderne, che affrontano l'organizzazione della materia in sistemi sempre più complessi, e la psiche con i suoi territori ancora ignoti costituiti dall'inconscio personale e collettivo. Ecco perché l'ecobiopsicologia può definirsi come scienza del fenomeno "Vita".

Interessantissimo! Se ho ben compreso la sua impostazione vi muovete nell'ambito della visione dell'Olismo come ricerca della verità...

È proprio così. La spinta propulsiva derivata dalla scienza postula infatti che l'evoluzione può essere considerata come la storia dell'auto-organizzazione della materia in sistemi sempre più complessi: dall'evoluzione pre-biotica, a quella biologica, a quella dell'individuo e della società umana. Parallelamente a questa evoluzione della materia anche la "coscienza" ha subito una sua progressiva evoluzione, passando da livelli semplici e poco organizzati a livelli sempre più complessi, al punto da far dire agli scienziati che la coscienza si estende al di là del corpo, sino a interagire in modo coerente con il mondo nel suo insieme, attraverso un campo collegante tutti gli organismi viventi.

Può specificare meglio queste osservazioni?

Oggi sappiamo dalle neuroscienze che la mente è il risultato del rapporto tra i processi neurofisiologici e le relazioni interpersonali, che hanno un'influenza fondamentale sul nostro cervello, integrando l'organizzazione dei circuiti cerebrali responsabili dell'attribuzione di significati (la corteccia) con quelli che regolano le funzioni dell'organismo, della memoria e della modulazione delle emozioni (il limbico). Inoltre, le moderne concezioni sull'epigenetica hanno dimostrato che i segnali provenienti dal mondo esterno sono capaci di modulare l'espressività dei geni, al punto che numerose ricerche di frontiera stanno studiando come la psiche possa influire sul DNA.

L'Entangled Mind

A questi studi si aggiungono gli approfondimenti della fisica quantistica dove si parla di *Entangled Mind*, per sottolineare come alla correlazione delle particelle atomiche possa corrispondere una coordinazione cellulare e neuronale, determinando così un comportamento coerente non solo nel singolo animale e nell'uomo, ma anche fra i membri di una stessa specie, tanto da sostenere che tutto – si tratti di una particella, di un atomo, di una cellula, di un animale, di un essere umano – è collegato con tutto il resto. Ecco come di fronte a queste conclusioni la nostra mente vacilla, quasi colta da vertigine.

L'archetipo

Come confrontare queste concezioni scientifiche così totalizzanti se non ricercando gli analoghi approfondimenti nello studio della psiche? Solo la psicologia analitica junghiana ha spinto i suoi interessi così in profondità da poter permettere un proficuo confronto con gli assunti della fisica quantistica. Per questo occorre stabilire – laddove possibile – un ponte concettuale fra gli sviluppi della scienza e le categorie junghiane dell'archetipo, delle immagini archetipiche, dei simboli e della sincronicità, affinché il modello dell'*Unus Mundus* prendesse sempre più una forma comprensibile.

Quindi l'ecobiopsicologia si situa nel panorama del pensiero junghiano?

In parte, perché pur sorgendo dagli studi junghiani sull'archetipo e sulla sincronicità, le riflessioni ecobiopsicologiche si sono allargate allo studio del corpo dell'uomo e alla sua storia evolutiva, come espressione di un "campo" archetipico determinante la struttura anatomo-fisiologica del corpo stesso. Ho chiamato questa centralità organizzativa con il termine *Sé psicosomatico*, ad indicare la dimensione archetipica sia sul piano della psiche che, contemporaneamente, sul piano del corpo. Non mi ha mai convinto infatti l'assunto junghiano del Sé come archetipo dell'ordine esclusivamente delle immagini psichiche, escludendo così l'importanza del corpo.

Perché?

Non è possibile una vita mentale senza un corrispettivo confronto con la dimensione biologica che la sostiene. A conferma di ciò oggi, tutta la biologia evuzionistica darwiniana e post-darwiniana, confrontandosi con gli sviluppi scientifici della Scuola di Santiago e la sua scoperta dell'*autopoiesi* e della *cognizione*, concepisce l'idea che ogni cellula, ogni organo, ogni apparato è dotato di uno stato di proto-coscienza, definito cognizione. La cognizione costituisce la base bio-psicologica per la complessità della coscienza primaria presente nei mammiferi e della coscienza riflessiva presente nell'uomo. La cognizione fornisce oggi una base scientifica alla relazione mente-corpo.

Quali sono gli strumenti scientifici di cui vi servite per stabilire le correlazioni fra il mondo della materia e quello della psiche, cioè fra la scienza e la psicologia?

Ci serviamo del pensiero analogico e del pensiero simbolico, troppo a lungo dimenticati nella loro funzione epistemologica, di proporre la possibilità di costruire ipotesi di lavoro, di contribuire a condensare una serie di possibilità fra loro divergenti verso una direzione unitaria, e di permettere di sospendere transitoriamente il giudizio logico a favore del manifestarsi emotivo di un sentimento di stupore. A tal proposito ricordo che nel pensiero e nel linguaggio la funzione svolta dall'analogia permette di condensare in un *continuum* sia i contenuti dell'inconscio personale e collettivo che le funzioni logiche del pensiero cosciente.

Il simbolo poi - studiato da tempo nelle sue prerogative letterarie, artistiche, linguistiche e psicodinamiche - assolve la funzione di "legare assieme" i fenomeni del pensiero, tanto da trasformare i fenomeni in idee e le idee in immagini. Curioso, dal mio punto di vista, è il fatto che non si è mai esplorato adeguatamente il rapporto tra analogia, simbolo e intuizione, fenomeni tra loro connessi e importantissimi per l'evoluzione della coscienza.



Che cosa significa che il corpo è un mandala dell'Universo?

Date le premesse precedenti, il congresso affronterà lo studio del corpo umano non solo attraverso la prospettiva fenomenologica che riconosce una soggettività diversa (*Leib*) per ogni essere umano, ma anche nel suo ruolo di forma archetipica "concretizzata", che attraverso il Dna condensa in ogni cellula il tempo dell'evoluzione filogenetica parallelo all'evoluzione della cognizione, presente nelle cellule, negli organi, negli apparati (*coscienza primaria*). In altre parole il corpo umano, oltre al suo valore soggettivo di *realtà ontogenetica*, riassume in sé una *realtà filogenetica*, quella dell'universo che si è sintetizzato nella forma dell'uomo.

Il mandala cosmico

Pertanto, studiando il corpo dell'uomo non soltanto nella sua dimensione di equilibri funzionali più o meno alterati, come accade in numerose patologie, ma anche come "forma formata", come "mandala cosmico" cioè, frutto della creazione archetipica, può permettere di precisare sempre meglio e sempre di più il significato non solo personale ma anche archetipico di una malattia. In questo contesto di idee il tradizionale concetto di psicosomatica andrebbe rivisto aggiungendo ad esso il termine di "integrale", che nell'etimologia della parola contiene la radice *gr* espressione della generatività.



Sono stupefatta dalla ricchezza di questa ipotesi di lavoro...

Guardi che si tratta di più di un'ipotesi, perché da decenni l'ecobiopsicologia ha iniziato un programma di ricerca volto a precisare, per ogni patologia o disagio clinico dell'uomo, le dimensioni psicodinamiche personali e gli aspetti archetipici sottesi nella malattia, facendo così emergere progressivamente non soltanto lo studio del corpo fisico e delle sue funzioni più o meno alterate - come tradizionalmente l'anatomia, la fisiologia e la patologia generale da sempre hanno orientato il sapere medico - ma anche lo studio del "corpo libidico", come si ricava dagli studi psicodinamici tradizionali, e soprattutto del "corpo archetipico", come "luogo" concreto e sincronico all'*Unus Mundus*. In questo panorama di studio il corpo dell'uomo si configura come una "forma formata", un simbolo unificatore di tutte le funzioni psicosomatiche riunite sul piano superiore del Sé, rispondendo nella sua costruzione anatomica e nel suo funzionamento fisiologico alle stesse leggi sulle quali è costruito il mondo.

Nel congresso, quindi, vi saranno tutti questi temi?

Un congresso è da sempre un'occasione di confronto fra idee, proposte, orientamenti e indirizzi di ricerca, soprattutto quando relatori così importanti e aperti sul piano della loro esperienza portano, con la loro disponibilità, un arricchimento al modello ecobiopsicologico. L'ecobiopsicologia non ha la pretesa di proporre certezze alternative ad altri modelli, quanto quella di evidenziare come al centro delle sue ricerche vi sia l'integrazione in termini di complessità degli aspetti psico-biologici che definiscono la relazione mente-corpo e in senso più vasto materia e psiche.

Noi, studiosi dei paradigmi ecobiopsicologici, mettiamo al centro l'idea di una generale informazione dell'archetipico come generante olograficamente tutte le forme dell'universo. Il nostro cervello è incapace di dominare tutte le interdipendenze dei meccanismi funzionali che lo stimolano - sensazioni esterne, interne, memoria, ecc. - e può funzionare solo isolando degli anelli di informazione che gli appaiono fondamentali nelle diverse condizioni esistenziali. Questi anelli, una volta aperti, costituiscono ciò che definiamo come la relazione causa-effetto, responsabile della coscienza tridimensionale.

Solo con il simbolo e l'analogia è possibile integrare i dati parcellizzati dal criterio di causa-effetto in un campo coerente, aumentando così a dismisura la possibilità *neghentropica* (cioè ordinativa) della coscienza, finendo per orientarla nella direzione dell'intrinseca coerenza dell'universo, il che significa l'intimità con l'archetipico.

Dopo averla ascoltata mi sembra che il modello ecobiopsicologico non sia applicabile solo ai disagi dell'uomo, ma anche alle relazioni lavorative, sociali e non da ultimo spirituali.

Il modello ecobiopsicologico, nel suo sforzo di integrare "proporzionalmente", analogicamente cioè, le riflessioni della scienza con gli aspetti della psiche personale e collettiva, consente di studiare tutte le sfaccettature scaturite dalla scienza sperimentale, illuminandole nel loro valore universale, e facendo così riscoprire il senso metafisico, e non solo pragmatico, della scienza stessa. Intuire che al di là della conoscenza interessata solo al mondo materiale, la coscienza dell'uomo si apre verticalmente ad altri piani dell'esistenza dominata dai simboli e dalle loro leggi, significa orientare la psiche dell'uomo moderno verso la riscoperta della sua giusta dimora dell'universo. Questa nuova *Weltanschauung* richiede per affermarsi che l'uomo riscopra il linguaggio dei simboli, così come impari a possedere il linguaggio della logica e della matematica.

Nel congresso si parlerà dell'uso dei simboli in situazioni diverse dalla psicoterapia e dalla medicina?

Sì, vi sono due relazioni importanti di applicazione di questo approccio simbolico sia al tema del lavoro nel suo significato archetipico, che alla dimensione dell'azienda come struttura vivente, dove una "patologia" aziendale dettata da una complessa conflittualità del fattore umano presente nel lavoro, ha potuto essere risolta grazie all'intervento di elaborazione simbolica delle cause alla base della disfunzione aziendale stessa.

Mi conceda un'ultima suggestione per i nostri lettori...

Ritengo che tutti noi, nel momento storico che stiamo attraversando dovremmo essere sempre più consapevoli che ogni forma dell'universo dovrebbe essere considerata come costituita da una trama di relazioni inserite a loro volta in reti più ampie, tale da formare una gerarchia naturale, in grado di permettere una nuova lettura dell'uomo e dell'universo. Queste reti sono proprie della Natura ma inconsce per l'uomo. Sviluppare una nuova coscienza collettiva che tenga conto dell'importanza di queste reti, presenti nel corpo dell'uomo e nelle immagini psichiche corrispondenti, apre la coscienza personale e collettiva ad una nuova *Weltanschauung*, capace di dare al concetto di *Unus Mundus* una concretezza e una inconfondibile corposità che permette di fare esperienza di quegli aspetti della vita posti oltre i confini della coscienza ordinaria.