

A proposito di...

VITTORIO LINGIARDI

IO, TU, NOI. Vivere con se stessi, l'altro, gli altri

Milano, UTET, 2019, pagine 154

Sono grato alla Scuola di Psicoterapia Comparata di Genova e, in particolare, a Laura Grignola per avermi offerto la splendida occasione di presentare questo bel libro che, tra gli altri numerosi bei libri, ha scritto Vittorio Lingiardi. E le sono grato, innanzitutto, perché stimo Vittorio Lingiardi. E lo stimo perché è uno studioso (un accademico creativo e rigoroso), perché è uno psicoanalista che pensa, e perché è anche un poeta, e in quanto poeta è un filosofo delle emozioni.

E così, non sorprendentemente, ci ha messo a disposizione un suo nuovo libro, fatto di conoscenze non banali, di emozioni e di suggestioni infinite.

Uno degli psicoanalisti più geniali della terza generazione, Wilfred Bion, ha detto che lo psicoanalista deve essere dotato di *senso*, di *mito* e di *passione*. Dovrebbe, cioè, partecipare al lavoro analitico con la propria sensorialità, (nel senso più profondo del sentire, dell'*aisthesis*); con il contributo del suo mondo fantasmatico inconscio, la cui struttura ha una portata di marca mitica; e con la capacità di patire, di immergersi nelle proprie emozioni per poter entrare in risonanza autentica con l'esperienza emotiva dell'altro.

E questo libro, il libro di cui parliamo qui, oggi, è un libro che è scritto con senso, mito e passione.

E' un libro che ci coinvolge e ci fa interrogare immediatamente, già a partire dal titolo: *Io, Tu, Noi. Vivere con se stessi, l'altro, gli altri*. Un'articolazione che in una prima suggestione ci viene proposta come tripartita - un'*anima* o una *casa a tre piani*, dice Lingiardi - ma che ci conduce, poi, verso una dissolvenza non confusiva di questa apparentemente rigida trisomia.

Analogamente alla concezione del "tempo" per Sant'Agostino, dove non è più rintracciabile un'articolazione tripartita della temporalità ma viene a esistere un solo tempo, il presente (che è presente del passato, presente del presente e presente del futuro), forse anche per le declinazioni dell'io esiste un'unica dimensione (seppure immediatamente intersoggettiva e interpersonale). Una dimensione che non può ridotta all'io dell'io, perché diviene subito l'io del Tu e l'io del Noi.

Siamo filogeneticamente e ontogeneticamente animali sociali. Sin dalle origini, nel proto-mentale, siamo individuo e gruppo. Siamo inesorabilmente (intrinsecamente) narcisis-isti e social-isti (come ha detto uno psicoanalista geniale come Wilfred Bion), ed è in questa continua negoziazione tra opposti che si giocano aspetti fondamentali per la definizione della nostra identità e per la nostra individuazione.

Allora mi piace pensare che accanto ai tre piani, *Io, Tu, Noi*, si possa intravedere in filigrana, leggendo questo libro profondo di Vittorio Lingiardi, una ulteriore "casa a tre livelli" che si struttura e si compie nello svolgersi del testo.

Possiamo così disegnare un primo piano, dove *Io, Tu, Noi* diventa a tutti gli effetti un testo psicoanalitico: è un libro di psicoanalisi. E' possibile, poi, individuare un secondo piano in cui il libro di Lingiardi diventa un testo etico: un libro di etica, nel senso che ci pone delle questioni morali, ma anche nel senso che compie delle scelte morali ed etiche. Mi pare, in-

fine, che ci sia un terzo piano, dove *Io, Tu, Noi* potrebbe essere considerato, in senso alto, e non ovvio, non banale, un testo politico (*πολιτικός*), un libro di politica.

Allora sul *piano psicoanalitico*, vorrei dire, che Vittorio Lingiardi propone, tra i tanti argomenti che considera nel suo libro, dei temi psicoanalitici che mi stanno particolarmente a cuore, oltre ad essere dei temi estremamente vivi e attuali.

Il *primo* è senza dubbio quello della convivenza in noi, in ciascuno di noi, di una molteplicità di stati del Sé o, addirittura, di una *molteplicità dei Sé*. “Noi siamo un colloquio”, ha scritto Eugenio Borgna (il mio maestro di psichiatria), riprendendo il verso di Hölderlin, e in effetti l'idea di un Sé unico, monolitico, centrale e coeso si è sempre più rivelato, attraverso la ricerca psicoanalitica, come un mito creato dalle psicologie incentrate sulle attività della vita cosciente. Intimamente connessa alla scoperta dell'inconscio, possiamo dire che sia avvenuta anche la scoperta della poliedricità e della multifattorialità dei nostri Sé. Se ben ricordate, già nel 1923 Freud aveva scritto in *Nevrosi e psicosi*:

“E' necessario integrare in un punto l'affermazione che le nevrosi e le psicosi traggono origine dai conflitti dell'io con le diverse istanze che lo dominano, che nevrosi e psicosi corrispondono cioè ad uno scacco nel funzionamento dell'io i cui sforzi sono palesemente intesi a rendere fra loro compatibili le richieste che gli provengono da più parti. Desidereremmo sapere in quali circostanze e per quali vie l'io riesca a cavarsela da questi conflitti [...] *senza ammalarsi* [...] l'io riuscirà ad evitare la rottura in un punto qualsivoglia se e in quanto altera se stesso, si acconcia ad *una diminuzione della propria compattezza e unità, magari addirittura si incrina e si frammenta*. Stando così le cose, le incoerenze, le stravaganze e le follie degli uomini potrebbero esser viste in una luce analoga alle loro perversioni, accettando le quali gli uomini riescono a evitare le rimozioni (614-615)”.

Una pluralità di Sé è dunque quanto può venirci rimandato dalla clinica e che ha indotto lo psicoanalista Christopher Bollas (1987, p.17) a sostenere che “il Sé della persona è la storia di molti rapporti interni” e che “Non c'è un solo fenomeno mentale unificato che si possa definire Sé”. Il grado di discontinuità tra esperienze e versioni diverse del Sé non può essere allora assunto come misura del livello di psicopatologia, in quanto le molteplicità, le discontinuità e le pluralità nell'organizzazione della personalità possono far parte di ciò che arricchisce la vita mentale, consentendo ai settori conflittuali dell'esperienza di svilupparsi senza la pressione continua di una costrizione all'integrazione forzata e spesso inautentica.

Il *secondo tema* psicoanalitico, per me “caldo”, che il libro di Lingiardi ci invita a esplorare riguarda senza dubbio una riflessione sul modello di mente che ha ispirato il transito da una concezione psicoanalitica monopersonale e incentrata sull'intrapsichico (una psicoanalisi stile *walky talky*, “passo e chiudo”) a una concezione intersoggettiva, *bipersonale* o, addirittura, multipersonale. Una psicoanalisi, allora, in cui non troviamo uno psicoanalista entomologo che osserva dal vertice delle proprie teorie pre-scritte quanto avviene dentro la mente, dentro un'inconscio già codificato, del suo paziente-cavia, per renderlo consapevole dei propri conflitti, ma una psicoanalisi in cui paziente e analista creano un campo relazionale, dove essenziale diviene non tanto quanto avviene nella mente dell'uno o dell'altro, bensì quello che avviene *tra* le loro menti, quello che avviene *tra* i loro inconsci e tuttoquanto riescono a creare e a sognare insieme.

Bion ci ha insegnato a pensare che non esiste una mente isolata: non può esistere una mente senza un'altra mente, sin dalle sue origini, a partire dall'esperienza prenatale, la mente è intersoggettiva e interpersonale, è il prodotto delle relazioni che intrattiene con l'ambiente in cui si sviluppa.

Allora, potrebbe aver ragione Jimmy Grotstein (2007) quando sostiene che l'atto psicoanalitico sia del tutto assimilabile all'atto mistico dell'*esorcismo*: "tramite il quale si trasferiscono i demoni dall'analizzando all'analista (o dal bambino alla madre)". Ma se nella pratica religiosa il modello è unidirezionale: l'esorcista libera l'indemoniato attraverso l'assoluzione; in quella psicoanalitica, è bidirezionale: l'analista contiene i demoni, li assorbe nelle proprie versioni bonificate e li restituisce disintossicati al paziente, permettendone l'integrazione nel Sé.

E non ha importanza se il "negativo" appartenga al passato, al presente o al futuro, il demone è lì; e per quanto appartenga al sottosuolo di memorie sommerse, per quanto possa contenere memorie del futuro, ha bisogno di un esorcismo, di un trasferimento, di un *transfert*, che si realizzi proprio in quell'istante e a un livello emotivo che sia accessibile nel *qui e ora* di quel paziente e del suo analista.

Il *terzo tema* psicoanalitico che ha suscitato in me profonde consonanze con il libro di Vittorio Lingiardi è senza dubbio quello che riguarda la relazione tra *trauma e dissociazione*.

"Paradigmatica di un'esperienza traumatica è la risposta dissociativa (p. 29)", scrive Lingiardi. E ancora: "il trauma psichico è il più potente disorganizzatore della vita mentale (p. 29)", genera degli "stati *non-me* (p.30)", cioè, dei complessi affettivi dissociati o addirittura della parti dissociate della personalità, che Ogden ritiene essere delle *vite non vissute* e che io definirei come dostojevskiane *memorie del sottosuolo*.

E anche Bromberg (2011), quasi didascalicamente, sottolinea come la dissociazione sia un processo difensivo specifico e qualitativamente diverso da qualsiasi altro meccanismo di difesa. E' l'unica risposta possibile a un flusso caotico di affetti non regolabili da parte della mente, che minaccia la stabilità del Sé e la stessa salute mentale. A differenza dell'angoscia, il trauma crea un conflitto intrapsichico che è insostenibile e non semplicemente spiacevole. Ed è insostenibile perché il contrasto non si verifica soltanto tra contenuti mentali discordanti, ma fra aspetti del Sé reciprocamente alieni, fra stati del Sé talmente non comunicanti da non poter coesistere senza minacciare di destabilizzare la continuità del Sé.

Abbiamo così imparato a riconoscere come il trauma non provoca rimozione, bensì genera dissociazione. E tanto più precoce è l'esperienza traumatica tanto più è grave la frammentazione della personalità. Non si tratta soltanto di una frattura pulsionale, di una dissociazione tra istinti di vita e di morte, ma di una *frattura ontologica* che coinvolge due principi che sono all'origine della vita psichica: e cioè, l'originaria *spinta a esistere* e l'impotenza fondamentale, quell'*Hilfflosigkeit* di freudiana memoria, che contrassegna l'esperienza primaria del piccolo d'uomo.

Il *quarto tema* psicoanalitico che vorrei ricordare di *Io, Tu, Noi*, è il rimando a una psicoanalisi con l'Anima. Come sappiamo, solo Jung ha fatto in ambito psicologico un largo uso del termine "anima", anche se dobbiamo ricordare che Freud per riferirsi alla mente, alla psiche, ha sempre impiegato la parola *Seele*, che in tedesco significa proprio "anima".

E citando Hannah Arendt, Lingiardi scrive: "La forma senza anima diventa formalismo, conformismo, formalità, formule, formulari burocratici: forme senza lucentezza, senza la presenza del corpo (p. 102)". Come abbiamo visto, non può esistere una psicoanalisi senza mito, senza senso e senza passione: *Un cuore che pensa*, si intitola un libro della psicoanalista infantile Anna Alvarez, che ha dedicato pensieri importanti al trattamento dei bambini autistici, perché non può esistere una psicoanalisi senza cuore, una psicoanalisi spietata o indifferente nei confronti del *Tu* e, allo stesso modo, nei confronti del *Noi*.

E Lingiardi osserva: “in linea con il parallelismo individuale/collettivo tipicamente junghiano, potremmo considerare la sofferenza psichica come il risultato di un continuo rapporto interno-esterno, in cui l'individuo soffre anche per le malattie e le crisi del mondo esterno. Per questo è giusto chiedere alla psicoanalisi di interessarsi al mondo e di assumersi responsabilità politiche (p.103)”.

E come vi avevo anticipato, è in questo senso che il libro di Vittorio Lingiardi, *Io, Tu, Noi*, pur sempre in una prospettiva psicoanalitica, diventa anche un libro etico e politico, un libro di etica e di politica.

Giungendo allora al *piano etico*, a questo secondo livello, mi sembra che *Io, Tu, Noi* sia ispirato da quella che io ho definito e continuerei a definire un'*etica della duità* (un'etica della *two-ness*).

La psicoanalisi attuale, spogliata di quella distanza che nella versione ‘classica’ garantiva automaticamente e cinicamente l'analista dalle possibilità di collusione con l'analizzando, per quanto abbia espanso il suo campo di applicazione anche a pazienti meno in grado di mentalizzare, ci impegna ancora di più sul piano deontologico a prestare attenzione a quei fenomeni di reciproco parassitismo o di perversità relazionale a cui un *dangerous method* non può non esporre. Infatti, o accettiamo di ‘diventare’ l'esperienza emotiva del paziente e lasciamo ammalare il campo della sua malattia, oppure, e soprattutto, con i casi gravi sarebbe meglio non iniziare alcuna cura analitica. Certo, responsabilità dell'analista dovrà essere quella di mantenere il vertice nella ricerca di una verità condivisibile, senza acconsentire al canto delle sirene (dell'onnipotenza, dell'onniscienza) che trascina inesorabilmente nel falso mondo, di conoscenze dogmatiche.

All'annichilimento dei valori, alla liquefazione morale della nostra epoca può allora essere contrapposto l'unisono della fusione-senza-confusione; e una ulteriore funzione e finalità dell'analisi potrebbe diventare lo sviluppo della *two-ness*. Non della ‘dualità’, che potrebbe proporre l'alternativa dell'uno o dell'altro, bensì della ‘duità’, della relazione conviviale¹ tra l'uno e l'altro. La finalità etica dell'analisi potrebbe allora darsi nella costruzione di un sogno di verità che non sia prodotto soltanto dalla mente dell'analista (che sogna per il paziente o porta a compimento i suoi sogni interrotti), ma che sia effetto di un *dreaming ensemble* di paziente e analista, capace di espandere il campo dell'onirico e di contribuire alla trasformazione del traumatico, attraverso la crescita degli apparati per pensare, per sentire e per sognare della coppia analitica.

Se la ‘duità’ poi, venisse sottoposta a un'astrazione, potremmo anche intenderla come *two-ness*, come ‘duità’ di conscio e inconscio, di finito e infinito, di codice materno e di codice paterno, di narcis-ismo e di social-ismo in una costante oscillazione di posizioni che non temono di sostare nell'incertezza. Un'incertezza che non può essere intesa come un relativismo dei valori ma che, al contrario, viene a fondare le premesse per un continuo dialogo tra i valori al di là di qualsiasi pretesa assolutizzante.

Forse, non è un caso, che la parola ebraica per indicare la *Genesi*, il primo libro della Torah (e per derivazione della Bibbia cristiana), il libro etico per eccellenza, sia *bereshit*, “in principio”. E *bereshit* inizia con *bet*, con la seconda lettera dell'alfabeto ebraico, con la lettera del duale, o meglio, della duità. Non inizia con la prima, con *alef*, la lettera della monade, dell'uno assoluto, della pura unità.

¹ Per relazione *conviviale* Bion (1970) intende una forma di legame tra contenitore (♀) e contenuto (♂) nel quale “due oggetti ne condividono un terzo con vantaggio di tutti e tre”. Nel caso del rapporto tra il bambino e sua madre, ad esempio, o tra paziente e analista, tutti e due possono beneficiarsi nell'esperienza o nella crescita mentale.

Scriva la filosofa Catherine Chaliè (2006, pp. 11-12):

Se, come interpreta il Midràsh², la parola *be-reshit* significa “per le primizie” - vale a dire in vista di un divenire sullo sfondo di un primo enigma irrisolto, quello dell'unità, quello dell'*alef* - è perché la promessa di un divenire o di una germinazione resterebbe altrimenti impossibile. Senza *duità*³ e senza separazione, l'esperienza stessa dell'avvento umano rimarrebbe in sospenso.

Accogliere allora la lettera *bet* in ogni vita, accogliere la *two-ness* in senso psicoanalitico, può significare ricevere l'alterità dell'altro con tatto, con tenerezza⁴, con la responsabilità per la sua libertà e con la capacità di lasciarsi ravvivare infinitamente dal desiderio dell'incontro. Così il 'bene', sempre in senso analitico, può diventare la possibilità di lasciarsi sorprendere, di disporsi alla meraviglia per il 'potere' che l'altro, colui da cui siamo separati, ha di rivelarci le nostre e le sue proprie capacità d'amare e di crescere al ritmo di queste capacità.

E questo crescere delle capacità di amare, di rispettare, di lasciar coesistere e convivere le differenze ci accompagna al terzo piano che Vittorio Lingiardi sembra aver architettato, come un *interior designer* delle emozioni, nel cuore del suo libro. E a questo terzo livello, *Io, Tu, Noi* è un libro *politico*: Πολιτικός che, come sappiamo, è derivato in greco da Πόλις-città, e significa ciò che appartiene alla vita in comune; oggetto della politica è allora la vita nella città e della città o, come direbbe Lingiardi, è la vita del *Noi*. Infatti, Πολιτικός e Πόλις hanno la stessa radice, Πολ-, della parola che indica i “molti” (οἱ Πολλός). Senza dubbio, la visione greca legava indissolubilmente la politica alla religione e all'etica: non era pensabile una giustizia che prescindesse (da un ordine) da un'armonia politica; la tirannia, in quanto dominio di uno sui molti, era considerata un regime fuori “misura”. E il punto più alto di questa visione della politica centrata sulla “misura” era stato certamente rappresentato dall'opera costituzionale di Solone (nel VI° secolo) con la promulgazione di leggi ispirate a principi di equità sociale e politica. Solone aveva chiamato le sue leggi Θεσμοί⁵, un termine carico di significato, che ha la radice Θε-, delle parole cioè che attengono alla sfera del divino (Θε-ϊός). Si potrebbe quasi pensare ai Θεσμοί di Solone, e per estensione alla Τέκηέ, all'arte, della politica alta, come a una sorta di religione laica, e quindi come all'arte di *re-ligare*, di connettere, di mettere insieme, di occuparsi della città, della cosa pubblica e condivisibile, del Noi e dei “molti”.

E 'molti' sono i temi “politici” che Lingiardi tocca nel suo libro: le drammatiche migrazioni di questo terzo millennio; la altrettanto drammatica questione dell'ambiente in cui viviamo; le questioni della violenza sulle donne, ma più estesamente della violenza mediatica degli *Hater*, degli odiatori, di quella tribù virtuale che attacca le cose che non capisce e teme, considerandole “deboli” o “contaminate” (p.119): e quindi, di volta in volta, le donne, le persone non eterosessuali o le persone appartenenti a culture, a razze oppure a religioni semplicemente differenti.

E nel bellissimo e poetico paragrafo conclusivo, intitolato *I tuoi occhi hanno un aspetto politico* (riprendendo un verso di Maria Wislawa Szymborska), Vittorio Lingiardi prende posizione, si schiera, ci dice che non possiamo non guardare gli orrori che circondano, che non possiamo non vedere e non denunciare il male in qualsiasi forma si presenti e cita anche il famoso sermone di John Donne: “*Nessun uomo è un'isola [...] La morte di qualsiasi*

2 *Midràsh* è il metodo rabbinico di interpretazione della Scrittura che va al di là del senso letterale per trarne insegnamenti sia in campo giuridico (*Midràsh halakhà*) che morale (*Midràsh aggadà*).

3 La traduzione e il corsivo sono miei.

4 Già in passato avevo proposto l'idea di un *fattore T* (tenerezza) come elemento vivificatore degli strumenti di cui dispone l'analista (Manica, 2007)

5 *Istituzioni*, intendendole come quelle sovrastrutture giuridiche che garantiscono le relazioni sociali, regolando il rapporto tra l'individuo e il gruppo (la società) per sottrarlo sia all'arbitrio individuale che a quello del potere.

uomo mi sminuisce perché io sono parte dell'umanità. E dunque non chiedere mai per chi suona la campana. Suona per te".

“*Mi me tuccu pe' vedde se ghe sun*”, io mi tocco per vedere se ci sono, per vedere se esisto, recita un antico detto genovese. E' vero, bisogna toccare l'altro-da-noi, essere toccati dagli altri, da gesti e sguardi a volte impalpabili affinché si sviluppi il nostro comune sentimento di esistere. E soprattutto di esistere come noi stessi, come veramente siamo. A me piace il termine *meità*. Allora dobbiamo toccare la *meità*: la meità dell'altro come l'altro tocca la nostra. E' questa la bellezza della vita. E' questo il fondamento di ogni umanità possibile. E la *meità* è il prodotto di un gesto interumano, di un gesto o di un silenzio, di uno sguardo o di una parola, che nascono nell'intersoggettività dell'anima. Anche nell'anima di un libro come questo.