

A cura di
Emilio Del Giudice, Alberto Giasanti,
Luciano Marchino

Essere umani

Prospettive per il futuro



FrancoAngeli

Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità o scrivere, inviando il loro indirizzo, a “FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano”.

A cura di
Emilio Del Giudice, Alberto Giasanti,
Luciano Marchino

Essere umani

Prospettive per il futuro

FrancoAngeli

In copertina: fotografia di Carlo Giasanti

Copyright © 2013 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Indice

Prefazione, di *Luciano Marchino* pag. 7

Parte prima Lo sguardo delle scienze umane

1. Costruire il Paradigma Quantistico nelle Scienze Sociali, di *Milton J. Bennett* » 13
2. Masse in movimento, di *Alberto Giasanti* » 22
3. La costruzione memetica della cultura, di *Ida Castiglioni* » 30
4. La natura come esercizio spirituale. Gli antichi filosofi hanno ancora qualcosa da dire per il nostro vivere?, di *Romano Madera* » 37

Parte seconda Lo sguardo delle scienze biofisiche

5. Il DNA tra fisica e biologia. Onde elettromagnetiche dal DNA e acqua, di *Luc Montagnier* » 45
6. L'auto-organizzazione degli organismi viventi alla luce della moderna teoria quantistica dei campi, di *Emilio Del Giudice* » 52
7. Acqua, informazione e dinamica coerente del vivente, di *Alberto Tedeschi* e *Nicola Del Giudice* » 60
8. Colloquio con il vuoto, di *Enrico Chiappini* » 69
9. Fisica dell'evento biologico e biologia dell'evento fisico, di *Mara Ramploud* » 88
10. Le dinamiche fisiche alla base della formazione e del funzionamento dei meridiani negli organismi viventi, di *Larissa Brizhik* » 92

Parte terza
Lo sguardo delle scienze bioenergetiche

11. Il principio del minimo stimolo nella dinamica dell'organismo vivente, di <i>Margherita Tosi e Emilio Del Giudice</i>	pag. 103
12. Il corpo medita se la mente non lo impedisce, di <i>Roberto Maria Sassone</i>	» 118
13. La clinica al tempo della complessità, di <i>Maurizio Stupiggia</i>	» 125
14. "La pace incomincia dall'utero", seguendo Eva Reich, di <i>Margherita Tosi</i>	» 142
15. Tra oriente e occidente un salto quantico, di <i>Patrizia Stefanini</i>	» 148
16. I colori dentro di noi, di <i>Filomena Finelli</i>	» 156
Conclusioni. Campi morfici, fisica quantistica e vie di scampo, di <i>Luciano Marchino</i>	» 162
Gli autori	» 171
Approfondimenti	» 172

Prefazione

di *Luciano Marchino*

Secondo Spinoza è impossibile per gli Esseri Umani non amare la verità. Questo libro vuole appunto fornire un contributo a ri-definire alcuni aspetti della natura umana e delle sue verità, alla luce delle diverse discipline che al proposito si intersecano, fornendo una prospettiva al tempo stesso attuale ed antica. Attuale se constatiamo che tre degli autori che hanno contribuito al testo hanno ricevuto, negli ultimi anni, i massimi riconoscimenti internazionali nei loro rispettivi campi di attività: un Premio Nobel per la medicina e ben due premi Prigogine per la biofisica. Antica perché ritroveremo elementi provenienti dalla medicina tradizionale cinese, rivisitata con gli occhi di un fisico contemporaneo, e letture *interdisciplinari* sospese tra psicologia e spiritualità moderna e antica, tra psicoterapia, antropologia, biologia, filosofia, sociologia.

Nel catalizzare questa situazione di confronto sinergico, presto coadiuvato dagli amici Alberto Giasanti e Emilio Del Giudice, sono partito da un disagio personale: il disagio di chi, operando professionalmente nel campo delle relazioni interpersonali, non ha incontrato che definizioni superficiali o parziali, spesso ideologiche o meccanicistiche, dell'oggetto del suo studio e della sua passione: gli Esseri Umani. Ad un certo punto tali letture della realtà erano diventate del tutto insoddisfacenti e inadatte a descrivere ciò che, nei fatti, non potevo esimermi dal constatare all'interno della mia pratica professionale. Dopo lunghi mesi di ricerche e di riflessioni solitarie durante i quali ho scoperto un intero mondo di ricercatori coinvolti dalle medesime tematiche, mi sono rivolto a Emilio Del Giudice che, con infinita pazienza, mi ha aiutato ad integrare la fisica dei quanti nella mia lettura di ciò che continuamente constatavo nel mio studio e che, qualora frainteso, avrebbe trovato risposta solo in una spiritualità per me insoddisfacente. Oggi il pensiero scientifico può spiegare molti fenomeni che furono in passato patrimonio delle religioni e può anche spigare come mai la lettura religiosa della realtà abbia potuto funzionare e funzioni tuttora.

La scienza dovrebbe avere per oggetto la ricerca della verità e “una volta capita la vitale importanza della verità sarebbe irragionevole non volerla e non sforzarsi di raggiungerla”, ma la ragionevolezza si può difficilmente intendere come una delle caratteristiche distintive della specie. Un esempio per tutti è forse l’incredibile ostinazione con cui la maggioranza dei miei colleghi, psicologi e psicoterapeuti, si ostina a *negare* la realtà fondante della condizione umana: la sua *corporeità*. A tutt’oggi la stragrande maggioranza degli psicoterapeuti pare seriamente convinta che non faccia parte dei suoi compiti interagire con il corpo del cliente e spesso la parola stessa (corpo) crea loro un certo imbarazzo: lo stesso imbarazzo di esistere pienamente che è probabilmente all’origine del disagio dei pazienti che pretendono di curare. Pochi anni or sono, d’altra parte, solo accennare al corpo in psicoterapia accendeva negli animi più puritani un autentico livore salvifico e l’infamante sospetto di secondi, innominabili intenti negli psicoterapeuti somatorelazionali. I decenni però non trascorrono più nell’immobilismo dei secoli bui e le scienze, le neuroscienze in questo caso, progrediscono con crescente rapidità. È così che, attraverso la “porta di servizio” del sistema nervoso (al quale una certa matericità non si può proprio negare), il corpo, defenestrato ufficialmente dai tempi di Cartesio, sta tornando *oborto collo* sul palcoscenico della scienza psicologica. Ma quanto a lungo noi psicologi possiamo ancora prescindere dalla consapevolezza della nostra stessa corporeità e, soprattutto, quanto a lungo faremo ancora pagare ai nostri pazienti il costo (in denaro e in sofferenza) della nostra ignoranza arrogantemente sostenuta e rivendicata come una specificità di cui andare fieri?

Se il pensiero scientifico tende ad appurare il vero e se il vero è l’assenza di errore, non possiamo permetterci di indugiare più a lungo nella falsa convinzione che l’uomo possa essere altro dal suo corpo. Se inoltre l’ignoranza è l’opposto della verità non possiamo più a lungo ignorare la realtà profonda della corporeità quella, per intenderci, che non si arresta al livello dell’aspetto esteriore, ma che ne indaga la struttura più profonda per coglierne l’essenza e l’intrinseco funzionamento. Concetti come quelli di cellula, di atomo, di elettrone, di campo elettromagnetico e di frequenza ci permettono oggi di indagare, con estrema eleganza concettuale, livelli di profondità impensabili in un passato ancora recente e scientificamente fondati nella ricerca più attuale della regina delle scienze: la fisica.

“Della verità non possiamo fare a meno. Ne abbiamo bisogno non solo per vivere bene, ma perfino per sopravvivere. Questo non è solo un imperativo sociale ma anche qualcosa che ci riguarda in prima persona” per comprendere prima di tutto chi siamo e per emancipare così la nostra vita dalle incombenti e condizionanti etichette sociali che pretendono di identificarci e di descriverci: cittadini, elettori, consumatori, telespettatori, fedeli, contribuenti (tutti raggruppati in categorie di necessità descrittive prone

a qualche legge di mercato) o pazienti di una medicina e di una psicologia sempre più informate e sempre meno lungimiranti. Sarebbe a questo punto ovvio aspettarsi il pieno interesse quantomeno degli “addetti ai lavori”, ma così purtroppo non è. Solo una ristretta minoranza di coloro che, per scelta professionale, hanno gli Esseri Umani come s/oggetto di interazione e di studio sembra realmente interessata a comprendere con **chi** ha **veramente** a che fare.

Mentre l'inautenticità si iscrive profondamente ai corpi attraverso il processo di incorporazione della cultura dominante e quindi della cultura dei poteri, l'uomo in quanto corpo (*soma*), in quanto vita vegetativa (*bios*), in quanto processo energetico (*zoè*), in quanto realtà strutturale atomica e subatomica non mente mai perché realtà è sinonimo di verità. Il corpo non mente mai, può solo essere frainteso.

Consapevoli della parzialità della nostra prospettiva e dei limiti di ogni sapere che pretenda di sfidare il mistero offriamo i nostri sguardi attuali all'interesse e alla critica del lettore.

Parte prima

Lo sguardo delle scienze umane

1. Costruire il Paradigma Quantistico nelle Scienze Sociali

di *Milton J. Bennett*

Il concetto di paradigma scientifico è stato introdotto da Thomas Kuhn (1978) nel suo celebre libro *La struttura delle rivoluzioni scientifiche*. Un paradigma è un insieme di assunti fondamentali sulla natura della realtà che permette la concettualizzazione di modelli e teorie coerenti con quegli stessi assunti. Talvolta questi assunti epistemologici si modificano e quando ciò avviene si assiste a una “rivoluzione scientifica” all’interno della quale i modelli precedenti sono ricompresi nel contesto degli assunti modificati e teorie, che fino a quel momento erano letteralmente inconcepibili, vengono generate all’interno del nuovo contesto.

Le scienze sociali tendono a seguire la fisica nell’adozione dei paradigmi, anche se ad una certa distanza di tempo. Questo scarto è probabilmente imputabile al fatto che le scienze sociali sono state intenzionalmente concepite quali applicazioni di alcuni concetti della fisica ai fenomeni sociali (Comte, 1824). Poiché le scienze sociali devono la propria credibilità alla fondatezza riconosciuta della fisica, esse non si appropriano dei nuovi paradigmi fino a che questi non sono ben stabiliti. Tuttavia alcune scienze sociali si definiscono nei termini dell’attuale paradigma scientifico della meccanica quantistica.

Questa presentazione fornirà una sintetica descrizione dello sviluppo del pensiero delle scienze sociali in relazione ai cambiamenti dei paradigmi. In particolare ci si soffermerà su come i cambiamenti dei paradigmi nelle scienze sociali abbiano influenzato la concezione della “cultura” e della sua pratica nella comunicazione interculturale.

1. Il paradigma newtoniano (positivista)

In fisica, è a Isaac Newton (1642-1727) che è riconosciuta la formalizzazione del pensiero scientifico (Briggs and Peat, 1984). Affermando con fer-

mezza che i fenomeni sono governati dalle “leggi della natura” (ad esempio il comportamento di una mela che cade segue la legge di gravità), Newton rompe con la visione pre-scientifica. I due maggiori fondamenti del paradigma newtoniano sono: 1) la causalità lineare e 2) l’osservazione oggettiva. Per causalità lineare si intende che le cause e gli effetti si susseguono lungo una direzione temporale univoca – un presupposto necessario per prevedere e controllare gli eventi. L’osservazione oggettiva significa che l’osservatore è esterno all’evento osservato e che qualunque osservatore con competenze simili osserverebbe gli stessi eventi.

Il paradigma newtoniano diventa anche il modello che sta alle origini delle scienze sociali. Fino ad allora le considerazioni sulla natura umana erano, infatti, di ordine principalmente religioso, spirituale o filosofico. Con gli strumenti della fisica newtoniana è quindi possibile oggettivare la condizione umana e studiarla come qualsiasi altro oggetto del mondo, nei termini di causa ed effetto, di previsione e di controllo, sia a livello micro (individuale) che a livello macro (istituzionale). Auguste Comte (1798-1857) definisce questa posizione epistemologica come “positivismo”. Basandosi sulle idee di Aristotele, definendone i limiti e incorporando alcuni pensieri, di Francis Bacon al tempo considerati come eretici, Comte afferma che tutte le speculazioni metafisiche non sono valide e che gli unici oggetti e criteri appropriati per la conoscenza umana sono i dati rilevabili direttamente dall’esperienza. Mentre Newton focalizza la sua attenzione sul mondo fisico, Comte estende l’idea del pensiero scientifico assiomatico allo studio di tutti i fenomeni, incluse le relazioni sociali. Per questo motivo è considerato il “padre della sociologia”.

La visione dell’universo di Newton può essere equiparata a quella di un grande orologio, i cui movimenti potrebbero essere assolutamente prevedibili se si disponesse di una sufficiente conoscenza dei suoi meccanismi. Tutte le scienze tradizionali, incluse le scienze sociali, seguono questo modello di causalità lineare. Nel mondo fisico è l’energia che agisce sulla materia, causando un prevedibile effetto fisico. In ambito sociale la forza delle masse, ad esempio, incide sui gruppi e sugli individui in modo da causare effetti sociali. Così come è possibile che agenti che impiegano l’energia in modi particolari possano manipolare la realtà fisica, analogamente il mondo sociale può essere manipolato dagli agenti che generano particolari forze sociali. Attraverso lo studio della correlazione tra cause ed effetti è possibile esercitare il controllo di certe cause in modo da generare effetti prevedibili. La sociologia si focalizza sulla correlazione tra variabili sociali ed esiti sociali, cercando di porre l’attenzione sulla possibilità degli agenti di controllare in maniera più prevedibile i processi sociali, come Comte riteneva che dovessero fare.

Nonostante la sua insistenza nel descrivere unicamente fenomeni empirici, il positivismo implica l'esistenza di una sottostante realtà "ideale" che viene descritta, anche se imperfettamente. In fisica questo stato ideale è tradizionalmente quello di equilibrio. Pertanto, quando il premio Nobel Ilya Prigogine descrisse i sistemi viventi, complessi ed autorganizzati, come "lontani dall'essere sistemi in equilibrio" (1971), si stava nettamente allontanando da questa visione scientifica tradizionale. In un senso metaforico, il mondo sociale ideale era quello in cui prevaleva un ordine gerarchico naturale. Il controllo sociale potrebbe essere allora definito come l'atto di rimozione degli ostacoli per l'adempimento di questo stato naturale. Attraverso il "darwinismo sociale" la supposta natura gerarchica intrinseca alla realtà sociale giustificò il colonialismo, disculpò lo schiavismo e, in generale, supportò il provincialismo etnocentrico di coloro che hanno definito sia il sistema che la propria superiorità al suo interno.

2. Implicazioni per le teorie della cultura

Il positivismo applicato al concetto di cultura ha due implicazioni negative. La prima è che la cultura è vista quale speculazione metafisica che non può essere oggetto di studio. Secondo questa visione è possibile unicamente descrivere un comportamento, ma non è possibile effettuare alcuna considerazione su come schemi di questo comportamento possano essere condivisi da gruppi di persone che interagiscono. Tali schemi non esistono al di fuori della nostra osservazione e quindi sono epifenomeni della nostra osservazione di quel comportamento. Evidentemente questa visione rifiuta del tutto l'idea di cultura nel suo insieme.

La seconda implicazione è diametralmente opposta alla prima. Quando la "cultura" è descritta in termini positivisti, è reificata o essenzializzata. Berger e Luckmann (1969) nel classico testo di sociologia costruttivista, *La realtà come costruzione sociale*, pongono la questione in questi termini:

La reificazione è la percezione di fenomeni umani come se fossero cose, vale a dire in termini non umani o in alcuni casi sovrumani... La reificazione implica che l'uomo (gli esseri umani) è capace di dimenticare di essere lui stesso autore del mondo umano e inoltre che la dialettica tra l'uomo, il produttore e i suoi prodotti, scompare dalla coscienza... L'uomo, produttore del mondo, è visto come epifenomeno di processi non umani... vale a dire, l'uomo è capace, paradossalmente, di produrre una realtà che lo nega (pp. 128-129).

Questa modalità di reificazione è la naturale conseguenza di una epistemologia positivista. Il positivismo implica l'assunto che le cose esistano al di là della descrizione fatta, cioè che vi sia un mondo oggettivo che esiste

indipendentemente dalla nostra osservazione di esso. Quando questa idea è applicata alle teorie della cultura, è possibile diventare vittime delle nostre stesse creazioni.

3. Il Paradigma Einsteiniano (Relativista)

La tesi della relatività di Einstein ribalta il concetto cartesiano/newtoniano di un osservatore oggettivo. Nella visione di Einstein qualsiasi osservazione è necessariamente ristretta dal nostro “quadro di riferimento” – nello specifico, da come ci si muove relativamente al resto dell’universo. Tutta la comprensione avviene all’interno del contesto in cui si trovano sia l’osservatore che l’osservato. Quest’idea è espressa nelle scienze sociali con la teoria sistemica (Watzlawick *et al.*, 1978), dove il significato è definito all’interno dell’interazione reciproca degli elementi in un dato sistema. Non è possibile determinare con certezza, citando un noto esempio di Watzlawick, se un marito si ubriaca perché sua moglie lo assilla o se invece la moglie lo assilla perché lui beve; l’unica cosa che è possibile affermare è che ognuno definisce l’altro quale causa del proprio comportamento. Essi si stanno definendo reciprocamente e in profondità attraverso la loro interazione.

Nell’applicazione del relativismo alle scienze umane, sia la scuola post-moderna francese (ad esempio Jean-François Lyotard) che quella di Francoforte (ad esempio Theodor Adorno) respingono l’assunto di oggettività sostituendolo con quello, prettamente einsteiniano, di relatività. Nella sua forma post-strutturale l’assunto di relatività ha però acquisito la propria parte di reificazione e quindi è spesso percepito come una specie di prigione dalla quale non vi è nessuna concreta via di fuga. Dopo avere riconosciuto il fatto che abbiamo diverse visioni del mondo, non vi è molto altro da fare se non forse condannare coloro che, avendo più potere, impongono la loro visione del mondo a quelli che hanno meno potere. La tirannia dell’assolutismo è sostituita dalla rigidità del relativismo.

4. Implicazioni per le teorie della cultura

Gli antropologi Boas e Herskovits si sono già imbattuti in questo medesimo scambio di relativismo e rigidità: definendo la cultura in termini relativistici hanno tentato di contrastare la visione assolutista del darwinismo sociale – cioè l’idea che la cultura è definita come evoluzione della civiltà. Ma così facendo hanno eliminato qualsiasi possibilità di comparare e mettere a confronto le culture, suggerendo che l’unico modo per co-

noscere un'altra cultura è quello dell'assimilazione o di una ri-socializzazione al suo interno. Questo assunto continua a riscuotere credito presso alcuni interculturalisti nel loro approccio alle problematiche dell'immigrazione, laddove, durante sessioni di formazione continuano a porre enfasi sull'"adattamento" unidirezionale dei migranti al nuovo contesto culturale. Questo semplicistico approccio non riesce, ovviamente, ad affrontare l'adattamento bidirezionale che è richiesto da tutti coloro che vivono in società sempre più multiculturali. Ma forse la nostra incapacità di attuare una soluzione così complessa ci è preclusa proprio da una definizione di cultura troppo semplificata.

Tuttavia il paradigma relativista è alla base delle principali teorie sulla comunicazione interculturale che poggiano con forza sulla teoria sistemica. La ricerca basata sulla teoria sistemica, piuttosto che cercare la legge universale che possa prevedere il comportamento umano, tenta di descrivere l'interazione dei ruoli e delle regole all'interno di sistemi complessi. La ricerca sulla comunicazione si sofferma, in particolare, sulla comprensione di come le persone siano influenzate dal proprio contesto nell'attribuzione di significati. Ne consegue che la cultura viene definita come un sistema e che i significati creati dalle persone all'interno del sistema sono classificati come "componenti culturali". Queste categorie di componenti culturali, quali l'uso della lingua, il comportamento non verbale, gli stili comunicativi, gli stili cognitivi e i valori culturali, costituiscono i tipici contenuti dei corsi di formazione interculturale. All'interno di questo paradigma la teoria interculturale descrive come le persone, che sono influenzate da una certa serie di componenti, cerchino di comprendere e farsi comprendere da persone che sono influenzate da un insieme di caratteristiche differenti (cfr. Hall, 1959; Stewart e Bennett, 1991).

5. Il Paradigma Quantistico (Costruttivista)

Paradossalmente, ma anche necessariamente, il concetto stesso di paradigma è compreso all'interno di un paradigma. Thomas Kuhn (1978) ha mostrato come sia l'osservatore che la teoria dell'osservatore, ma anche l'impianto di ricerca stesso siano tutti essenzialmente l'espressione di una medesima prospettiva e, quindi, i risultati degli esperimenti condotti all'interno di questa prospettiva sono essi stessi espressione della stessa prospettiva. In altre parole la nostra prospettiva *costruisce* la realtà che descrive. Questo è un concetto piuttosto differente da quello della prospettiva relativista che descrive diverse visioni della realtà. Nel paradigma costruttivista l'osservatore interagisce con la realtà attraverso la propria prospettiva in modo da organizzare la realtà secondo questa stessa prospettiva.

L'interazione tra osservatore e osservato è stata dimostrata in modo netto dalla fisica quantistica. Werner Heisenberg, per esempio, ha dimostrato con il suo “principio di indeterminazione” che è impossibile separare le proprietà degli oggetti sia dalla loro misurazione, sia da colui che ha ideato lo strumento di misurazione (Briggs e Peat, 1998). In questa visione la realtà assume la qualità di una profezia che si auto-avvera: se la nostra prospettiva è la profezia, la necessaria interazione della nostra prospettiva con ciò che si osserva è il meccanismo attraverso cui si avvera.

L'applicazione del paradigma quantistico alle scienze sociali ha prodotto l'approccio *costruttivista*. L'idea del costruttivismo è fortemente legata a quella quantistica dell'organizzazione della realtà attraverso l'interazione tra l'osservatore, l'osservazione e l'osservato. Il recente lignaggio di queste nozioni è rintracciabile nel lavoro di Piaget nella psicologia dello sviluppo (1977), in quello di George Kelly nella teoria dei costrutti personali (1963), in quello di Berger e Luckmann in sociologia (1969), in quello di Gregory Bateson in antropologia (1976), nella scuola di Palo Alto in psicologia (Paul Watzlawick, 1994), nel lavoro dei neurobiologi Humberto Maturana and Francisco Varela (1987), in quello di George Lakoff e Mark Johnson nella linguistica (1999) e nel mio stesso lavoro sullo sviluppo della sensibilità interculturale (Bennett M., 2004; Bennett M. e Castiglioni I., 2004). Ecco una esemplificativa affermazione costruttivista di George Kelly (1963):

Una persona può essere testimone di una ampia sequenza di episodi e, tuttavia, se non riesce a dare loro senso o aspetta che si siano conclusi prima di provare a ricostruirli, ottiene poco dall'esperienza di essere stato in prossimità di questi eventi mentre accadevano (p. 73).

Questa citazione contiene molti dei concetti chiave del costruttivismo. Con il termine “episodi” Kelly implica che non vi sono significati intrinseci nei fenomeni stessi. Le persone devono “farsene qualche cosa”, cioè hanno bisogno (e necessariamente devono) interagire con gli episodi per trasformarli in eventi con un significato. Kelly, inoltre, non solo propone che “l'esperienza” avvenga all'interno di un contesto, come affermano anche i relativisti, ma che essa stessa non possa assolutamente sussistere senza che vi sia una relazione con il fenomeno. Questa è una nozione profondamente non positivista che ha una influenza determinante sul lavoro interculturale.

6. Implicazioni per le teorie della cultura

Il paradigma costruttivista evita la reificazione della cultura, sia nel senso oggettivo delle istituzioni sia nel senso soggettivo di “visione del mondo”. In questa prospettiva la “cultura” altro non è che la nostra de-

scrizione dei modelli di comportamento generati dalle interazioni umane presenti all'interno di determinati confini. La "cultura giapponese", per esempio, è una descrizione dei modelli di interazione tra le persone (oltre ai loro prodotti, quali le istituzioni) all'interno del confine di un raggruppamento geografico di nazione/stato. La "cultura curda" è una descrizione dell'interazione all'interno di un confine di un raggruppamento etnico geo-politico. Quando le persone si definiscono come partecipi di tale raggruppamento, il termine cultura può riferirsi anche ad un aspetto dell'identità.

I costruttivisti Humberto Maturana e Francisco Varela (1987) definiscono i comportamenti culturali come le manifestazioni continuative di una organizzazione della realtà mantenuta dall'interazione all'interno di un ambiente sociale. Questa definizione di cultura evita la reificazione del positivismo e la contestualizzazione del relativismo. Maturana (1988) estende il concetto di esperienza di Kelly:

La prassi del vivere, l'esperienza dell'osservatore in quanto tale, semplicemente accade... A causa di questo le spiegazioni sono essenzialmente superflue; noi in quanto osservatori non abbiamo bisogno che accadano; ma quando succede di cercare una spiegazione, capita che tra il linguaggio e la corporeità, la prassi del vivere dell'osservatore cambia perché egli genera spiegazioni della suo/sua prassi del vivere. Questa è la ragione per la quale tutto quello che diciamo o pensiamo ha conseguenze sul nostro modo di vivere (p. 46).

La cultura è il risultato della esperienza vissuta (prassi) di partecipazione ad una azione sociale. Parte della nostra esperienza è "l'espressione linguistica", inclusa quella utilizzata per descrivere la nostra esperienza che possiamo definire come "cultura". In altre parole la cultura è una costruzione, ma la cultura non è meramente una invenzione cognitiva. È entrambe spiegazione ed essenza della nostra vissuta esperienza sociale. Il nostro comportamento culturale è la "messa" in atto della nostra esperienza collettiva che, attraverso questa espressione, diviene ancora più esperienza. Questa è l'essenza dell'"identità culturale".

Secondo questa definizione di cultura le persone non "possiedono" una visione del mondo: vivono piuttosto in un costante processo di interazione con il mondo in modi che esprimono sia la storia della loro interazione che il loro contributo a quei modelli. Se una persona italiana, quindi, desidera partecipare alla cultura giapponese, deve smettere di organizzare la realtà in maniera italiana e iniziare a farlo in maniera giapponese (si tratta di un ideale teorico mai raggiunto, ovviamente). Punto cruciale dell'adattamento culturale è insito nella capacità di utilizzare una consapevolezza autoriflessiva in modo tale da costruire culture alternative e mutare la propria esperienza della realtà. Quando due persone sono in questo processo possiamo