

Verso Psiche

1

Per ciascuno di noi c'è un'isola in mezzo all'oceano, il suo nome è Psiche. Se volete, ci andiamo insieme.

È l'isola di tutto ciò che ciascuno di noi pensa ed ha pensato, perciò si potrebbe ragionevolmente affermare che ci sapreste andare da soli.

Nel mezzo di quest'isola avete sepolto un tesoro, ma avete dimenticato dove.

Avete anche dimenticato che si tratta di un tesoro.

Io non so dov'è il vostro tesoro, so che si può capire dagli atti (parole comprese) che usate.

Soprattutto so che è un tesoro. Quest'ultimo sapere è lo specifico della mia professione.

Le varie isole non sono sovrapponibili e ciascuno si muove per conto proprio, benché possa fare un buon tratto di strada in compagnia.

In definitiva però l'ultima e più importante parte è quella che ciascuno di noi farà da sé e da solo.

Andarci in compagnia, per la parte possibile, è più veloce e produttivo, anche per questo sono qui a lavorare. Qui dove? Nel mio studio, dove ricevo persone che hanno il piacere di andare verso Psiche con me a trovare il tesoro.

Tra le cose che gradualmente dirò ci sarà anche una ulteriore precisazione su coloro che farebbero bene a fare il viaggio verso Psiche in compagnia (il fatto che sia con me è una variabile non necessaria).

Senza falsi pudori, so però di poter essere un buon compagno di strada, ma solo per coloro che si sforzano di essere, a loro volta, buoni compagni di strada.

L'oceano è fatto dalle cattive interpretazioni. Non le abbiamo fatte noi, ma le abbiamo prese come nostre.

Non è necessario demolire tutte le cattive interpretazioni, benché sia meglio farne cadere qualcuna.

Uno solo è il proponimento sbagliato: reprimere il nostro pensiero e tenerlo vivo sullo stesso punto, nel medesimo aspetto. (Ai raffinati del principio di non-contraddizione prometto una spiegazione).

Benché sia un'isola, Psiche è isolata esclusivamente dall'oceano delle cattive interpretazioni, ma è in stretto rapporto con l'universo che ciascuno di noi si è creato.

Questo rapporto è migliorabile attraverso l'autoanalisi, eventualmente l'analisi con un'altra persona e la partecipazione alle iniziative che sarò qui a proporvi gradualmente a partire dalla prossima volta.

2

Non sarà di certo sfuggito a nessuno il fatto che il viaggio verso Psiche in definitiva costituirà una serie di lezioni.

Desidero trasmettere le mie scoperte su ciò che fa inciampo nel cammino verso Psiche e soprattutto sul tesoro che vi è nascosto.

Ci sono due modi per partecipare.

1

Il primo è quello di seguire le iniziative pubbliche, gli incontri, i dibattiti, i piccoli testi dal vivo, oppure on line.

È la continuazione di Riflessioni a ruota libera e lo chiamo, per brevità, *pubblico*.

L'altro è a pagamento. Consiste nella partecipazione agli approfondimenti di presenza, oppure tramite web. Necessita di una iscrizione diretta e decisa. È rivolto a quanti desiderano non solo raggiungere la propria isola, ma avere anche una idea del modo e delle difficoltà che gli altri possono incontrare.

Per brevità, sarà chiamato *riservato*.

I vantaggi non saranno di apparenza (titoli, punteggi, strumenti per scalare graduatorie), ma di sostanza: chi si applicherà, riuscirà a raggiungere più facilmente la propria isola, a fare compagnia ad altri, a capire e comprendere di più e meglio.

Per questa volta penso che possa bastare, seguiranno le modalità per comunicarmi il desiderio di partecipare alle iniziative riservate e ulteriori precisazioni che mi verranno in mente. Per la maniera *pubblica*, basta essere iscritti alla mail-list e seguire i social, ovvero affacciarsi di tanto in tanto e mettere dentro il naso.

Seguiranno anche le introduzioni alle tematiche.

Ma prima di tutto questo (modalità e tematiche), seguiranno alcuni paradossi della mia professione e di quanti vogliono andare verso Psiche.

In altri termini vi ho già dato alcuni appuntamenti:

I paradossi.

La natura del viaggio verso Psiche.

Le modalità per iscriversi al corso riservato.

L'introduzione alle tematiche.

Il chiarimento per coloro che, come me, sono affezionati al principio di non contraddizione (promesso la volta scorsa).

Chi farebbe bene a fare una psicoanalisi con un'altra persona. (Con altre parole, sarà anche il tema del prossimo lavoro pubblico e riservato).

3 Paradossi

Sigmund Freud non era freudiano.

Non sono i lapsus ad essere freudiani, ma Freud è lapsista.

Né Freud, né io siamo stati mai così matti da credere di guarire la gente.

Non si applica la psicoanalisi alle persone, semmai attraverso l'analisi di una persona si corregge il proprio pensiero e conseguentemente si corregge la psicoanalisi.

Il bello della psicoanalisi è che è stato scritto di tutto, il brutto è che è stato scritto anche il contrario di tutto.

4

Vediamo in termini generali cosa vi sto proponendo.

Se Psiche è un'isola e noi ne siamo fuori, vuol dire che siamo separati dal nostro pensiero.

Accingerci al viaggio verso Psiche vuol dire metterci nella prospettiva di ricomporre il nostro

pensiero e conseguentemente il nostro essere.

Ma siamo separati dentro noi stessi? Ecco la mia risposta.

Nel mio pensiero non possono accadere decisioni relative ad atti che io stesso in qualche modo non abbia pensato.

Mi succede ad esempio di dire Roma per toma, o anche di sentirmi in ansia quando non ce ne sarebbe ragione, oppure c'è quella volta che non mi viene in mente una parola semplice, o ancora c'è quel giorno che mi torna ossessivamente in mente un nome, senza che io stesso possa capire a qual fine.

Allora bisogna che in qualche modo alcune regioni del mio pensiero siano lontane da me stesso.

Ovvero, come dico io, che Psiche sia un'isola lontana. Come se avessi relegato in una regione a me ignota alcuni pensieri che tuttavia devo aver io stesso pensato.

Se vedete quello che vi sto mostrando col dito, seguitemi ancora, io stesso trovo ancora il viaggio alla scoperta di me stesso molto interessante.

5 Chi fa bene a rivolgersi ad uno psicoanalista?

In generale nessuno e tutti perché ci siamo tutti in mezzo, nella stessa acqua, nessuno è migliore di un altro.

Solo alcuni hanno voglia di venirme a capo, questi fanno bene a rivolgersi a me.

Per esprimermi in altra maniera.

Succede a volte di ritrovarsi sempre allo stesso punto: la stessa fobia, la stessa inappetenza (che brutta parola l'*anoressia!*), la stessa sfrenata voglia di mangiare (*bulimia*, come parola è peggiore dell'*anoressia*) la stessa vergogna (che si chiama anche fobia del ridicolo), la stessa angoscia, la stessa tristezza, senza che ce ne sia ragione.

Ho ripetuto *stessa* perché è essenziale. Un disturbo è un fatto normale, è la sua ripetizione fissa nel tempo che può suggerirvi di venire di me. Ad esempio: tutte le volte che sto per uscire in strada, o sto per prendere l'ascensore, o sto per salire su un aereo, o sto per andare a letto, tutte le volte mi prende un nodo allo stomaco, mi manca l'aria, sto quasi per vomitare e se mi distolgo da quello che avevo intenzione di fare, mi passa.

Allora si può dire che non c'è ragione nel mio corpo perché mi venga un disturbo così fatto.

Desidero fare altri esempi: tutte le volte che il mio coniuge esce di casa mi viene paura che potrebbe tradirmi. Tutte le volte che un amico si avvicina, credo che voglia ingannarmi. Quando mio figlio è

fuori, ho il terrore che gli succeda qualcosa. Sempre! (Il *sempre* è essenziale, altrimenti prendiamo per disturbo la giusta occupazione dei genitori verso i figli!). Sempre! Anche quando è fuori con l'altro genitore (se è affidabile), con i nonni (se sono sicuri), in camera sua a dormire, al punto che mi sveglio col terrore che possa non respirare più (per inciso, lo stesso terrore che provavo fino a cinque anni nei confronti dei miei genitori, o del mio fratellino).

Ed infine, quando vado in chiesa, mi accorgo che non riesco a pregare; quando vado alle riunioni del partito (ormai non ce ne sono più di partiti!) non riesco a concentrarmi, quando leggo, non riesco a seguire il filo del discorso.

Proprio per ultimo: al massimo della mia tranquillità, sento le voci che mi parlano, vedo persone che non ci sono, sento profumi o puzze inesistenti. Lo so bene che sono un prodotto della mia fantasia, ma li vedo e li sento ugualmente.

In tali casi la piccola e malferma zattera della psicoanalisi può aiutarvi.

“Ma scusi – potreste dire – se è piccola e malferma, scappa la voglia di salirci sopra!”

Avete ragione, ma il suo carattere di non sicurezza dipende dal fatto che voi stessi siete insicuri. La possibilità di riuscita della psicoanalisi si fonda su di voi. Se avete ancora un fondo di fiducia in voi stessi, venite pure. Se non si fosse capito: anche la cattiva opinione di se stessi è una buona occasione per incontrarci.

E per i bambini? Lo stesso, con una grande differenza. Tutte queste cose sono ancora più normali nell'età dello sviluppo, a meno che non ci sia la condizione per cui il bambino sta già pregiudicando il suo futuro in una maniera che poi sarà irreversibile.

Ad esempio si chiude in se stesso e non parla più. Si *deve vedere* l'atto della chiusura in se stesso (questo è più difficile e lungo da spiegare). Oppure se il bambino si scaglia facilmente contro gli altri che non gli hanno fatto nulla. O anche se va così male a scuola che rischia di non potere proseguire e non ha alcun handicap: andava benissimo fino ad un certo punto e poi non ha capito più nulla. E non c'è stata nessuna malattia. E ancora, è sorta una balbuzie così grave che il bambino non riesce a parlare con nessuno (vale anche per gli adulti, eventualmente).

Se avete un dubbio su voi stessi o sul vostro bambino una consultazione va sempre bene, non mangio nessuno, specialmente durante il lavoro, e dico chiaramente quando non è il caso.

Una mia abituale risposta è:

“Ha fatto bene a consultarmi, ma non vedo nessun disturbo. Lasci passare qualche mese, se le cose rimangono ferme, mi chiami di nuovo!”

Mi succede a volte che la persona aggiunga qualcosa, quasi di sfuggita, per la quale è opportuno

iniziare un lavoro. Allora dico:

“In questo caso sì. Trovo opportuno iniziare un lavoro. Vediamoci un'altra volta e ne parliamo meglio.”

Ma la psicoanalisi funziona?

In automatico, no! Maledettamente no!

Ci sono due lavori: uno è il mio, uno è il vostro. La riuscita del mio lavoro dipende esclusivamente dal vostro. Ciò a cui sto attento è al fatto che facciate il vostro lavoro.

Per questo motivo dico frequentemente: “Non sono così matto da pensare di guarire le persone.”

La psicoanalisi funziona se la persona è nella prospettiva di accogliere i contenuti dei pensieri che gli vengono in mente spontaneamente e di metterli a disposizione di se stesso e dello psicoanalista.

E per i bambini? È ancora diverso perché i lavori da considerare sono tre: il mio, che conta sempre pochissimo, quello del bambino, il lavoro fondamentale, e quello dei genitori.

Anche in questo caso sto attento soprattutto a che gli altri facciano il loro lavoro. A queste condizioni le cose possono (è una possibilità, non il risultato obbligato di una azione) funzionare.

Ma come funziona?

La persona, una volta stabilito che è il caso, si accomoda sul divano (divano, perbacco, e non lettino; in seduta non si dorme, si sta comodi!) e si lascia andare a quello che gli viene in mente, senza preoccuparsi dei nessi logici, se quello che dice è vero, dicibile.

Ma basta così poco? Sì! E non è per nulla poco in quanto per lasciarsi andare a quello che viene in mente, bisogna che non ci sia nel pensiero nessuna ossessione. Cioè a dire, bisogna essere sani.

Volendo, potete pensare che uno viene da me ed io gli dica: “Bene, facciamo pure una psicoanalisi, ma invece di aspettare di guarire, parli da subito come se fosse già guarito!”

E per i bambini? Lo stesso, con la differenza che il bambino non si può tenere sul divano. E allora? Lo si fa giocare come vuole lui e ogni tanto si dice qualcosa. Il gioco del bambino può essere considerato equivalente alle libere associazioni dal divano.

Per costruire la zattera della psicoanalisi bisogna essere in due. Non è necessario nessun

preconcetto, anzi meglio se non ce ne sono, per evitare che il peso la faccia affondare.

Ogni zattera che viene costruita è come se prima non fossero state mai costruite zattere in quanto, malgrado la ruvidezza dei materiali, bisogna starci comodi proprio quei due, fino ad arrivare all'isola di Psiche, navigando in mezzo ai flutti delle cattive interpretazioni.

Chiameremo i due che si apprestano a costruire la zattera *navigante* e *navigatore*.

Navigante, perché si presume che abbia voglia di navigare.

Navigatore perché si presume che conosca l'oceano.

A forza di presumere si pecca di presunzione.

Ai naviganti dico, prima di cominciare a costruire la zattera:

“Smettetela di presumere che faccia tutto io. Qualcosa farò, ma non sempre quello che vi aspettate.”

(Se qualcuno si sentisse scoraggiato da questa frase, farebbe bene ad occuparsi del proprio scoraggiamento).

E poi aggiungo: “Tu, carissimo navigante, siediti a prua e guarda la rotta, io mi siedo a poppa e guarderò tutto quello che affiora da sotto la zattera, perché sarà da lì che affioreranno le onde che ti sarà utile prendere in considerazione.”

Se prima d'ora non siete mai andati verso Psiche è stato perché, tutte le volte che cominciavate a navigare, escludevate di considerare quello che affiorava da sotto la vostra bellissima nave. Ora siamo costretti a costruirci una zattera e pazienza! Ci daremo da fare per riparare la vostra nave e vi mostrerò che il tesoro si trova dove non pensate che sia.

N.B. Le metafore funzionano meglio delle cattive interpretazioni; queste ultime fanno incagliare la nave, la sbattono sugli scogli, la immobilizzano. Una metafora schiude l'orizzonte del possibile evocandolo.

Dietro i monti sorge il sole, lo intuiamo dal chiarore che illumina l'alba con il suo pallido rosa. Ben lo sapeva Dante, quando scriveva:

L'alba vinceva l'ora mattutina
che fuggia innanzi, sì che di lontano
conobbi il tremolar della marina.

7 E se invece di una zattera, la psicoanalisi
fosse una carretta?

Quello che prima era il navigante, dovrebbe tirare la carretta ed io spingerei, ma non troppo, perché

non vedo la strada. Proprio così: non vedo la strada che può vedere solo chi sta davanti a tirare. E non devo neanche vederla! La direzione della carretta spetta al proprietario, come quello che vuole fare nella vita spetta al soggetto.

Nessuno può sostituirsi ad un altro, meno che mai io.

“E non mi dà neanche qualche consiglio?” Potrebbe dire un eventuale navigante.

“Ma come vorrei che ci fosse uno a cui chiedere consiglio io stesso!” Risponderei, aggiungendo: *“Guardi che, se invece di essere zattera, o carretta, la psicoanalisi fosse il divano su cui lei si sdraierà e la poltrona sulla quale rimango io, come di fatto è, i consigli ce li faremmo dare entrambi dalle idee improvvise che ci vengono in mente, dai nostri lapsus e dai nostri sogni. Perché ci porremo alla ricerca dei pensieri che abbiamo prima pensato e poi scartato.”*

8 Potrebbe non essere stato chiaro ...

... e potrebbe esserlo ancor meno, perché, nella sua semplicità, quello che sto per dire, non è purtroppo di immediata comprensione. Provo a dirlo meglio.

Insieme al tesoro avete sepolto una parte di voi stessi.

È come se, da un certo momento, una parte dell'Io non si fosse sviluppata del tutto, rimanendo atrofizzata ad uno stadio che al momento apparteneva ad un Io embrionale che per comodità chiamiamo Es, che si sarebbe sviluppata adeguatamente e che invece si trova sepolta nella vostra isola sperduta nell'oceano delle cattive interpretazioni. Andare a cercare il tesoro (venirci con me) significa lavorare perché quell'Es non sviluppato, riprenda a crescere.

Questo Freud lo ha detto splendidamente: *“Dove era Es, Io deve avvenire come soggetto.”*

Per ritrovare la parte perduta dell'Io, cioè per far sì che *Io avvenga come soggetto*, bisogna evitare di contrastare il pensiero. Bisogna cioè che l'Io ritrovi la possibilità, attraverso la padronanza del pensiero, di padroneggiare se stesso.

Non c'è soggetto, se non è padrone di sé.

È in questo senso che mi sento di poter affermare che non c'è contraddizione quando dico che sotto il medesimo aspetto, nello stesso momento l'Io si comporta in due modi diversi, perché in effetti una parte dell'Io si comporta come se ne fosse staccata, come se fosse un'altra entità (una parte sviluppata, un'altra atrofizzata ed è quella che sarebbe la migliore e più genuina parte).

OVVERO

Negli anni della crescita, il bambino ha pensato delle soluzioni, ha intravisto dei problemi. Ma ciò non è risultato gradito a qualcuno dei suoi *grandi*.

Allora il bambino ha messo da parte la soluzione, l'ha conservata.

Ha omesso di finire di giudicare quello che aveva intravisto come problema, ha soprasseduto. Insieme a questi atti del suo pensiero, ha lasciato che un pezzo di se stesso rimanesse da parte. Nell'età adulta a volte succede che quella soluzione torni ad essere utile, che quel problema torni a ripresentarsi, ma la persona non può facilmente ricorrere a ciò che ha messo via.

Voglio notare adesso che a tutto ciò si connette la regola analitica fondamentale, ovvero dire quello che passa per la mente senza nessuna censura, né da parte della persona in analisi, né tantomeno da parte di chi occupa il posto dell'analista. Il quale semmai farà il possibile affinché la persona non abbia alcuna obiezione al proprio pensiero.

9 Un esempio letterario di ciò di cui ci occuperemo

A quasi quarant'anni ancora dentro di sé andava svolgendo vicende di desiderio e d'amore con alunne e colleghe che non se ne accorgevano o se ne accorgevano appena: e bastava che una ragazza o una collega mostrasse di rispondere al suo vagheggiamento perché subito si gelasse. Il pensiero della madre, di quel che avrebbe detto, del giudizio che avrebbe dato sulla donna da lui scelta, della eventuale convivenza delle due donne, della possibile decisione di una delle due di non fare vita in comune, sempre interveniva a spegnere le effimere passioni, ad allontanare le donne che ne erano state oggetto come dopo una triste esperienza consumata e quindi con un senso di sollievo, di liberazione. Forse ad occhi chiusi avrebbe sposato la donna che sua madre gli avesse portato, ma per sua madre lui, ancora così ingenuo, così sprovveduto, così scoperto alla malizia del mondo e dei tempi, non era in età di fare un passo tanto pericoloso.

(Leonardo Sciascia, A ciascuno il suo).