

PSICHE E SENTIMENTI

La cognizione del dolore

Una perdita può rivoluzionare la narrazione di noi stessi

La sofferenza non è una maestra, non viene ad insegnarci nulla. Talvolta può annientarci oppure può spingerci a guardare con occhi diversi il nostro «romanzo familiare»

ANNA SALVO
PSICOTERAPEUTA

«TRASCORRIAMO I NOSTRI ANNI COME UNA STORIA CHE VIENE RACCONTATA». LA FRASE NON APPARTIENE AD UN QUALCHE SAGGIO DI FILOSOFIA POST-MODERNISTA, ma si trova scritta nel libro dei Salmi. Citarla all'inizio di questo scritto accoglie ed esprime il desiderio di rimarcare le origini remote della questione della narrazione o, meglio, dell'intreccio fra narrazione ed esistenza. (...)

Fedele, dunque, a uno dei più significativi insegnamenti freudiani, porro una domanda. Cosa raccontiamo quando raccontiamo la nostra storia? La domanda, nella sua semplicità quasi imbarazzante, impegna a una sorta di indagine, ad un'opera di scavo; e prospetta una dimensione forse inattesa, quella dell'esercizio del sospetto. Perché induce a mettere in questione la certezza che il nucleo del nostro racconto sia sempre e comunque la verità. Quando Freud usa il termine «romanzo familiare» per denotare il racconto di sé che il paziente traccia nella stanza dell'analisi, pone uno sguardo nuovo e, credo, sorprendente per definire ciò che quella narrazione produce. Una sorta di romanzo, appunto. Un testo che contiene elementi creativi, aggiustamenti e passaggi che non necessariamente corrispondono a quanto è di fatto accaduto.

Chi è l'autore di tale opera a carattere romanzesco? Di certo colui che racconta. Ma possiamo pensare che l'opera si svolga tutta e soltanto nella decisione volontaria di abbellire, spianare, drammatizzare o rendere più interessante la narrazione di sé? Se la risposta a questa domanda fosse affermativa, ciascun narratore della propria storia diventerebbe un millantatore, un impostore, un cultore della finzione o, più semplicemente, un bugiardo.

La risposta del sapere psicoanalitico a questa domanda complica la vicenda e strappa dall'orizzonte della menzogna volontaria. L'autore del «romanzo familiare» non è il soggetto inteso soltanto nella dimensione e nella prospettiva della decisione, dell'intenzione volontaria o del gesto premeditato. L'autore è da rintracciare anche (o, forse, soprattutto) nelle zone più profonde e ingovernabili della psiche. Nell'inconscio. (...)

È l'inconscio a suggerire un certo modo di collocare le persone che hanno fatto e fanno vivere la nostra storia; è l'inconscio a calcare la mano su una particolare connotazione di questo o quel personaggio (chi, ad esempio, non ha mai pensato o detto «mia madre preferiva mio fratello»? o «mio padre faceva fatica ad accettarmi?»); è l'inconscio a irradiare la propria forza nell'attribuire affetti e sentimenti.

Mettere in campo l'inconscio produce, come dicevo, una visione della narrazione di sé complessa e intricata. Noi - protagonisti, autori e registi del nostro «romanzo familiare» - ondegiamo fra verità e costruzioni di verità, oscilliamo fra le une e le altre, scivoliamo (senza saperlo) fra pezzi di racconto che dicono e non dicono quanto è accaduto. È possibile, allora, che i personaggi principali (la madre, il padre) cambino in qualche modo connotazione? Che alcuni episodi vengano letti in altro modo? Che l'ordito dei complessi affetti infantili venga vista in una luce differente? (...)

Prima di procedere, devo ammettere un debito verso Marcel Proust e, in particolare, verso alcune argomentazioni presenti nel *Tempo ritrovato*, ultimo volume della *Ricerca*. È qui che Proust parla del dolore come di uno «strumento ottico», un occhiale o una lente che consente di vedere ciò che prima non vedevamo. Aggiunge che bisogna «affrettarsi ad approfittare del dolore» perché quel cambiamento di sguardo possa avvenire. Credo che tutti noi sappiamo bene co-

me il dolore – soprattutto quello inflitto da una perdita – si ponga e si imponga allo stesso modo di un macigno. Un peso che annichilisce; un gravame che immobilizza; un deserto che imprigiona nella più intensa e tragica solitudine.

In che modo, allora, il dolore riuscirebbe a dare nuove prospettive al nostro sguardo, fino a portarci verso una differente lettura della nostra storia? Prima di tentare un qualche attraversamento dello spinoso territorio emotivo-affettivo che la domanda lascia intravedere, vorrei esplicitare che seguire la prospettiva proustiana non significa intendere il dolore come un'esperienza didattica. Il dolore non è un maestro: non viene ad insegnarci nulla. Accade nella nostra vita e, nel suo accadere, ci offre una possibilità. Persistere nell'immobilità e nel lamento cieco; oppure «approfittare» del dolore per riuscire ad inforcicare un paio di occhiali capace di consegnarci una visione nuova. Una differente creazione.

IL MOVIMENTO PSICHICO

Accade, talvolta, che un'acuta esperienza di perdita produca, dopo la prima fase dell'urto immobilizzante, un certo movimento psichico; e metta in moto alcune trasformazioni in quella trama degli affetti che costituisce il nucleo ardente della nostra storia. Ciò che voglio dire è allo stesso tempo semplice e complesso.

A volte il dolore patito riesce a condurre verso una visione e una lettura differenti del pro-

prio mondo affettivo e, quindi, della propria storia. Altre volte, no. E non ci sono formule semplici per poter dire se accadrà o meno. Certo, quando il passaggio viene affrontato, la sofferenza diventa una sorta di elemento sovversivo, capace di incidere la rigidità con cui la narrazione della nostra storia (a noi stessi e agli altri) si era fin lì posta (...)

Sarebbe eccessivo e fuorviante sostenere che il dolore ci rende capaci di riscrivere il nostro «romanzo familiare». Più corretto è dire che esso può accompagnarci verso una lettura nuova dei personaggi e delle trame che lo compongono. E se, quando parliamo di noi, siamo tutti romanzieri involontari, l'esperienza del dolore è una sorta di occasione per «ricreare» il romanzo, per dargli nuovo respiro e nuove visioni.

SARZANA

Il Festival della Mente

La psicoterapeuta Anna Salvo è tra i protagonisti della IX edizione del Festival della Mente che avrà luogo a Sarzana da domani al 2 settembre. Proprio domani alle 19 presso la sala Canale Lunense, terrà l'incontro «Il dolore è un cannocchiale che porta lo sguardo lontano». Il Festival ha in programma 85 eventi. Tra gli ospiti Marc Augé, Ascanio Celestini, Franco Cordero, Erri De Luca, Sergio Givone, Marco Paolini, Tullio Pericoli, Luca Ronconi, Gustavo Zagrebelsky.