

La sofferenza muta

Arrigo Rossi, Pisa

Quando ci si propone di riflettere sugli aspetti di sofferenza nella vita si corre il rischio di perdere l'orizzonte, tanto numerose sono le sfaccettature di una tale esperienza.

Per cercare di evitare questo rischio è opportuno limitare il campo di osservazione. Innanzitutto quanto segue si riferisce alla sofferenza psichica; è evidente che anche l'aggiunta dell'aggettivo ' psichica ' lascia davanti agli occhi un campo troppo vasto. Per questo tra i numerosi aspetti della sofferenza psichica vorrei sceglierne uno: quello della sofferenza che deriva all'lo dalla percezione di un contenuto psichico che gli risulta fondamentalmente incomprensibile. Nel tentativo di spiegarmi meglio, mi è utile ricorrere ad un'immagine. Ciò di cui voglio parlare si può rappresentare come una corda che vibra nel vuoto, in assenza di aria: non fa alcun suono, alcun rumore. Per poter udire c'è bisogno di un mezzo di trasmissione, l'aria, che permetta di tradurre le vibrazioni in qualche cosa di percepibile dall'orecchio umano. Esistono nella vita dei momenti di sofferenza che sono determinati dalla presenza di certi contenuti psichici (vibrazioni della corda) e che hanno una ri-

sonanza psichica (un mezzo di trasmissione) il che permette all'io di percepirne le caratteristiche principali (udire il suono): intensità, contenuti, cause, eccetera (per fare un esempio, il dolore che deriva dalla perdita di una persona cara rientra, in genere, in questo tipo di sofferenza).

Ma ci sono anche altri momenti difficili in cui si vede vibrare la corda ma non si ode alcun suono;

è come se mancasse il mezzo di propagazione delle vibrazioni, eppure la corda è lì che vibra, attrae e disturba lo sguardo (fino, a volte, a distoglierlo da qualsiasi altro oggetto). È di questi ultimi che voglio occuparmi. È lo star male fino a sentire la vita come tragedia, come quando sfugge il senso della vita o si avverte una mancanza, dalla semplice noia quotidiana alla noia mortale della depressione endogena in cui la vita umana precipita ad un livello quasi vegetale, dove quel che conta sono, ormai, prevalentemente, dei processi chimici; o come quando, al posto di una mancanza, l'io avverte una presenza non digeribile, una presenza muta, con la quale non riesce ad intrecciare un dialogo: dalla semplice superstizione all'inquietante sogno incompreso, fino alla tragica esperienza di presenze schiaccianti sotto forma di voci, apparizioni, complotti, eccetera.

In altre parole vorrei focalizzare l'attenzione su un aspetto particolare di ciò che la psichiatria chiama ' sintomo psicopatologico ' (qualunque esso sia): sulla sua possibile, più o meno profonda, mancanza di senso per la coscienza; mancanza che viene avvertita principalmente dalla persona sofferente ma anche, soprattutto per quanto riguarda i sintomi più gravi, quali quelli specifici delle psicosi, da chi intende avvicinarsi alla sofferenza altrui con intenzioni psicoterapeutiche.

Credo di poter dire che ciò cui intendo riferirmi usando i termini ' sofferenza muta ' sia analogo a quanto Kierkegaard esprime con il termine ' malinconia '. Mi sembra infatti che Kierkegaard usi questo termine attribuendogli un significato molto più ampio di quello attribuitogli dal linguaggio psicopatologico. Se

questo è vero trovo che il seguente passo chiarisca l'argomento: « Vi è qualcosa di inspiegabile nella malinconia. Chi ha dolori e preoccupazioni sa perché è triste e preoccupato. Se si domanda ad un malinconico quale ragione egli abbia per essere così, cosa gli pesa, risponderà che non lo sa, che non lo può spiegare. In questo consiste lo sconfinato orizzonte della malinconia » (1).

(1) S. Kierkegaard, *Aut-Aut*, Milano, Oscar Mondadori, 1984, pp. 65-66.

Come psichiatra mi trovo quotidianamente di fronte a persone cui manca una tale risposta e posso osservarne le dolorose conseguenze. Anche nello studio dello psicoterapeuta tuttavia spesso è presente, almeno implicitamente, questa domanda (qual è la ragione per cui si prova una data sofferenza?) e si avverte quanto meno la difficoltà di fornire una risposta.

D'altra parte non possiamo disconoscere che la sofferenza psichica, pur in questo suo aspetto ' muto ', può anche divenire uno stimolo alla progressione psicologica di un individuo: la « (...) mancanza interiore, che può realmente divenire la causa del progressivo isolamento di un individuo, fino all'autodistruzione, è paradossalmente anche una fonte dalla quale scaturisce la forza propulsiva che spinge verso il mondo e reclama la relazione con l'altro; è questo stato di necessità che ci fa poi intraprendere la ricerca del tragitto individuale — quello che Jung chiama l'archetipo della via — lungo il quale poter esprimere la nostra peculiare dimensione umana » (2). Dunque una mancanza interiore che può isolare e distruggere o, al contrario, stimolare il progresso. A questo punto si impone la domanda: in che cosa consiste la differenza, qual è il processo psicologico che rende conto di una situazione così contraddittoria, una sofferenza accompagnata da una paralisi (più o meno ampia) della vita psichica ed una sofferenza accompagnata da un movimento psichico? Una prima risposta: la differenza consiste nella capacità o meno della coscienza di dare una spiegazione alla sofferenza. Questo tipo di risposta, a mio parere, è alla base di ciò che spesso succede nella pratica clinica quando si vuole fornire una interpre-

(2) A. Carotenuto, *L'autunno della coscienza*, Torino, Boringhieri, 1985, p. 11.

tazione psicomotiva del caso e magari la si propone all'interessato (una sorta di psicoterapia a buon mercato). Difficilmente questo tipo di spiegazione della sofferenza ha un qualche effetto di promozione di una progressione psicologica; il suggerire una spiegazione preconfezionata, suggestionare, spesso non funziona. Riprendendo la metafora iniziale, direi che in questo caso è come se si immergesse la famosa corda in vibrazione nell'acqua: rispetto al vuoto si offre, è vero, un mezzo di trasmissione delle vibrazioni, ma le onde propagate dall'acqua sono ugualmente difficili da percepire da parte dell'orecchio umano.

D'altra parte bisogna ammettere che, almeno in qualche caso, anche questa spiegazione suggestiva induce un movimento psichico. Jung risolve questa contraddizione facendo notare che « una suggestione accolta durevolmente corrisponde sempre ad una forte predisposizione psicologica, che la suggestione ha semplicemente fatto scattare » (3).

Queste considerazioni sulla suggestione ci permettono di rettificare la risposta alla domanda posta prima: non è tanto la capacità di fornire ' una ' spiegazione della sofferenza, quanto la capacità di fornirne una che corrisponda il più possibile alla ' forte predisposizione psicologica ' che rende conto della differenza.

A questo punto occorre fare un ulteriore sforzo per tentare di chiarire quali sono i presupposti psichici impliciti in tale affermazione.

Serviamoci ancora di Kierkegaard, sempre a proposito della malinconia: « Cos'è dunque la malinconia? È l'isterismo dello spirito. Giunge un momento nella vita dell'uomo in cui l'immediatezza diviene quasi matura ed in cui lo spirito esige una forma superiore nella quale afferrare se stesso come spirito. Come spirito immediato l'uomo è una cosa sola con tutta la vita terrena, e lo spirito si vuol quasi raccogliere fuori da questa dispersione, e trasfigurarsi in se stesso: la personalità vuol diventare cosciente di sé nel suo eterno valore. Se questo non accade, se il movimento si ferma e viene represso, subentra

(3) C. G. Jung, « La funzione trascendente » (1957-1958), in *La dinamica dell'inconscio, Opere*, voi. 8, Torino, Boringhieri, 1976,

(4) S. Kierkegaard, *Aut-Aut*, op. cit., p. 65.

la malinconia » (4). Sembra che Kierkegaard faccia una constatazione che, proprio perché tale, non ha bisogno di altre spiegazioni: ' la personalità vuoi diventare cosciente di sé nel suo eterno valore ', esiste una volontà di coscienza il cui soggetto è una personalità che evidentemente trascende di molto il ristretto ambito della coscienza.

Veniamo ai nostri giorni e all'ambito culturale della psicologia analitica. Ho cercato di raccogliere alcune affermazioni che, mi sembra, chiariscono il problema. Tra le altre ne riporto alcune: " Il tentativo junghiano di trovare una risposta agli interrogativi che la realtà della sofferenza ci pone va visto in questa luce. La sofferenza ha forza di interrogazione, di dubbio, di valutazione, di risveglio (...) È la sofferenza dunque, e forse in modo privilegiato, che mette sulla via del risveglio. Dicendo ' la via del risveglio ' voglio indicare, in altri termini, quel processo di graduale e più o meno chiara percezione di una pulsione specifica dell'uomo, che può definirsi come il desiderio fondamentale e irriducibile di giungere ad una realizzazione *cosciente* della nostra propria esistenza. (...) Jung continua a riconoscere in questa pulsione di risveglio, in questo bisogno di comprendere ciò che l'esperienza ci impone irresistibilmente, la fonte dei nostri interrogativi circa il senso della sofferenza e dello scandalo che essa costituisce per la creatura che la subisce » (5).

Non si parla più di personalità che vuoi diventare cosciente di sé ma di una ' pulsione specifica dell'uomo ', di un desiderio fondamentale e irriducibile di giungere ad una realizzazione cosciente della nostra propria esistenza: ancora una constatazione non suscettibile di ulteriore spiegazione.

(5) L. Aurigemma, « La sofferenza e il male nella prospettiva junghiana », in *Rivista di Psicologia Analitica*, 31/85, pp. 152-153.

Ecco un altro brano: " Accanto ai bisogni essenziali (fame, sete, sessualità, eccetera) comuni all'uomo e alle altre specie animali, c'è n'è uno, a mio parere fondamentale, che caratterizza il processo di umanizzazione. (...) Vorrei parlare di *istinto creativo*. (...) Per creatività intendo, in un senso molto generale, quell'atteggiamento che consente all'individuo di inserire i cosiddetti dati reali in un sistema di nessi e re-

lazioni che conferiscono a quei dati un significato del tutto diverso dall'evidenza immediata » (6). « (...) si è costretti a prendere atto di una nuova condizione di sofferenza (...) che può essere definita come paura di essere creativi oppure, come già detto, rimozione della creatività » (7).

Un'ultima citazione tratta da un articolo in cui l'Autore si occupa della terapia delle psicosi. Da un punto di vista psicologico un momento cruciale di una tale terapia sarebbe l'esperienza del fondamento che « (...) consiste nello scoprire che la vita ha un senso, cioè che la tensione vitale ha una ragione, che l'amore ha un dio che sollecita in modo adeguato l'amore stesso, che la ricerca della propria verità ha una motivazione reale e cioè il diritto all'esistenza, e che il cammino dell'uomo ha un fondamento solido » (8).

Abbiamo visto: personalità trascendente con una sua volontà di coscienza, pulsione specifica dell'uomo di giungere ad una realizzazione cosciente della propria esistenza, istinto creativo ed infine diritto all'esistenza come motivazione della ricerca della propria verità. Mi sembra che si possa sottolineare il ricorso comune, da parte degli Autori citati, ad una *originaria* tendenza della psiche a divenire cosciente. Solo tenendo fermamente presente questo la coscienza può trovare il modo di mettere o rimettere in moto un processo psicologico: non è arrogandosi il diritto di attribuire un significato che la coscienza può trasformare una sofferenza muta e paralizzante in una mancanza fondante. Al contrario è solo accettando umilmente il fatto che non per sua volontà, ma per effetto di forze che la trascendono si trova, suo malgrado, di fronte a fatti psichici nuovi (' vibrazioni ') che premono per essere presi in considerazione, che la coscienza può entrare in contatto con il nuovo, lo sconosciuto ed in questo modo iniziare un processo ' conoscitivo ' che può portare a scoprire il senso nascosto dietro una sofferenza muta. Solo in questo modo sono poste le premesse per fornire alle vibrazioni un mezzo di trasmissione adeguato che le renda percepibili ed è possibile ascoltare il suono della

(6) A. Carotenuto, « Nevrosi, processo creativo e potere sull'altro », in *Rivista di Psicologia Analitica*, 27/83, p. 62.

(7) A. Carotenuto, *Ibidem*, p. 67.

(8) C. Gullotta, « Desimbolizzazione e riorganizzazione del simbolo nella psicoterapia della schizofrenia », in *Rivista di Psicologia Analitica*, 27/83, p. 43.

sofferenza. È a partire da questa accettazione che può nascere effettivamente quel contrasto di posizioni carico di una tensione che « produce qualcosa di vivo, un terzo elemento che non è affetto, usando l'assioma *tertium non datur*, un aborto logico, ma è invece una progressione che nasce dalla sospensione dell'antitesi, una nascita viva che introduce un nuovo grado dell'essere, una nuova situazione » (9).

(9) C. G. Jung, « La funzione trascendente », op. cit., p. 117.

Può forse essere utile, per concludere, aggiungere, a titolo esemplificativo, una breve descrizione di un'esperienza psicologica di una persona, così come l'ho potuta cogliere nel rapporto psicoterapeutico. Si tratta di un giovane laureando in Fisica, intelligente e studioso, che si è rivolto a me qualche mese fa per l'aggravarsi di uno stato di insicurezza e di ansia insorto circa tre anni prima: metteva in discussione il suo reale interesse per gli studi che stava compiendo, non sapeva se dedicarsi interamente alla madre, prendere cioè il posto del padre (morto due anni fa) sacrificando completamente la sua vita individuale; la conoscenza di persone nuove gli creava uno stato di ansia profondo con spiacevoli manifestazioni somatiche, eccetera. Allora mi diede l'impressione di avere un Io lucido e ben funzionante, ma smarrito lontano dal resto della propria psiche, senza punti di riferimento validi. Lo sollecitai a cercare di ricordare qualche sogno, era restio: usualmente ' non sognava ', i suoi sogni erano sbiaditi, in bianco e nero. Con sua grande sorpresa comparvero immagini oniriche coloratissime, piene di movimento. Si è soffermato a riflettere su queste immagini e sulle relative associazioni; un'attenzione che dura, a tutt'oggi, da troppo poco tempo perché possa permettere una chiara presa di coscienza di contenuti psichici ben delineati, eppure è stata sufficiente per fare una scoperta fantastica e rasserenante: non era più angosciosamente solo a dover decidere cose più grandi di lui, c'era tutto un mondo interiore, fino ad allora misconosciuto, pieno di una

vita che lo trascende di molto; si è sentito un umile rampollo di una pianta dalle radici profonde.

D'ora in poi si trattava di imparare a servire questa pianta, assecondarne la crescita, non di andare in giro per il mondo cercando qualcosa cui aggrapparsi per mettere radici. È solo all'inizio, ma ha saputo mettersi nella giusta posizione per ascoltare, ha creato l'atmosfera adatta a trasmettere le vibrazioni della corda, forse comincerà ad udire il suono e a conoscere le note, quelle piacevoli e quelle spiacevoli, ma, tutte, portatrici di significato.