



Sull'unire i principi maschili e femminili di Virginia Wink Hilton

Wilhelm Reich ha parlato del modo in cui tutti noi vorremmo essere in questo mondo. Lo chiamò il carattere genitale. Questo carattere si realizza in chi ha risolto i propri conflitti fino a divenire un organismo integrato: corpo e mente non sono in opposizione tra loro, ma funzionano come un tutto unico, l'energia non incontra blocchi e fluisce liberamente, pienamente disponibile per il lavoro creativo nel mondo. L'energia trova la propria armonia in un orgasmo che coinvolge tutto il corpo, il che significa che il cuore e i genitali sono uniti nella resa all'amato; amore e sesso vanno di pari passo e perciò il sesso ha significato ed è profondamente piacevole. Il comportamento non è regolato da restrizioni morali in opposizione ai bisogni naturali, ma è autoregolato sul principio che la vita va goduta. E tuttavia non è edonistico, ma è responsabile verso se stesso e gli altri. Poiché è in pieno contatto con le sensazioni non può essere né autodistruttivo né sadico nei confronti degli altri. Essendo in connessione alla sua verità, non può mentire, perché dire una non verità è scomodo e sgradevole. Risponde alla vita con spontaneità di sentimento, ma in modo razionale ed ha il potere di fare scelte reali perché libero da conflitti interiori e desideri repressi. Questa persona ha rispetto e riguardo nei confronti della natura e della vita in tutte le sue forme. Sembra estasi, non è vero? Perché un tale stato è così difficile per noi da avvicinare anche lontanamente? Perché sperimentiamo così tante angosce, così tanto conflitto?

Sappiamo che il blocco e la costrizione dell'energia dell'organismo iniziano alla nascita, se non prima, e che il neonato, mentre cresce ed interagisce con l'ambiente, sarà modellato e formato a tutti i livelli, fisicamente e spiritualmente, secondo le condizioni della sua esperienza e le aspettative della società. La strutturazione psicosomatica di quella esperienza assume una forma in qualche modo prevedibile, che chiamiamo struttura del carattere, e qualsiasi forma assumerà la struttura individuale, sarà basata sulla scissione della natura unitaria dell'organismo. Stiamo parlando, naturalmente, della scissione tra mente e corpo, ma anche della scissione tra ragione e sentire, logica e intuizione, controllo e spontaneità. A livello sociale è la scissione tra natura e cultura. In *Amore ed orgasmo*, Lowen parla di un lato della scissione, corpo, sentire, intuizione e spontaneità come in relazione al principio femminile, e di un altro lato, mente, ragione, logica e controllo in connessione al principio maschile. Il principio femminile viene identificato con la natura e l'ordine naturale. Il principio maschile viene identificato con la cultura e l'ego maschile. Parlerò di questa scissione in termini di principio maschile e femminile.

Madre Terra o Padre Celeste?

Rileggendo *Amore ed orgasmo* la scorsa primavera, ho trovato particolarmente interessante un capitolo in cui Lowen assume una prospettiva storica e discute di come la scissione si sia sviluppata assieme allo sviluppo della civiltà occidentale. Otto o novemila anni prima di Cristo, le società primitive erano matriarcali e veniva adorata la Madre Terra, o Dea Madre. Funzioni femminili e attributi femminili determinavano le relazioni degli esseri umani con la natura e la vita.

In seguito, con lo sviluppo della cultura, della coscienza e dell'ego, l'uomo lottò per controllare la natura, per piegarla ai suoi voleri. Poiché l'uomo divenne antagonista nei confronti della natura, di conseguenza, intorno al tremila prima di Cristo, iniziò la distruzione delle divinità femminili che erano così integralmente connesse alla natura e le società matriarcali vennero sostituite da patriarcati che adoravano il Dio padre. Il risultato fu l'abnegazione delle donne ed il relegamento del principio femminile ad una posizione inferiore. Significò la fine della possibilità di egualitaria partecipazione tra maschile e femminile.

Sono sicura che molti di noi hanno familiarità con un meraviglioso romanzo scritto anni addietro intitolato *Le nebbie di Avalon* di Helen Zimmer Bradley. L'autrice tratta di Re Artù e racconta le vicende dal punto di vista delle donne che prendevano parte alla saga. E' anche la storia dei Druidi

adoratori della Dea Madre e dei loro sforzi per sopravvivere in una terra conquistata dal potere superiore degli invasori cristiani. Rappresenta semplicemente questa lotta, della cultura che sottomette la natura, del Dio padre che sconfigge la Dea Madre. La magia, la sessualità, la “seconda vista” o intuizione dei Druidi era un terrificante anatema per i cristiani medioevali. In questa storia è il vecchio mago Druido, “Merlino il Mago”, che comprende la necessità della coesistenza delle due religioni e tenta di riconciliarle, ma la sua saggezza non viene compresa da nessuna delle due forze in campo.

Di recente ho pensato: come sarebbe stato se, per gli ultimi duemila anni, invece del Padre, Figlio e Spirito Santo avessimo avuto la Madre Terra ed il Padre Celeste che si amassero? Avalon, la dimora mistica della Sacerdotessa della Grande Madre, scompare tra le nebbie, affondando nelle acque del lago per non essere più vista sulla terra. Questo, naturalmente simboleggia il trionfo del principio maschile e dell'ego, mentre il principio femminile e la sua connessione con la natura, recede nell'inconscio. La scissione è completa.

Di recente, mentre eravamo in Francia, andammo a Carnac in Bretagna per vedere lunghe file di pietre poste lì da antichi Druidi. Così strano, misterioso e diverso da qualsiasi altra cosa a cui potevamo fare riferimento nella nostra esperienza! Lì sentii una leggera risonanza delle sensazioni molto più forti di assoluta soggezione che avevo sperimentato quando stavo dall'altra parte della Manica a Stonehenge dieci anni prima. Stando tra quelle grandi pietre misteriose, avevo una soverchiante sensazione di un potere non familiare emanante da esse che rimescolava qualcosa di profondo in me. Era il potere delle feroci, terribili passioni dell'ordine naturale, sbrigliate, indomite, ma in qualche modo contenute in quelle pietre. Nessuna meraviglia che il genere umano le abbia dovute sottomettere e sommergere.

Una volta avvenuta, la scissione era dappertutto e rinforzata in tutte le cose. Il principio maschile ed i valori maschili vennero venerati, la natura ed i valori femminili vennero chiamati peccaminosi al peggio e al meglio tollerati. La civiltà andava avanti, conquistando ogni frontiera, conquistando e sottomettendo la terra. Continuiamo la spinta in avanti, ora non più marciando ma muovendoci alla velocità del razzo.

Lo shock di un incidente

La civiltà è alienata al massimo grado, e lo è anche il corpo, dal sentire e dalla natura. Dobbiamo confrontarci ogni giorno con gli effetti di questa alienazione dal corpo e dal sentire nei nostri uffici e agenzie e nelle nostre vite private. E siamo scossi e costretti a riflettere sulla nostra alienazione dalla natura quando veniamo svegliati nel cuore della notte da un terremoto di 5 - 3 gradi il cui epicentro è a poche miglia da una centrale atomica. Che una struttura simile abbia potuto essere costruita in cima ad un complicato sistema di faglie è, per me, un buon esempio di follia di potere ed arroganza del genere umano, le caratteristiche fatali di questa scissione che sono proprio alla base della nostra civiltà.

Non è facile uscire dai nostri schemi, stare distanti dalla cultura che abbiamo creato e da tutto quello che ci abbiamo guadagnato, per vedere chiaramente e semplicemente quale prezzo abbiamo dovuto in realtà pagare. Dobbiamo veramente essere scossi fuori dai nostri modi inveterati di pensare e percepire. Vorrei condividere con voi un'esperienza che ebbi svariati mesi fa quando venni scossa dalla terribile prospettiva della morte, non solo mia, ma la morte del pianeta.

Nel maggio 1986 ero nella Germania settentrionale con un gruppo in training. Ci incontravamo in una bella parte del paese chiamata Lunneburg - Heide. Avevo goduto le bellissime foreste, i suoni degli uccelli ed il brusio delle api dai campi di trifoglio, prima, ma quest'anno era diverso. Non andammo a passeggiare nella foresta o a sedere sull'erba o a sdraiarsi sulla sabbia presso il lago. Ai pasti non c'erano insalate e vegetali freschi dell'orto sulla tavola, come era stato prima. Perché le foglie, l'erba, l'orto e la sabbia erano ricoperti di particelle invisibili che erano state trasportate per mille miglia da Chernobyl una settimana prima. Questa area misurava tremila volte il normale livello di radiazione al suolo.

Una cosa è avere notizie di radiazioni molto lontane da noi, ciò non sembra disturbare il nostro solito modo di non pensare troppo, un'altra cosa è sapere che sono tutt'intorno a te e non c'è nulla che puoi fare al riguardo.

Nel gruppo parlammo dell'orrore creato dall'incidente, diverse donne dissero che sentivano che non avrebbero più avuto figli. Un uomo pianse parlando del suo bambino di quattro mesi. “ Tutto ciò che pensavamo andasse così bene per nostro figlio è adesso sbagliato: cibo biologico che coltiviamo noi stessi, stare all'aria fresca, giocare nella terra, adesso è un pericolo mortale per lui.” Non ho bevuto latte né mangiato burro o vegetali. Dopo una settimana partii e alcuni di loro tuttora non bevono latte o mangiano vegetali. E' sicuro o no? Tutti concordano su due cose: non sai mai se ti viene detta la verità e, comunque, nessuno ne sa molto.

Dopo di ciò siamo stati alla Conferenza Internazionale in Belgio (dell'International Institute for Bioenergetic Analysis, nota del curatore). Il tema della Conferenza era la Cultura e il Corpo. Un certo numero di persone condivisero in modo piuttosto commovente le loro storie personali all'interno dei loro background culturali particolari. Nella riunione conclusiva, dopo aver esplorato le nostre diversità, fu chiaro che eravamo stati riuniti dalle nostre similarità e identità in quanto facenti parte della comunità mondiale. Molti parlarono dell'incidente di Chernobyl e del suo impatto su noi tutti. I nostri colleghi europei richiesero con forza il coinvolgimento con le organizzazioni che stavano cercando di fare qualcosa per cambiare direzione rispetto ai rischi di distruzione totale.

Impegnarsi in prima persona

A causa della mia personale esperienza in Germania, non ero più in grado di pensarlo come il problema di qualcun altro, o di rimandare di intraprendere l'iniziativa. La mia risposta fu di tornare in patria e allinearmi con il movimento Oltre la Guerra. Presi parte alla mia prima conferenza internazionale ad Aspen nel 1973, poco dopo mi impegnai nella bioenergetica. Avevo letto alcuni articoli e libri di Reich e ricordo di aver chiesto ad un paio di leader: “ Poiché la bioenergetica proviene da Reich, perché il suo interesse per i problemi sociali non viene riflesso in maniera più evidente in bioenergetica? “ Le risposte che ottenni erano qualcosa del genere: “ Il mio lavoro è con i pazienti individualmente nel mio studio, se dei cambiamenti in meglio possono aver luogo nella vita delle persone che vedo, allora ho fatto ciò che posso per la società” . Per la maggior parte di noi, questo è l'ambito in cui diamo il nostro contributo più significativo in termini di tempo e impegno. Tuttavia, nel 1986 e dopo Chernobyl, personalmente non credo che abbiamo la scelta di fermarlo a quel punto. Ciò significa in qualche modo ignorare il grido agonizzante di Madre Terra che dice: “ Fermate questa follia prima che sia troppo tardi!”.

Chernobyl, la corsa agli armamenti e le guerre stellari sono i prodotti finali del principio maschile separato da quello femminile, di una cultura che si è sviluppata alienata dalla natura, dalla sua fonte. Il risultato finale sarà inevitabilmente la distruzione del pianeta. Culturalmente sappiamo di essere alienati, che manca qualcosa. Usiamo ciò che quella scissione ci ha dato, benessere e tempo libero, per cercare di farci qualcosa. Al giorno d'oggi poniamo la massima attenzione al corpo, ma il corpo rimane una cosa, qualcosa da modellare, rassodare e porre maggiormente sotto controllo. Risistemiamo, riorganizziamo e riprogrammiamo le sensazioni senza sentire molto. Perseguiamo tutti i tipi di vecchio e nuovo, modi esotici ed esoterici di pensare che promettono molto, ma producono poco cambiamento. Gran parte della terapia nella nostra società ci aiuta semplicemente a capire perché facciamo quello che facciamo e al meglio a funzionare un po' meglio all'interno del sistema. Tutto fa pensare al saggio di Reich sulla *peste emozionale*, riguardo all'uomo nella trappola, che corre all'infinito in tondo entro di essa, reclamando ed inveendo per questo, ma tutto ciò che fa lo tiene dentro la trappola, continua a fargli evitare l'uscita. Il problema è che tutto ciò che facciamo per migliorare le cose è fatto ancora entro la cornice unilaterale del principio maschile. Così finiamo col non uscire dalla trappola. Per favore non fraintendetemi. Non sto in alcun modo dicendo che il principio maschile è cattivo, ciò è un'assurdità. Dio sa che non potremmo neppure avere una società basata soltanto sul principio femminile!

Alla ricerca del femminile

E' la scissione ad essere cattiva, ad essere in fin dei conti fatale. E' qualcosa di analogo ad una difesa del carattere che si evolve nelle prime fasi dello sviluppo: inevitabilmente, man mano che cresciamo e maturiamo, ciò che era un meccanismo di sopravvivenza si rivolta e minaccia la nostra sopravvivenza. Cosicché, nell'infanzia della civiltà, l'uomo dovette adottare questa scissione, dovette opporsi alla natura

per sopravvivere. Ma adesso allo stadio attuale quella difesa distruggerà noi ed il pianeta. Ed è solo reclamando il principio femminile, la nostra connessione al corpo, al sentire ed alla natura, che promuoveremo la guarigione del sé e del mondo.

Discutendo queste cose con un uomo saggio e colto da me recentemente incontrato, la sua risposta fu: “ Sono le donne che dovranno salvare il mondo nei prossimi cento o duecento anni” . Sono lieta che sia stato un uomo a dirlo!

Se è la scissione di cui ho parlato che ci ha messo sulla strada della distruzione e guarire la scissione significa reclamare il principio femminile, allora ha senso dire che noi donne abbiamo una responsabilità particolare. Se siamo le portatrici di questo principio, allora dobbiamo connetterci alla nostra natura più vera e viverla in tutti gli aspetti della nostra esistenza. Ricordando che siamo il prodotto di un mondo che è stato sbilanciato per secoli, che i nostri pensieri, valori e visioni sono modellati da quella distorsione, dobbiamo trovare il coraggio di separarci da quelle strutture di pensiero. Ciò è estremamente difficile. Questo stesso uomo si mosse verso i suoi scaffali pieni di libri e disse: “Non lo troverai da nessuna parte qui. Devi guardare dentro te stessa”. Dobbiamo guardare nella profondità dell'inconscio, sotto strati di condizionamenti e apprendimenti. E in quanto terapeuti bioenergetici, conosciamo l'importanza e la necessità di un profondo radicamento nel corpo per capire che cosa è il principio femminile.

Dobbiamo guardare dentro noi stessi. Non c'è nessun altro luogo in cui guardare, non ci sono facili passi, questa è una rotta senza punti di riferimento.

In quanto donne, abbiamo bisogno di convalidarci in questa ricerca, di condividere le nostre intuizioni lungo il percorso. Gli uomini hanno sofferto di questa scissione tanto quanto le donne. Anche gli uomini devono scoprire come riconnettersi al principio femminile dentro di loro. Per me questo è quello che è la bioenergetica, in fin dei conti. Questo è il suo focus primario: vivere nel corpo, connettersi alle sensazioni ed essere radicato nella terra.

Tuttavia nonostante tutto il nostro lavoro, questa integrazione ancora ci sfugge. Chi, dopo tutto, esce dalla trappola? Quale incredibile profonda paura è quella che ci tiene dentro?

Vincere la paura

In *Amore e orgasmo* , Lowen dice che per le donne il profondo timore, che è l'ultimo blocco alla rivendicazione del principio femminile, è la paura di restare sole. Concordo con lui. Non so dirvi quante volte ho udito questa frase dalle donne: “ Se rivendico il mio potere sul serio, resterò sola” . Ma quale potere che non sia il potere degli uomini? E' il tipo di potere di Stonehenge. Se vivo nel mio corpo, connessa al mio sentire, e radicata nel terreno, ho un tremendo potere, che è spesso terrorizzante per gli uomini. Perciò sembra impossibile rivendicare questo potere ed avere una relazione con un uomo. Piuttosto che reclamarlo e fronteggiare la loro solitudine e la loro paura, le donne l'hanno sommerso e sono diventate servili, deferenti e con l'attitudine al controllo. Siamo diventate parte del sistema di potere maschile: “Il collo che fa girare la testa” .

Per l'uomo le paure più profonde che sorgono in relazione al principio femminile sono quelle dell'assorbimento e della castrazione. Per lui sembra impossibile arrendersi al principio femminile, al corpo, al sentire ed alla natura, senza perdere il suo potere. Cosicché, piuttosto che affrontare queste paure, egli mantiene una posizione di dominanza e rigidità o resiste passivamente.

Così io credo che per uscire dalla trappola, dobbiamo affrontare le nostre paure: dobbiamo riconoscerle pienamente, sperimentarle pienamente, anche dal punto di vista del significato che hanno per noi. Quando una donna affronta la sua paura di essere sola e può accettare la pienezza del principio femminile dentro di lei, non importa a quali conseguenze va incontro, a quel punto avrà anche una posizione dell'ego molto più forte; la mente ed il corpo sono integrati ed unificati. Ha fiducia nella sua intuizione cosicché essa nutre il suo intelletto. Ella è tanto assertiva quanto ha bisogno di esserlo, senza paura, poiché la sua assertività proviene dal suo calore e dalla sua cura.

Quando un uomo va incontro a tutto ciò che deve fare per affrontare le sue paure di assorbimento e di castrazione e le risolve, a quel punto non ha più bisogno di tenere a bada il principio femminile. Si può arrendere ad esso, cosicché l'ego è unito al corpo, la ragione al sentire, il controllo alla spontaneità e troverà che il suo potere, nato da questa unione di principi, non è il vuoto potere di dominio né

l'insicuro potere del macho, né l'arrogante potere del giudizio. E' un potere che è reale perché è pieno del sentire, è certo perché è radicato, è rispettato perché è vulnerabile ed è potente perché connesso al corpo.

Il luogo in cui possiamo in definitiva sperimentare la guarigione della scissione è nel piacere dell'amore sessuale, che è il dono della natura a noi, anche se la vita non sempre lo permette. Poiché in quella relazione intima i principi possono essere uniti entro di noi. Poiché lì dobbiamo arrenderci prima al nostro corpo e poi ad un'altra persona. In quel luogo sentiamo il nostro potere e la nostra vulnerabilità, la nostra solitudine e la nostra connessione, la nostra separatezza e la nostra unione.

Un uomo abbandona la sensazione di potere per ripristinare la sorgente della sua vera forza, una donna, sperimentando la fonte della sua forza, può allora vivere nella conoscenza consapevole del suo potere. L'uomo non si sente più castrato, la donna non si sente più sola. L'unificazione dell'ego e del corpo e la sua espressione in amore è la base su cui la guarigione della scissione dei principi maschili e femminili può aver luogo e faremo ogni sforzo per guarire il mondo in cui viviamo. La risoluzione della scissione è nel corpo. Questa è l'uscita dalla trappola. Questa è bioenergetica al meglio.