

Articoli/Articles

OTTICA PSICOFISIOLOGICA PER ACCEDERE  
ALLA RECITAZIONE INTERIORE  
E INDIVIDUARE QUELLA ESTERIORE

VEZIO RUGGIERI  
Università Sapienza Roma, I

SUMMARY

*STANISLAVSKIJ E LA PSICOFISIOLOGIA DELL'ATTORE*

*The pedagogical path for actors proposed at the beginning of the twentieth century by Stanislavsky, is deepened by linking to concrete observable and manipulable psycho-physiological processes. In this operation, terms such as "human spirit", "imagination", "inner action" and "exterior action", "experiencing a role" will be analyzed so as to become a constituent part of a psycho-bodily thought. We will look at the physiological context in which gestures, actions and feelings are born, whose generative mechanisms will be focused on; the meaning of the definition "coherence of sensations" will be resumed in a clearer context and we will try to provide a definition of "I" - that can be operationally useful for actors.*

*Premesse generali*

La riflessione psicofisiologica scientifica di questo breve intervento è assolutamente originale e si fonda su le solide basi di un ampio dibattito scientifico ampiamente esposto nelle sue componenti fisiologiche e psicologiche nei volumi "Mente, corpo e malattia"<sup>1</sup>, "Identità in Psicologia e Teatro"<sup>2</sup> e si poggia sugli studi fisiologici classici di Anochin<sup>3</sup>. Il nostro gruppo di ricerca ha operato una sintesi di numerose indagini sperimentali nel volume "Struttura dell'Io tra soggettività e fisiologia corporea"<sup>4</sup>.

*Key words:* Recitazione – Immedesimazione - Psicofisiologia

L'autore, per sviluppare il suo ragionamento, rivisita le teorie classiche delle emozioni che risalgono a James<sup>5</sup> e a Lange<sup>6</sup>, gli studi, le teorie sull'immaginazione<sup>7</sup> e della anatomia classica<sup>8</sup>. Inoltre sono fondamento di quest'ultima riflessione anche le recentissime pubblicazioni dell'autore sull'immaginazione e la sua fisicità e sulla dinamica fisiologica e psicologica delle posture<sup>9,10</sup>. Il tema centrale dell'articolo verte dunque intorno alla distinzione tra recitazione esteriore ed interiore, che l'attore e regista Stanislavskij (1863-1938) - ideatore agli inizi del Novecento del famoso Sistema basato sulla concezione di una recitazione autentica, perché basata sull'autentico sentire dell'attore<sup>11</sup> - si pone come perno della sua attività didattica. A questo proposito ci chiediamo come facciano osservatori esperti quale il nostro regista russo o semplici spettatori, a giudicare se una recitazione sia puramente esteriore o interiore; su quali aspetti della modalità espressiva dell'attore, consapevolmente (e/o inconsapevolmente) osservabili e percepibili, essi basino il loro giudizio. E, quesito di non minore rilevanza, quali siano le concrete operazioni psicofisiche che l'attore compie inconsapevolmente per rendere "visibile" il mondo interiore o per generare un effetto di recitazione esteriore e meccanica. Sostiene infatti il nostro autore che oltre a vivere un ruolo ("the process of experience" costituisce "only a preparatory stage". Il lavoro "is the search for an artistic outward form, one which gives clear, visual expression to the inner visual content"<sup>12</sup> (è la ricerca di una forma artistica esterna che dia una chiara espressione visiva di un contenuto interno). A questa affermazione noi rispondiamo: "Come?". La nostra ottica considera l'essere umano una realtà unitaria psicofisica in cui le due dimensioni, la fisica e la psichica *sono sempre strutturalmente interagenti in senso bidirezionale*. Definiamo l'essere umano come una scultura vivente (con una sua materia biologica) che ha dentro di sé il suo scultore (un sistema di coordinamento funzionale che stimola, modula ed soprattutto unifica tutte le funzioni corporee che chiamiamo Io) che funge da ponte organizzatore tra il patrimonio

genetico-ereditario e lo sviluppo della differenziazione morfo-funzionale dell'organismo, che si realizza nell'interazione con l'ambiente e genera la forma psicofisica della persona nella concretezza delle sue condizioni esistenziali (Da-Sein). Questa concezione, che ha un suo fondamento scientifico-sperimentale, costituisce la base di una griglia concettuale che rende operativamente evidente e concretamente osservabile l'interazione tra meccanismi fisiologico-corporei descritti dai fisiologi e processi psicologici descritti dagli psicologi che insieme generano l'unità della persona nel concreto della sua dimensione esistenziale ed espressiva. Stanislavskij ha egregiamente indicato alcuni "percorsi" didattici, sicuramente utilissimi, sia psicologici (es. quello della riviviscenza, di cui si parlerà più avanti, per attivare il subconscio dell'attore e far emergere un'emozione legata al proprio passato; piccole azioni che lo aiutino a sviluppare l'immaginazione, etc.) che fisici (suggerendo all'attore di lavorare sulle proprie tensioni corporee; di curare l'educazione ritmica, etc.). Queste procedure fanno parte del patrimonio universalmente condiviso del mondo attoriale; esse sono dei passi fondamentali verso un *effetto estetico*, ma non spiegano quale sia la dinamica corporea che costituisce l'effetto stesso. Il giudizio sull'esperienza estetica provocata dalla recitazione si fonda su elementi di tipo empatico-intuitivo. Entrando più nel dettaglio, partiamo da una citazione di Stanislavskij<sup>13</sup> che pone una fondamentale distinzione tra recitare e vivere. Sostiene infatti l'autore: "rivivere una parte aiuta l'attore a realizzare lo scopo fondamentale dell'arte teatrale, cioè la coscienza di una *vita spirituale in ogni sua parte* (corsivo nostro) e ad assolvere alla necessità di comunicare in forma artistica". A questo proposito segnaliamo che il regista definisce tale lavoro con il termine "pereživànie" che è tradotto in italiano con "riviviscenza". In una nota, il traduttore italiano del testo citato, spiega come il termine "pereživànie" indichi un processo mediante il quale un attore rievoca, analizza, comprende e rivive una sua esperienza personale, analoga a quella del personaggio e se ne serve per

immedesimarsi in esso. Il termine indica quindi un'operazione psicofisiologica complessa, in cui sono interessati diversi processi cognitivi ed emozionali, ognuno dei quali meriterebbe di essere analizzato in modo particolare. Sottolineiamo inoltre che nella recente traduzione inglese<sup>14</sup> "rivivere una parte" è tradotto con "*experiencing a role*" e che questo termine risulta meno generico dell'italiano, poiché collega l'operazione suggerita, non ad un "rivivere" (termine molto ampio semanticamente) ma ad una forma specifica quale *l'esperienza* che è collegata più concretamente ad un'attività in cui la componente percettivo-motoria svolge un ruolo fondamentale. Notiamo però che anche nella traduzione inglese, nel passaggio relativo alla distinzione che il regista fa tra recitare e vivere, emerge come il problema più importante non sia quello di immaginare ("portray the *life of a role externally*<sup>15</sup>") la vita della parte nelle sue manifestazioni esterne, ma soprattutto creare in scena la vita interiore del personaggio e del dramma (*the inner life of the character and of the whole play*<sup>16</sup>) e adattando a questa vita estranea i nostri sentimenti personali (*bringing our own individual feelings to it*<sup>17</sup>) e tutti gli elementi vitali della nostra anima (c.d.a.) (*endowing it with all the features of our personality*<sup>18</sup>) dove il termine "anima" dell'italiano è ben diverso da quello inglese di *personality*. Sottolineando lo stesso concetto il teatrante e teorico russo sostiene che "l'attore deve cercare una forma artistica che dia una chiara espressione visiva ad un contenuto interno del suo personaggio" (*natural physical embodiment*<sup>19</sup>).

Stanislavskij propone dunque un lavoro attoriale dall'*ambizione demiurgica*: un lavoro di ricostruzione, attraverso lo stimolo e l'utilizzo di quasi tutti i processi di cui si occupano le scienze psicologiche, di una nuova realtà psico-fisiologica nella forma di un personaggio in corpo d'attore. Possiamo considerare le citazioni stanislaskiane, certamente pregne di significati intuitivi, come la base di un bellissimo progetto atto a stimolare la riflessione psicofisiologica che può anche avere la finalità di trasformare il profondo pensiero molte

- spesso intuitivo - del regista russo in concreti passaggi psicofisici concreti. Per far questo è necessario comprendere quali siano i diversi processi psicofisici impliciti dei termini ad ampia estensione semantica quali “vita” o “anima” o “spirito” (termine peraltro spesso ricorrente) su cui sia possibile intervenire direttamente nel lavoro teatrale. Stanislavskij utilizza un linguaggio intuitivamente comprensibile quando, rivolgendosi all’attore, osserva: “se tu hai preparato bene il testo però ti sei preoccupato di dipingere l’esterno, una forma, quello che manca è la vita interna”<sup>20</sup>. Per far questo, per rispondere sia pure parzialmente alla domanda su come il processo artistico si strutturi e si renda visibile, partendo dal presupposto che l’essere umano sia una realtà psico-fisica unitaria, è necessario accostarci innanzi tutto a quei processi della fisiologia che possono essere considerati componenti strutturali della impalcatura degli eventi e che sono contenuti nel più ampio e generale contenitore semantico quale “spirito” o “vita” etc. È fondamentale definire in termini psicofisiologici quelli di sentimento–emozione, feelings e tonalità affettiva, immaginazione, percezione, identità, identificazione etc. e descriverne le componenti strutturali fisiologiche. La descrizione di questi processi su cui abitualmente interviene la pedagogia teatrale, possono essere compresi nel loro esatto valore funzionale se inseriti nella descrizione psicofisiologica dell’Io, che come già detto è l’organizzatore, il coordinatore di tutte le funzioni psichiche e fisiche dell’individuo e che dà forma alla corporeità e al suo modo di essere nel mondo. Nella descrizione dell’Io devono essere prese in considerazione le componenti anatomo-fisiologiche fondamentali e quelle psicologiche, che nella loro interazione ne costituiscono l’impianto fondamentale. In questa breve introduzione il nostro intento è focalizzarci solo su alcune di esse che possono fornire utili approfondimenti inerenti il tema della didattica teatrale oggetto del nostro discorso. A questo punto poniamo alcune premesse che qui, per brevità, consideriamo come postulati:

1. ciò che chiamiamo “psichico” (e funzione psichica) è il prodotto dell’interazione di più funzioni fisiologiche elementari;
2. l’Io non è solo il coordinatore di tutte le funzioni psichiche e fisiche dell’individuo, ma colui che svolge anche la funzione insostituibile di generare, *attraverso l’attività delle stesse funzioni che coordina*, l’unità e stabilità morfofunzionale della sua struttura e, fatto per noi fondamentale, anche la percezione di Sé stesso come realtà psicofisica unitaria individuata e psicologicamente stabile.

Poste queste premesse generali entriamo in alcuni particolari sostanziali. Il tema basilare riguarda dunque la costruzione dell’unità dell’Io. Per affrontare questi temi, con tutti i limiti delle attuali conoscenze fisiologiche, è necessario partire dal fatto che l’essere umano, con il suo sistema nervoso, si pone come centro regolatore di due fondamentali funzioni: la percezione e l’azione. La percezione, sia del mondo esterno che del proprio corpo, opera trasformando eventi (fisici) in pure sensazioni soggettive ed in immagini-rappresentazioni mentali. Le prime sono alla base di quello che chiamiamo sentire (percezione del feeling), tra cui collochiamo i sentimenti delle diverse emozioni; definiamo le seconde “percezioni analogiche” perché con la rappresentazione mentale riproducono a livello psichico (grazie all’attività di specifiche aree cerebrali) *la forma* dell’oggetto esterno percepito. Caratteristica delle sensazioni del sentire (feelings) è quella di non avere una forma, come nel caso delle immagini visive o acustiche, ma un vissuto legato a specifiche modalità sensoriali: tattili se provenienti dalla cute, propriocettive se provenienti dai muscoli, enterocettive se dai visceri. Le sensazioni non analogiche sono valutate sull’asse piacere-dispiacere-dolore e caratterizzate

anche da variazioni di intensità e durata. Questa percezione è centrata sulle informazioni-segnale di eventi del proprio corpo. Sottolineiamo, senza entrare nei dettagli, che nell'organismo ogni evento è autorappresentato. Altrettanto importante ricordare che *l'azione*, costituita dall'attività di muscoli (e ghiandole) che modificano la relazione con l'ambiente esterno ed interno, è fonte fondamentale anche di percezione. Il soggetto percepisce consapevolmente o inconsapevolmente la sua stessa attività. Ai fini della costruzione dell'Io, che prende origine da un lavoro in cui le singole componenti anatomo-funzionali convergono a formare *un unico organismo* coerentemente funzionante, è *necessaria l'integrazione e l'unificazione di tutte le percezioni corporee che generano la percezione del proprio corpo come di una unità (feelings)*. Ne deriva che ogni rappresentazione mentale, sia che essa provenga dalla percezione analogica che dalla pura immaginazione, è strettamente collegata con il vissuto soggettivo dell'asse piacere-dispiacere. Quindi possiamo dire che ogni immagine mentale porta con sé anche un potenziale vissuto di natura micro-emozionale, che varia in rapporto al significato esistenziale che l'Io dell'individuo le attribuisce sul piano cognitivo. Altrettanto importante è la funzione che noi attribuiamo all'immaginazione. Essa non va limitata alla produzione di immagini fini a se stesse, che costituiscono il mondo della fantasia, indipendente da ogni legame con la realtà; al contrario, il suo ruolo fondamentale è quello di "organizzare" l'esperienza "reale e concreta" poiché è il presupposto programmatico di ogni azione: se per es. ho intenzione di uscire di casa, devo immaginare che ci sia una porta, e *vederla* (attivando gli occhi) e *cercarla*, (collegando ciò che vedo con il sistema motorio) immaginando

anche che ci siano delle scale che mi portano ad un portone che si può aprire su una strada etc. Definiamo questa “immaginazione programmatica”. Quindi le connessioni tra sistema delle produzione delle immagini mentali e sistema tonico-posturale, non sono soltanto alla base della genesi del feelings, ma anche responsabili della “preparazione all’azione”. In virtù di tali connessioni possiamo ipotizzare che ogni azione immaginata generi una concreta micro-azione che non produce la contrazione muscolare che compare nel movimento “visibile fenomenologicamente” ma determini delle variazioni di tensione tonico-posturali che anticiperebbero, mimandolo, il movimento programmato. Una sorta di prova generale del movimento da eseguire. Sulla base di questa, sosteniamo che ogni rappresentazione di una azione è una micro-azione che investe, in modo non apparente, il sistema tonico-posturale.

### *Esteriore/interiore*

Quanto abbiamo esposto è la base per una possibile risposta alla domanda idealmente posta a Stanislavskij, che chiedeva su quali elementi di osservazione si potesse giudicare una recitazione come esteriore, meccanica e senza vita o come espressione di un mondo interiore realmente vissuto cui l’attore ha dato una forma artistica visibile. Certamente non abbiamo l’assurda presunzione di poter conoscere i pensieri segreti dell’attore e i percorsi psicofisiologici su cui egli ha lavorato, ma possiamo osservare la loro traduzione in forma estetico-espressiva. Per far questo partiamo dal feeling dell’auto-percezione che l’attore ha della tonalità affettiva che caratterizza il suo vissuto. Abbiamo detto che essa è determinata dalla percezione delle tensioni muscolari. Impieghiamo la stessa parola “tono” sia per indicare il livello di tensione muscolare, che la



componente soggettiva dell'affettività. Ciò che abbiamo accennato a questo proposito, ma che merita un maggior approfondimento, è che i diversi muscoli del corpo non presentano, nei vari distretti corporei, un unico livello di tensione. È facile mettere in evidenza che in alcuni distretti essi possono avere un tono elevatissimo, in altri un tono di media intensità, e in altri ancora un livello sorprendentemente basso. Le differenti distribuzioni del tono, tra diversi distretti, che variano da soggetto a soggetto, generano le differenze che caratterizzano le diverse posture individuali. Esaminiamo ora due aspetti della diversa distribuzione distrettuale in apparente contraddizione tra loro. La prima si riferisce al fatto che tutti i muscoli del corpo sono, in modo diretto o indiretto, in connessione tra loro. Questo fatto non è immediatamente evidente perché si parte dal presupposto, facilmente verificabile, che un movimento prodotto dalla contrazione di un gruppo di muscoli, sembra essere circoscritto ed indipendente dal contesto posturale. Quest'idea però non è del tutto inesatta! È facilmente osservabile, infatti, che la contrazione di alcuni muscoli (per es. il bicipite anteriore del braccio) produce lo spostamento della struttura ossea dell'avambraccio su cui si inserisce, *solo se contemporaneamente* il muscolo antagonista (tricipite posteriore del braccio) si rilassa. C'è però una ragione funzionale di ordine generale: un movimento, anche se solo distrettuale, modifica l'equilibrio posturale, che è prontamente ristabilito dai ben noti meccanismi neurologici encefalici. Per questo il cervello, che modula l'attività tonica di tutti i muscoli che costituiscono l'impalcatura posturale dell'intero corpo, possiede una mappa che non solo rappresenta tutte le tensioni di tutti i muscoli, ma anche delle loro interconnessioni. Il gioco evidente cui abbiamo accennato tra bicipite e tricipite, in modo meno visibile superficialmente, si applica a ogni muscolo. Immaginiamo che su un determinato distretto osseo si inseriscano più muscoli e la contrazione di ognuno di essi possa generare spostamenti, con diversa direzione (non solo opposta, ma semplicemente

diversa), del distretto osseo su cui si inseriscono: è immediatamente intuibile come la contrazione del muscolo agente eserciti comunemente uno *stiramento* degli altri muscoli, che a loro volta esercitano una trazione su muscoli di altri distretti a cui sono collegati. Sulla base di questi ragionamenti e dell'osservazione diretta, può nascere l'idea che il sistema muscolare, grazie a queste interconnessioni (dirette ed indirette) formi un unico tessuto che avvolge, come un'unica maglia, o una tuta, l'intero corpo; maglia che interconnette l'attività tonica di tutti i muscoli dei vari distretti e costituisce la base del rapporto tra postura di base e movimento distrettuale, cioè tra sfondo tonico muscolare e contrazioni isotoniche distrettuali che formano figure motorie emergenti. La costruzione di questa maglia tonica che avvolge il corpo è un processo che dalla periferia del corpo collabora con la *rappresentazione centrale dello schema corporeo e costituirebbe il fondamento della "unità corpo", sia da un punto di vista obiettivo anatomo-fisiologico che soggettivo (auto-percezione unificata delle tensioni che genererebbero la percezione integrata del proprio corpo come di un'unica realtà)*. Una buona dinamica delle interazioni muscolari della maglia tonico posturale è alla base di un Io coeso, che a sua volta costituisce l'impalcatura psicofisica che sostiene anche la nuova identità del personaggio. Il rapporto tra lo sfondo tonico della maglia è anche temporale: il movimento è sempre *preceduto* dalle variazioni posturali. Esso nasce dallo sfondo, l'osservatore può imparare a cogliere tale modalità relazionale. Ma abbiamo detto che nell'ambito di questa maglia avvolgente ci sono dei livelli di tensione differenti, sia perché i muscoli dei diversi distretti possono assumere funzioni differenziate specifiche dell'organizzazione posturale, che abbiamo ampiamente esposto nel saggio sull'identità cui rimandiamo il lettore<sup>21</sup> e che richiedono un differente impegno delle tensioni con relative differenze di livello, sia perché l'esperienza "storica" di ogni soggetto contribuisce a formare *atteggiamenti posturali individuali caratteristici* che possono essere considerati quasi

dei tratti di personalità ( la scultura vivente della nostra definizione) e che sono determinati proprio dalla differente distribuzione distrettuale delle tensioni. Da un punto di vista dell'auto-percezione, la funzione della maglia ipotizzata ci consente di percepire le parti del corpo come appartenenti ad uno stesso corpo! Questa tematica della percezione delle diverse parti del corpo come parti proprie, che è il prodotto delle proprie esperienze individuali, non raramente legate a quei processi che *la psicodinamica definisce inconsci*, è appunto determinata dal gioco delle tensioni muscolari. La nostra esperienza psico-fisiologica clinica, analizzando la modulazione della percezione delle parti corporee, ha potuto evidenziare come alcune parti siano "vivacemente" presenti nel campo dell'auto-percezione del proprio corpo, mentre altre lo siano molto meno o siano addirittura assenti ( per esempio Il soggetto afferma: non sento la schiena"; "i miei glutei è come se non ci fossero" etc.); ovviamente non ci riferiamo a casi legati a vere e proprie patologie neurologiche in cui l'assenza del segnale muscolare propriocettivo dipende da una alterazione della struttura recettoriale o centrale, ma a fisiologiche modulazioni della percezione "normale". Le nostre osservazioni hanno messo in evidenza che i meccanismi fisiologici della "*non percezione psicologica dei distretti*" (sine causa patologica), sono generati o 1. da un eccesso di tensione che si protrae nel tempo e/o da vere e proprie contratture muscolari oppure da 2. da una tensione troppo bassa.

### *Percepire e sentire*

Ci confrontiamo ora con questo nuovo concetto: la *percezione soggettiva* del proprio corpo, che è l'elemento nucleare della percezione di Sé (sostenuta dalla modalità fisiologica del sistema muscolare) e non il prodotto di meccanismi che funzionano in modo automatico, indipendenti dalle funzioni psicofisiche dell'Io! Essa è invece un prodotto attivo dell'Io (funzione di coordinamento) che, attraverso le vie nervose efferenti, stimola in modo differenziato i diversi muscoli del

corpo e in virtù di questa modulazione genera auto-segnali di ritorno di intensità differenziata. Possiamo anche immaginare che il sistema funzionale che chiamiamo Io possa creare attivamente una maglia tensionale (stimolando particolarmente la dinamica delle connessioni muscolari e modulando i livelli di tensione) che esalti con particolare vivacità la partecipazione delle singole parti a un'unica esperienza di vita, come se questa convergenza di tensioni esprimesse, dandole una forma unitaria, la vitalità dell'individuo, la ricchezza della sua espressività spirituale di parti che si legano e si appartengono. La tensione legante è come un'eccitazione che emerge da un'unica struttura generatrice. Ben diversa è la situazione, obiettiva e percettiva, quando le tensioni distrettuali non hanno questa forte convergenza unificante. Nel primo caso è come se il soggetto generasse un'espansione dell'esperienza di vita, una nuova esperienza spirituale. Importantissimo in questo contesto è il rapporto tra vitalità posturale e i singoli gesti che possono emergere come collegati strettamente alla struttura generatrice ed essere sua diretta espressione e in cui, sempre attraverso il lavoro sulle tensioni posturale, si genera anche la tonalità affettiva soggettiva (ma anche oggettivamente percepibile, del suo vissuto). Tali gesti possono apparire come parti funzionali di un unico Ego che intende narrare, trasformandole in azione, le sue intenzioni emotive profonde e la logica delle connessioni delle sue rappresentazioni mentali. Per esempio, un sorriso risulta "falso" se interessa solo i muscoli delle labbra, mentre è vivo ed autentico se emerge dalle connessioni posturali unificate che si segnalano come sfondo attivo partecipante alla genesi del gesto "sorriso". Questo discorso acquista maggiore significato per l'attore se consideriamo che la parola e la frase non siano altro che "gesti sonori", e come tali siano o solo il prodotto distrettuale dell'apparato di fonazione, o nascere da uno sfondo tensionale unificato che è la struttura dell'individuo impegnato, con le sue variazioni toniche interconnesse, a contribuire alla genesi della stessa parola o frase. Noi pensiamo anche che le stesse immagini mentali

siano in realtà eventi collegati con le variazioni di tono muscolare posturale (micro-oscillazioni del tono). Pertanto, anch'essi si connettono all'unità della vita spirituale dell'individuo in un'ampia sinergia fisiologica che chiamiamo vita. Quando l'intenzione comunicativa genera una rappresentazione mentale, una immaginazione programmatica di ciò che si dirà, e quando tale immaginazione modifica la maglia delle tensioni posturali precedendo la produzione del gesto (e del gesto sonoro della parola), è tutta la persona che parla e non una sua parte. Ciò che egli dice è autentico e credibile ed anche soggettivamente vissuto come tale da chi lo produce. Se al contrario l'azione (e la parola) non è il prodotto finale di questa sequenza spazio temporale, ma è decontestualizzata, essa risulta superficiale, esteriore e posticcia. La dinamica corporea esprime la dinamica del mondo interiore su cui l'auto percezione dell'attore e l'osservazione del regista possono porre sempre maggiore attenzione. Quando un attore riesce a ben collegare la propria immaginazione del personaggio con il tessuto unificato delle interconnessioni delle proprie tensioni corporee, nasce un personaggio che appare concretamente reale e che, nella sua concretezza sembra, a chi lo osserva, avere una sua anima (spirit).

#### BIBLIOGRAFIA E NOTE

##### Bibliografia generale

Anochin PK, *Biologia e neurofisiologia del riflesso condizionato*. Roma: Buzzoni; 1975.

Chiarugi G, *Istituzioni dell'anatomia dell'uomo*. Milano: Società Editrice Milano; 1959.

James W, *The principle of Psychology*. New York: Holt, Rhine Hart and Winston; 1890.

Kosslyn SM, *Le immagini nella mente. Creare ed utilizzare le immagini nel cervello*. Firenze: Giunti; 1999.

Kosslyn SM, Ganis G, Thompson L, *Neural Foundations of imagery*. *Nature Reviews Neuroscience* 2001;2:635-642.

- Kosslyn SM, Ganis Thompson. Mental Imagery: against the nihilistic hypothesis. *Trends in Cognitive Sciences* 2003;7:109-111.
- Kosslyn SM, Thompson WL, Kim IJ, Alpert NM, Topographical representation of mental images in primary visual cortex. *Nature* 1996;378:496-49.
- Lange TC, Ueber Gemuts-Bewegungen. Leipzig: Kurell; 1887.
- Ruggieri V & Coll, Struttura dell'io tra soggettività e fisiologia corporea. *Indagini sperimentali*. Roma: EUR; 2011.
- Ruggieri V, *Identità in psicologia e teatro*. Roma: M.A.G.I; 2001.
- Ruggieri V, *Mente corpo malattia. Analisi e discussione psicofisiologica*. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore; 1988.
- Ruggieri V, Persico G, Psycho-Physiological Hypothesis about Visual Mental Images Projection. *Academy of Social Science Journal* 2017;2,9:969-979.
- Ruggieri V, Spinoso R, Relations between imaginative experience and feeling with postural attitudes and tensions. *Academy of Social Science Journal* 2017; 2,10:1007-1012.
- Stanislavskij K, *An Actor's Work: A Student's Diary*. (Benedetti J, Trad.). New York: Routledge; 2008.
- Stanislavskij KS, *Il lavoro dell'attore su sé stesso*. Bari: Editori Laterza; 1985.

1. Ruggieri V, *Mente corpo malattia. Analisi e discussione psicofisiologica*. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore 1988.
2. Ruggieri V, *Identità in psicologia e teatro*. Roma: M.A.G.I; 2001.
3. Anochin PK, *Biologia e neurofisiologia del riflesso condizionato*. Roma: Buzzoni; 1975.
4. Vedi bibliografia.
5. James W, *The principle of Psychology*. New York: Holt, Rhine Hart and Winston; 1890.
6. Lange TC, *Ueber Gemuts-Bewegungen*. Leipzig: Kurell; 1887.
7. Rivisitazione delle ricerche di Kosslyn sulle basi cerebrali dell'immaginazione. Vedi bibliografia.
8. Chiarugi G, *Istituzioni dell'anatomia dell'uomo*. Milano: Società Editrice Milano; 1959.
9. Ruggieri V, Persico G, Psycho-Physiological Hypothesis about Visual Mental Images Projection. *Academy of Social Science Journal* 2017; 2,9:969-979.
10. Ruggieri V, Spinoso R, Relations between imaginative experience and feeling with postural attitudes and tensions. *Academy of Social Science Journal* 2017; 2,10:1007-1012.

11. Nel 1906, Stanislavskij legge la “Psicologia dei sentimenti” (1896), del francese Théodule Armand Ribot, in cui si afferma la possibilità di recuperare un’emozione qualora, ci si trovi in presenza delle condizioni sensoriali che ne hanno originariamente accompagnato l’esperienza. Il trattato fu utile a definire uno dei fondamenti teorici del Sistema di recitazione stanislavskiano, basato sull’idea della “riviviscenza”: “Un attore, rievocando in sé una condizione sensoriale, un odore, un sapore un’immagine collegati a una particolare esperienza emotiva del suo passato, poteva riuscire a ricatturarla e a riviverla” (cfr. Gordon M, *Il Sistema di Stanislavskij*. Dagli esperimenti del Teatro d’Arte alle tecniche dell’Actors Studios, Venezia: Marsilio editore; 1992. pp. 30-31.) e dunque a prestarla al suo personaggio, realizzando così una recitazione “autentica”, poiché basata sul reale vissuto emozionale dell’interprete.
12. Stanislavski K, *An Actor’s Work: A Student’s Diary*. (J. Benedetti, Trad.) New York: Routledge; 2008.
13. Stanislavskij KS, *Il lavoro dell’attore su se stesso*. Bari: Editori Laterza; 1985.
14. Vedi OP. CIT. nota 9, p. 23.
15. Ibidem. “Portray” ha un significato diverso da quello di “immaginare” poiché sottolinea la componente di disegnare, fare un ritratto.
16. Ibidem.
17. Ibidem.
18. Ibidem.
19. Ibidem.
20. Op. cit. nota 10.
21. Op. cit. nota 1.

Correspondence should be addressed to:

vezio.ruggeri@uniroma1.it

