

GELOLOGIA E GIULLARISMO AUTOPOIETICO

I giullari autopoietici sono ricercatori in formazione in Sigm sofia lo-somato-autopoietica, specializzati nel settore ed offrono la loro attitudine al *giullarismo*, alla *risata*, alla *solidarietà senza ritorno*, ovunque! Uno degli applicativi della *gelotologia autopoietica*.

Il *giullare autopoietico* è un girovago, un viaggiatore la cui arte si esibisce nelle piazze, nelle vie, nei teatri e in ogni ambiente naturale.

Utilizza la musico-canto-danza-sofia, è un poeta, ed ingloba tutte queste capacità in un'azione chiave: il *gioco libero*, spontaneo, intuitivo.

Il termine

giullare

deriva dal latino

ioculare (da *iocus*),

che significa

gioco.

Il termine

Autopoiesi

indica essenzialmente

la facoltà creativa, di Creazione Continua

presente nell'lo-psyché che può manifestarsi in ogni azione.

Dal greco

poiesis,

che significa

produzione, creazione.

La parola

auto,

deriva dal greco

autos,

che significa

se stesso.

Si tratta, quindi, di creazione, di produzione realizzata da se stessi, attraverso

il gioco libero, spontaneo, intuitivo, sincronico

ed altre arti, facoltà, disponibili all'lo-psyché.

Tale condizione dell'essere è quella che, attraverso *la maieutica autopoietica*, il *giullare* tenterà di evocare con l'aiuto della consapevolezza della propria rappresentazione, ascoltando l'lo-psyché degli altri, vivendolo, partecipandolo come parte integrante dell'Universi-parte: di se stessi.

In particolare, possono affiancare i diversi staff di strutture che si occupano di guarigione (come gli ospedali, le Case di Cura, le cliniche) e di strutture di recupero (come le prigioni, gli orfanotrofi, le case-famiglia, ecc.): ovunque ci siano attività che coinvolgono l'essere umano.

I giullari autopoietici sono orientati verso *l'autopoiesi continua*, intesa come orientamento verso la scoperta vissuta, empatica, divertente dei significati autopoietici del vivere e dello stato coscienziale punto morte, attraverso cui l'altro viene riconosciuto come parte di sé: dell'Universi.

Da questo, scaturisce che l'azione, che il giullare autopoietico fa a se stesso, è fatta all'altro e quanto fa all'altro è fatto a sé.

Praticare il *giullarismo autopoietico* richiede una preparazione di base e il raggiungimento vissuto della

naturale predisposizione alla risata, all'allegria,

sempre presente nell'lo che raggiunge la condizione di *autopoiesi-continua*.

Ovunque si trovi, *il giullare autopoietico* sa improvvisare, sa trasmettere la propria umanità, la propria consapevolezza raggiunta, creando con il pubblico, con il paziente, con il ricercatore un momento di sospensione e di penetrazione intuita dei significati acquisiti e autopoietici del vivere e dello stato coscienziale punto morte. La sua formazione è continua e, nella fase preliminare, deve conoscere le tecnologie operative della Sigmasofia, *le Autopoiesi olografiche* e, successivamente, tutte le tecnologie operative dell'*artista di strada*, del *mimo*, dell'*improvvisazione intuitiva e sincronica*, della *comunicazione lo-somato-autopoietica non verbale*. Dalla situazione in cui si trova, deve saper creare *gioco*, *danza*, e condividere empaticamente la sofferenza, *vibrando con essa*, risalendola e trasmutandola.

Di solito, ai corsi di Sigmasofia, riservati al settore specifico, seguono i periodi di tirocinio, durante i quali il giullare autopoietico in formazione viene accompagnato ad esibirsi in strada o presso le strutture pubbliche o private, da chi è già abilitato.

Il giullare autopoietico attua l'arte *maieutica autopoietica*, veicolando prese di consapevolezza e insights intuitivi e sincronici ad ogni lo-psyché, indipendentemente dalla condizione di sofferenza o di gioia in cui si trovi, in modo da indurre nuove modalità di relazione verso se e verso il cosiddetto *altro*. Si prefigge di essere *una destrutturazione* del livello identificativo eventualmente presente nell'lo-psyché del pubblico: la risata, la musica, il canto, la magia, l'empatia potranno essere così condivisi, per ritrovarsi insieme

esploratori di tempi, saperi e conoscenze.

Gli effetti del giullarismo autopoietico

Sia nelle situazioni critiche, disperate, che in quelle di tensione e di gioia, l'intervento del *giullare autopoietico*, può permettere di liberare l'endorfina che ha il potere di trasmutare l'emozione-istinto-pensiero in circolo. Per realizzare questo, è importante riuscire ad entrare *nell'atmosfera autopoietica*, per *almeno nove minuti*, e la risonanza-simmetria si apre, determinando così un naturale fluire dello stato coscienziale di partenza.

Il volto si modifica, il diaframma si rilassa, la circolazione sanguigna migliora, il sistema di difesa immunitario si potenzia, alcalinizzando cellule e tessuti.

Gli effetti del giullarismo autopoietico, di cui la risata, il canto, la danza sono parte integrante, coinvolgono decine e decine di muscoli, stimolandoli, mettendoli in movimento, concorrendo a far cambiare stato, condizione (...).

Entrare nello *stato di giullarismo autopoietico* è possibile a chiunque richieda a se stesso di volerlo. Si tratta di ritrovare in sé gli elementi che il giullare autopoietico consapevolmente trasmette, superando gli ostacoli che si frappongono: l'imitazione e il mimo sono applicazioni possibili.

L'lo-psyché ha il dono del *giullarismo autopoietico*, della risata che sono parte integrante dell'lo-somato-autopoietico che siamo.

Ritrovare la dimensione di Autopoiesi Continua può avere effetti auto-rigeneranti ed auto-guarenti.

Ogni lo-psyché è emanazione dell'Autopoiesi Continua. tale condizione autopoietica viene spesso coperta dall'acquisito, dalle esperienze di ogni genere, sane o patologiche, positive o negative che siano.

Ritrovare l'autopoiesi viscerale cambia consapevolezza lo-somato-autopoietica, attraverso il giullarismo autopoietico che ingloba tutte le tecnologie della *gelotologia*:
dal greco

gelos,

che significa

riso, risata.

Gli effetti lo-somato-autopoietici del *giullarismo autopoietico*, dei processi di Autopoiesi Continua, percepiti consapevolmente, permettono di attivare specifiche settori del cervello, come il limbico, l'ippocampo e tutto ciò che è correlato all'istinto-emozione. Gli stimoli dell'Autopoiesi Continua, stimolati dalla risata e dal pianto, hanno origine da quelle zone cerebrali che il giullarismo autopoietico è in grado di stimolare, determinando specifiche interazioni lo-somatiche tra l'lo-psyché e il sistema di difesa immunitario.

Tutte le emozioni indotte, i momenti di insights, sincronici, di risata, di pianto, di campi autopoietici, determinano l'aumento della produzione ormonale: l'adrenalina, la dopamina che, a loro volta, liberano la *morfina naturale* del corpo. Ad esempio, le endorfine sono in grado di diminuire l'intensità del dolore, facilitando quindi il rilassamento; le encefaline potenziano il sistema di difesa immunitario lo-somato-autopoietico aiutando, così, ad affrontare meglio le diverse situazioni esistenziali.

L'afflusso di maggior campo istintivo-emozionale, la presenza di insights intuitivi e sincronici, le diverse componenti della muscolatura del corpo si contraggono e si rilasciano, determinando forme di ginnastica che migliorano la funzionalità. Un istinto-emozione, un insight forte, una risata o un pianto intenso, attivano molti muscoli che possono contribuire a migliorare le funzioni dell'apparato digerente. Anche le spalle, il torace e il plesso si sollevano aritmicamente.

In presenza di tale campo istintivo-emozionale, la respirazione viene attivata, potenziata, diviene più profonda e questo miglioramento delle capacità respiratorie interviene sull'ossigenazione del sangue. Tale aumento di campo determina, inoltre, un calore interno maggiore, ossigenando le cellule del corpo, processo che accelera la rigenerazione dei tessuti e protegge il fisico da infezioni.

Si formano nuove sinapsi e nuove associazioni dell'lo-psyché che possono orientare verso momenti di maggior intuito sui significati dell'esistenza.

Durante l'afflusso del sangue, il cuore aumenta i battiti, fino a 130 al minuto. Nel *Tutto è atopicamente e coscienzialmente legato* che siamo, l'lo-somato-autopoietico risponde per intero, se adeguatamente stimolato, aiutando così ad affrontare situazioni esistenziali difficili o patologiche.

Anche se, come indicato, può indurre processi che facilitano l'autorigenerazione e l'autoguarigione, il *giullarismo autopoietico* non è stato creato specificamente per questo scopo, bensì per indurre, all'interno di queste dinamiche, un *insight intuitivo sui* significati del vivere e del morire in lo di solito identificati nel fluire ripetitivo quotidiano delle proprie esperienze, della propria vita.

Il gioco, la risata, il pianto, l'istinto-emozione, l'insight intuitivo, la danza, la musica, il canto, l'arte, rendono più umana e maggiormente profonda l'azione dell'lo-psyché, facendolo partecipare alla *grande danza autopoietica dell'Universi che partecipa-osserva e consapevolizza se stesso*.

Tale orientamento stimolato dal giullare autopoietico può contribuire ad accompagnare l'lo-psyché verso se stesso, ad aprire varchi per penetrare nelle aree più profonde e remote dell'inconscio autopoietico, aiutandoci a vivere le infinite profondità coscienziali dimenticate e, all'esterno, il potenziamento delle facoltà comunicative.

Giocare, danzare, cantare, suonare, ridere e piangere sono strutturalità che, se re-immesse consapevolmente in circolo, aiutano a porre in remissione l'identificazione, la patologia, le problematiche che viviamo, creando così la condizione adatta per l'accesso a stati autopoietici portatori di rivelazioni intuitive e sincroniche sensibili e sovrasensibili.

In definitiva, attraverso la mucico-canto-danza-sofia il giullare autopoietico trasmette i principi pratico-teorici della Sigmasofia lo-somato-autopoietica, la marzialità interiore ed esterna, determinando quel particolare processo di maieutica autopoietica che, nell'interlocutore coinvolto fa emergere le stesse facoltà, proprio per simmetria-risonanza, dando vita a forme di *ri-unione* e a peculiari *atmosfere autopoietiche*, propedeutiche a nuove forme di comunicazione con noi stessi:

l'Universi-parte.