

Emilia Ramorini

# II SINTOMO

*Un simbolo sul cruscotto del corpo*



Edizioni Akkuaria



I segni del Tempo  
Collana di saggistica diretta da Vera Ambra

Emilia Ramorini

**Il Sintono un simbolo sul cruscotto del corpo**

Edizione 2007 © Associazione Akkuaria

Via Dalmazia 6 - 95127 Catania - Tel. 095.722.38.31

[www.akuaria.org](http://www.akuaria.org) – [info@akuaria.org](mailto:info@akuaria.org)

1a edizione - Ottobre 2007

Ristampa 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Emilia Ramorini

II SINTOMO  
UN SIMBOLO SUL CRUSCOTTO DEL CORPO



*La mimica del volto e del corpo è la prima forma di comunicazione tra madre e figlio... la mimica rende più vive le nostre parole e conferisce loro più forza. Essa, più delle parole, che possono essere falsate, rivela i pensieri e le intenzioni altrui... La libera espressione di un'emozione per mezzo di segni esteriori la rende più intensa. D'altro canto la repressione di ogni segno esteriore, nella misura in cui è possibile, sfuma le nostre emozioni. Chi si abbandona a gesti violenti accresce la sua rabbia; chi non controlla i segni della paura prova ancora più paura; e chi non ha reazioni quando è sopraffatto dal dolore perde la migliore occasione di recuperare l'equilibrio della mente.*  
Charles Darwin – tratto da “Le Espressioni delle Emozioni negli Uomini e negli Animali” – 1872

*“...l'organismo vivente si esprime più chiaramente con il movimento che con le parole. Ma non solo con il movimento! Nelle pose, nelle posizioni e nell'atteggiamento che assume, in ogni gesto l'organismo parla un linguaggio che anticipa e trascende l'espressione verbale. Si aggiunga che vi sono alcuni studi specifici che mettono in relazione la struttura corporea e il fisico con gli atteggiamenti di natura emozionale.”*  
Alexander Lowen – tratto da “Il Linguaggio del Corpo” – Prefazione – 1978





## INTRODUZIONE

Ero ragazzina, quando spesso per radio trasmettevano Giorgio Gaber che cantava “Lo shampoo”, ricordo che mi facevo di schiuma come una bottiglia di coca-cola agitata.

Il Signor G cantava però anche cose che per me erano difficili: è stato quel suo “...e noi colitici che siamo tutti un po' psicosomatici, affetti ai problemi più drammatici degli stomaci...” che mi ha assillato per anni. Sentivo la canzone e cominciavo a porre domande al primo “grande” che mi capitava a tiro: cercavo che mi fosse spiegato cosa voleva dire colitico e lo trovavo, psicosomatico e... la risposta intera non veniva mai, solo tentativi, ipotesi e supposizioni che, lo leggevo sulla loro faccia, non convincevano nemmeno loro.

Insomma perché “psicosomatica” doveva continuare a rimanere una parola così misteriosa per una ragazzina come me, che s'ingozzava letteralmente di quei gialli settimanali per ragazzi della Mondadori che avevano per protagonista Nancy Drew, una ragazzina di pochi anni più grande di me e così brava a risolvere ogni enigma?!

Così ricordo che di mia iniziativa ho spezzato la parola, psico – somatico, la ponevo in relazione alla colite e capivo cosa c'entrava con il soma, ma il collegamento con la psiche proprio non lo vedevo. Eppure doveva esserci, lo diceva Gaber che si vedeva sempre in TV! E tanto meno capivo perché anche i problemi di stomaco lo erano.

Infatti, a quell'epoca mio padre aveva problemi di ulcera e non mi sembrava di avere un papà psichicamente instabile.

Insomma questo tormentone è rimasto nella mia mente e non ricavando un ragno dal buco, decisi di riporlo in quello che chiamavo “il cassetto delle cose da capire”, quello per le quali la risposta era sempre “*quando diventerai più grande capirai*” e che aprivo ogni qual volta trovavo un indizio in più da aggiungere al puzzle dei dettagli che avrebbero un giorno composto le risposte che si negavano.

Venne così il giorno in cui mio padre smise di lavorare e, come per incanto, sparì l'ulcera, anzi ricordo proprio lui che diceva “*Da quando ho smesso di lavorare, non ho più avuto disturbi*”.

In quel periodo le pulsioni giovanili riempivano di domande anche un altro cassetto quello etichettato: il mistero del sesso o il sesso del mistero; si aveva proprio due nomi.

Questo secondo cassetto era così pieno di domande che, per tentare di scoprire quello che volevo senza dover incappare sotto la mannaia dell'inquisizione strettamente operata dalla mamma, con la scusa di riaprire il cassetto delle cose da capire etichettato "psicosomatica", andai in libreria alla ricerca di qualcosa che rispondesse alle mie domande.

Ovviamente non qualcosa a caso, doveva essere qualche cosa di quel Freud che era il padre della psicanalisi e che, sentivo dire, "*ce l'ha sempre in testa*"; quindi toccò a parecchia della sua produzione.

Ricordo quanta fatica facevo a distinguere l'Io dal Super-Io e dall'Es<sup>1</sup> e il fatto che personalmente ne avrei fatto un'ESIO per unificarli in una cosa sola; come possiamo scomporre la mente, mi chiedevo, e a che pro?

Freud era ovviamente troppo avanti per me, ma la lettura non è stata vana. A mano a mano che leggevo i casi esposti, capivo infatti l'importanza di quella cosa che nelle lezioni di dottrinetta ci facevano fare fin dall'età di sei anni; la chiamavano col nome altisonante di esame di coscienza (e si sa che, se è un esame, è quasi indispensabile averne paura!).

In particolare iniziavo a capire l'urgenza e l'importanza di fare questo esame la sera prima di addormentarsi, non in chiave religiosa come ci avevano inculcato da bambini, bensì per ripensare alle cose successe nel corso della giornata ed interpretarle in modo da capire cosa era stato bene e cosa non lo era stato da un punto di vista personale, come o cosa si sarebbe potuto o dovuto fare per evitare le cose sgradite, prendendo contromisure anziché limitandosi a fare i "buoni propositi".

In pratica a non lasciar che si calcificassero le cose, anzi, se era gioia, a viverla fino in fondo proseguendo nelle fantasie di gloria ribaltandosi nel letto finché l'eccitazione non si era consumata; ovvero

---

<sup>1</sup> IO = parte conscia, è la struttura psichica, organizzata e relativamente stabile, deputata al contatto ed ai rapporti con la realtà; ES = parte inconscia, il substrato mentale più profondo; Super-IO = censore della mente, il suo compito è quello di mediare i contatti tra IO ed Es.

in caso di irritazione cercando il bandolo della matassa che ha provocato la situazione di sconforto, fino a comprendere come evitare di cascarci ancora la volta dopo oppure a fantasticare la disfatta dell'aguzzino.

Queste analisi portavano a fare quelle che già da bambina chiamavo "le scoperte furbe", cioè quelle che facevano funzionare le cose meglio e per le quali già allora mi chiedevo perché, perché funziona?

Racconto un episodio significativo in proposito. Erano i primi giorni della terza elementare, quando avrei dovuto studiare 3 pezzettini della storia francese per il giorno dopo, ma la scelta tra Napoleone e i pattini aveva una sola direzione: i pattini per l'appunto! E quando il giorno dopo la *suormaestra*, scorrendo sospensiva con la penna, i nomi sul registro delle assenze, disse "*Adesso interroghiamo...*", una sensazione di certezza mi fece sua: "*Questa chiama me!*", mi dissi. Reagii prontamente leggendo furiosamente le 3 righe della prima pagina, e non feci in tempo a girarla per leggere il seguito perché mi chiamò! Ricordo ancora di come il mio cuore batteva e di come tenni il controllo letteralmente sparando con decisione le parole che avevo appena letto.

Ancora due o tre parole e sarei arrivata alla fine di quelle tre righe, inceppandomi come un disco rotto. Cercavo furbescamente ed agitatamente di girare la pagina quand'ecco che la voce della *suormaestra* disse "*Va bene basta la sai. Interrogiamo adesso...*".

Potete immaginare il sollievo: "*aveva davvero funzionato solo perché l'ho detta con tanta decisione?*", mi chiedevo la sera nel mio lettino.

Questo fatto mi tornò alla mente proprio mentre tentavo di capire dove volesse arrivare Freud e più lo leggevo, più i quesiti del cassetto psicosomatica andavano a posto. (Beh, ve lo dico, ...i quesiti del sesso non hanno invece trovato le risposte che cercavo!).

Come in tutte le cose però, la fame viene mangiando, e così partendo da cosa è la psicosomatica e dalla lettura dei comportamenti miei e di quelli degli altri che osservavo, o dagli stimoli di letture, talvolta anche di settimanali femminili, ho continuato ad essere curiosa dell'apparire e del comportamento umano.

È ormai diventata una costante osservare per esempio come una persona cammina e immaginare cosa stia pensando sulla base di movimenti impercettibili del volto o degli arti oppure al carattere che

potrebbe avere guardando la postura in particolare di torace e spalle.

Oppure ancora come una coppia sta seduta in un bar denotando quegli atteggiamenti che caratterizzano in modo indistinguibile interesse o noia. Cogliere quell'energia magnetica che scorre e attrae una coppia che sta bene insieme e sentire che in quel momento quell'energia riesce a contagiare; sentire le vibrazioni che ti scaricano, invece, in presenza di una coppia assuefatta dalla noia o dal malumore.

Ma anche osservare i bambini nel loro approccio per diventare amici di altri bambini, oppure ascoltare gli anziani nei loro ricordi mentre ricostruiscono la loro storia di vita sul significato del loro corpo letto attraverso le loro parole ed i loro atteggiamenti.

È tentare di percepire carattere e temperamento di una persona attraverso le sue caratteristiche somatiche: i lineamenti del viso, la forma di denti occhi, bocca, narici, l'aspetto degli arti, dalle rughe sulla fronte, dai capelli, della consistenza e colorito della pelle e via di seguito.

Perché proprio lì un corpo è rigido o lasso? E la ruga, l'irrigidimento solo al verificarsi di certe situazioni?

Quanto, cosa, come, quando e perché è entrato in un corpo tutto ciò che di materiale o emozionale poteva entrare: l'alimentazione, i pensieri, le emozioni, l'istruzione, i sentimenti, l'esercizio fisico, le repressioni, i desideri che rappresentato le dimensioni, le espressioni verbali, gli atteggiamenti, le posture, i malesseri, la vitalità.

È capire che il corpo parla di quello che siamo: ecco perché lo vedo come una sorta di cruscotto, in cui ogni componente esprime con le tutte variabili e combinazioni possibili l'intreccio del vissuto dalla psiche e dalla carne.

Così, nel percorso che mi ha portato a condividere la visione olistica della parola psicosomatica, che ora non è più chiusa nel cassetto in attesa, ma un magma in continua pressione, c'è spazio per qualsiasi collegamento. Dunque sì a quel grande osservatore che è stato Darwin, all'asserzione di Lowen *“il corpo non mente”* e sì anche la Storiella zen n. 27 – *La voce della felicità (tratto da “101 Storie Zen” di N.Senzaki e P.Reps)*

*Dopo la morte di Bankei, un cieco che viveva accanto al tempio del maestro, disse a un amico:*

*“Da quando sono cieco, non posso osservare la faccia*

*delle persone, e allora devo giudicare il loro carattere dal suono della voce. Il più delle volte, quando sento qualcuno che si congratula con un altro per la sua felicità o il suo successo, afferro anche una segreta sfumatura d'invidia. Quando uno esprime il suo rammarico per la disgrazia di un altro, sento il piacere e la soddisfazione, come se quello che si rammarica sia in realtà contento che nel suo proprio mondo ci sia ancora qualcosa da guadagnare.*

*La voce di Bankei, però, sin dalla prima volta che l'ho sentita, è stata sempre sincera. Quando lui esprimeva la felicità non ho mai sentito null'altro che felicità, e quando esprimeva il dolore, il dolore era l'unico sentimento che io sentissi”.*

## Sommario

Introduzione	Pag.	7
DEFINIZIONI: A PROPOSITO DI...		
Psicosomatica	“	13
Sintomo	“	14
Simbolo	“	17
PSICHE E SOMA, SINTOMO E SIMBOLO: POLI DI UN MAGNETE		
	“	23
IL SINTOMO NELL'EVOLUZIONE DELLA MEDICINA		
Medicina primitiva (lo spirito della natura)	“	26
Medicina pitagorica (microcosmo e macrocosmo)		27
Medicina ippocratica (gli umori del corpo)	“	28
La medicina moderna	“	30
IL SINTOMO NELL'EVOLUZIONE DELLA PSICANALISI		
Magnetismo e ipnotismo	“	32
Freud, la psicanalisi e i sintomi	“	33
Il sintomo secondo Groddeck	“	34
Il sintomo secondo Alexander	“	36
Il sintomo secondo Reich	“	37
Il sintomo secondo Lowen	“	38
I DUE CERVELLI		
Il primo cervello: cervello cranico	“	42
Tre cervelli dentro un cervello – oloni	“	42
Le cellule del cervello	“	46
Le sinapsi e i neuro-trasmettitori	“	48
I due emisferi cerebrali	“	49
Un pizzico di “cifre” e di “psico - neuro - immunologia	“	52
Il secondo cervello: cervello enterico	“	53
La digestione intelligente	“	54

Le emozioni nella pancia	“	55
Un pizzico di neurofisiologia – l’intestino	“	57
Se ci fosse anche un terzo cervello?	“	58
SIMBOLI DEL CORPO:		
SINTOMI DEL CARATTERE	Pag.	60
Piedi	“	62
Gambe	“	65
Bacino	“	67
Petto	“	68
Spalle	“	69
Braccia e mani	“	70
Collo	“	72
Il viso (fronte, occhi naso, bocca e mascella)	“	73
Fronte	“	74
Occhi	“	75
Sopracciglia	“	77
Naso	“	78
Bocca	“	79
Mascella e mento	“	81
CONCLUSIONE:		
OSSERVARE I SIMBOLI E I SINTOMI	“	83
Bibliografia	“	88

Sintomo e Simbolo sono uniti da una relazione di reciprocità. Sono come i poli di uno stesso magnete, cioè più *amanti appassionatamente avvinghiati di cui nessuna delle due parti vuole annientare l'altra*, piuttosto che *antagonisti in lotta*. La loro relazione è indissolubile come quella che c'è tra bello e brutto, alto e basso, bene e male, facile e difficile.

Sintomo e Simbolo esprimono l'energia del loro saldo legame sull'alcova dell'essere umano che, come un cruscotto, consente di individuare il *fil rouge* dell'interrezza indissolubile di corpo e mente, seguendo l'uomo fino all'interno dell'ambiente in cui vive e si relaziona.

L'attenta osservazione dei Simboli e l'interessato ascolto dei Sintomi permettono di raccogliere le informazioni che danno la conoscenza di sé stessi e del prossimo, consentendo di raggiungere quel benessere che nasce dal nostro spazio interiore e che si traduce in vitalità, sicurezza e fiducia in sé stessi.

**Emilia Ramorini.** Naturopata, nata a Milano il 27 ottobre 1960. Nel suo percorso di approfondimento delle discipline bio-naturali ha sperimentato tecniche finalizzate a scrutare il mondo delle emozioni, che fanno emergere i talenti personali e canalizzano l'energia vitale in attività creative.

**Euro 12,00**