

TiPubblica

Angelo R. Pennella
(a cura di)

Separazioni, perdite e lutti

nella vita quotidiana e in psicoterapia

Lampi di stampa

Indice

Prefazione (<i>Pietro Stampa</i>)	9
Introduzione (<i>Angelo R. Pennella</i>)	15
L'atteggiamento terapeutico (<i>Pier Giorgio Foglio Bonda</i>)	21
Sul concetto di esperienza (<i>Angelo R. Pennella</i>)	29
Del principio e della fine, ovvero dell'esperienza (<i>Mario Ardizzone</i>)	40
Nel mondo orrifico di Hänsel e Gretel (<i>Luisa Zoppi</i>).....	50
L'aurora boreale e altre leggende (<i>Massimo Scialpi</i>)	57
Separazioni, perdite e lutti degli psicoterapeuti (<i>Maria Pichi</i>)	70
Separarsi dal trattamento: una ricerca in un SerT (<i>Barbara Cordella</i>)	80
La conclusione in psicoterapia (<i>Rosario Di Sauro</i>).....	87
Le parole e le scarpe (<i>Massimo Grasso</i>).....	97
<i>Gli Autori</i>	107

*Essere immortale è cosa da poco:
tranne l'uomo, tutte le creature lo sono,
giacché ignorano la morte;
la cosa divina, terribile, incomprensibile,
è sapersi immortali.
(Jorge Luis Borge)*

Prefazione

Separazione e perdita: frammenti di vissuto

Pietro Stampa

*La vita è questo scialo
di triti fatti, vano
più che crudele. [...]
Addio! – fischiano pietre tra le fronde,
la rapace fortuna è già lontana,
cala un'ora, i suoi volti riconfonde, –
e la vita è crudele più che vana.
(Eugenio Montale, "Flussi")*

Il tema di questo libro scaturisce da un incontro di studio dedicato almeno implicitamente alla possibile rinascita della Sirpidi, la storica Scuola di specializzazione in psicoterapia psicoanalitica, dopo le vicende che – innocente, ed economicamente sana – l'hanno vista coinvolta nella crisi del sistema ospedaliero **IDI**, da tempo oggetto di una complessa, laboriosa e sofferta riorganizzazione.

Ho insegnato alla Sirpidi per molti anni, e al di là (o al di qua, fate voi) dell'amicizia che mi lega a molti dei suoi dirigenti, ne ho sempre apprezzato la linea culturale: una delle cui caratteristiche è la schiettezza e il coraggio con cui vengono proposti e dibattuti spunti teorici e teorico-tecnici cruciali della nostra professione: reputo dunque importante che il lettore colga la connessione fra la situazione critica – ma carica di aspettative – della Scuola, e appunto il tema della giornata di studi e di questo libro.

Separazioni, perdite e lutti accompagnano la nostra vita fino dalla nascita – lo mette in evidenza Mario Ardizzone nel suo intervento – e se la nostra prima separazione è quella dal contenitore del corpo materno, l'ultima sarà quella sociale, dall'insieme delle relazioni costruite "fuori" dal corpo materno a partire proprio da quella separazione iniziale, che dà principio alla nostra esistenza biologicamente (e presto psicologicamente) autonoma.

Con la separazione fisica dal corpo materno inizia dunque l'esperienza nel senso proprio del termine: non ancora *Erlebnis* –

quel che normalmente designiamo come “vissuto” o “esperienza vissuta”¹ – ma già esperienza percettiva, protomentale (Imbasciati e Calorio, 1981), che costituisce la base psicosomatica dell’esperienza vissuta.

Nel lavoro di Angelo Pennella l’esperienza vissuta viene considerata nelle due dimensioni complementari della continuità e della discontinuità: l’esperienza «si cumula alle precedenti ed è utilizzata come conferma di ciò che già si conosce, non modifica cioè il *pre*-esistente ma, al più, rinforza e raffina lo stile e le abilità già presenti»; e simultaneamente l’esperienza si pone anche come la modalità attraverso cui si evidenzia «l’unicità degli eventi e si trae spunto dagli aspetti inusuali per mettere in discussione e riorganizzare il *pre*-esistente. In questo caso, l’esperienza non replica il già conosciuto al fine di confermarlo ma innesca un cambiamento, incide e modifica l’assetto *pre*-evento. È questa l’esperienza che segna, che marca un prima e un dopo nello scorrere della vita».

Pier Giorgio Foglio Bonda, nel suo intervento, propone una storia paradigmatica: l’insensatezza dell’esperienza, se l’esperienza nel suo insieme è elusione permanente di esperienze (paradosso che è comune nelle vite di innumerevoli persone); se insomma l’esperienza si risolve interamente nell’attesa di un incontro mancato, il vuoto – l’angoscia – finisce per essere il senso di quella esperienza. Non sembri un gioco di parole: come già nel *Deserto dei tartari*, lo scrittore Dino Buzzati (autore appunto del racconto che Foglio Bonda ripropone) declina l’elusione dell’esperienza come il senso di una non-esperienza che si esaurisce nell’attesa infinita, nella sospensione del tempo, nella mancanza di relazione con l’Altro. *L’Altro è uno-in-meno*, dirà Lacan (1962-63 [2007]), connettendo questo destino con il desiderio della madre che resta inconoscibile per il soggetto-bambino, impossibilitato a comprenderlo perché non

¹ Alcuni traducono “momento vivente di coscienza”, che a me francamente sembra un po’ barocco.

può ricondurlo — per definizione, ovviamente — a proprie esperienze vissute pregresse.

Luisa Zoppi, nel suo lavoro, propone una riflessione sullo “scambio” di esperienze vissute nella relazione transferale/contro-transferale, quale può presentarsi in analisi a fronte della sintonia tra i due soggetti coinvolti, le cui menti ripercorrono e affrontano l’esperienza della perdita. In linea con tale riflessione, Massimo Scialpi si focalizza sul vissuto di sofferenza del paziente nella fase iniziale del percorso terapeutico che rappresenta, di fatto, anche la possibile conclusione della sua precedente modalità d’essere, del suo usuale modo di relazionarsi con gli altri e con se stesso.

Barbara Cordella affronta il tema della separazione nel contesto del trattamento della tossicodipendenza, quando (in ipotesi) «la separazione rende manifesta, negli operatori, la paura del fallimento professionale, il timore di incontrare l’inefficacia di quanto proposto». E ancora Maria Pichi esamina nel suo contributo la differenza dei vissuti di separazione che al termine di un trattamento si possono presentare nel paziente e nel terapeuta: «mentre il paziente se ne va pensando che potrebbe comunque, volendo, richiamarci [...], noi siamo consapevoli che, se pur lo volessimo, non potremmo fare altrettanto perché ciò non sarebbe professionale e questo dà alla nostra separazione il sapore di una irreversibilità simile a quello di una morte». Il tema della conclusione della psicoterapia è ripreso e approfondito da Rosario Di Sauro, il cui contributo si concentra, in modo particolare, sui concetti di separazione e individuazione e sulle connessioni esistenti tra relazione madre-bambino e terapeuta-paziente e sul concetto di trasformazione.

Infine Massimo Grasso muove da un ricordo di famiglia per ripercorrere un rituale (in un certo senso, un rituale apotropaico) proprio di alcune culture dell’Italia meridionale (ma, aggiungo io, diffuso anche in Spagna e in Messico), in cui l’esperienza della morte viene rievocata e insieme sconsigliata: il 2 novembre, giorno dei morti, si fanno doni ai bambini. I doni provengono dalle anime dei defunti, che così confermano la loro esistenza in una vita altra, che

ha una finestra di accesso a quella che hanno lasciato, con essa separandosi dai propri cari. Interessante rilevare, per altro, che a questa usanza si riconnette quella di utilizzare come contenitori per i doni (tradizionalmente dolcetti, alcuni dei quali modellati a forma di ossa in una pasta bianca molto dura) le scarpe del bambino, lasciate fuori dalla finestra perché vengano appunto riempite: ma solo se il bambino è stato “buono”, mentre ai bambini “cattivi” le anime dei morti verranno a solleticare i piedi nel letto, durante il sonno. «Perché proprio i piedi?», si chiede Grasso, per poi ricordare che «tale simbologia non è confinata alla ritualità siciliana della commemorazione dei defunti, ma fa riferimento a una complessa materia che vede nelle asimmetrie deambulatorie il segno di un rapporto con l’oltretomba, di un viaggio nell’aldilà e trova riscontri in miti, poemi, riti diffusi in larga parte del mondo, alimentati tutti dal desiderio di poter parlare della morte, dalla fantasia di poterla governare, dalla nostalgia, che si suppone nei morti, per la vita».

Molti autori, nella storia del pensiero, hanno cercato un senso “intrinseco” alla perdita: fattore di crescita esistenziale, esperienza maturativa, duro training dell’anima, fino alla riflessione heideggeriana – ai limiti della metafisica e dell’ontologia – secondo cui l’“essere-per-la-morte” è l’unica condizione che risparmia all’uomo la ripetizione circolare, infinita e insensata delle stesse azioni, degli stessi gesti (Heidegger, 1927 [1976^m]). *Die Welt ist vollkommen*, il mondo è pieno, aveva annunciato lo Zarathustra di Nietzsche (1883 [1968]),² a significare che tutto quel che accade non

² *O Glück! O Glück! Willst du wohl singen, o meine Seele? Du liegst im Grade. Aber das ist die heimliche, feierliche Stunde, wo kein Hirt seine Flöte bläst. / Scheue dich! Heißer Mittag schläft auf den Fluren. Singe nicht! Still! Die Welt ist vollkommen* – Felicità! Felicità! Vuoi forse cantare, anima mia? Tu giaci nell’erba. Ma questa è l’ora segreta solenne, in cui nessun pastore soffia nel flauto. / Guàrdatene! L’ardente meriggio dorme sui campi. Non cantare! Zitta! Il mondo è perfetto (1968, vol. II, p. 335, trad. di M. Montinari).

è che la replica del già accaduto. Nulla di nuovo sotto il Sole? Sembrava questa la premessa filosofica – pressoché coeva – della *Wiederholungszwang* freudiana, quella inconsapevole tendenza degli umani a re-incontrare sempre, incessantemente, il proprio sintomo: meglio che “coazione a ripetere” (terminologia che implicherebbe una sorta di opaca consapevolezza, e dunque una dimensione conflittuale) tradotto da Lacan (1991)³ con “automatismo di ripetizione”, come a sottolinearne la cifra psicotica ancorché “ordinaria” – *i.e.*: esiste una “normalità psicotica” oltre che “nevrotica” – nel funzionamento psichico.

Ma la domanda se vi sia un senso intrinseco, un senso “già-presente”, nell’esperienza della perdita, è appunto domanda filosofica su cui ognuno apporrà la propria risposta ideologica o fideistica. Se proviamo a guardare il problema da un vertice esclusivamente psicologico (e dunque non-metafisico e non-etico, ammesso che ciò sia “laicamente” possibile), dovremo forse dire che il senso dell’esperienza della perdita non è mai intrinseco, bensì è il risultato di una costruzione che è insieme soggettiva e contestuale: è il prodotto di un assemblaggio personale di “cose date”, come sono le rappresentazioni sociali della vita e della morte, della parentela, dell’amicizia, dell’amore e della solitudine, della lontananza e della speranza di ricongiungimento. Confrontarsi con questa domanda richiede dunque altrettanto una chiamata alla mobilitazione simultanea di modelli psicologico-clinici, sociologici, della *Begriffgeschichte* – la storia dei concetti, o delle idee filosofiche – e dell’antropologia simbolica. Qualcosa che lentamente matura nella nostra cultura scientifica, e questo libro è un passo in tale direzione.

³ «Notre recherche nous amené à ce point de reconnaître que l'automatisme de répétition, *Wiederholungszwang*, prend son principe dans ce que nous avons appelé l'insistance de la chaîne signifiante. Cette notion elle-même, nous l'avons dégagée comme corrélatrice à l'ex-sistence (soit de la place excentrique) où il nous faut situer le sujet de l'inconscient si nous devons prendre au sérieux la découverte de Freud».

BIBLIOGRAFIA

- Heidegger, M. (1927), *Sein und Zeit*, Tübingen, Max Niemeyer, trad. it. *Essere e tempo*, Longanesi, Milano, 1976^m.
- Imbasciati, A., Calorio D. (1981), *Il protomentale*, Boringhieri, Torino.
- Lacan, J. (1962-63), *Le Séminaire, livre X, L'angoisse*, Paris, Le Seuil, 2004, trad. it. *Il seminario, Libro X, L'angoscia*, a cura di A. Di Ciaccia, Einaudi, Torino, 2007.
- Lacan, J. (1991), *L'envers de la psychanalyse*. Séminaire inédit, 1969-1970, livre XVII, séance du 11/2/70, Paris, Seuil
- Nietzsche, F. (1883-1885), *Also sprach Zarathustra. Ein Buch für Alle und Keinen*, Chemnitz, Ernst Schmeitzer, trad. it. *Così parlò Zarathustra. Un libro per tutti e per nessuno*, Adelphi, Milano, 1968, 2 voll.

Introduzione

Angelo R. Pennella

Qualche tempo fa, nel corso di un colloquio clinico, una giovane donna mi riferì dell'improvvisa e traumatica morte del padre, avvenuta alcuni anni addietro. Mentre ricordava l'evento, non riuscì a trattenere le lacrime che iniziarono a segnarle il viso. Al termine del racconto, si scusò della propria commozione e alla mia domanda circa il motivo per cui si stesse giustificando, mi rispose che in famiglia lei era "quella forte", "quella a cui ci si deve appoggiare", "che non si lascia andare alle emozioni", se lo avesse fatto, cosa sarebbe accaduto alla madre, persona profondamente incerta e ansiosa? Aggiunse che in effetti quella era la prima volta che si fermava a parlare del padre, della sua scomparsa e di quanto ne sentisse la mancanza. Dal giorno del funerale, in famiglia non si era più parlato di lui, sembrava quasi non fosse mai esistito e ciò nonostante in casa tutto lo ricordasse.

Presenza e assenza, dunque.

Una apparente dicotomia che ne evoca altre – istante ed eternità, luce e oscurità, vita e morte – ma a cui possiamo riconoscere un valore del tutto particolare perché fondante la nostra stessa coscienza autoriflessiva. È la dilaniante percezione dell'assenza dell'oggetto a motivare lo sviluppo delle prime rappresentazioni mentali. Assenza, tuttavia, che non può essere considerata sinonimo di vuoto. Mentre con questo ultimo si intende infatti qualcosa privo di contenuto, che non ha nulla dentro di sé, l'assenza segnala invece il "non trovarsi dove solitamente si è o si dovrebbe essere". L'assenza implica dunque, da un lato, un antefatto, qualcosa o qualcuno che in precedenza si trovava nel luogo in cui non è più, dall'altro, l'esistenza

di un fantasma⁴, di una rappresentazione cioè di quello che non è dove dovrebbe essere. L'assenza o, meglio, la possibilità di percepire l'assenza in quanto tale e non come terrificante vuoto, ci offre quindi la grande opportunità – pur se dolorosa – di sviluppare un pensiero in grado di condurci “alla elaborazione del lutto, ovvero alla capacità di avere a che fare con la perdita attraverso il fantasma” (Marozza, 2013, p. 9).

Ovviamente è sempre presente il rischio di precipitare nel vuoto, di non riuscire cioè a confrontarci con quello strano binomio di *presenza-assenza* a cui ci espone il fantasma dell'oggetto perduto, ma si tratta di una prova a cui non ci si può sottrarre e a cui più volte siamo chiamati nel corso della nostra vita, fin dalla prima infanzia. Si pensi all'oggetto transizionale di Winnicott (1951), la cui funzione, in fondo, è proprio quella di “fare presente l'assenza, permettere la lontananza attraverso una sua negazione simbolica che è già, al tempo stesso, una sua prima significazione” (Recalcati, 2003, p. 25). Pensiamo però anche ai riti funebri e alle celebrazioni civili e religiose dei morti il cui fine è quello di aiutarci a sostenere la nostra identità individuale e di gruppo di fronte alla perdita dell'altro.

Separazioni, perdite, lutti sono esperienze sempre e comunque onerose, a volte anche potenzialmente mortifere per il nostro apparato mentale perché evocano affetti così intensi ed “infiniti” – è ovvio il richiamo alla concezione matteblanchiana delle emozioni – da porre a dura prova la capacità “contenitiva” della nostra coscienza; è per questo che spesso le si affronta in modo solo indiretto e parziale.

Mi viene alla mente il mito di Perseo e il suo temerario confronto con Medusa. Ricorderete che il figlio di Zeus riuscì a sconfiggere l'unica mortale delle Gorgoni evitando di guardarla in volto, limitandosi cioè a scrutarne l'immagine riflessa sul proprio scudo. In fondo, possiamo considerare quel riflesso una sorta di fantasma di Medusa

⁴ È interessante ricordare che il termine deriva da *phantasma* (figura, visione), che a sua volta rinvia a *phantazo*, il cui significato è “appaio, faccio vedere” ma anche “prendo la figura da qualcuno”. In sostanza, il termine è utilizzato per indicare qualcosa che, seppur privo di consistenza, ci consente tuttavia di entrare in contatto con qualcosa.

e la tattica di Perseo un modo per riuscire a confrontarsi con la morte senza tuttavia morire, né dentro né fuori.

Il sentirsi pietrificati, metafora per quella morte interiore che può costituire l'esito di un vuoto o di un "troppo pieno", come quello rappresentato, ad esempio, dalle violenze che si possono subire da un genitore, è stato l'argomento della I Giornata di Studio organizzata a febbraio dello scorso anno da IntegralMente e di cui il presente volume costituisce gli Atti.

In linea con l'importanza e il peso del tema ("Separazioni, perdite e lutti nella vita quotidiana e in psicoterapia"), a volte, per così dire, non guardato per "disattenzione selettiva" (Sullivan, 1940-1953) o vera e propria negazione, le riflessioni offerte dai relatori hanno intrecciato riferimenti teorici, materiale clinico e esperienze personali a dimostrazione di quanto l'argomento ci coinvolga tutti a più livelli.

Certo è che mentre alcuni dei nostri ospiti - penso a Pier Giorgio Foglio Bonda, Barbara Cordella, Monica Baron, Rosario Di Sauro, Luisa Zoppi - si sono confrontati con il tema assumendo in modo più esplicito l'angolo prospettico dell'intervento clinico, altri - mi riferisco a Mario Ardizzone, Massimo Grasso, Maria Pichi, Massimo Scialpi, Pietro Stampa e il sottoscritto - hanno invece enfatizzato questioni di carattere più generale. Tutti hanno però proposto riflessioni complesse in cui emozione e cognizione hanno trovato sempre un felice connubio.

Nella sua organizzazione, il volume ripercorre l'ordine con cui i relatori si sono alternati nel corso della giornata, scelta che punta a sostenere, in chi era presente, il ricordo dell'incontro - se si preferisce, il *fantasma* dell'evento - e a suggerire invece, a chi non vi ha partecipato, i molteplici richiami che si sono sviluppati, spesso inintenzionalmente, tra un intervento e l'altro.

Mi sembra tuttavia necessario fornire una contestualizzazione della giornata di studio, anche per aiutare il lettore a comprenderne meglio il senso.

La nostra intenzione era infatti quella di utilizzarla anche come conclusione di un viaggio che si è avviato, almeno per quanto mi riguarda, negli anni '80, e che si è incarnato non solo in una lunga attività didattica all'interno della Scuola di Specializzazione in Psicologia Clinica e Psicoterapia Psicoanalitica Sirpidi ma anche nella

organizzazione di numerosi eventi congressuali che hanno visto la partecipazione, tra gli altri, di Kernberg, Fonagy, Gabbard, Stern. Per motivi connessi alla situazione in cui si è venuto a trovare l'ente gestore (IRCCS IDI) della Scuola, i corsi sono stati chiusi d'imperio nel dicembre del 2013, obbligando così i nostri allievi ad una forzata quanto spiacevole diaspora. Si è pertanto conclusa una storia e si è imposto a studenti e docenti l'onere del confronto con una traumatica separazione.

In questo contesto, la giornata promossa da Integralmente ha voluto essere un'occasione per riflettere e confrontarci, sia pure in modo indiretto, con il lutto connesso alla perdita di una Scuola di specializzazione le cui vicende si sono a lungo intrecciate con quelle personali e professionali dei docenti e di molti dei nostri allievi.

Non a caso, tutti i relatori della giornata sono intimamente legati alla storia della Sirpidi, a partire da Pier Giorgio Foglio Bonda, fondatore di quel nucleo primigenio che diede vita alla Scuola di specializzazione, e a Massimo Grasso, che ne è stato uno dei principali riferimenti per più di trenta anni. Ma anche tutti gli altri ospiti, sia pure con ruoli e funzioni diverse, hanno fatto parte della nostra storia e per questo desidero ringraziarli ancora di aver aderito al nostro invito e di essersi resi disponibili a riflettere con noi sul tema della separazione e del lutto.

Un doveroso e particolare riconoscimento a Luciano Mecacci e al suo encomiabile impegno come Presidente del Comitato Scientifico della Sirpidi che ha voluto presiedere la nostra giornata di studio considerandola una sorta di saluto alla Scuola.

Infine, un sentito ringraziamento ai due amici e colleghi – Rosario Di Sauro e Massimo Scialpi – con cui ho condiviso non solo l'idea e l'organizzazione della giornata ma anche e soprattutto la convinzione che non si potesse semplicemente “chiudere la porta e andar via” – come altri hanno fatto – negando così l'esperienza di separazione con cui ci si stava confrontando. Era un dovere personale, oltre che professionale, offrire a noi tutti – docenti e allievi – un contenitore *in cui e con cui* confrontarci con quanto accaduto e salutare per l'ultima volta la “nostra” Scuola.

BIBLIOGRAFIA

- Marozza, M.I. (2013), *Assenza di vita, assenza di morte. Il rischio della vita psichica*, in Quaderni di Cultura Jungiana, 2, 2, pp. 8-16.
- Recalcati, M. (2003), *Introduzione alla psicoanalisi contemporanea*, Bruno Mondadori, Milano.
- Sullivan, H.S. (1940-1953), *La moderna concezione della psichiatria*, trad. it. Feltrinelli, Milano, 1961.
- Winnicott, D.W. (1951), *Oggetti transizionali e fenomeni transizionali*, trad. it. in D.W., Winnicott, *Dalla pediatria alla psicoanalisi*, Martinelli, Firenze, 1975, pp. 275-290.

L'atteggiamento terapeutico

Pier Giorgio Foglio Bonda

In questo intervento, vorrei porre l'accento su *tre aspetti* che considero fondamentali per la strutturazione di un atteggiamento terapeutico così da renderlo adeguato, funzionale ed efficace.

Tuttavia, e poiché si dice che sia una caratteristica delle persone anziane quella di narrare delle storie, mi permetterò di presentarvi tre brevi racconti, a conclusione di ognuno dei quali cercherò di mostrare l'aspetto che desidero rilevare.

La prima di queste "storie" è stata pubblicata da Dino Buzzati nel 1966. Narra che Stefano, figlio di un noto capitano di mare, quando compì dodici anni, chiese in regalo a suo padre che lo portasse a bordo con sé.

Il padre acconsentì e decise di prendere il ragazzo con sé.

Stefano, che non era mai stato sulla nave, girava felice sul ponte, ammirando le complicate manovre dei marinai. Giunto però a poppa, si fermò, incuriosito, ad osservare una cosa che, a distanza di due-trecento metri e in corrispondenza della scia della nave, spuntava a intermittenza in superficie.

Benché il bastimento volasse sulle onde, quella cosa manteneva sempre la stessa distanza dalla nave ... e sebbene Stefano non ne comprendesse la natura, possedeva qualcosa d'indefinibile che lo attraeva intensamente.

Per questo chiamò: «Papà, vieni un po' a vedere! Mi spieghi cos'è quella cosa là?».

Il padre si avvicinò, guardò anche lui, nella direzione indicata dal ragazzo, ma non riuscì a vedere niente.

«Guarda bene papà... è una cosa scura che spunta ogni tanto dalla scia e che ci viene sempre dietro» insistette Stefano.

«Io non vedo assolutamente niente» disse il padre; ma poiché il figlio insisteva, andò a prendere il cannocchiale e scrutò la superficie del mare, in corrispondenza della scia.

Stefano lo vide impallidire.

«Cosa c'è? Perché fai quella faccia?»

«Non ti avessi mai ascoltato!» esclamò il capitano. «Adesso temo per te. Quella cosa che vedi spuntare dalle acque e che ci segue, è un colombre... il pesce che i marinai temono più di tutti. È uno squalo tremendo e misterioso, più astuto di qualsiasi animale o uomo. Per motivi che forse nessuno capirà mai, sceglie la sua vittima, e quando l'ha scelta, la insegue per anni e anni, per un'intera vita, finché riesce a raggiungerla per divorarla. Ma quello che è più strano è che nessuno riesce a vederlo se non la vittima stessa e le persone del suo stesso sangue... Io non l'avevo mai visto. Ma dalle descrizioni che ho sentito tante volte, l'ho subito riconosciuto. Stefano, purtroppo il colombre ha scelto te e finché tu andrai per mare, non ti darà pace. Ora torniamo subito a terra; tu sbarcherai e non ti staccherai mai più dalla riva, per nessuna ragione al mondo. Me lo devi promettere. Il mestiere del mare non è per te, figliolo. Devi rassegnarti.»

Ciò detto, fece immediatamente invertire la rotta, rientrò in porto e sbarcò il figlio. Quindi ripartì senza di lui. Profondamente turbato, Stefano restò sulla riva. Tuttavia, guardando al di là dal molo che chiudeva il porto, il ragazzo riuscì a scorgere un puntino nero che affiorava a intermittenza dalle acque: era il "suo" colombre, che incrociava lentamente su e giù, ostinato, ad aspettarlo.

Da allora Stefano fu distolto con ogni espediente dal desiderio del mare. Andò a studiare in una città dell'interno e per qualche tempo non pensò più al mostro marino.

Eppure, quando tornava a casa per le vacanze estive, per prima cosa si affrettava a raggiungere l'estremità del molo, per una specie di controllo, benché in fondo lo ritenesse superfluo giacché era certo che, dopo tanto tempo, il colombre sicuramente avrebbe rinunciato all'inutile assedio, e questo anche ammesso che la storia narratagli dal padre fosse vera.

Nondimeno, Stefano rimaneva ogni volta attonito, col cuore che gli batteva forte: a distanza di due-trecento metri dal molo, nel mare aperto, il sinistro pesce andava su e giù, lentamente, sollevando ogni tanto il muso dall'acqua

e volgendolo a terra, quasi guardasse con ansia per vedere se finalmente il ragazzo si decidesse a raggiungerlo.

L'idea di quella creatura nemica che lo aspettava giorno e notte, divenne per Stefano una segreta ossessione. Ed anche se nella lontana città dell'interno in cui studiava sapeva di essere al sicuro, sentiva che, al di là dalle montagne, lo squalo era sempre là ad aspettarlo.

Appena terminati gli studi, trovò un impiego dignitoso e remunerativo in quella città. Il padre intanto era morto e Stefano si era ormai costruito la sua vita.

Ciononostante, il pensiero del colombre lo assillava come un funesto e insieme affascinante miraggio e, col passare del tempo, anziché svanire, sembrava farsi sempre più insistente. Per questo, quando compì ventidue anni, tornò al paese natale con la ferma intenzione di intraprendere il mestiere paterno.

Cominciò a navigare, dando prova di eccezionali qualità marinare. Navigava, navigava ... ma sulla scia del suo bastimento, di giorno e di notte, con la bonaccia e con la tempesta, arrancava sempre il colombre.

Stefano sapeva che quella era la sua condanna, e forse proprio per questo, non trovò mai la forza di staccarsi dal mare per intraprendere imprese diverse e innanzitutto per togliersi dall'animo quel continuo assillo. Navigare, veleggiare, era il suo unico pensiero. Non appena metteva piede a terra in qualche porto, lo pungeva l'impazienza di ripartire. Anche se sapeva che fuori c'era il colombre ad aspettarlo niente lo fermava. Un indomabile impulso lo spingeva senza requie, da un oceano all'altro.

Oltre a tutto, nessuno a bordo aveva mai visto il mostro, tranne lui.

Dopo lunghi anni, Stefano si accorse di essere diventato vecchio e anche amaramente infelice, in quanto aveva speso la sua intera esistenza in quella specie di pazzesca fuga attraverso i mari, col solo scopo di sfuggire al suo nemico; per di più, nessuno dei suoi conoscenti riusciva a spiegarsi perché, ricco e anziano com'era, non si decidesse a lasciare finalmente la faticosa vita del mare.

Così una sera prese una decisione: chiamò il secondo ufficiale e gli ingiunse di non opporsi a ciò che stava per fare. Quando questi promise, Stefano gli rivelò la storia del colombre che aveva continuato a inseguirlo, costantemente e inutilmente, per quasi cinquant'anni.

«Mi ha scortato da un capo all'altro del mondo» disse. «Adesso io sto per morire e anche lui, ormai, sarà terribilmente vecchio e stanco. Per questo

non posso più deluderlo! Ora gli vado incontro...Voglio lottare contro di lui adoperando le mie ultime forze. E spero di batterlo!»

Ciò detto, fece calare in mare una scialuppa e, dopo essersi fatto dare un arpione, vi salì da solo e si allontanò dalla nave a stanchi colpi di remi. Ufficiali e marinai lo videro scomparire laggiù, all'orizzonte, nel mare avvolto già dalle ombre del crepuscolo.

Non dovette faticare molto per cercare il colombre perché all'improvviso il muso dell'animale emerse di fianco alla scialuppa.

«Eccomi, finalmente» esclamò Stefano. «Adesso, a noi due!» e, raccogliendo le superstiti energie, alzò l'arpione per colpirlo.

«Uh», mugolò il colombre con voce supplichevole, «che lunga strada ho dovuto fare per raggiungerti. Anch'io sono distrutto dalla fatica, perché tu scappavi, mi fuggivi sempre. E, soprattutto, perché così facendo dimostri di non aver mai capito niente.»

«Perché dici che non ho capito niente?» fece Stefano, punto sul vivo.

«Perché non ti ho inseguito attraverso tutto il mondo per divorarti, come ti è stato detto e come hai sempre creduto! No! Tutt'altro! Dal re del mare avevo avuto soltanto l'incarico di consegnarti questo.»

Lo squalo trasse fuori la lingua, e porse al vecchio capitano una sfera fosforescente. Stefano la prese tra le mani e la guardò. Era una perla di grandezza spropositata e di lucentezza straordinaria. Subito la riconobbe: era la leggendaria e incomparabile Perla del Mare che dà, a chi la possiede, fortuna, potenza, amore, e pace dell'animo. In quello stesso momento, però, Stefano capì anche che per lui era ormai troppo tardi per usufruire di questi eccezionali favori.

«Ahimè!» disse scuotendo tristemente il capo. «Com'è stato tutto sbagliato. Per paura sono riuscito a dannare tutta la mia esistenza... e ho rovinato anche la tua!»

«Addio, pover'uomo» rispose il colombre. E sprofondò per sempre nelle acque nere del mare.

Molti mesi dopo, spinta dalla risacca, una scialuppa approdò alla spiaggia e fu avvistata da alcuni pescatori che, incuriositi, si avvicinarono. A bordo, ancora seduto, c'era un bianco scheletro che fra gli ossicini che una volta componevano le dita della mano stringeva un grosso sasso rotondo.

Questo racconto, che è uno dei più famosi ed espressivi di Buzzati, è una sorta di “favola moderna” il cui tono drammatico e il finale

infelice vogliono essere una specie di richiamo e di lezione per chi è disposto a rovinare la propria vita cercando in ogni modo e incessantemente di evitare, invece che di affrontare con saggezza, coraggio e prudenza, tutto quello che, dentro o fuori di lui – e, nel caso dello psicoterapeuta, anche del paziente – è causa di angoscia, paura, dolore e preoccupazione...

Si dice che sulla base dell'altare del tempio di Apollo, a Delfi, città in cui le repubbliche greche celebravano la "saggezza" della stirpe ellenica, fosse scritta la frase: *gnoti seautòn*, "conosci te stesso".

Conoscere intimamente, comprendere adeguatamente e, in conseguenza, valutare e accettare realisticamente se stessi⁵, con le proprie capacità e deficit, potenzialità e limiti, virtualità e paure, ed essere in grado di collaborare efficacemente con il paziente affinché egli si renda gradualmente capace di fare altrettanto, costituisce, a mio parere, una condizione indispensabile e un atteggiamento imprescindibile per far sì che il terapeuta sia in grado di realizzare in maniera valida la propria attività e il paziente possa raggiungere la propria integrazione, sviluppo e affermazione.

La seconda "storia" è narrata da Lao Tze o Laozi (nome che significa "vecchio uomo" o anche "vecchio saggio"). Questo personaggio è ritenuto il filosofo fondatore del Taoismo, figura centrale della cultura cinese che viene riverito come una divinità, da chi lo considera una persona realmente esistita e non uno "pseudonimo comunitario" attribuito ad un gruppo di scrittori anonimi. Laozi fu contemporaneo di Confucio (551-479 a.C.), che si sarebbe recato da lui per discutere i punti chiave del Confucianesimo, ed è l'autore del Tao Te Ching o Daodejing – e cioè: "il testo (che mostra) il cammino della virtù" –, l'opera cinese più tradotta di tutti i tempi.

⁵ Mi sembra interessante ricordare che nel frontespizio dello stesso tempio di Delfi si leggeva la frase: *pazein mazos* "essendo paziente – nel senso di vivere profondamente la propria realtà – si cresce". Per questo motivo ho sempre pensato che il nome più adeguato con cui riferirsi alla persona con la quale si collabora in psicoterapia sia proprio quello di "paziente" e non altri quali cliente, malato, soggetto, ecc.!

Rispetto agli insegnamenti di Confucio, che si concentrano sui modi giusti da seguire nelle relazioni in ambito sociale, quelli di Lao Tze presentano un approccio più mistico relativamente all'ordine naturale delle cose e propongono delle regole per riuscire a raggiungere l'armonia personale e sociale.

Nel suo libro racconta di due contadini che avevano terreni contigui seminati a barbabietole. Quando le piantine cominciarono ad affacciarsi, quelle del campo di uno di loro sembravano crescere più rapidamente. Il suo vicino, colto dalla gelosia e per non essere da meno del proprio collega, per alcune notti, si alzò di nascosto dal letto e, tornato in campagna, diede uno strattone a ognuna delle tenere piantine. Però, dopo pochi giorni, mentre le barbabietole del vicino continuavano a crescere vigorose, le sue si erano tutte completamente seccate.

In conclusione del racconto, Lao Tze afferma che “non è possibile far crescere una persona afferrandola per i capelli o obbligandola a tenersi in punta di piedi!”

Riferendomi a questa narrazione credo si possa affermare che un secondo atteggiamento essenziale nell'ambito della collaborazione psicoterapeutica - oltre a tener ben presente quanto segnalato dallo stesso Laozi - è quello di saper costantemente e comunque rispettare pienamente, nel cammino della crescita, i tempi e i ritmi caratteristici di ogni paziente, giacché il non farlo non solo non è utile né funzionale per il raggiungimento degli obiettivi psicoterapeutici, ma in ogni caso si dimostra inefficace e controproducente, oltre ad essere gravemente nocivo relativamente all'autoimmagine e all'autovalutazione del paziente stesso.

Il terzo “racconto” è di tutt'altro genere. Lo si legge in quel libro che ha rappresentato uno dei fattori essenziali sui quali si sono strutturate le coordinate della storia e della cultura del mondo occidentale - e non solo di questo - e fa riferimento ad una figura che è all'origine delle tre maggiori religioni e civiltà monoteistiche e la cui vicenda costituisce un paradigma e un archetipo fondamentale per i credenti di ognuna di esse.

Abraham aveva avuto direttamente da Yhveh l'assicurazione che da lui sarebbe nato un popolo "numeroso come i granelli di sabbia che sono in riva al mare".

Tuttavia, e in apparente aperta contraddizione con questa promessa, Dio gli chiede di sacrificargli il suo unico erede, Isacco. Abraham, già molto anziano e pur nell'oscurità determinata da questa manifesta incoerenza, accetta comunque, pur senza comprenderla e con immenso dolore, la richiesta del suo Signore e si dispone ad attuarla.

E proprio per questo, "perché ebbe fiducia, perché prestò fede e perché credette contro ogni speranza, Iddio lo fece diventare padre di un'immensa moltitudine di gente!".

Agostino di Hippona afferma che "la speranza è la certezza del sì nell'ancora no". Tuttavia Václav Havel, uno dei leader di quella che fu chiamata "la primavera di Praga", chiarisce che tale "certezza non è la convinzione che qualcosa che viviamo ed è di importanza per il nostro benessere accadrà sicuramente; ma la convinzione che in noi esiste la reale capacità per far sì che quella cosa, che consideriamo essenziale per dare un senso alla nostra vita, potrà veramente avverarsi, quale che sia la situazione attuale di tale esperienza o azione".

Credo che avere questo tipo di "speranza" sia un costitutivo essenziale per favorire l'efficacia dell'attività psicoterapeutica.

Quale che sia la realtà e la situazione - attuale, passata o in previsione di prossimo futuro; personale, relazionale, situazionale o circostanziale - del paziente, lo psicoterapeuta è chiamato in ogni caso a manifestare - seppure in genere implicitamente e soprattutto attraverso i propri atteggiamenti e modo di comportarsi, più che con esplicite parole - e ad agire con la profonda e sistematica convinzione che è possibile collaborare efficacemente con lui, affinché tale realtà e situazione possano essere modificate, seppure gradualmente, primariamente da egli stesso, in funzione di una sua maggiore e più soddisfacente integrazione ed espansione personale e adattamento e affermazione sociale.

Il riferimento a quest'atteggiamento della "speranza anche contro ogni speranza" mi permette di concludere con un breve cenno all'argomento di questo nostro incontro: *"Separazioni, perdite e lutti nella vita quotidiana e in psicoterapia"*.

Sono convinto che l'attuale situazione della Sirpidi sia conseguenza di una decisione, a dir poco improvvida e anche scarsamente lungimirante, presa da persone che si sono dimostrate poco avvedute, nella misura in cui non sono state in grado di rendersi conto e di valutare adeguatamente l'importanza - non certamente secondaria né aleatoria - che ha una scuola di psicoterapia nell'ambito di una istituzione sanitaria strutturata sul quadro di riferimento di valori e di principi etici cristiani.

Questo è ancora più evidente se si considera la storia pregressa di questa Scuola, fatta prevalentemente di validi, molteplici e consistenti successi formativi, dovuti primariamente alla manifesta competenza e al coinvolto impegno dei suoi docenti che, d'altra parte, si sono esplicitamente e più volte dichiarati disponibili - oltre ad essersi dimostrati indubbiamente capaci, per come hanno lavorato negli anni passati - di continuare a gestirla efficacemente in proprio.

In conseguenza, mentre condivido insieme voi, e in maniera intensamente empatica, questa spiacevole situazione, voglio farvi di cuore l'augurio - con la piena convinzione e la ferma speranza che quest'auspicio possa avverarsi quanto prima - che il difficile, faticoso e incerto tempo di separazione dagli allievi e di perdita dell'attività didattica e formativa che state vivendo, sia solo un momento di passaggio e di lutto temporaneo nella attesa e in prospettiva di un'ulteriore e gratificante ripresa e affermazione.

Sul concetto di esperienza

Angelo R. Pennella

Nel 1972 Italo Calvino pubblicò un romanzo dal titolo “Le città invisibili”. Le vicende narrate da Calvino in questo testo ruotano intorno alle conversazioni tra Marco Polo e Kublai Khan, imperatore dei Tartari, conversazioni in cui Marco Polo descrive a Kublai Khan una serie di città, più o meno immaginarie.

In una di tali descrizioni, Marco Polo si sofferma a descrivere con estrema attenzione, pietra dopo pietra, un ponte.

Ma qual è la pietra che sostiene il ponte? - chiede Kublai Khan.

Il ponte non è sostenuto da questa o quella pietra - risponde Marco - ma dalla linea dell'arco che esse formano.

Kublai Khan rimane silenzioso, riflettendo. Poi soggiunge: - Perché mi parli allora delle pietre? È solo dell'arco che m'importa.

Polo risponde: - Senza pietre non c'è arco.

Penso che questo brano possa essere una buona metafora del rapporto che si istituisce tra esperienze e identità. In effetti, la nostra vita non è un aggregato di pietre disposte alla rinfusa o il prodotto di un unico evento da cui tutto discende, rappresenta semmai l'esito di un percorso - a volte tranquillo e intangibile, altre burrascoso e sofferto - che si costruisce pian piano, pietra dopo pietra, esperienza dopo esperienza. Obiettivo del mio intervento è quello di riflettere su alcune delle pietre che compongono il nostro personale arco di vita, forse quelle più pesanti e difficili da utilizzare.

Prima però di entrare in argomento, voglio condividere con voi la mia esperienza nei confronti di questo intervento. Dopo un iniziale entusiasmo, l'idea di dover argomentare sul concetto di esperienza ha generato in me una forte apprensione. Non solo mi riecheggiana in testa il titolo del lavoro di Bion (1962), ma più ci pensavo più mi rendevo conto che si trattava di un compito tutt'altro che banale, rispetto al quale non ero attrezzato, specie dal punto di vista filosofico. Ho dunque titubato molto prima di avviarmi a scrivere e alla fine ci sono riuscito raccontandomi, nell'evidente tentativo di rassicurarmi, che in fondo dovevo "solo" proporre una introduzione alla giornata, un *incipit* che avrebbe trovato compimento nei successivi interventi dei colleghi. Grazie a questo autoinganno, mi sono approcciato alla tastiera e ho dato avvio a questa esperienza.

Il primo tassello è stata la consultazione di alcuni vocabolari, cosa che mi ha permesso di constatare che si danno almeno due accezioni al termine *esperienza*: nella prima, si rinvia a una conoscenza assunta attraverso il contatto diretto con la realtà; nella seconda, si fa invece riferimento ad eventi che hanno un significato tale da contrassegnare la vita di una persona, tant'è che usiamo espressioni come "quella è una esperienza che mi ha cambiato la vita" oppure "quella è una esperienza che segna".

In linea con tali significati, l'aggettivo *esperto* è usato per indicare chi ha tratto profitto dall'esperienza, chi ha acquisito cioè, grazie ad una lunga pratica, abilità particolari in una specifica arte o professione.

Ho fatto anche una breve ricerca etimologica che mi ha condotto a due verbi greci: *peiro*, nel suo significato di "attraversare, passare attraverso", e *peirào*, "tentare, provare, fare esperienza", appunto. Ho anche letto che nel suo transito al latino, il termine esperienza ha subito un interessante arricchimento concettuale: *ex-peior* include infatti l'idea della prova e del pericolo che la persona è chiamata ad affrontare quando fronteggia una situazione per lui insolita.

Per farla breve, quando parliamo di esperienza intendiamo indicare qualcosa che coinvolge l'individuo permettendogli di acquisire conoscenze tramite il contatto diretto con la realtà. Ci riferiamo però anche a qualcosa capace di segnare l'esistenza, di marcare un prima e un dopo, rendendo quindi l'evento una sorta di spartiacque o, se si preferisce, una porta il cui attraversamento genera un cambiamento,

piccolo o grande che sia. In quel passaggio affrontiamo infatti qualcosa di nuovo per noi, una alterità che implica, per il fatto stesso di essere inusuale, una certa dose di rischio.

Sarebbe interessante esplorare ulteriormente la polisemia del termine, ma già questi rapidi cenni ci consentono di individuare due modi con cui è possibile approcciare l'esperienza: il primo, che definirei di tipo *cumulativo*, è quello che sottende la nostra idea di esperto, di chi cioè ha affrontato così tante volte una determinata situazione da avere perfettamente appreso cosa si deve fare. Pensiamo ad un medico che ha trattato una patologia innumerevoli volte e che ne è diventato quindi un vero e proprio esperto, un *luminare*.

In questa accezione, l'esperienza si cumula alle precedenti ed è utilizzata come conferma di ciò che già si conosce, non modifica cioè il *pre*-esistente ma, al più, rinforza e raffina lo stile e le abilità già presenti nell'individuo. Se tornassimo all'etimologia, potremmo dire che in questi casi l'attraversamento avviene innumerevoli volte ma la porta è sempre la stessa e dunque il rischio sempre più contenuto.

Dicevo che c'è un secondo modo di considerare l'esperienza, un modo in cui non si guarda ciò che rende simili le cose ma ciò che le differenzia, che le contraddistingue. In questa accezione, si sottolinea cioè l'unicità degli eventi e si trae spunto dagli aspetti inusuali per mettere in discussione e riorganizzare il *pre*-esistente. In questo caso, l'esperienza non replica il già conosciuto al fine di confermarlo ma innesca un cambiamento, incide e modifica l'assetto *pre*-evento. È questa l'esperienza che segna, che marca un prima e un dopo nello scorrere della vita.

D'altronde è comprensibile che si connoti come trasformativa solo questa seconda forma di esperienza: il cambiamento è possibile solo laddove ci si confronta con situazioni inusuali; se fossero infatti familiari non si otterrebbe nulla di nuovo ma, al più, ci si limiterebbe a riprodurre tattiche e strategie che già conosciamo.

Naturalmente, non sto parlando solo di eventi unici o eccezionali: ogni cosa, anche la più piccola, può connotarsi come una esperienza trasformativa,

può essere la parola detta da qualcuno e che ci apre improvvisa un nuovo modo di veder le cose, può essere una lettura, può essere un evento, una

scelta, un caso. Può essere qualcosa di pianificato in precedenza, oppure un'irruzione improvvisa, sempre comunque decisiva. (Castelli Gattinara, 1998, p. 6)

Pensiamo al momento presente di cui ha parlato Daniel Stern (2004), descritto come una esperienza soggettiva che deve essere, per poter emergere alla coscienza, sufficientemente insolita o problematica. I momenti presenti si coagulano intorno a eventi che irrompono nell'ordinario rompendo una quotidianità o violando aspettative consolidate e per questo richiedono l'esecuzione di un atto mentale (o fisico). La necessità di agire per affrontare in qualche modo la novità che si presenta alla coscienza accorda a questi momenti un senso consequenziale e di contingenza rispetto al mondo (Stern, 2004).

Come sottolinea Stern, si tratta di esperienze brevi e imprevedibili nel loro svolgersi. Non se ne può conoscere esattamente l'andamento perché quando si vive un momento presente,

cavalchiamo la cresta di un'onda che non si è ancora infranta. Nel suo piccolo, ogni momento presente è unico ed è legato a condizioni irripetibili - il tempo, il luogo, le esperienze passate e le particolari circostanze mutevoli in cui prende forma. Di conseguenza, non possiamo avanzare previsioni su di esso. (Stern, 2004, p. 33)

Ma cosa ci consente di cogliere il momento presente, di approcciare cioè le esperienze della vita in modalità trasformativa e non cumulativa?

Una possibile risposta ci viene dai concetti di assimilazione e accomodamento proposti da Jean Piaget (cfr. Piaget, 1964).

In estrema sintesi, si può dire che l'assimilazione indica l'insieme dei processi con cui un individuo incamera l'informazione esterna trasformandola in funzione dei propri schemi e delle proprie esperienze, nell'accomodamento sono invece gli schemi e l'organizzazione mentale dell'individuo a modificarsi a seguito delle informazioni ottenute.

In questo senso, possiamo affermare che si accumulano esperienze quando ci si limita ad *assimilarle* alla organizzazione mentale pre-

esistente mentre le si usa in modo trasformativo quando ci si *accomoda* alle loro diversità e si modificano i propri schemi.

Nel Dizionario delle Scienze Psicologiche di Mecacci (2012), c'è però un riferimento che mi sembra utile riprendere perché mi consente di arricchire quanto ho appena detto a proposito della assimilazione. Mecacci ci ricorda infatti che questo termine è stato utilizzato da Fromm per indicare quella

forma di relazione sociale che si stabilisce tra un individuo e le altre persone, se tale individuo non è capace di dare all'altro e amare l'altro ma sa solo "prendere" (Mecacci, 2012, p. 91).

L'uso dell'altro come una sorta di bancomat da cui prelevare in funzione dei propri bisogni non è che un'espressione della più generale incapacità di riconoscere l'altro come portatore di desideri e bisogni diversi dai propri e a cui, in qualche modo, è necessario accomodarsi se si vuole sviluppare una relazione di scambio (Carli, Paniccia, 2003).

Se si riduce l'altro, e più in generale le esperienze di vita, a semplici oggetti atti a rispondere alle proprie necessità, non si ha che una possibilità: possedere e accumulare. In questi casi, la fantasia è quella di avere sempre e comunque a disposizione l'oggetto, persona o cosa che sia. Pensiamo, a titolo d'esempio, a Don Giovanni, personaggio della letteratura divenuto simbolo della libertà sessuale. L'amore di cui si parla nelle sue vicende non è qualcosa di connesso alle qualità della partner e quindi individualizzato, è sempre la riproposizione del medesimo cliché in cui è la seduzione ad avere un ruolo centrale. Per Don Giovanni il fine non è conoscere chi ha di fronte ma cumulare quella esperienza alle precedenti, aggiungere un nome all'elenco.

Prima di riportare questo discorso al tema della giornata mi sento però in obbligo di precisare una cosa.

Sebbene io abbia presentato questi due approcci all'esperienza in termini dicotomici, in realtà non siamo di fronte ad entità discrete ma agli estremi di un continuum in cui, da un lato, è possibile collocare una modalità in cui l'esperienza è utilizzata solo per consolidare il pregresso, dall'altro, una modalità in la si usa invece per riorganizzare, per modificare gli assetti precedenti l'esperienza stessa. D'altronde,

così come l'assimilazione e l'accomodamento descritti da Piaget sono processi interconnessi il cui obiettivo è l'adattamento dell'individuo all'ambiente, anche questi due approcci all'esperienza si alternano e si miscelano in funzione delle condizioni in cui si trova l'individuo e del suo modo di adattarsi al contesto.

Ma per quale motivo riflettere sull'esperienza in un incontro dedicato alle separazioni, alle perdite, ai lutti?

La risposta sembra scontata.

Chiunque direbbe infatti che quelle che ho appena elencato sono esperienze importanti nella vita di un individuo, esperienze in grado di lasciare un segno e di trasformare l'esistenza di una persona. Ma è sempre così?

La domanda può sembrare sciocca: come si fa a pensare che una perdita, un lutto non segnino la vita di una persona. Tuttavia, non vi è mai capitato di incontrare qualcuno che vi parla di questo tipo di eventi quasi si trattasse di inezie?

Prendiamo l'esempio di James, un paziente su cui ha scritto Peter Fonagy (2009).

James è in carcere per rapina a mano armata. Suo padre, a scopi punitivi, era spesso violento con lui. Una volta, a nove anni, James venne punito per aver rubato, ed ecco come oggi descrive l'episodio: "Sì, ha acceso i fornelli e, beh - me lo ricorderò sempre - ci ha messo sopra una mano e ha arrostito le nostre (tue) mani, sì, insomma la mia mano e, beh il giorno dopo sono andato a scuola con i guanti perché erano messe davvero molto male".

Ascoltando James, ci si confronta con una serie di esperienze drammatiche che si susseguono nella sua storia senza però che ciò abbia comportato alcun cambiamento o consapevolezza del significato e del valore di tali eventi. È come se quelle esperienze si fossero cumulate in James senza produrre esiti.

Intendiamoci, non sto negando le profonde cicatrici che questi eventi hanno lasciato su James, sto dicendo che il cambiamento di cui parlavo a proposito delle esperienze trasformative non si riferisce a ciò che le persone fanno ma a ciò che le persone *sentono* e *pensano* su se stesse e sugli altri. Se volete, James è stato piegato dalle vicende che lo hanno coinvolto ma non mostra alcuna consapevolezza di ciò,

tant'è che se gli si chiedeva quanto le sue esperienze infantili avessero inciso sulla sua personalità adulta, la risposta evidenziava la più totale assenza di idee al riguardo: James non lo sapeva, non ne aveva la più pallida idea⁶. C'è un passaggio del testo di Fonagy particolarmente illuminante, da questo punto di vista; interrogato sul modo con cui reagiva agli episodi di violenza, James rispondeva dicendo “mi bevevo una cosa e andavo a dormire e al risveglio ero un'altra persona”.

Come direbbe Bollas (1987), siamo di fronte ad un “conosciuto mai pensato”.

La questione è chiedersi se si tratta realmente di esperienze.

Se l'esperienza è qualcosa che coinvolge direttamente l'individuo consentendogli, attraverso il contatto diretto con la realtà, di acquisire conoscenze, nel caso di James, sebbene mi sembri indiscutibile il fatto che si tratti di eventi in cui è stato coinvolto, non potrei con altrettanta sicurezza affermare che ne abbia tratto conoscenza, se preferite, profitto.

Ascoltando il modo con cui James parla delle sue vicende personali, si ha infatti la sensazione che non stia narrando qualcosa che lo abbia realmente, intimamente, coinvolto e quindi cambiato, ma che stia elencando piuttosto una serie di fatti, l'uno distinto dall'altro e quindi reciprocamente estranei. Ciò che manca non sono solo le emozioni associabili agli eventi ma anche il tessuto connettivo, l'insieme di quei nessi che consentirebbe di dare senso e continuità agli eventi, di renderli cioè una vera e propria storia.

Come sappiamo, le storie si differenziano infatti dagli inventari perché si strutturano intorno ad una trama che tiene insieme gli elementi che le compongono. Non a caso, una delle prime cose che insegnano nelle scuole di giornalismo è la necessità che l'articolo risponda ad una serie di domande che aiutano il lettore ad individuare tutto ciò che dà senso e continuità alle vicende di cui si parla (chi? Cosa? Dove? Quando? Perché? Come?).

⁶ Per essere esatti, l'esito delle esperienze a cui è stato sottoposto precocemente James è evidente proprio nella sua incapacità di pensare e trarre profitto dall'esperienza e di essere quindi, in qualche modo, costretto a cumularle. James è infatti un esempio di quel deficit della capacità a mentalizzare di cui hanno parlato Fonagy e altri (cfr. Allen, Fonagy, 2006).

In James possiamo invece percepire la “presenza di una assenza”, per dirla con Bion (1987) che non viene tuttavia percepita dalla persona. Ciò che manca è dunque una mente in grado di pensare le esperienze, di dare ad esse un valore, un motivo, di situarle in un percorso coerente e sensato. James accumula le situazioni a cui partecipa, le affastella nella sua vita, ma non ne trae alcuna esperienza, almeno non a livello della coscienza autoriflessiva.

A questo punto il discorso potrebbe portarci nei meandri delle teorie della mente o indurci a richiamare l'interessante concetto di dissociazione (Bromberg, 2006), mi limito invece a ricordare gli studi sull'importanza della relazione non solo nello sviluppo dell'apparato mentale ma anche nel mantenimento della sua omeostasi in situazioni critiche per l'individuo, non ultime quelle di separazione e lutto. A questo proposito, Tronick (1998, 2010) parla di “stati diadici di coscienza” per indicare ciò che avviene quando due menti si incontrano ed una di esse fornisce all'altra il supporto necessario per affrontare una esperienza che risulterebbe altrimenti insostenibile dal punto di vista psicologico.

Nel momento in cui si crea un sistema diadico di mutua regolazione, entrambi i soggetti comunicano attraverso configurazioni affettive che i singoli sotto-sistemi sono in grado progressivamente di leggere e significare acquisendo dunque una serie di informazioni che offrono loro la possibilità di riorganizzare il proprio personale apparato mentale superando l'inevitabile disorganizzazione connessa alla situazione di crisi.

Banalmente, possiamo dunque dire che le esperienze, anche quelle più critiche legate alla perdita e alla separazione, possono essere affrontate in modalità trasformativa non solo se abbiamo una mente in grado di pensare le emozioni ma anche e specialmente se questa mente è all'interno di un sistema di mutua regolazione degli affetti.

A questo punto, mi avvio a concludere raccontandovi di Francesca e Luigi, una coppia che conobbi alcuni anni fa. Avevano due figli: un ragazzo (Giacomo) di 16 anni e una bambina (Luisa) di 12. La loro era una famiglia come tante, in cui lavoro, figli, relazioni familiari e sociali impastavano una vita serena, nonostante i tanti impegni e le inevitabili difficoltà. Francesca e Luigi esprimevano il loro amore nei confronti dei figli nei piccoli atti della vita quotidiana, ad esempio,

quando decisero di lasciare a loro, ormai grandicelli, le due camere da letto e sistemando se stessi sul divano in salone.

Una mattina come tante altre, Luigi uscì presto per andare al lavoro, Francesca accompagnò Luisa a scuola mentre Giacomo rimaneva a dormire ancora un po' approfittando della vicinanza della sua scuola. Quel giorno, Giacomo si alzò, aprì la finestra e si buttò di sotto.

Fu un evento improvviso e inspiegabile, tant'è che il maresciallo dei carabinieri, colpito dalla disperazione dei genitori e dalla loro evidente incapacità di dare senso a quel suicidio, effettuò un'indagine molto accurata nel tentativo di lenire quell'immenso dolore offrendo una spiegazione, un motivo per quell'improvviso e nefasto gesto: non trovò nulla.

In uno dei colloqui che feci con questa coppia dopo l'evento, Luigi mi raccontò un sogno: era sera e si trovava davanti alla porta della piccola casa che i suoi genitori avevano in un paesino dell'alto Lazio. All'angolo della strada, vide un'anziana signora che lo invitava a raggiungerla in uno dei vicoli che costeggiavano l'edificio. Si sentiva inquieto, spaventato e, sebbene una parte di lui gli gridasse che non doveva avvicinarsi a quella donna, alla fine le si avvicinò trovandosi quindi all'inizio del vicolo: nella penombra vide una bara.

Al di là dei contenuti e del significato di questo sogno nel processo di elaborazione del lutto da parte di Luigi, l'aspetto che desidero sottolineare in questa sede è il fatto che mi sia stato raccontato. In fondo, quello che Luigi mi chiedeva era di essere con lui in quel vicolo, di assisterlo mentre si confrontava con quel feretro, di pensare cioè con lui e forse *per* lui le emozioni associate a quella esperienza.

Donna Orange (2011) parla di "testimone emotivamente disponibile" e fa riferimento ad un processo intersoggettivo che può essere considerato un sottoinsieme del rispecchiamento, se con tale termine intendiamo una risposta di apprezzamento a ciò che è importante per l'altro. Il testimone valida l'esperienza dell'interlocutore, cosa che consente a quest'ultimo di integrare l'evento nel tessuto connettivo della propria storia personale senza essere costretto a ricorrere a meccanismi dissociativi.

In sostanza, la presenza di un testimone emotivamente disponibile, in grado cioè di sentire e pensare le emozioni e di renderle in qualche modo digeribili all'altro, offre l'opportunità di affrontare in modalità

trasformativa anche un'esperienza angosciante qual è quella di una perdita e di un lutto evitando che essa si connoti come una esperienza traumatica.

Non mi soffermo, per evidenti ragioni di tempo, sull'evidente nesso esistente tra il concetto di "testimone emotivamente disponibile" della Orange e quello di "sistema diadico di mutua regolazione" proposto da Tronick ma entrambi mi consentono di concludere con un breve riferimento al contesto in cui ci troviamo oggi.

Una parte dei presenti sa che questa giornata di studio è in qualche modo inscritta nella storia di una scuola di specializzazione in psicologia clinica e psicoterapia e questo anche se non è presente il suo logo nella locandina: mi riferisco alla Sirpidi. Alcuni di voi sanno che nello scorso dicembre l'IDI ha interrotto l'attività didattica della scuola ingenerando un'ovvia situazione di separazione da un'entità la cui storia era ormai ultratrentennale.

Abbiamo dunque pensato a una giornata che potesse essere una testimonianza di questa lunga esperienza. Volevamo cioè proporre un luogo in cui soffermarci a pensare al tema delle separazioni, non ultima quella - almeno per chi, tra i presenti, ha condiviso con noi l'esperienza della Sirpidi - da una scuola a cui abbiamo contribuito per tanti anni. Volevamo però anche passare il testimone agli studenti che si sono trasferiti in altre scuole di specializzazione e a noi stessi per aprirci ad una nuova tappa del nostro viaggio.

Una delle nostre ex allieve, migrata in un altro istituto di formazione, mi ha scritto raccontandomi del suo primo week end nella nuova scuola:

Durante le due giornate abbiamo avuto modo di conoscere i docenti, l'impressione non è stata male ma naturalmente il nostro "trauma da separazione anticipata" traspirava da ogni poro, nonostante i nostri tentativi di non "volerne parlare più".

Ma questo non volerne parlare, anche se comprensibile, ci consente di utilizzare questa esperienza in modo trasformativo o rischia di renderla solo un evento traumatico da sommare ad altri?

Voglio chiudere con una citazione di Paulo Coelho che penso possa essere una possibile risposta al quesito:

Bisogna chiudere i cicli. Non per orgoglio, per incapacità o superbia. Semplicemente perché quella determinata cosa esula dalla tua vita. Chiudi la porta, cambia musica, rimuovi la polvere. Smetti di essere chi eri e trasformati in chi sei.

BIBLIOGRAFIA

- Allen, J., Fonagy, P. (a cura di) (2006), *La mentalizzazione. Psicopatologia e trattamento*, trad. it. Il Mulino, Bologna, 2008.
- Bion, W.R. (1962), *Apprendere dall'esperienza*, trad. it. Armando Editore, Roma, 1972.
- Bollas, C. (1987), *L'ombra dell'oggetto*, trad. it. Borla, Roma, 1989.
- Bromberg, P.M., (2006), *Destare il sognatore. Percorsi clinici*, trad. it. Raffaello Cortina, Milano, 2009.
- Carli, R., Paniccia, M.R. (2003), *L'analisi della domanda*, il Mulino, Bologna.
- Mecacci, L. (2012), *Dizionario delle scienze psicologiche*, Zanichelli, Bologna.
- Orange, D.M. (2011), *Il testimone post-cartesiano e la professione psicoanalitica*, in *Self Rivista di Psicoanalisi Contemporanea, Psicologia del Sé e Psicoanalisi relazionale*, 1, pp. 14-31.
- Piaget, J (1964), *Lo sviluppo mentale del bambino e altri studi di psicologia*, trad. it. Einaudi, Torino, 1967.
- Stern, D. (2004), *Il momento presente in psicoterapia e nella vita quotidiana*, trad. it. Raffaello Cortina, Milano, 2005.
- Tronick, E.Z. (1998), *Regolazione emotive. Nello sviluppo e nel processo terapeutico*, trad. it. Raffaello Cortina, Milano, 2008.
- Tronick, E.Z. (2010), *Espansione diadica degli stati di coscienza e processi di cambiamento terapeutico*, trad. it. in *Quaderno di Psicoterapia del Bambino e dell'Adolescente*, 32, pp. 99-110.

Del principio e della fine, ovvero dell'esperienza

Mario Ardizzone

Solo i giovani hanno momenti simili. Ci si chiude alle spalle il cancelletto dell'infanzia e ci si addentra in un giardino incantato. Si procede ravvisando le pietre miliari dei predecessori eccitati e divertiti. Si procede, il tempo anche lui procede finché davanti a noi si scorge una linea d'ombra che avverte che anche la regione della prima giovinezza deve essere lasciata alle spalle.

(Joseph Conrad, *La linea d'ombra*)

Ho immaginato una relazione in base al titolo dato a questa giornata, fermandomi quindi sulla cornice prima ancora di aver tratteggiato il quadro. Ma si sa, quando si organizzano questi convegni è necessario innanzitutto soddisfare esigenze di denominazione, d'individuazione preventiva degli interventi. E poi ho provato a buttar giù una traccia sul tema delle separazioni, delle individuazioni e delle perdite, traccia che ora cercherò di seguire.

In questa prospettiva, il primo riferimento a cui mi viene da pensare a proposito della conclusione di vecchie esperienze e dell'inizio di nuove esperienze (come nel caso di quanto accennato prima da Angelo Pennella), è il destino che ha caratterizzato Socrate, Spinoza, Galilei, Freud, tanto per citare alcuni personaggi illustri, portatori di visioni nuove e rivoluzionarie per il loro tempo, uomini che furono perseguitati se non addirittura messi alla gogna e a morte per la novità insopportabile delle idee che proponevano.

Novità, creatività, nascita di nuove esperienze da una parte; condanna, rifiuto, oscurità, morte dall'altra. Questo intreccio sembra costituire un binomio assolutamente presente in molte, se non forse in tutte le esperienze che noi viviamo. Non perché tutti veniamo a trovarci nelle condizioni dei personaggi appena ricordati, né perché andiamo materialmente incontro a un simile destino, ma perché, anche se in proporzioni molto diverse, ogni esperienza che noi facciamo implica al tempo stesso inizi e distacchi, esprime con il suo accadere la nascita di qualcosa e la morte di qualcos'altro.

In genere, a qualunque vicenda noi pensiamo, siamo portati a pensarla come qualcosa che ha un inizio e una fine, collocandola quindi dentro un tempo lineare. Se tuttavia vogliamo comprendere gli eventi nella loro essenzialità, credo che dovremmo invece adottare una visione curvilinea e circolare, dove inizio e fine sono contemporaneamente presenti, come dimensioni, all'interno di ciascun evento vissuto.

Faccio un veloce riferimento ad alcune tappe del ciclo di vita.

La nascita. Otto Rank (1924) ha ampiamente sottolineato come nulla di più iniziatico esista al mondo di quanto lo sia la nascita di una nuova creatura; ma la nascita è anche espulsione, e in quanto tale è anche trauma. Significa infatti abbandonare quella condizione di avvolgente fluidità in cui ci si è formati, sotto la tutela di modalità ammortizzate e protette, per essere improvvisamente esposti all'aria e alla luce, attraverso uno scarto che risulta essere un salto, un precipizio, una "catastrofe". Da una condizione di equilibrio ad un'altra condizione, dove i vecchi equilibri sono saltati e hanno ceduto il passo ad equilibri nuovi, assolutamente diversi e distanti dai precedenti.

Lo svezzamento. Anche questo è un passaggio in cui si cominciano a fare nuove esperienze: a mangiare cose nuove, diverse. Si crea un nuovo assetto fra il bambino e il mondo che lo circonda, a partire dal nuovo rapporto fra il bambino e la madre. La gamma dei cibi che possono essere ingoiati apre la porta a possibilità prima impensabili. Eppure, dopo lo svezzamento ci sono spesso depressioni, e lo svezzamento stesso risulta un processo quasi sempre faticoso e difficile, attraverso il quale vengono a perdersi modalità di rapporto che fino a quel momento non erano mai state messe in discussione. Si tratta di un nuovo inizio, ma anche della fine di un'epoca!

Il primo giorno di scuola. Cosa c'è di più evolutivo che entrare a far parte di un gruppo, incontrare persone nuove con cui giocare e studiare insieme? Si tratta certamente di una tappa fondamentale per lo sviluppo del bambino, ma quanta sofferenza e quanta paura nel lasciare la mano della mamma o del papà, e nel sentirsi abbandonati per così tante ore in un ambiente nuovo e sconosciuto!

Ed eccoci poi all'adolescenza, con il corpo che cambia e che ci fa confrontare con nuove pulsioni. E con una spinta fortissima a

GLI AUTORI

Mario Ardizzone

Psicologo e psicoterapeuta, dirigente psicologo presso il Dipartimento di Salute Mentale della ASL RM A, svolge attività didattica presso alcune scuole di specializzazione in psicoterapia.

Barbara Cordella

Psicologo, specialista in psicologia clinica, ricercatore presso la Facoltà di Medicina e Psicologia dell'Università "Sapienza" di Roma, docente presso la Scuola di Specializzazione in Psicologia della Salute della medesima Facoltà.

Rosario Di Sauro

Psicologo e psicoterapeuta, professore a contratto presso la Facoltà di Medicina dell'Università "Tor Vergata" di Roma, Presidente Ceripa Onlus.

Pier Giorgio Foglio Bonda

Psicologo e psicoterapeuta, è stato docente di tecniche proiettive, psicologia dello sviluppo e psicoterapia. Autore di numerose pubblicazioni nell'ambito della psicologia clinica e della psicoterapia, ha fondato la SIRPA e ha successivamente coordinato per molti anni le attività della SIRPIDI.

Massimo Grasso

Psicologo clinico e psicoterapeuta, professore ordinario di Psicologia Clinica presso la Facoltà di Medicina e Psicologia dell'Università "Sapienza" di Roma, co-editor della Rivista di Psicologia Clinica.

Angelo R. Pennella

Psicologo e psicoterapeuta, docente a contratto presso la Scuola di Specializzazione in Psicologia della Salute della Facoltà di Medicina e Psicologia dell'Università "Sapienza" di Roma.

Maria Pichi

Psicologo e psicoterapeuta, libero professionista, ha lavorato presso la Comunità Terapeutica “Reverie” e ha insegnato psicologia clinica presso l’Università di Tirana.

Massimo Scialpi

Psicologo e psicoterapeuta, professore a contratto presso la Facoltà di Medicina dell’Università “Tor Vergata” di Roma, direttore scientifico della Associazione Agorà.

Pietro Stampa

Psicologo clinico e psicoterapeuta, già professore a contratto presso l’Università di Chieti, vice-presidente dell’Ordine degli Psicologi del Lazio, co-editor della Rivista di Psicologia Clinica.

Luisa Zoppi

Psicologo, specialista in psicologia clinica, socio ordinario della Associazione Italiana Psicologia Analitica (AIPA), libero professionista.

