

LUIGI LOBACCARO\*  
CERVELLI NELLA VASCA, MENTI  
FLUTTUANTI E IL SILENZIO DEI SENSI:  
SEMIOTICA DELL'ESPERIENZA  
E DEPRIVAZIONE SENSORIALE

1. *Introduzione*

Il presente contributo intende analizzare da una prospettiva semiotica le dinamiche di significazione legate al silenzio, focalizzandosi su un oggetto particolare: la vasca di deprivazione sensoriale, o *floating tank*.

La vasca di deprivazione sensoriale è una tecnologia ideata dal neuroscienziato John Lilly che azzerava, o tenta di azzerare, tutti gli stimoli che tengono continuamente occupato il nostro cervello: isola dagli altri che sono normalmente il focus principale della nostra attenzione; rimuove ogni forma di luce e acuisce la sensazione di buio attraverso un rivestimento interno completamente nero (tanto che nei report in prima persona si riscontra questa sensazione di assoluta e mai provata oscurità); isola da ogni stimolo uditivo grazie alla struttura delle sue pareti, alla proporzione acqua/aria nella vasca, e al fatto che le orecchie devono necessariamente essere immerse; il ricambio d'aria è continuo e l'acqua è salata al punto che l'odore all'interno è neutro; la temperatura dell'acqua e dell'interno è a circa 36°, cosa che contribuisce ad annullare ogni differenza termica tra pelle e ambiente esterno riducendo il senso del tatto; infine il sale presente nell'acqua garantisce un galleggiamento senza alcuno sforzo, rafforzato dalla posizione orizzontale che annulla qualsiasi sforzo corporeo e cerebrale volto a garantire un assetamento antigravitazionale (sebbene si mantenga il senso di equilibrio legato al sistema vestibolare dell'orecchio interno).

---

\* Università di Bologna, luigi.lobaccaro2@unibo.it

Negli anni, queste vasche hanno subito una serie di trasformazioni tecnologiche e simboliche: dall'estetica "funzionale" e sperimentale delle prime versioni si è passati a modelli contemporanei dalle forme ellittiche e futuristiche (capsule simili a uova o vere e proprie stanze oscurate) impiegate in contesti legati al benessere e alla cura del sé. Sebbene in Italia il loro uso rimanga circoscritto a centri benessere localizzati nelle maggiori aree urbane, il fenomeno è largamente diffuso negli Stati Uniti e in diversi paesi europei, in particolare Regno Unito, Belgio e Paesi Bassi, diventando oggetto di rappresentazione all'interno di prodotti culturali popolari come *Stranger Things*, *The Simpsons* e *The Big Bang Theory*. La letteratura pubblicitaria e le pratiche discorsive che accompagnano queste esperienze tendono a inscrivere la vasca in una retorica del rilassamento, della rigenerazione e dell'ascesi, a metà strada tra biotecnologia, spiritualità laica e cultura del benessere dai contorni *new age*. Questi elementi semiotici che contornano la vasca sotto forma di discorsi, pratiche, ideologie, forme di vita legate al suo utilizzo, potrebbero certamente condurre l'analista semiotico ad ascrivere gli effetti della vasca a un effetto placebo frutto dell'*efficacia semiotica* dei discorsi che la circondano socialmente; certamente tali questioni restano pertinenti per affrontare il tema, tuttavia bisognerà sottolineare come tali effetti non possano essere riducibili alla dimensione sociale e culturale che contorna l'esperienza nella *floating tank*, ma siano principalmente connessi al quadro semiotico esperienziale che essa allestisce per il soggetto in carne e ossa che occupa una posizione al suo interno. In questo articolo sceglieremo quindi di seguire questa via analizzando gli effetti estetico-cognitivi del dispositivo: si mostrerà come essi siano profondamente dipendenti da una modulazione di significati legati al silenzio.

## 2. La vasca tra fisiologia e scienze della mente

Gli effetti fisiologici e cognitivi della vasca sono tutt'altro che trascurabili e si reggono su solide evidenze scientifiche di biologia, chimica e fisica, cosa che ha spinto uomini di scienza come Richard Feynman, Gregory Bateson e Francisco Varela ad avvalersi dello strumento. La letteratura sul tema indica come la vasca di deprivazione sensoriale favorisca un rilassamento musco-

lo-scheletrico totale che migliora la circolazione, l'ossigenazione e riduce il carico percettivo sul cervello, inducendo stati simili al pre-sonno e alla meditazione profonda (Flux *et al.* 2022). Queste condizioni generano benessere psicofisico con effetti positivi a breve termine su dolori muscolari e articolari, ansia, lievi depressioni, iperattività e autismo (Feinstein *et al.* 2018). Tali effetti fisiologici sono stati e, sono spesso tuttora, interpretati all'interno di un quadro che vede la vasca come uno strumento capace di isolare il cervello dal resto del mondo e quindi di accedere a una forma di cognizione, per così dire, più pura. L'invenzione dello strumento risale infatti agli anni Cinquanta, quando Lilly era impiegato presso il *National Institute of Mental Health* (NIMH). In quegli anni il dibattito neuroscientifico verteva sulla possibilità che, in assenza di stimoli esterni, il cervello cessasse di funzionare. Lilly rifiutava questa ipotesi e mirava a dimostrare l'autonomia della mente rispetto al flusso sensoriale ambientale, tanto che la sua ricerca nei decenni precedenti era stata tutta dedicata a comprendere la relazione tra la mente e il cervello che il dottore concepiva come elementi separati ma in profonda connessione. Lilly però riscontrava un problema, simile a quello riscontrato nelle neuroscienze contemporanee: ogni volta che cercava di studiare le correlazioni neuronali si rendeva conto che gli elettrodi disturbavano le attività cerebrali e che l'ambiente di laboratorio non costituiva un ambiente neutro. Così, deciso a sfidare tanto l'ipotesi di un cervello dipendente dagli stimoli, quanto a studiare le correlazioni tra stati di coscienza e cervello in assenza di disturbi ambientali, lo scienziato ritrovò una vasca usata durante la Seconda guerra mondiale per gli studi sui sommozzatori, e la adattò ai suoi fini rendendola "uno strumento di ricerca" (Lilly 1972; 1977). La vasca è concepita quindi come strumento necessario allo studio delle correlazioni tra mente e cervello perché sarebbe una macchina che permetterebbe di studiare una mente umana in assenza di stimoli (Hutchison 1984). In questo modo la vasca darebbe un accesso diretto al funzionamento di base del cervello, alla sua architettura funzionale e a una forma di cognizione fondamentale. In questo senso Lilly sembra sposare una concezione della mente legata al funzionalismo che si stava diffondendo in quegli anni e che trova la sua perfetta rappresentazione nel noto esperimento mentale del cervello nella vasca di Putnam (1981). Tuttavia, mentre Putnam introduce l'esempio del cervello nella vasca proprio per poter dimostrare

l'impossibilità di studiare la mente e il significato in assenza di un mondo esterno, Lilly introduce la vasca proprio per capire come funziona un cervello isolato. Accanto a questa visione, Lilly ne combina una seconda a dire il vero contraddittoria con la prima, che parte invece dalla cibernetica di Von Foerster (1987) e si fonda sull'idea che la mente non sia riducibile al cervello ma sia un suo prodotto emergente, una sostanza autonoma causalmente legata al cervello ma allo stesso tempo separata da esso. Proprio studiando gli effetti della vasca di deprivazione Lilly si dichiara convinto che la vasca metta la mente fluttuante nella condizione di accedere al teatro interno che la costituisce, mostrando a sé stessa il proprio apparato trascendentale e il nucleo del proprio sé originario. Si apre, nell'idea di Lilly, quindi, un percorso a doppia via permesso dalla deprivazione: da una parte essa permette la possibilità di isolare il *cervello nella vasca* e studiarlo in assenza di stimoli, dall'altra essa permette alla *mente di fluttuare* in assenza di stimoli e di arrivare a cogliere le proprie condizioni costitutive. In altri termini, grazie alla vasca, la mente fluttuante sarebbe quindi in grado di innescare processi di *biohacking* (Lilly 1968) degli automatismi di programmazione cerebrale da cui essa stessa emerge. Non a caso l'utilizzo principale della vasca nei primi anni era legato alla psicoterapia coadiuvata dall'uso di sostanze psicotrope per ottenere *insight* psicoanalitici profondi (Lilly 1972). Tale lavoro di *insight* sarebbe per Lilly solo l'ultimo passo di una lunga storia di pratiche culturali di deprivazione, silenzio e isolamento, condizioni da sempre ricercate dall'umanità per lavorare su sé stessi, sulle proprie idee e sulla propria concezione del mondo. In altre parole, la vasca è uno strumento e una pratica che fa parte della storia culturale più vasta dell'ascetismo, dell'isolamento e del silenzio, intesi come condizioni ideali per permettere la comunicazione tra mente e cervello, e una riprogrammazione biologica del secondo per mezzo della prima attraverso una introspezione facilitata dall'assenza di stimoli.

Scopo dell'intervento sarà allora quello di mostrare come gli effetti di senso della vasca dipendano da condizioni completamente diverse da quelle descritte da Lilly, e come i presupposti teorici che vedono la mente come dimensione autonoma e il cervello come unica sua base di sopravvenienza, possano essere ribaltati proprio a partire da una diversa concezione di pratiche e usi del silenzio, e delle sue modalità di funzionamento semi-otico. Se infatti è indubbio che la vasca abbia a che fare con il

silenzio, è necessario comprendere i modi in cui tale silenzio comunica.

### 3. *Semiotiche del silenzio*

È possibile individuare almeno quattro modalità attraverso cui, in ambito semiotico, è stato tematizzato il silenzio. Si tratta di quattro forme diverse, tutte richiamate, in maniera più o meno esplicita, anche negli altri interventi raccolti in questo volume. Esse costituiscono per noi la base concettuale a partire dalla quale leggere l'esperienza nella vasca di deprivazione sensoriale.

- La prima forma di silenzio ha a che fare con l'*invisibilità*. È un tema che rimanda direttamente all'ultimo Merleau-Ponty (1960) e che è stato ampiamente sviluppato da Carlo Sini (2013). Per entrambi i filosofi, il silenzio si configura come un'assenza su cui si stagliano le salienze percettive e cognitive che orientano la nostra attenzione. Esso coincide con quei processi impliciti e abituali che rendono possibile il linguaggio senza che ci sia bisogno di tematizzare costantemente il fatto stesso che stiamo parlando. Il silenzio è, in questo senso, un "abito incarnato", un bisbiglio sommesso che sostiene la parola, lo sfondo di regolarità non pertinentizzate su cui si innesta l'evento del linguaggio-pensiero. È ciò che si dà insieme al parlare e all'agire, fungendo da sfondo attualizzato della loro emersione. Per dirla con una metafora deleuziana molto cara alla tradizione semiotica, il silenzio in questo senso è il cielo nero che il lampo porta sempre con sé (Deleuze 1968, p. 43; Paolucci 2010).

- La seconda forma di silenzio è quella a cui fanno riferimento diversi saggi in questo volume (si vedano ad esempio i contributi di Paolucci, Bacaro, Alessi, Martinelli e Giacomazzi), e che potremmo definire come *presentificazione dell'assenza* (Paolucci 2010). Trattandosi di un tema già affrontato diffusamente, mi limiterò qui a segnalarne la rilevanza, senza entrare nel dettaglio: si tratta della base di funzionamento di ogni segno nella sua capacità di marcare una presenza non più percepita. Ogni segno fa quindi parlare un contenuto silente in quanto assente.

- La terza forma si ha quando il silenzio assume un valore espressivo che significa in funzione di un codice: esso diventa funtivo all'interno di una relazione semiotica regolata. In que-

sti casi, il silenzio diventa oggetto di una forma di comunicazione e di processi semiotici configurandosi come una salienza che si staglia sulle altre proprio attraverso la loro negazione, presentificando così la loro assenza (Paolucci 2010), assenza che solo così può diventare segno di qualcos'altro. È il silenzio di cui parla Eco (2011), e che la tradizione retorica ha lungamente tematizzato: la reticenza, il silenzio punitivo, i puntini di sospensione sono tutti esempi di silenzio come funzione semiotica codificata. Si tratta di un silenzio pienamente significativo, che agisce all'interno di un sistema simbolico condiviso (Barthes 2002).

- La quarta forma è invece legata alla cancellazione e all'invisibilizzazione: si tratta di una forma di assentificazione della presenza (Voll 1991; Fabbri 2008; 2011; Mazzucchelli 2017). Il silenzio, in questo caso, può configurarsi come una produzione segnica per sottrazione che agisce eliminando selettivamente la visibilità di determinati segni. Silenziare, o silenziarsi, può rispondere alla necessità di occultare elementi che ostacolerebbero il buon esito di un'azione in funzione di una strategia: si autosilenzia lo scimpanzè che mette la mano alla bocca in presenza di cibo per impedire alle proprie vocalizzazioni di mandare segnali ai compagni, si silenzia l'opossum che si finge morto per non essere divorato o la tigre che cammina a passo felpato nella notte puntando la sua preda. Mettiamo a tacere qualcuno che dice cose che ci disturbano o non ci piacciono, o invitiamo al silenzio attraverso calcetti il compagno di banco che con le sue risate rischia di far scoprire le nostre malefatte al professore. In questi casi, il silenzio è ottenuto attraverso un lavoro semiotico orientato a una economia strategica della presenza: sono segni che cancellano altri segni.

La nostra ipotesi interpretativa è che la vasca di deprivazione sensoriale articoli i propri effetti di senso su uno spartito composito di questi silenzi semiotici, il cui centro tonale può essere identificato nella forma della presentificazione dell'assenza.

#### 4. *La floating tank e la musica di silenzi*

Sarà da notare subito come tale musica di silenzi non emerga da un vuoto assoluto, bensì da una serie di silenziamenti. Cheché ne dicano John Lilly, le *brochure* promozionali dei centri

benessere o i rivenditori autorizzati di vasche, l'esperienza del galleggiamento non equivale a una sospensione nel vuoto: non si tratta di un'assenza di stimoli, bensì di una presenza densissima di segnali che hanno la funzione di cancellare. La vasca non depriva i sensi dagli stimoli, aggiunge segnali di cancellazione, stimoli surrogati, *Ersatz*, direbbe Eco (1997), del vuoto e del silenzio. Se lo spazio vuoto produce decompressione, la vasca comprime il corpo, lo costringe con una sovrabbondanza di segni di silenziamento. Si tratta, a ben vedere, di una vera e propria semiosi della cancellazione, realizzata tramite un'operazione materiale e tecnologica: il nero che avvolge la vasca è più nero di ogni nero ordinario; la temperatura è mantenuta costante attraverso un sistema attivo di riscaldamento; l'aria viene filtrata e rinnovata di continuo; l'acqua, saturata di sali, annulla la gravità muscolare; il suono è cancellato da una combinazione di acqua, aria e acciaio. A questi elementi si aggiunge la sensazione tattile prodotta dal contatto con un'acqua setosa, capace di rimuovere anche gli oli naturali della pelle. Il corpo, immerso in questa miscela, aderisce perfettamente alla superficie dell'acqua, fino a scomparire percettivamente. I confini corporei si dissolvono già nei primi minuti: ogni minimo movimento delle gambe o del bacino mobilita l'intera massa d'acqua, contribuendo alla dissoluzione dei confini cinestetici del soggetto. Si noti come il lavoro di sottrazione non è mai totale (ed è chiaramente un bene che sia così). Alcuni segnali persistono: non si può, ad esempio, annullare la percezione dell'equilibrio vestibolare, pena la nausea o l'estremo disorientamento; e gli stimoli interni risultano anzi amplificati dalla risonanza acustica che caratterizza l'interno della vasca. Lilly stesso afferma che l'obiettivo è che le uniche forze percepibili siano quelle interne (1977). In effetti, ciò che accade è che il battito cardiaco si manifesta con una presenza acustica inedita: le vibrazioni si propagano attraverso l'acqua e ogni rumore interno si amplifica. Uno starnuto all'interno della vasca può diventare assordante. Questi segni di cancellazione hanno però una doppia funzione, mentre cancellano, presentificano l'assenza di ciò che rimuovono.

La semiosi, quindi, non procede soltanto tramite della presentificazione delle assenze solitamente legate agli stimoli che normalmente abitano quello che Greimas chiama il "mondo naturale" (Greimas 1970), ma anche per tramite di una presentificazione di un'assenza del tutto particolare: quella dell'invisibile

su cui la semiosi normalmente si staglia. A sorprendere non è quindi tanto l'assenza di un mondo esterno, quanto l'assenza del silenzio invisibile del nostro corpo su cui gli stimoli del mondo esterno normalmente si stagliano. La vasca, cioè, non solo rende presente gli stimoli esterni attraverso la loro assenza, ma rende presente anche l'assenza di ciò che, normalmente, permette a tali stimoli di emergere. Essa presentifica tutti quei movimenti corporei impliciti che normalmente non sono presenti alla coscienza e che divengono invece gli unici stimoli esperibili. I meccanismi automatici e silenziosi che regolano il nostro scambio con il mondo diventano evidenti, visibili, sonori. L'assentificazione della presenza determina quindi uno scardinamento delle distinzioni tra percezione esterna, interocezione e propriocezione. Sfondo e figura si invertono, ma la loro alternanza non segue una logica ordinata: ciò che emerge è determinato da assestamenti casuali dell'attenzione e dalla costruzione locale di pertinenze.

##### 5. *La vasca tra corpo senz'organi e semiosi dell'intensità*

I resoconti individuali sull'esperienza nella vasca di deprivazione sensoriale testimoniano una notevole variabilità nella sequenza e nella qualità delle percezioni (si vedano a titolo di esempio i resoconti esperienziali contenuti in Lilly 1977, p.171-256). Ogni sessione di galleggiamento presenta momenti distinti, che cambiano da persona a persona e da immersione a immersione. Lo spazio interno della vasca, privo di referenze stabili, si configura come uno spazio liscio, non striato, paragonabile a quello che Deleuze e Guattari (1972) definiscono *corpo senz'organi*: un corpo de-funzionalizzato, fluttuante, non strutturato, pura virtualità sensibile, in cui le gerarchie abituali tra organi, sensazioni e funzioni vengono temporaneamente sospese. Questa lettura può essere ulteriormente arricchita facendo riferimento al concetto deleuziano di *uovo*, così come appare in *Mille piani* (Deleuze e Guattari 1980): uno spazio puro di potenza, privo di forma e funzione precise, pronto a produrre un mutamento di forma. Si tratterà forse di un caso, ma le vasche di nuova generazione hanno proprio la forma dell'uovo, forma che a sua volta produce un concatenamento fra significati culturali, figurativi, psicologici ed esperienziali. La vasca diviene

un guscio, una piccola incubatrice, che separa un fuori secco, luminoso e caotico, da un dentro bagnato, oscuro e abitato da segnali cenestesici. Non si può non pensare alla dimensione uterina, come spazio di formazione e sviluppo di potenzialità. Uovo, corpo senz'organi e utero condividono la dimensione di pre-strutturalità: sono luoghi liminali, sospesi tra ordine e caos, in cui le potenzialità sono in attesa di organizzazione. La vasca, in tal senso, funge da territorio di deterritorializzazione: essa deterritorializza il sistema equilibrato di campi corporei, così agilmente inquadrato da Fontanille (2004), e ne propone un rimiscolamento che non ha il tempo di riassetarsi. I segnali di silenziamento agiscono infatti annullando quel dispositivo di contenimento costituito dal *sé-pelle*, che per la semiotica del corpo costituisce la condizione topica dell'identità incarnata e la barriera da cui si diparte una distinzione primitiva di significato tra interno ed esterno. Il risultato è che nella vasca si verifica un riassetamento continuo della percezione tra interno ed esterno, regolato da incrementi locali di intensità, documentato anche nella letteratura neuroscientifica (Hruby et al. 2024). Il confine tra dentro e fuori viene indebolito: gli organi, normalmente invisibili nella vita cosciente, possono essere avvertiti come oggetti galleggianti nello spazio. Il cervello, in cerca di stimoli da elaborare, si rivolge al respiro e ai polmoni, che diventano quasi "visibili": il respiro interno fischia, l'odore del proprio fiato si fa percepibile, le tempie pulsano producendo suoni distinti, e il battito cardiaco si propaga nell'acqua colpendo l'orecchio sia come suono interno che come suono esterno. Tali fenomeni non emergono in simultanea, ma sono guidati da cambi repentini dell'attenzione. Se, ad esempio, il dito urta la parete della vasca, l'intero assetto percettivo si riorganizza intorno a quel punto di intensità locale. In quel momento, il dito urtato diventa l'unica porzione distintamente percepita del corpo che si esaurisce nella puntualità e circostanzialità del contatto. In certi momenti, la vasca funziona come un dispositivo di viseificazione (Deleuze e Guattari 1980): si sente esclusivamente il proprio volto, che assume funzione di sineddoche del corpo-proprio (Lobaccaro 2024). Una goccia che scivola lungo la guancia può generare una sensazione intensa, ma scompare completamente una volta raggiunto il collo. Quando l'attenzione passa alla sensibilità cinestetica, si ha l'impressione che il corpo ruoti lungo l'asse orizzontale, o si inclini in avanti o all'indietro nello spazio tridi-

mensionale: l'impressione è quella di fluttuare in un ambiente privo di limiti, in cui la distinzione tra corpo e ambiente si fa incerta. Alcuni movimenti risultano difficili da controllare: ad esempio, riuscire a toccare gli indici delle mani dietro la testa si rivela sorprendentemente arduo. Diverse testimonianze, comprese quelle di Francisco Varela e Richard Feynman, riferiscono la comparsa di lampi di luce improvvisi: si tratta di allucinazioni autoindotte, prodotte dalla retina e dal cervello che, in mancanza di stimoli esterni, si affidano ai propri *priors gestaltici* per simulare una percezione coerente (Paolucci 2021). In assenza di movimento e con stimoli attivamente silenziati, anche le strutture semiotiche che determinano spazio e tempo (Basso Fossali 2009) subiscono una riconfigurazione. In particolare, il *tempo specioso* che costituisce lo spessore dell'esperienza cosciente si espande o si contrae a seconda della sequenza e l'intensità degli stimoli vissuti, segnando una continua desincronizzazione con un *tempo di appaiamento*, segno del ricostituirsi costante di uno scenario interattanziale a cui coordinarsi. Il risultato tra questa sproporzione temporale che emerge dai resoconti è costante: al termine dell'esperienza la durata percepita è sempre inferiore a quella reale. In questi casi, la semiosi (in particolare durante le prime fasi dell'esperienza di galleggiamento) può oscillare continuamente tra due forme delineate da Eco (2009): la *semiosi molare*, esplicita e punto di partenza delle semiosi soggettive e la *semiosi molecolare* implicita composta di processi semiotici pre-soggettivi. Ciò che normalmente si dà come funzione *molecolare* della semiosi, come brusio silenzioso su cui essa si staglia, diviene ora rumore esplicito e punto di partenza tematico per nuovi percorsi inferenziali, mentre ciò che prima emergeva come tematizzazione primaria dell'attenzione retrocede nel silenzio. La semiosi si ristrutturata attraverso perturbazioni percettive, che si concatenano in modo casuale, fino a un momento di interruzione improvvisa, che genera una nuova forma stabilizzazione esperienziale.

## 6. Silenzio e immaginazione

Una volta che il soggetto ha acquisito familiarità con l'ambiente della vasca, si verifica un mutamento nell'ordine dell'esperienza: gli stimoli propriocettivi perdono progressi-

vamente interesse, la cenestesi si fa di nuovo silente, e la mente comincia a produrre autonomamente i propri stimoli. Le sensazioni fisiologiche, che in un primo momento occupavano il centro dell'esperienza, si ritirano sullo sfondo, lasciando spazio a un'attività immaginativa spontanea, spesso vivida e imprevedibile. La mente, liberata dalle richieste percettive dell'ambiente, inizia a vagare, evocando ricordi, costruendo scenari, elaborando mondi possibili. Alcuni report descrivono l'emergere di vere e proprie allucinazioni visive, paragonabili alla visione di un film interiore. Questa dinamica può essere spiegata in termini semiotico-cognitivi. Se, come sostiene Palucci (2021), la percezione ordinaria funziona come un'allucinazione controllata dal mondo, ovvero come un confronto continuo tra aspettative implicite e stimoli ambientali, allora l'assenza di stimoli induce una ridistribuzione interna delle risorse cognitive. In altre parole, la mancanza di input esterni costringe il sistema cognitivo a generare attivamente contenuti in grado di riempire il vuoto sensoriale. Questa ipotesi trova riscontro anche nella letteratura neuroscientifica: diversi studi hanno evidenziato che, trascorsa una certa soglia temporale all'interno della vasca, aumenta l'attività del *Default Mode Network* (DMN) (Al Zoubi *et al.* 2021), ovvero quell'insieme di aree cerebrali che si attivano in assenza di compiti cognitivi orientati all'esterno. Il DMN è coinvolto in processi mentali interni quali la rievocazione autobiografica, l'immaginazione, la proiezione nel futuro, il sogno a occhi aperti, il dialogo interiore e la meditazione (Raichle *et al.* 2001). In questo senso, la vasca favorisce esattamente quelle forme di attività simbolica che, in molte culture, vengono ricercate attraverso pratiche ascetiche, meditative o rituali: la chiusura sensoriale come apertura immaginativa.

L'assenza di stimoli diventa dunque la condizione per l'attivazione di una produzione interna di segni. Tali segni sono silenziosi, ma possono divenire straordinariamente efficaci. Gli effetti riportati da chi ne fa uso variano dal rilassamento profondo al potenziamento della meditazione, dal miglioramento delle performance cognitive al superamento di abitudini. Tali possibilità sono state tematizzate e codificate da una crescente produzione editoriale (manuali, guide, protocolli) che disciplinano l'esperienza in vasca e ne promuovono un uso attivo. La validità di questi effetti rimane da verificare definitivamente attraverso

studi empirici e va comunque accolta con una dose di scetticismo; tuttavia, essi testimoniano una crescente performatività attribuita al silenzio come condizione semiotica trasformativa e della vasca come un segno codificato per tale silenzio che circola nella comunità, un silenzio che significa relax, benessere, auto-miglioramento.

## 6. *Conclusione*

Alla luce di quanto argomentato, è ora possibile tornare ai presupposti teorici da cui John Lilly era partito nella progettazione della vasca di deprivazione sensoriale. Secondo Lilly, la vasca avrebbe potuto offrire un ambiente neutro, in cui il cervello isolato potesse rivelarsi nella sua “purezza”, privo delle interferenze dell’ambiente e delle perturbazioni sperimentali. L’analisi qui condotta mostra però come tale ipotesi si riveli insostenibile. La vasca non rappresenta affatto un ambiente neutro o deprivato: al contrario, essa si configura come una nuova ecologia segnica, altamente artificiale, in cui il corpo-cervello è immerso in un regime di stimoli specializzati e mirati al silenziamento. L’esperienza non è quella di una mente che emerge nel vuoto, bensì di una mente situata, radicata e continuamente co-determinata da un ambiente che non scompare, ma si riconfigura come sistema di cancellazione, di assenza prodotta, di sottrazione attiva. In tal modo, la vasca opera non come uno spazio del nulla, ma come un ambiente chiuso e codificato in cui la semiosi viene ridefinita: ciò che prima era implicito diventa esplicito, e viceversa; i confini del corpo si disarticolano; la distinzione tra percezione e immaginazione sfuma; la temporalità si deforma. In questo senso, l’impressione di accesso a condizioni primitive e trascendentali della coscienza è un’illusione ambientale: si accede soltanto a ciò che l’esperienza diventa all’interno di quell’ambiente e dalle relazioni che lì si instaurano. La mente, lungi dall’essere sospesa nel vuoto, emerge da questo sistema chiuso come esito di continui scambi informativi tra corpo, ambiente e significazione, il cui funzionamento, speriamo di averlo mostrato, si fonda principalmente sulla presentificazione di un’assenza: l’assenza di un silenzio che lì risuona.

*Bibliografia*

- Al Zoubi, O., Misaki, M., Bodurka, J., Kuplicki, R., Wohlrab, C., Schoenhals, W. A., Refai, H. H., Khalsa, S. S., Stein, M. B., Paulus, M. P., e Feinstein, J. S.
- 2021 *Tacking the body off the mind: Decreased functional connectivity between somatomotor and default-mode networks following Floatation-REST*, in “Human Brain Mapping”, 42(10), pp. 3216–3227.
- Barthes, R.
- 2002 *Le Neutre. Notes de cours au Collège de France (1977–1978)*, Seuil, Paris.
- Deleuze, G.
- 1968 *Différence et répétition*, Presses Universitaires de France, Paris.
- Deleuze, G., Guattari, F.
- 1972 *L'Anti-Œdipe. Capitalisme et schizophrénie 1*, Éditions de Minuit, Paris.
- 1980 *Mille plateaux. Capitalisme et schizophrénie 2*, Éditions de Minuit, Paris.
- Eco, U.
- 1997 *Kant e l'ornitorinco*, Bompiani, Milano.
- 2009 *La soglia e l'infinito*, in *Dall'albero al labirinto*, Bompiani, Milano, pp. 463–484.
- 2011 *Veline e silenzio*, in *Costruire il nemico e altri scritti occasionali*, Bompiani, Milano, pp. 207–215.
- Fabbri, P.
- 2008 *Lo sguardo dell'altro. Strategie del camouflage*, in “Revista de Occidente”, n. 330, Fundación José Ortega y Gasset.
- 2011 *Semiotica e camouflage*, in L. Scalabroni (a cura di), *Falso e falsi*, ETS, Pisa, pp. 11–25.
- Feinstein, J. S., Khalsa, S. S., Yeh, H., Al Zoubi, O., Arevian, A. C., Wohlrab, C., Pantino, M. K., Cartmell, L. J., Simmons, W. K., Stein, M. B., e Paulus, M. P.
- 2018 *The elicitation of relaxation and interoceptive awareness using floatation therapy*, in “Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging”, 3(6), pp. 555–562.
- Flux, M. C., Fine, T. H., Poplin, T., Al Zoubi, O., Schoenhals, W. A., Schettler, J., Refai, H. H., Naegele, J., Wohlrab, C., Yeh, H.-W., Lowry, C. A., Levine, J. C., Smith, R., Khalsa, S. S., e Feinstein, J. S.
- 2022 *Exploring the acute cardiovascular effects of Floatation-REST*, in “Frontiers in Neuroscience”, 16, 995594.
- Fontanille, J.
- 2004 *Figure del corpo*, Meltemi, Roma.
- Greimas, A. J.
- 1970 *Du sens*, Éditions du Seuil, Paris.

- Hruby, H., Schmidt, S., Feinstein, J. S., e Wittmann, M.  
 2024 *Induction of altered states of consciousness during Floatation-REST*, in “Scientific Reports”, 14, 9316.
- Hutchison, M.  
 1984 *The book of floating: Exploring the private sea*, Morrow, New York.
- Lilly, J. C.  
 1968 *Programming and metaprogramming in the human biocomputer*, Communication Research Institute.  
 1972 *The center of the cyclone: An autobiography of inner space*, Julian Press, New York.  
 1977 *The deep self: Profound relaxation and the tank isolation technique*, Simon and Schuster, New York.
- Lobaccaro, L.  
 2024 *From the mirror to the selfie*, in “Reti, Saperi, Linguaggi”, 11, pp. 255–274.
- Mazzucchelli, F.  
 2017 *Modi di distruzione segnica. Come si arresta la semiosi?* in “VS”, 124(1), 105-128
- Merleau-Ponty, M.  
 1960 *Le langage indirect et les voix du silence*, in Signes, Gallimard, Paris, pp. 63–135.
- Paolucci, C.  
 2010 *Strutturalismo e interpretazione*, Bompiani, Milano.  
 2021 *Cognitive Semiotics. Integrating Signs, Minds, Meaning and Cognition*, Springer, Cham.
- Putnam, H.  
 1981 *Reason, truth and history*, Cambridge University Press, Cambridge.
- Raichle, M. E., MacLeod, A. M., Snyder, A. Z., Powers, W. J., Gusnard, D. A., e Shulman, G. L.  
 2001 *A default mode of brain function*, in “Proceedings of the National Academy of Sciences”, 98(2), pp. 676–682.
- Sini, C.  
 2013 *Il gioco del silenzio*, Quodlibet, Macerata.
- Volli, U.  
 1991 *Apologia del silenzio imperfetto. Cinque riflessioni attorno alla filosofia del linguaggio*, Feltrinelli, Milano.
- Von Foerster, H.  
 1987 *Sistemi che osservano*, Astrolabio, Roma.