

La pena nella guarigione

Elena Caramazza, Roma

Da dove il privilegio che l'effetto dell'angoscia sembra godere su tutti gli altri, dato che esso solo richiama reazioni che si distaccano dalle altre come anomale e, che per la loro inadeguatezza, si contrappongono alla corrente della vita?
S. Freud, *Inibizione, sintomo e angoscia*.

Durante il mio lavoro analitico sono stata colpita dalla frequenza con la quale i pazienti rappresentano la loro sofferenza come una condizione, in cui la vita è ridotta o drasticamente coartata. Le immagini prodotte dai sogni e dalle fantasie si riferiscono a luoghi fisici angusti, segnati da confini difficilmente valicabili — quali, ad esempio, una prigione, un lager, una serra di vetro, un sotterraneo occupato dagli extraterrestri — oppure a qualcosa di più impalpabile, come un'atmosfera soffocante in cui si respira a malapena.

Il pensiero di un'eventuale liberazione non può essere ancora afferrato con un movimento interno di speranza. O, meglio, insieme alla speranza si deve prospettare sulla scena anche l'impotenza e la disperazione. La possibilità della salvezza è immediatamente contraddetta da una corrente contraria di impossibilità, tanto da assumere, a volte, la forma di una sentenza o di una condanna.

Si sarebbe portati a supporre che in queste situazioni ci sia un qualche genere di colpa da espiare e che sia addirittura la vita ad essere sentita come tale. La speranza, infatti, piuttosto che costituire un elemento di sollievo, è causa di un intenso disagio. Lo stesso luogo fisico visualizzato come « via d'uscita » è, più di ogni altro, investito dall'impressione della ristrettezza e della pericolosità: una specie di passaggio tra Scilla e Cariddi, in cui si può restare definitivamente schiacciati.

Durante una seduta un mio paziente affermava che non poteva mai prendersi qualcosa che fosse veramente suo senza poi pagare un terribile prezzo. Afferrando un posacenere, lo metteva al centro del tavolo ed esclamava: « Ecco, è come se questa fosse una porta ed io dovessi passare, ma al lato c'è un drago od una sfinge ed ho paura. Può darsi che le forze che mi impediscono l'ingresso siano troppo potenti per essere vinte, ma può darsi che sia io ad essere incapace di combatterle. Forse sarebbe più saggio rassegnarmi e convincermi che devo restare fuori della porta ». Un'altra paziente, ad uno dei primi incontri, mi portava un sogno dai contenuti ancora più cupi: si trovava in prigione condannata a morte, la madre era al suo lato e le diceva: « Vedrai sarà rapido ed indolore ». Nella strada passava un alto rappresentante del mondo politico, seguito da un corteo di gente. Lei pensava che questi avrebbe potuto concederle la grazia e tentava di gridare, ma la sua voce era troppo debole e non arrivava fino al corteo, che proseguiva senza averla notata. C'era però anche il dubbio che il personaggio importante l'avesse sentita e non si fosse degnato di voltarsi. Un clima di oppressione molto simile a quello vissuto dai miei pazienti è descritto da Kafka nel suo libro *// processo*. Nella dimensione ordinaria della vita di Josef K. — già angusta, perché regolata dalle sterili e monotone leggi dell'ambiente burocratico — irrompe improvvisamente una dimensione straordinaria: l'apertura di un processo a suo carico in seguito alla calunnia di anonimi. Questo processo, svolto da un tribunale misterioso, di cui non si conoscono ne

i rappresentanti ne la legge, condiziona ancora più drasticamente la vita di K., la accerchia, la penetra, la sconvolge e l'umilia, fino a sfociare nel tragico epilogo della condanna a morte.

Il problema di K. è delineato nella parabola raccontata dal sacerdote delle carceri e cioè quella di un uomo di campagna che resta tutta la vita seduto su uno sgabello accanto alla porta d'ingresso della città della Legge, aspettando che il guardiano gli consenta d'entrare. La città della Legge, da cui si intravede « un bagliore che riluce ininterrotto » (1), rappresenta probabilmente l'ulteriorità della vita, il suo evolvere in gradi di organizzazione e di qualità crescenti e, quindi, un po' come il centro motore di un processo trasformativo. Il dramma dell'uomo è, evidentemente, questo arresto di fronte ad un passaggio, questo ridursi in posizione di attesa, bloccato dalla paura e dal divieto.

(1) F. Kafka, *Il processo*, Traduzione di Primo Levi, Torino, Einaudi, 1983, p. 235.

La ristrettezza della vita sembra consistere, più che nel trovarsi confinati in un ambiente delimitato, nell'essere fuori da un flusso, estraniati dalla continuità degli eventi e dalla trama che lega le cose tra di loro.

Passato ed avvenire, dimensioni che confluiscono continuamente l'una nell'altra attraverso la memoria e il desiderio, costituiscono per Kafka come un cerchio che ci tiene inseriti nella corrente dei tempi. « (...) questo cerchio è nostro solo fintante che lo teniamo; se una volta ci spostiamo per qualche dimenticanza di noi stessi, per una distrazione, uno spavento, uno stupore, una stanchezza, ecco che lo abbiamo perduto nello spazio; (...) Siamo fuori della legge, nessuno lo sa, eppure ognuno ci tratta in tal senso » (2).

Di fatto, alcune persone sofferenti si sentono incapaci di costruire la propria storia in una successione di nessi significativi. Una catastrofe sempre incombente sembra minacciare ogni loro progetto e conquista. A volte si ha perfino la sensazione che ciò che è temuto venga come anticipato e provocato. Ad esempio, quando la relazione analitica inizia a far sentire i suoi effetti e certi sintomi scompaiono, od

(2) F. Kafka, *Confessioni e diari*, Milano, Mondadori, 1976, p. 134.

i comportamenti si modificano, può insorgere la riflessione: « Sì, sto meglio, ma non si può sapere perché; probabilmente è dovuto al caso, alla presenza di amici, a certe circostanze fortunate che, così come sono venute, allo stesso modo se ne andranno ». Nasce il sospetto che l'improvviso, l'inspiegabile, il casuale, siano invocati per neutralizzare un'altra e più fonda paura: quella suscitata dal costituirsi di un legame interumano. Su questa difficoltà dovranno concentrarsi tutti i nostri sforzi terapeutici perché è solo attraverso l'esperienza di un legame stabile e duraturo che le istanze intrapsichiche ed i tempi dell'esistenza vengono a loro volta legati.

L'impressione che si ricava è quella di trovarci di fronte a delle vite spezzate. Come dice Winnicott, follia significa: « un rompersi di qualunque cosa possa esistere al momento in cui ha luogo una personale continuità di esistenza » (3). Il sentimento angoscioso di « dover » ricominciare sempre tutto da capo sconfinava poi con la fantastica illusione di « poter » ricominciare sempre tutto da capo perché la fantasia di potenza si accompagna spesso alla disperazione. È probabile che il mantenimento di un sentimento di sé falso e grandioso sia il controaltare obbligato di un paralizzante senso di impotenza.

(3) D.W. Winnicott, *Gioco e realtà*, Roma, Armando, 1979, p. 168.

Nell'ambito delle situazioni che ho descritto non ha forse molto senso chiedersi se sia la realtà esterna ad essere crudele e persecutoria, o se sia l'io che è incapace di fronteggiarla. Se sia il mondo ad aver decretato un'ingiusta condanna o se la propria voce sia troppo fiavole per far sentire le sue ragioni. Se sia il passato a spiegare il presente o se il presente sia una risposta inadeguata al passato. Se, insomma, siamo stati condizionati dall'ambiente o dalla nostra costituzione innata.

Questo modo di interrogarsi è solo un'ulteriore trappola della ragione fatta apposta per rendere inautentica qualsiasi risposta e, soprattutto, per deprivarla di utilità rispetto agli interessi della vita. Il passato, infatti (con tutti i fattori che vi hanno operato:

famiglia, società, eccetera), si propone come dato irrimediabile, sottratto ormai alla sfera della libera

iniziativa, mentre il presente è gravato dalla pesante *ipoteca* della sfiducia in se stessi. La strada risulta sbarrata ai suoi due estremi. Una soluzione potrebbe essere quella di tradurre passato e presente nell'unica espressione di: « Ciò che è ancora operante come meccanismo mentale e che è in grado di informare la realtà ». In quest'ambito noi non siamo né totalmente passivi né totalmente attivi, né vittime innocenti né esclusivi responsabili, né spettatori impotenti della storia né operatori di miracoli, ma in una difficile via di mezzo, mediatori pazienti tra diverse forze in gioco. Si potrebbe addirittura vedere la malattia come un indebolimento od una caduta della nostra facoltà di relazione. La cosa certa è che ci troviamo di fronte ai due aspetti di un unico problema: un rapporto malato tra l'Io e la realtà, tra l'Io e il suo mondo interno. L'individuo ha subito come una cesura, che lo ha isolato e gli ha fatto perdere le connessioni sia con gli oggetti che col più vasto « se stesso » — ossia — con le fonti principali della sua nutrizione e del suo rinnovamento. Resta, inoltre, dominante una costellazione di impossibilità, in cui la situazione data è sentita come immutabile, nonostante la sofferenza che provoca. La condizione di vita ristretta viene avvertita come se fosse, ad un tempo, una colpa ed una pena.

Lo stato affettivo che mi sembra dominare in questo tipo di sofferenza è, dunque, oltre all'angoscia, legata all'aspettativa di un pericolo non individuabile, anche il sentimento di colpa. Del resto, per Freud il sentimento di colpa " non è che una diversa specie topica di angoscia » (4). Un'angoscia che « coincide perfettamente col timore suscitato dal super-io » (5).

Qui, il sentimento di colpa, compare come senso di indegnità e questo confermerebbe l'osservazione di Freud che certi tipi di malati avvertono il sentimento di colpa « unicamente come un disagio che li tormenta, una specie di angoscia che li prende impedendo loro di portare a compimento determinate azioni » (6). Questo sentimento, con altre, poi, diverse relazioni con la coscienza, compenetrandola di sé o

(4) S. Freud, « Il disagio della civiltà » (1929), in *Opere 1924-1929*, Torino, Boringhieri, 1978, p. 621.

(5) In particolare, l'angoscia deriverebbe dal confronto tra lo ed Es, mentre il senso di colpa dal confronto tra lo e Super-io. In entrambe le forme, l'angoscia ha sede nell'Io e non sarebbe tanto una conseguenza della rimozione, come appariva ad un primo esame, quanto piuttosto la sua causa.

(6) S. Freud, « Il disagio della civiltà », op. cit., p. 621.

rimanendo totalmente inconscio. Se è inconscio, viene proiettato ed appare sotto forma di persecuzione; se è presente e sentito, acquista tonalità che dipendono dall'atteggiamento dell'io. O, dunque, l'io si ritiene innocente e si vede attaccato da una realtà che gli è ingiustamente ostile ed, allora, la colpa è degli altri, o l'io si sente colpevole, ma non sa giustificare il suo sentimento di fronte a se stesso e si dibbatte per dimostrare la sua innocenza; o infine si sente colpevole e giudica il suo sentimento fondato, ma non sa quale sia la sua colpa e non sa configurarsela se non come un imprecisato senso di inferiorità. Ci troviamo nell'ambito di configurazioni patologiche che si avvicinano rispettivamente alla paranoia, alla nevrosi ossessiva e alla depressione. Il quadro clinico è determinato, oltre che dalla struttura della personalità, anche dall'entità della regressione.

(7) Parlo qui di coscienza della propria colpa in un senso diverso dal concetto Freudiano di « coscienza morale » che riguarda una coscienza parziale, legata unicamente al super-io, ossia « alla tensione tra l'io ed il super-io che si manifesta col bisogno di punizione ». (S. Freud, // *disagio della civiltà*, op. cit., p. 610). La coscienza morale sarebbe in realtà una forma di conoscenza più vicina all'inconscio che non alla coscienza. Intendo, invece, per coscienza quell'attività dell'io che, junghianamente intesa, è consapevolezza di sé stessi e riguarda l'intera personalità.

Ciò che in tutti i casi mi sembra sia andato perduto è la coscienza della propria colpa (7). Anche se, infatti, il sentimento della colpa è cosciente, non è tale il contenuto della colpa, ossia quell'azione o moto inferiore che l'io possa giudicare riprovevole e di cui si ritenga responsabile. D'altra parte, gli stati affettivi non sono a volte tutto ciò che ci rimane di una coscienza che si è ritirata dal contatto con un dolore insopportabile? Ai fini terapeutici il sentimento è, dunque, la preziosa traccia che può ricondurci fino agli eventi che lo hanno originato.

Con ciò siamo arrivati ad interrogarci su un problema antico quanto il mondo: Che cosa è la colpa? Perché il *Genesi* parla di una colpa originaria che avrebbe scatenato la realtà in cui viviamo? Vi sarebbe, poi, differenza tra la colpa commessa dal primo uomo e quella che ogni uomo, dopo di lui, ha commesso o potrà commettere?

Per quanto riguarda le situazioni della colpa, ossia la natura dell'atto con cui si diventa colpevoli, è chiaro che non si tratta necessariamente di un'azione, ma che può essere anche un affetto, una pulsione, una fantasia, ossia un movimento dell'anima. Anche per Freud, se all'origine è male tutto ciò per

cui si è minacciati della perdita di amore e, perciò, si avverte il sentimento di colpa solo se si commette un'azione che, una volta scoperta, può provocare la punizione dell'autorità, in un secondo momento, quando l'autorità viene interiorizzata nella istanza critica del Super-io, il sentimento di colpa nasce anche dall'intenzione di commettere il male, perché al Super-io, che è direttamente a contatto col mondo psichico interno, nulla si può nascondere (8). Dal timore che suscita l'autorità, si passerebbe al timore che suscita il Super-io.

(8) S. Freud, // *disagio della civiltà*, op. cit., pp. 611-615.

Questa legge del funzionamento mentale era già stata intuita dalle religioni. Cristo, ad esempio, ha sempre tenuto presente l'estensione della moralità dal comportamento all'interiorità: il male può risiedere non solo in ciò che si fa, ma anche in ciò che si concepisce nel proprio cuore. La radice del male va ricercata, dunque, proprio in quell'abbozzo di desiderio da cui scaturisce, poi, il pensiero, la parola, l'azione.

Bisognerà, ovviamente, distinguere tra la coscienza morale, intesa nell'accezione freudiana, e la moralità. Nella nevrosi può esservi una coscienza morale particolarmente rigida e intransigente, ma, se questo, rende l'individuo sommamente infelice, non lo aiuta certo ad essere più morale. La vera moralità comporta, invece, una progressiva revisione di quei criteri di giudizio sul bene e sul male che avevano dominato il mondo infantile ed ha, perciò, una connessione essenziale con la maturazione della coscienza.

Così, non sarebbe sbagliato affermare che il problema della colpa accompagna il processo di nascita e di formazione della coscienza e dell'Io.

Se guardassimo all'uomo unicamente dal punto di vista della sua natura istintuale, potremmo anche considerare la colpa come una condizione strutturale della stessa esistenza. « Peccaminosa è la situazione in cui ci troviamo e ciò indipendentemente da ogni colpa » (9). In questo caso, la colpa andrebbe intesa come possibilità di peccare, come disposizione innata ad orientarsi verso ciò che chiamiamo ma-

(9) F. Kafka, *Confessioni e diari*, op. cit., p. 801.

le. Questo, però, potrebbe riguardare l'uomo in quanto rappresentante della specie, ma non spiegherebbe lo stato ontologico della colpa, che presuppone sempre una responsabilità personale. Peccaminosa può essere la natura umana, ma solo l'individuo, in quanto destinato alla coscienza ed alla libertà, può porre sé stesso nell'hic et nunc della sua vita, in stato reale di colpa. Parlare di colpa non avrebbe, del resto, senso in un sistema dove non esistesse ancora un soggetto in grado di formulare giudizi etici: non ci verrebbe, ad esempio, in mente di ritenere i movimenti della crosta terrestre responsabili di un terremoto. La colpa inizia là dove c'è qualcuno che l'avverte. D'altra parte, le cose sono infinitamente più complesse di quanto non possiamo semplificarle a scopo descrittivo. La coscienza non emerge bruscamente dall'inconscio, ma lentamente, passando attraverso tutta una serie di stadi crepuscolari, quasi fosse, all'origine, una specie di " coscienza inconscia ». Perciò, quando parliamo di un Io che si sente colpevole, dovremo immaginarcelo più che come un Io cosciente, come un Io che è orientato verso la coscienza e che è già la sede degli affetti. (L'affetto, del resto, è l'impulso fondamentale che favorisce il dischiudersi della coscienza, così come è ciò che permane anche dopo la rimozione).

È, comunque, solo alla presenza dell'Io, che le polarità opposte del bene e del male possono essere enucleate dal seno di un'unica e medesima natura e che la contraddizione, legata all'ambivalenza delle pulsioni, può proporsi sotto forma di interrogazione e di dubbio. L'istanza dell'Io, infatti, anche quando è ancora fragile e rudimentale, rappresenta il primo centro indiviso della personalità a cui tutto può essere riferito: « Perché il giorno e la notte? Perché la luce e le tenebre? Dove il male non è nella notte o nelle tenebre ma in quell' e ' che, evidenziando il duplice aspetto dell'identico, genera l'inquietante »(10).

Nel momento, dunque, in cui l'Io riconosce come proprio il suo mondo istintuale e ne percepisce l'am-

(10) U. Galimberti, *La terra senza il male*, Milano, Feltrinelli, 1984, p. 163.

bivalenza, è investito dal sentimento della colpa, perché si vede costretto a rinunciare definitivamente al mito del buon selvaggio. Accanto alle possibilità di costruzione e di amore esistono, infatti, nell'uomo altrettante possibilità di distruzione e di odio. Tutto ciò che è stato creato può improvvisamente venire distrutto e, quanto più elaborate e perfette sono le creazioni, tanto più tragica è la loro rovina. Mai come oggi questo problema è scottante, perché l'uomo ha accumulato un potenziale distruttivo capace di disintegrare il mondo e sarà, in ultima analisi, la soluzione del conflitto etico a determinare il nostro futuro destino. Fronteggiare questa verità significa reggere una penosa afflizione ed un grave peso morale. « (...) il senso di colpa è l'espressione del conflitto di ambivalenza dell'eterna lotta tra l'Eros e la pulsione distruttiva o di morte» (11).

Potremmo considerare la distruttività e l'aggressività, che ne è figlia, come il vero contenuto della colpa, e la percezione di queste tendenze, ciò che origina il sentimento di colpa. « Se una tendenza pulsionale soggiace alla rimozione, le sue parti libidiche si trasformano in sintomi, le sue componenti aggressive in sentimento di colpa» (11).

(11) S. Freud, // *disagio della civiltà*, op. cit, p. 618.

Se l'uomo vuole *creare qualcosa*, deve *assumere, come propria responsabilità*, questa duplice possibilità di bene e di male della natura o, meglio, questa duplice possibilità che egli è ormai in grado di « giudicare » come bene e come male. Se, però, non tollera la sofferenza della sua consapevolezza, può essere tentato di tornare allo stato precedente dell'innocenza, che è anche ignoranza delle differenze tra bene e male. Sotto questo profilo, si potrebbe vedere la colpa come una forma di nostalgia per la pace dello stato indifferenziato e quindi, come la retrocessione da una coscienza già acquisita e la successiva caduta in uno stato di relativa inconscietà. Lo scopo dell'operazione sarebbe quello di sfuggire ad un'emozione insostenibile.

(12) *Ibidem*, p. 624.

Secondo Kafka, l'uomo, una volta acquisita la facoltà di distinguere il bene dal male, non avrebbe la forza di agire conformemente alla sua conoscenza e,

(13) F. Kafka, *Confessioni e diari*, op. cit., p. 802.

(14) *Ibidem*, p. 1134.

(15) *Ibidem*, p. 1089.

(16) *Ibidem*, p. 1097.

per paura che la conseguenza della sua inadeguatezza sia l'autodistruzione e la morte, « piuttosto preferisce annullare la sua conoscenza del bene e del male (il termine caduta, riferito al peccato originale allude a tale paura) ». Per questo, prosegue Kafka, « nascono le giustificazioni. Tutto il mondo visibile, anzi, non è forse altro che una giustificazione (...) Un tentativo di falsificare la realtà della conoscenza acquisita, di trasformarla in fine ancora da raggiungere » (13). Sempre in questa chiave di lettura, Kafka rappresenta la colpa anche come una forma di distrazione o come uno stato simile al sonno: « Peccato è tirarsi indietro dalla propria missione, fraintendere, essere impazienti, lasciar correre » (14). « (...) noi abbiamo la coscienza poco pulita e vorremmo sfuggirle addormentandoci con la maggior possibile rapidità » (15). Ed ancora: « Gli uomini diventano cattivi e colpevoli perché parlano e agiscono senza figurarsi l'effetto delle loro parole e delle loro azioni. Sono sonnambuli, non sono malvagi » (16). Anche Jung sostiene che la riattivazione di un complesso affettivo non integrato può causare un abbassamento del livello di coscienza tale da rendere l'individuo incapace di rendersi pienamente conto delle sue intenzioni e dei suoi atti. Nel corso delle sue esperienze sulle associazioni mentali, Jung lavora sul caso di una paziente che era piombata in una profonda depressione dopo la morte della figlia e, nello svolgere le indagini, scopre che questa morte coincideva con un desiderio inconscio della donna. La natura violenta dell'impulso e, soprattutto, il suo mancato riconoscimento l'avevano resa poco presente a se stessa, tanto da impedirle di evitare l'incidente che, poi, era risultato mortale per la bambina. Rivelando alla paziente la sua grave responsabilità, Jung, di fatto, ne ottiene il miglioramento. « L'alienazione l'aveva salvata dal carcere, e l'enorme peso con cui io caricavo la sua coscienza l'aveva salvata dall'alienazione, poiché, accettando il proprio peccato, si può vivere con esso, mentre il suo rifiuto trae con sé incalcolabili conseguenze » (17). Per Freud, la soddisfazione di un inconscio senso di

(17) C. G. Jung, *Los complejos y el inconciente*. Ed. Alianza Madrid, 1970,

colpa è uno dei più potenti fattori che determinano « la reazione terapeutica negativa », ossia: « Quell'insieme di forze che lottano contro la guarigione », inducendo il paziente « a non rinunciare al suo star male ». « È anche istruttivo constatare che, contro ogni teorizzazione ed aspettativa, una nevrosi che ha sfidato ogni sorta di sforzi terapeutici, può magari scomparire quando il soggetto incappa nella penosa situazione di un matrimonio infelice, o quando perde le proprie sostanze, o contrae una pericolosa malattia organica. In questi casi una forma di sofferenza è stata sostituita con un'altra, e vediamo che al soggetto importava unicamente poter conservare un certo grado di sofferenza » (18).

Parrebbe, dunque, che il malessere nevrotico, o l'urto con le disgrazie della vita, prendano il posto del dolore psichico che consegue alla coscienza della propria colpa, ossia al penoso ma costruttivo confronto fra l'Io e quel « dove », « come », « quando » e « perché » la colpa è stata esattamente riconosciuta. L'unico vantaggio di una sofferenza legata alla malattia, o alle conseguenze di un anonimo destino, è che in esse l'uomo può continuare a sentirsi innocente. Una sofferenza nobile, che opererebbe una trasformazione sul processo psichico, perché al servizio dell'Eros, viene barattata con una sofferenza che, unicamente funzionale a placare l'angoscia, risulta, poi, antieconomica per la vita.

Più che come un atto, la colpa andrebbe dunque concepita come un processo che si svolge per tappe successive: la comparsa della coscienza, la percezione dell'ambivalenza delle pulsioni, l'angoscia che segue tale percezione ed, infine, i meccanismi di difesa inventati per liquidare l'angoscia. Il processo della colpa sarebbe così sovrapponibile al processo con cui si diventa malati. Ma male e malattia non hanno forse la stessa radice etimologica? All'inverso dovremmo pensare che alla base della moralità e della disponibilità a guarire stia proprio la capacità di attraversare o riattraversare l'angoscia in modo tale da mantenersi in contatto con i contenuti psichici che vi sono sottesi, e da poterli elaborare fino

p. 48. Oppure: *L'homme a la decouverte de son Sme.*

(18) S. Freud, « Il problema del masochismo (1924), in *Opere 1924-1929*, op. cit., p. 12.

alla loro completa integrazione nel contesto della personalità.

L'angoscia, perciò, spingerebbe da un lato verso l'allargamento della coscienza, dall'altro verso la ricerca di punizione, artificio con cui il sentimento di colpa viene eluso attraverso un salto della coscienza, ossia attraverso una specie di corto-circuito psichico.

Ma diventare colpevoli attraverso una riduzione della propria conoscenza di sé è una contraddizione in termini, perché come può l'io ritenersi responsabile laddove non è né cosciente né libero? Se la colpa avvenisse per necessità non si potrebbe parlare di colpa, ma casomai, appunto, di destino, perché si collocherebbe nell'ambito di quelle leggi automatiche, proprie dei fenomeni naturali, che sono estranee alla sfera della libera decisione; se d'altra parte l'uomo fosse pienamente consapevole dei criteri che distinguono il bene dal male e libero nella sua scelta, come potrebbe non orientarsi verso il bene? Di fatto l'etimologia della parola cattivo deriva da *captivus* = prigioniero e fa supporre che l'adesione al male avvenga proprio in una zona di libertà vincolata. Dobbiamo dedurre che l'uomo sia al tempo stesso colpevole e non colpevole. Non è colpevole nella misura in cui è afferrato da processi che lo vedono passivo, oggetto di meccanismi che lo travalicano, non è però così innocente che non lo si possa in qualche misura considerare responsabile proprio di questa sua irresponsabilità.

È probabile che la comparsa del fenomeno della coscienza sia la conseguenza di grandi forze all'opera già all'interno del processo della vita. L'emergere di uno psichismo cosciente da quello inconscio avviene sotto la spinta di un'energia che l'io non ha inventato ma di cui è il destinatario e l'erede. È però intuibile che, nel momento in cui un complesso dell'io si è coagulato, almeno in stato di abbozzo, la coscienza diventa una sua attività e non può estendersi ed organizzarsi senza la sua volontaria adesione. Forse è proprio in questa adesione, o mancata adesione, che possiamo rintracciare la responsabilità

dell'io. Sotto il segno di una psicologia dell'angoscia
 defurto, la caccia è un'attività finalizzata alla storia
 passata e futura (20) e l'io è una parte che
 fugge e si sottrae alle leggi che presidono la sfera dell'
 inconscio, leggi che restano pressoché invariate in tutti i
 tempi (20). Da quel momento l'individuo perde gran parte
 delle sue capacità organizzative e progettuali e soggiace a
 tutta una serie di eventi che, a sua insaputa, e fuori del suo
 controllo, lo rendono sempre più schiavo. La coazione a
 ripetere che domina l'inconscio, arresta poi il rinnovamento
 inferiore, ma la mancanza del nuovo non significa
 mantenimento dell'ordine antico. La conservazione dello
 status quo, alla lunga, diventa inevitabilmente una forma di
 distruzione. D'altra parte, come afferma Freud, Io ed Es
 appartengono ad un'unica realtà e, nel compiere la rimozio-
 ne, l'io si rende responsabile della sorte subita dalle sue
 pulsioni, una volta sganciate dal rapporto con la coscienza.
 « L'io e la pulsione dell'es appartengono invero alla stessa
 organizzazione e non sono esistenze separate ... cosicché,
 ogni e qualsiasi atteggiamento dell'io non può non incidere
 sul processo pulsionale e modificarlo » (21).

W} Una mia paziente af-
 fermava di non poter per-
 donare ai suoi genitori di
 averla fatta nascere senza il
 suo consenso. Se gliè-
 avessero ch/esto, essa non
 Jo avrebbe accordato, *Nel
 momento però in cui una
 persona può porsi un simile
 problema, essa già esiste e
 non ha altra scelta che
 rifiutare la sua dedizione alla
 vita, restandone come
 spettatrice, o mettere
 attivamente il granello della
 sua esperienza individuale al
 servizio del destino del
 mondo. Il concepimento di un
 figlio è l'atto che congiunge le
 generazioni ed insieme come
 l'opera della speranza che
 tenta e ritenta l'esperimento
 della vita.*

(20) Il processo descritto da
 Freud come primario è, di
 fatto, relativamente svincolato
 dalla storia.

L'angoscia: malattia o guarigione?

La colpa avverrebbe, in definitiva, in uno stato di relativa
 mancanza di coscienza e libertà, non tale però che l'uomo
 non avrebbe in qualche modo potuto evitarla.
 Il luogo della colpa è, perciò, un luogo quanto mai ambiguo
 e paradossale, caratteristiche che sono proprie
 dell'angoscia, ossia di quello stato affettivo che, come
 abbiamo visto, sconfinava nel sentimento di colpa, ed
 accompagna l'intero processo della colpa, dalle sue
 premesse alle sue conseguenze.

(21) S. Freud, « Inibizione,
 sintomo e angoscia »
 (1925), op. cit., p. 293.

(22) S. Kierkegaard, *Il concetto
 dell'angoscia*, Firenze, Sanni,
 1942, p. 28.

(23) *Ibidem*, p. 28.

(24) *Ibidem*, p. 27.

(25) *Ibidem*, p. 102.

(26) S. Freud, *Inibizione, sintomo e angoscia*, *op. cit.*, p. 283.

amarla veramente perché la teme. Tipiche sarebbero inoltre le espressioni comunemente usate quando si parla di angoscia: « l'angoscia strana, l'angoscia timida, la dolce angoscia », oppure: « Angosciarsi di niente » (23). Per Kierkegaard, l'angoscia è l'emozione che segue una prima rudimentale percezione della differenza tra lo e non lo. Tale percezione avverrebbe come in uno stato di sogno, dove la differenza non è posta come nella veglia, ne sospesa come nel sonno, ma è « un niente vagamente accennato » (24). L'angoscia sarebbe, quindi, come l'atmosfera che avvolge il primo sogno dell'uomo sulla sua esistenza. In tale stadio, infatti, l'esistenza non è ancora stabilita definitivamente, ma si presenta come possibilità di essere e, sempre secondo Kierkegaard, l'angoscia è anche una conseguenza del rapporto tra l'individualità e la possibilità. Sotto questo profilo, la ricerca del vero e del bene potrebbero essere intese come l'aspetto conoscitivo e l'aspetto etico di un fenomeno, che dal punto di vista esistenziale, consisterebbe nella progressiva manifestazione del proprio essere al mondo. La libertà sarebbe allora proprio l'esercizio di un'attività che promuove il continuo passaggio dal non essere all'essere, dove il « non essere » non è « mancanza di essere » ma « non essere ancora ». La libertà risiederebbe, dunque, nella tensione dell'uomo verso l'espressione di sé, ossia verso il suo futuro. « Il possibile corrisponde perfettamente al futuro. Il possibile è per la libertà il futuro e il futuro, per il tempo, il possibile. A tutti e due corrisponde, nella vita individuale, l'angoscia » (25).

Secondo Freud, il prototipo dell'esperienza dell'angoscia è il processo della nascita: non perché, durante la nascita il feto percepisca il rischio di morire, (nella sua mente, infatti, non esiste « nulla che si avvicini neppure lontanamente alla conoscenza della possibilità di un esito letale »), ma perché avverte « un grandissimo disturbo nell'economia della sua libido narcisistica » (26). L'angoscia insorgerebbe, dunque, come conseguenza di un turbamento dell'equilibrio energetico dell'organismo; ma, se è

così, l'angoscia di fronte alla nascita è, in realtà, angoscia di fronte alla vita, perché la vita è proprio l'irruzione della discontinuità nella continuità. L'equilibrio della vita consiste nella progressiva correzione del disequilibrio provocato dalle due grosse spinte che, forse, operano già all'interno del progetto biologico: quella verso il cambiamento e quella verso la differenziazione. Il processo della nascita sarà, allora, il modello originario dell'angoscia solo perché rappresenta il fondamentale momento di ingresso nella vita e, si potrebbe aggiungere, il momento visibile in cui la vita viene incrociata dalla individualità. È comprensibile che l'angoscia, poi, si riproponga ogni qual volta le esigenze della vita chiedano un modifica dell'assetto psichico precedentemente raggiunto, forse la conquista di un nuovo punto di vista della coscienza, o di una diversa posizione dell'io.

L'angoscia è dunque veramente la porta stretta, l'angusto canale di passaggio che conduce, con un salto qualitativo, verso situazioni ancora inesplorate. Sulla sua soglia sembra che l'ambivalenza confonda gli oggetti della paura e l'uomo non sa dove risieda per lui il vero pericolo, perché il panico lo afferra in una duplice direzione: deve accettare la separazione, o permanere nell'identità inconscia con la madre e col mondo? Rischiare di amare, o conservare l'isolamento? Guardare all'orizzonte allargato del futuro, o a quello limitato del presente? Deve insomma temere l'essere o il niente? La possibilità o l'impossibilità? La libertà o la prigionia? Alla spiritualità orientale è noto che: « La morte non è da temere; in una parola, la morte non sta davanti a me, ma dietro di me. Quando sono nato mi sono avviato oltre la morte e più io vivo più mi allontano dal mio mortale non essere prima del tempo in cui io fui » (27).

Mi chiedo se la colpa, almeno sotto un certo aspetto e per quanto riguarda il suo moto originario, non stia proprio nell'orientarsi dell'io verso la non vita piuttosto che verso la vita, nello scegliere la chiusura piuttosto che la comunicazione di sé.

L'ambiguità dell'angoscia spiegherebbe così anche

(27) R. Panikkar, « La fine della storia: la triplice struttura della coscienza umana del tempo », *Quaderni di psicoterapia infantile*, n. 10, 1984, p. 43.

(28) S. Kierkegaard, // *concetto dell'angoscia*, op. cit., p. 57.

l'ambiguità della colpa, processo che si svolge, appunto, in situazioni a cavallo tra l'inconscietà e la coscienza. « Colui che diventa colpevole nell'angoscia lo diventa in modo quanto mai ambiguo. L'angoscia è uno svenimento femminile, nel quale la libertà viene meno; guardato dal punto di vista psicologico, il peccato avviene sempre nel deliquio » (28). Ritornando alla parabola di Kafka dell'uomo di fronte alla legge, in essa si ripropone l'immagine di una porta da varcare. L'angoscia, qui, si incarna nella figura del guardiano che proibisce il passaggio. Alla luce delle precedenti considerazioni, mi sembra che la città della Legge rappresenti, più che la vita, la possibilità della vita e, per questo, il guardiano, che appartiene alla legge della possibilità e perciò alla terra del futuro, non ha il potere d'autorizzare l'ingresso. Il futuro, infatti, non viene mai incontro dall'esterno se non è preparato prima nell'interiorità dell'uomo.

L'espressione del guardiano " non ora », ascoltata in senso dinamico, non costituisce un divieto, ma semplicemente un'indicazione da individuare e seguire. Guardato dal versante del presente il « non ora » è un « no », mentre guardato dal versante del futuro il « non era » è un « può darsi », perché il futuro prende corpo quando è anticipato nel moto della nostra aspirazione. Solo un futuro progettato, ossia « gettato davanti » a noi, si trasforma in presente. Nella sua ottusità l'uomo non comprende che la legge della vita, vista come legge universale, fuori dell'individuo, è un'illusione. La vita acquista realtà solo quando diventa la propria vita, la vita di cui si entra in possesso. Per questo, forse, il sacerdote delle carceri inizia il racconto dicendo a K.: « Ti illudi sul tribunale (...) negli scritti che preludono alla Legge, di questa illusione si dice così: (...) » (29). Quando, poi, alla fine della vita dell'uomo, il guardiano va a chiudere la porta dichiarando: « Questa entrata era riservata solo a tè » (30), vuole probabilmente intendere che il posto occupato nel mondo da ognuno di noi è insostituibile. Purtroppo K. non sa utilizzare la saggezza contenuta nel paradosso

(29) F. Kafka, // *processo*, op. cit., p. 233.

(30) *Ibidem*, p. 235.

della parabola: L'uomo può attraversare la porta della Legge solo se trasgredisce alla Legge, intendendo il trasgredire nel senso etimologico di un « transgredior », di un « procedo oltre », perché è solo entrando nella vita che egli trasforma la legge astratta della « possibilità di vivere » in un vivere concreto, ossia nel suo personale esistere.

L'aspetto tragico di questo passaggio è che esso avviene nella solitudine, dal momento che nessuno può risolvere l'enigma dell'identità di un altro. Qui urtiamo contro il più doloroso limite di tutti gli aiuti umani. Per quanto grande sia la nostra sollecitudine verso la sofferenza e la nostra dedizione a curare, possiamo accompagnare la persona solo fino alla soglia della sua libera decisione. Il passo ulteriore verso l'individuazione prescinde, almeno in larga misura, dalla nostra empatia.

Ad un lato dell'angoscia, troviamo una vita in espansione, anche se bisogna affrontare il rischio dell'ignoto, all'altro lato, una vita ristretta, apparentemente sicura, ma che in realtà è una condanna all'eterna attesa. « Noi siamo peccatori non soltanto per aver assaggiato l'albero della scienza, ma anche per non aver ancora assaggiato l'albero della vita» (31), afferma Kafka nei *Diari*. La nostra colpa non è quindi solo nel « già », ma anche nel « non ancora », non solo in ciò che eventualmente è accaduto, ma anche in ciò che non riusciamo a fare accadere.

Questo getta forse qualche luce sulla natura di quella colpa sentita come imperdonabile, tanto da giustificare una condanna senza appello. L'imperdonabile sarebbe come una morsa che afferra, al tempo stesso, passato e futuro, e riguarderebbe il fatto commesso solo se accompagnato dall'atteggiamento che preclude il perdono. Siamo nella logica spietata della resa dei conti, in cui il « dopo » è una stretta conseguenza del « prima », e non vi è spazio per il gratuito. « Se mangerai di questo frutto, morirai » dice la legge. D'altra parte, anche la legge morale più perfetta del mondo tradirebbe il suo scopo nel momento in cui si rendesse incompatibile con la vita, perché la vita è il fine ultimo della legge stessa.

(31) F. Kafka, *Confessioni e diari*, op. cit., p. 801.

Per essere veramente morali, dovremo dunque soffrire la dolorosa lacerazione di non poter più venir meno, ne al sentimento della giustizia, ne al nostro amore.

La colpa di Joseph K. era quella di essere un morto in vita perché, ne il quotidiano, ne l'evento eccezionale del processo, potevano portare nulla di nuovo. Da una parte, infatti, vi era solo la ripetizione del noto, dall'altra, la rivelazione di qualcosa che era già accaduto in precedenza, come un lampo che illumina un abisso, senza però che la luce improvvisa serva per cambiare rotta, ma solo per dimostrare che caderci dentro è inevitabile.

Sotto questa chiave di lettura, potremmo anche dire che una colpa imperdonabile sussisterebbe solo là dove ci fosse una coincidenza assoluta tra il pensabile e il reale, tra il possibile e il futuro. In altre parole, la colpa imperdonabile è un'illusione.

La difficoltà e la sofferenza di attuare un progetto per il futuro sta nel fatto che, gettare « davanti » a sé ciò che si concepisce nel desiderio, significa anche gettarlo « fuori » di sé e quindi rinunciare a possederlo totalmente. Una mia paziente mi diceva:

« Per tanti anni ho scambiato i desideri con i sogni e, così, sono rimasta inattiva. I desideri, infatti, si cerca di realizzarli, almeno in parte, i sogni, invece, sono al di là del possibile ». La realtà ha sempre qualcosa di diverso dalle nostre immaginazioni e, solo accettando la perdita di una perfezione ideale, ci si determina come esistenti. Il limite e la fine costituiscono lo sfondo spaziale e temporale della nostra vita, così come la condizione del suo inizio.

Come analisti sarà molto importante non colludere coi pazienti e, quindi, ricordarci sempre che, se non esistono dei colpevoli senza perdono, alcune persone non possono fare a meno di sentirsi tali. Si vive di false immagini solo quando il contatto col vero se stesso è così esiguo ed inconsistente che non permette di sopportare il lutto delle proprie illusioni. Poiché ai fini terapeutici il moralismo non paga, non avremo a volte altra scelta che seguire la pista delle illusioni, senza ovviamente scambiarle

per verità, perché esse ne sono solo un surrogato, ma assumendole come similitudini che, lentamente e gradualmente, possono ricondurci ad essa.

Se, in ultima analisi, diventare colpevoli nell'angoscia coincide col diventare malati, dovremo aspettarci che la paura della vita si riproponga puntualmente sotto forma di paura della guarigione. Passare dalla malattia alla salute significa, infatti, riattivare l'angoscia, con la sua polarità di possibilità-impossibilità. Mentre, dunque, il costo della malattia è la coartazione della vita, il costo della guarigione è la tolleranza del dolore mentale. Ripercorrendo il cammino dell'angoscia, si partirebbe dal sentimento di colpa e si arriverebbe fino al sentimento del dolore, che possiamo considerare come il vero nucleo della responsabilità umana. Parlando con una mia paziente sul dubbio che mi aveva espresso circa l'opportunità di continuare l'analisi, arrivammo fino a quello che lei definì « paura di guarire », perché guarire avrebbe significato « vedere quello che c'era dentro di lei » e, così, non avrebbe più potuto raggiungere una felicità spensierata. Inoltre avrebbe forse dovuto riesaminare tutti i suoi rapporti. Di fronte a tale prospettiva erano quasi preferibili i precedenti sintomi di tipo fobico, accompagnati da violenti attacchi di panico. La richiesta all'analista era, in fondo, quella di ottenere una guarigione attraverso un mezzo onnipotente, al riparo dalla sofferenza del sapere. Come osserva Jung: « Spesso dietro la nevrosi si nasconde tutto il dolore naturale e necessario che non siamo disposti a tollerare » (...) " lo scopo principale della psicoterapia non è quello di portare il paziente ad un impossibile stato di felicità, bensì di insegnargli a raggiungere stabilità e pazienza filosofica nel sopportare il dolore » (32).

Ogni analisi rappresenta un'occasione di crescita ed insieme una sfida. Noi non potremmo confermare il paziente in un'illusoria onnipotenza con un'altrettanto illusoria onnipotenza di terapeuti, perché questo significherebbe fraintendere le sue più vere esigenze. Potremo solo ripercorrere insieme a lui ciò che non si compie mai una volta per tutte: il sacrificio

(32) C. G. Jung, « Psicoterapia e concezione del mondo » (1943), in *Pratica della psicoterapia. Opere*, vol. 16, Torino, Boringhieri, 1981, p. 92.

della totalità immaginata come originaria. Essere analisti o pazienti, di fronte al processo della guarigione che ci impegna tutti come uomini, è forse solo una questione di grado della coscienza raggiunta e di solidità degli itinerari praticati.

Se veramente esiste una sofferenza che accresce, rispetto ad una che depaupera, credo che la sua qualità peculiare stia nel coraggio di reggere l'angoscia il tempo necessario alla nascita della speranza. Angoscia e speranza sono, a mio avviso, due stati d'animo che si trovano sulla stessa lunghezza d'onda, anche se tra di essi vi è uno scarto significativo. Entrambi, infatti, provocano sofferenza, ma, mentre l'angoscia, con la sua drastica alternativa tra « potere tutto » o « non potere niente », lascia sempre l'uomo sull'orlo di una paralisi, la speranza scatena il movimento, perché è proprio la dimensione in cui l'impossibile è sopportato ed il possibile è perseguito. La sofferenza causata dalla speranza non è immediatamente evidente, ma in realtà, sperare è molto difficile, perché significa saper contenere l'incertezza.

Solo, dunque, un'angoscia che non riesce ad accedere alla speranza determinerebbe la costruzione dei meccanismi di difesa che ostacolano il progredire. Come suggerisce anche l'immagine del luogo di passaggio tra Scilla e Cariddi, la speranza porta sempre con sé una nuova forma di tensione, da una parte col suo pesante carico di dubbi e di rischi; dall'altra con la luce della sua promessa. Credo che la liberazione non si raggiunga, né al di qua, né al di là del passaggio, ma solo al suo interno, restando fino in fondo sotto il giogo del paradosso. Solo così, forse, la sofferenza apparentemente assurda dell'essere « tesi tra » due poli, si trasforma nella sofferenza finalizzata dell'esser « protesi verso » la vita e la guarigione.