# CAMMINANDO - UN PROCESSO AMC.

*copyright@2026jucciosalvatoreincarbone*

Nella successione dei piedi che s'alternano nel camminare, si riconosce già la radice del ritmo e della musica!

Questo ritmo è chiaramente binario. In particolare, la fase M di Mancamento sta nel passaggio sospeso, a volte un poco incerto, durante la fase intermedia – praticamente senza un appoggio veramente sicuro - fra l'appoggio dell'uno e quello dell'altro piede. Ciò è più evidente p. es. nel bambino che impara a camminare.

Il piede che resta indietro, ben saldo, rappresenta il *Sé conservativo* in fase di perdurante ***Affermazione.*** Della fase di ***Mancamento*** – intermedia e d'incerto equilibrio - abbiamo già detto poco sopra.

Il piede che è avanzato in avanti rappresenta il *Sé innovativo* e tende a realizzare la fase di ***Conferma***.

Un'analoga situazione simbolica – che sembra quasi naturale e necessaria – si può notare nelle due diverse funzioni delle mani. Nei destrimani, la sinistra s'incarica di "tenere" (p. es. un foglio) e spesso resta ferma (*Sé conservativo*) mentre la destra si muove, p. es. scrive, accudisce, disegna (*Sé innovativo*).

Questi esempi di attività apparentemente semplici, dimostrano che la nostra vita è costellata da uno o più ritmi capaci di coesistere – in ciò che è già musica del Sé – e che procede sia per successivi, e sia per somaticamente, o mentali, processi paralleli AMC (Affermazione, Mancamento, Conferma).

Il Mancamento è poco o male sopportato – data la sua caratteristica d'instabilità (poiché il Sé è temporaneamente scisso attivamente in un Sé conservativo e in un Sé innovativo, con disagio dovuto a momentanea perdita d'integrità del Sé). Quindi urge la tensione verso la Conferma di un Sé riunito, di nuovo integro. Pertanto si può sviluppare un movimento pensato o corporeo, una trasmissione, una trasformazione o transizione verso un Sé reintegrato, completo. Il Sé temporaneamente scisso in due (conservativo e innovativo) non può perdurare, così scisso, a lungo, pena la perdita sofferta del Sé stesso integro; urge dunque ridurre la fase di Mancamento poiché il Sé mal sopporta la scissione – sia pur temporanea - fra *Sé conservativo* e *Sé innovativo*! Una drammatica ed evidente dimostrazione sperimentale di ciò, si ha p. es. nel *mal di mare* durante il quale il perdurare dell'incertezza dovuta al Mancamento di assetto sicuro della nave, può provocare notevoli disturbi somatici, fino al vomito.

Nella Conferma si ha – nei casi più usuali - la pienezza di un Essere di nuovo riunito, integro.

Nel ritmo ternario asiatico, spesso l'accento forte musicalmente, cade sul "3°" battito, anziché sul primo e questo la dice lunga sull'importanza della fase di Conferma che è la terza – e sarebbe privilegiata e più accentata - nel normale processo AMC.

Anche la respirazione è ritmica ed il Mancamento è rappresentato dalla sospensione fra l'inspirare e l'espirare. Siamo, in effetti, fatti da ritmi e, come sembra, secondo il processo psichico fondamentale AMC!

In realtà ogni nostro atto necessita di un tempo d'attuazione (M) che avviene durante il processo suddetto.

La numerosità degli atti, implica necessariamente e naturalmente un gran numero di processi AMC diversi, e quindi si ha una *sinfonia mentale* che induce a riconoscere che siamo fatti di *musica* e presumibilmente è per questo che è un'arte per noi così toccante e a cui siamo così sensibili – senza, di solito, saperne il perché!

**Sitografia.**

Momenti del Sé in *psicopoiesi.it*.
Tipi psicologici in *psicopoiesi.it*.