

# Il senso dell'attesa

*Saverio Parise, Roma*

Un'antica concezione filosofica identifica il tempo col movimento, con la nozione, cioè, che considera il rapporto fra gli oggetti fisici sotto il profilo della loro reciproca collocazione nello spazio, nel suo eventuale variare. Su tale nozione si fonda la possibilità di misurare il tempo, realizzata frazionando in segmenti uguali il percorso di un moto periodico (per esempio, il movimento della terra intorno al sole). La concezione fisica del tempo può tuttavia non corrispondere alla temporalità psicologica, che si riferisce alla percezione soggettiva della durata di un'esperienza.

Infatti, mentre il tempo cronologico verifica un rapporto esistente fra oggetti non psichici, il vissuto della durata scaturisce da una relazione fra oggetti mentali. Ciò che comunemente si dice riguardo alla soggettività della durata di un'esperienza, ne fa dipendere le variazioni del maggiore o minore piacere (o dispiacere) che essa comporta.

Così, un'occupazione noiosa e, quasi per definizione, interminabile, mentre, come tutti sanno, i momenti felici corrono via fin troppo velocemente. Tuttavia, la sensazione della durata di un avvenimento non potrebbe derivare dal piacere o dal dolore che lo accompagnano se ciascuna di queste qualità fosse concepita come un'entità assoluta, irrelata con il suo contrario. In effetti non è così, perchè piacere e dolore sono opposti dialettici. Essi tro-

vano ben rappresentato il loro rapporto nella classica immagine dello Yin e dello Yang: in ciascuna delle due condizioni è già presente il germe della sua trasformazione nel contrario. In un'ottica simile, Freud arrivò ad affermare che non esiste una ricerca attiva del piacere in se stesso, quanto piuttosto una continua «fuga» dal dispiacere. La metafora della «fuga» inserisce l'idea del movimento fisico nell'ambito psicologico e si riferisce ad un meccanismo di regolazione automatica che ha un valore fondamentale nella vita psichica. Tale dinamismo costituisce un punto di riferimento per approfondire i fenomeni della temporalità psicologica. Così, il vissuto soggettivo della durata diventa (semplicemente) l'attesa della fine di un dispiacere: tanto più frustrante è il momento che si vive, tanto più lunga è l'attesa della sua fine. Al contrario, il tempo sembra fermarsi nell'attimo in cui il desiderio trova il suo oggetto - il poeta davvero vorrebbe fermarlo. Infatti, come si dirà meglio in seguito, l'espedito forse più praticato per «ingannare» il tempo, è quello di non dargli il senso di un'attesa. Spesso nel linguaggio corrente si parla di «ammazzare» il tempo, per indicare una qualunque attività intrapresa al fine di eludere la noia. Chi è assorto in un compito che cattura la sua attenzione perde la consapevolezza del passare del tempo. Una nota distinzione, già operata da Marsilio Ficino, individua due specie di malinconia, una buona e una dannosa: mentre quest'ultima è una condizione passiva e morbosa dello spirito, la prima è vista essenzialmente come contemplazione creativa - *Yotium* dei latini. Nella celebre incisione dal titolo «Melanconia», Albrecht Dürer potrebbe aver voluto rappresentare tale «depressione creativa». Una figura-Anima immersa in filosofico raccoglimento domina la composizione, circondata da simboli di varie arti e discipline e sovrastata da una grande clessidra: quasi a sottolineare che il versante negativo di quell'intensa ricerca spirituale è la noia. La parola «noia» etimologicamente deriva dal latino *odium*, ma esprime uno stato d'animo molto diverso dall'odio. Chi odia in realtà non si annoia: al contrario, egli vive un sentimento fortemente orientato verso un oggetto che dà un senso profondo alla sua esperienza. La noia invece rappresen-

ta una condizione in cui manca l'oggetto, o in cui l'odio è diretto verso un oggetto-se prodotto dalla mancanza. L'assenza dell'oggetto domina il campo della noia, annette questo stato d'animo all'ambito della malinconia e gli conferisce il senso della ricerca di una nuova presenza. La particolare condizione emotiva dell'attesa e sempre stata oggetto di grande interesse da parte degli studiosi. Victor Frankl noto, per esempio, che spesso la manifestazione di un sintomo nevrotico è determinata dall'attesa ansiosa del suo prodursi. Il meccanismo è più evidente quando il sintomo interferisce con una funzione che dovrebbe essere naturale e spontanea come per esempio avviene nei disturbi della sessualità, o anche nei disturbi del sonno. Nel caso dell'insonnia, la paura di non «nuscire» a dormire può produrre uno stato d'animo vigile che ostacola il sonno, instaurando un diabolico circolo vizioso: la paura determina l'avverarsi di ciò che si teme; la realizzazione di ciò che si teme continua ad aumentare la paura. Il circolo vizioso si può interrompere dall'interno mediante una suggestione, la cosiddetta intenzione paradossale: se cioè il soggetto, nella situazione in cui cade preda dell'ansia d'attesa, impara a volere proprio l'evento temuto. In tal caso l'ansia, sciogliendosi, cessa di ostacolare il prodursi dell'evento, che quindi può realizzarsi. Alcune moderne psicoterapie direttive fanno ampio uso del principio enunciato, che sta alla base della tecnica denominata, appunto, prescrizione paradossale del sintomo. L'esperienza del buon esito di questo artificio terapeutico può essere una via d'accesso alla consapevolezza della connessione esistente fra stati emotivi e contenuti mentali. Viene instaurato un rapporto con gli oggetti interni e con le loro trasformazioni. Perciò, il valore della esperienza va oltre il suo significato strettamente adattivo, pure importante, per collocarsi in un ambito più vasto, attinente alle capacità del soggetto di elaborare le situazioni frustranti. Come è stato osservato trattando il tema della «noia», nel momento della frustrazione, segnato dal dolore per lo smacco subito e dalla paura del suo riprodursi, il lungo tempo dell'ansia significa anche la ricerca di un nuovo senso. Il tempo psicologico, allora, diventa la percezione interna

di un lavoro che, in quanto dotato di un valore strutturante, lascia un segno profondo nella personalità. Lo psichiatra giapponese Tomio Hirai, nell'esemplificare il principio per cui «la mente umana, se si concentra, può trovare motivo di interesse e di fascino pressochè in tutto» (1), racconta un semplice aneddoto: un certo signore doveva compiere un lungo percorso in treno per recarsi ad una importante conferenza. «Sfortunatamente, però, il treno su cui salì era in ritardo, a causa di un guasto. Incapace di fare alcunché per occupare il tempo, è irritato perchè a quel punto avrebbe ormai perso la conferenza per intero, sedeva cupo guardando fuori dal finestrino. All'improvviso, però, qualche cosa di un brillante, incredibile giallo colpì i suoi occhi». Erano le grandi distese di prati in fiore, tutt'altro che rare in quel tratto, tante volte percorso. «Il mio amico le aveva viste così tante volte che di fatto aveva smesso di vederle. In quel caso, però, il colore dei fiori gli sembrò del tutto nuovo, più fresco di come lo avesse visto mai, e la novità di una vecchia visione lo catturò completamente. Immerso nella contemplazione di uno spettacolo di cui godeva come se lo vedesse per la prima volta, non sentì più il passare del tempo e, prima di rendersene conto, il treno entrava nella stazione».

Vale la pena in primo luogo sottolineare in questo episodio, quasi banale nella sua semplicità, la presenza di una determinante spaziale, come sfondo per la descrizione di un vissuto attinente alla temporalità. Tale vissuto, peraltro, viene descritto con grande chiarezza: proprio quando la volontà del protagonista urta contro la resistenza di un caso che sancisce un'irrimediabile lontananza in luogo della presenza progettata, mentre l'inutilità della corsa non fa che rendere più grave la perdita, lo spettacolo dei campi fioriti interviene per dare un senso a quel viaggio e per abbreviarne la durata.

L'improvvisa percezione di quell'incredibile esplosione cromatica, poteva significare che l'elaborazione della frustrazione interessava l'uno o l'altro di due piani diversi e successivi dal punto di vista dello sviluppo: un primo livello, più pulsionale ed istintivo, avrebbe generato una forma per molti versi simile al *nondum matura est* della

(1) Tomio Hirai, *Meditazione Zen come terapia*, Como, Edizioni di red./studio redazionale, 1980, p. 82.

volpe della nota favola di Fedro - mentre nell'altra ipotesi si sarebbe verificato un vero e proprio cambiamento d'oggetto, realizzato sulla base di un lavoro già in gran parte espletato nell'affrontare precedenti «perdite». Nel primo caso, l'elusione della sofferenza conseguente al fallimento subito, sarebbe stata ottenuta aumentando a dismisura il valore di un oggetto presente. Così, il protagonista dell'aneddoto avrebbe «spostato» sui campi fioriti la capacità di produrre piacere implicita nella conferenza - un oggetto perduto è aggressivamente svuotato del suo valore. Si sarebbe trattato di un'operazione mentale capace di annullare la distanza fra due oggetti, trasferendo nei vicini l'importanza dell'oggetto lontano. Appunto come la volpe della favola di Fedro ottiene in modo magico l'uva agognata: essa vorrebbe annettere al proprio ventre bramoso il dolce succo di quegli acini ben maturi - ma le sue forze, deboli in relazione all'altezza del salto necessario, le negano la realizzazione del desiderio. La distanza fra la volpe e l'uva viene però ugualmente colmata mediante un'inversione di parti, immettendo nell'uva un'inadeguatezza che in realtà è della volpe. Così quel frutto finisce per soddisfare comunque il desiderio della volpe, anche se in negativo, accogliendo l'espulsione della duplice sofferenza dell'animale (sofferenza per la propria incapacità e per il mancato soddisfacimento).

Il motivo descritto corrisponde all'ipotesi per cui la risposta data alla frustrazione dal protagonista dell'episodio narrato da Tomio Hirai, sia avvenuta ad un primo livello, pulsionale e istintivo. Ma l'aneddoto in realtà è riportato come esempio di una capacità spirituale ormai acquisita. Perciò si deve presumere che l'operazione mentale in esso descritta non sarebbe stata possibile se il protagonista non avesse già «lavorato» a lungo su precedenti esperienze di frustrazione. Come si è visto, la libido ha un certo grado di viscosità, tende, cioè, a inseguire i suoi oggetti al di là della loro presenza. Lo stesso «se» è sovente impegnato in tale ricerca, nell'ambito della quale vengono prodotte fantasie quasi deliranti di oggetti fusi fra loro. Tali fantasie trasformano il dato fisico dell'assenza in un contenuto psichico, creano per la mente un

luogo in cui vivere la ricerca di un nuovo oggetto, connettono fra loro due realtà (passato e futuro) separate da un vuoto altrimenti incolmabile. Col sostegno della loro funzione strutturante, è possibile costruire l'immagine di un mondo «esterno» non solo frustrante e nel quale la frustrazione stessa è una via d'accesso a nuove conoscenze. La distanza fisica (la lontananza degli oggetti del desiderio) diventa così uno spazio interiore, creato dal dolore per la mancanza e dalla ricerca di altri soddisfacenti. Ne consegue una sorta di parallelismo fra tempo cronologico (misurato dal movimento fisico, che a sua volta suppone una separazione fra oggetti) e tempo psicologico, l'attesa dell'avvento della presenza desiderata e l'elaborazione della sua mancanza. Quanto più è rapido il movimento con cui viene abbandonato un oggetto definitivamente perduto, viene compreso il senso dell'accaduto ed eventualmente realizzato un cambiamento nella realtà esterna, tanto più lungo è il tempo di preparazione che è stato necessario per compierlo: proprio come un acrobata esegue con apparente facilità un volteggio che richiede anni di allenamento. Un aspetto della cosiddetta «maturità», l'impalpabile fattore della personalità tante volte chiamato in causa per la sua importanza, e forse proprio questa preparazione remota, che permette all'individuo di non rimanere distrutto dalla negatività di un'esperienza, conferendogli la capacità di coglierne il significato e di trovarsi pronto per nuovi appuntamenti del desiderio con la realtà.

«Le anime, come il buon vino, migliorano col tempo», diceva un pio sacerdote, da anni dedito a raccogliere le confidenze di molti fedeli. Si sa che invece Freud non era così ottimista riguardo alla natura umana, la comprensione della cui essenza, ben al di là della terapia, considerava essere il fine ultimo della psicoanalisi (2): "...*Homo homini lupus*: chi ha il coraggio di contestare quest'affermazione dopo tutte le esperienze della vita e della storia?» (3). Così Freud scriveva in *Disagio della Civiltà*, arrivando ad affermare in una delle sue ultime opere che gli stessi analisti «...non sempre hanno raggiunto nella loro... personalità qual tanto di normalità psichica alla quale intendono educare i loro pazienti» (4). Ma se il

(2) S. Freud, «Introduzione alla psicoanalisi (nuova serie di lezioni)» (1932), in *Opere 1930-1938*, Torino, Boringhieri, 1979, p. 261.

(3) S. Freud, «IL disagio della civiltà» (1929) in *Opere 1924-1929*, Torino, Boringhieri, 1978, p. 599.

(4) S. Freud, «Analisi terminabile e interminabile» (1937), in *Opere 1930-1938*, op. cit., p. 530.

tempo del vivere e quello che scaturisce dalla ricerca di un senso nell'esistenza, espressa anche soltanto dal semplice abbandono al dinamismo del soddisfacimento del desiderio; se l'analisi da l'opportunità di percorrere più intensamente e consapevolmente le vicende di tale ricerca, allora si potrebbe essere forse un po' più ottimisti di Freud, per concludere che sia il tempo che l'analisi possono produrre una crescita individuale - almeno nel senso di contribuire a strutturare quel «mondo interno» che ha tanta parte nella determinazione della qualità del vivere.

(5) A.W. Watts, *Lo Zen*, Milano, Bompiani, 1980, p. 76.

Il «mondo interno», venuto così in considerazione, è il luogo stesso della mente, che «da sola / può fare un cielo dell'inferno, un inferno del cielo» (5). Questo luogo nel corso della vita si va ampliando, arricchendo, arredando diversamente. Sono molti gli oggetti che lo abitano - gran parte sono ricordi: frammenti di se, antichi desideri dismessi, voci e volti che rinnovano nel loro piccolo spazio emozioni pronte ad essere rivissute proiettate come in un cinema interno, composte in molti diversi disegni. Si è visto che la vita interiore è la misura dell'età psicologica di una persona, un parametro temporale relativamente indipendente dalle stagioni e tuttavia reale - percepibile, ad esempio nella capacità di impegnarsi in sentimenti profondi senza perdere il senso della propria libertà. Ciò è possibile quando la realtà viene vissuta attraverso la risonanza che suscita in un mondo interno popolato di oggetti vivi, dove siano stati sventati gli attacchi più distruttivi perpetrati contro la vita. Sotto i colpi di questa distruttività l'esistenza è sopportata come un lagrimevole esilio e viene spesso figurata una realtà sovratemporale, atemporale, finalmente risarcitoria: «non può finire qui», noi allora gridiamo «ci sarà un luogo in cui coloro che hanno goduto, umiliandoci con lo spettacolo della loro felicità, saranno puniti per questo, e noi sofferenti verremo ricompensati per le nostre pene». Paradossalmente, è una distruttività che non accetta l'idea della fine - proprio l'idea che determina la creazione del tempo, comportando l'incertezza riguardo alla possibilità di condurre a termine i progetti nonostante tutto intrapresi.