

# *Sulla follia*

*Dott. Mauro Melis*

## **Narciso il primo uomo**

Quando nasce la filosofia? i nostri manuali ci insegnano che questa nasce nel VI sec. a.C. in Grecia, con Talete. E' veramente così? La filosofia non offre mai porti sicuri e ogni questione filosofica risulta sempre aperta. Personalmente credo che la filosofia nasca con il primo uomo: quando dallo stato animale in cui eravamo un tutt'uno con la Natura ci siamo separati ed abbiamo cominciato ad esistere. Questa scissione è esplicita nel significato etimologico della parola esistenza, che deriva dal latino *ex-sistere*, "stare fuori". L'animale E', perchè vive in un flusso continuo e ininterrotto di pulsioni che lo collegano al mondo, è unito alla Natura: ha fame e mangia, ha voglia di riprodursi e lo fa ... nell'innocenza dei propri istinti. L'uomo ha perduto quest'innocenza nella scissione: la scissione ha originato la coscienza ... e da qui è nato tutto ... Secondo me il mito che più di tutti rappresenta questo evento è il mito di Narciso: Narciso scopre l'immagine di sé nello specchio dell'acqua, se ne innamora e, nel desiderio di ritornare all'Unità originaria, consuma anche la sua tragedia. E la Coscienza è sostanzialmente tragica: consapevolezza dei propri limiti, consapevolezza della morte, ma anche amore, desiderio di ricomposizione. Se è vero che la filosofia nasce con l'uomo allora è vero che ogni uomo in quanto tale è filosofo: questo è il mio punto di partenza con voi. Ciò che mi interessa oggi è conoscervi in quanto filosofi, conoscere il vostro punto di vista, la vostra visione del mondo.

## **I luoghi del dolore**

Da un po' di anni il lavoro mi avvicina alla dimensione della fragilità. Faccio l'Operatore Socio Sanitario in una struttura per anziani. Le persone che vivono in queste strutture attraversano spesso la loro fase terminale della vita: la maggior parte di loro è lontana dalla coscienza, in uno smarrimento dovuto alla decadenza della vecchiaia o alla presenza di patologie. Alcuni hanno invece dei barlumi di coscienza, riescono a riconoscere dove stanno ... a tratti sono presenti. Sia nei miei tirocini che nel lavoro che attualmente svolgo ho sempre percepito una sorta di alone di sacralità che avvolge le persone che vivono nella sofferenza e nello smarrimento. Il mio punto di partenza è proprio questo: nei luoghi del dolore si respira una luce sacra (la persona fa i conti con sé stessa e con il proprio destino). Qui si rivela l'universalità della condizione umana: nei luoghi del dolore si respira la tragicità dell'esistenza. La

malattia, la disabilità, il disagio mentale ... il limite: ma il limite è di tutti e non solo del malato ... è una condizione universale. È per questo che in questo lavoro svolgo una ricerca continua su me stesso e dei significati che la vita a volte può assumere: la tentazione è spesso quella di schermarsi, diventare gelidi, lontani al dolore degli altri; ma non è questa la via giusta, questa è solo la via più comoda. Credo che la via giusta, per quanto mi riguarda sia quella di attraversare il negativo, in questo caso come esperienza della sofferenza altrui, cercare di “comprenderlo”, e trovare dentro di sé una risposta, una forma di accettazione. L'accettazione del proprio destino è la via greca antica per il raggiungimento della felicità. Nei luoghi del dolore mi viene in mente il mito di Sisifo, di Albert Camus. Come punizione per la sagacia dell'uomo che aveva osato sfidare gli dèi, Zeus decise che Sisifo avrebbe dovuto spingere un masso dalla base alla cima di un monte. Tuttavia ogni volta che Sisifo raggiungeva la cima, il masso rotolava nuovamente alla base del monte. Ogni volta e per l'eternità, Sisifo avrebbe dovuto ricominciare da capo la sua scalata senza mai riuscirci. Camus rivede nel mito l'esistenza umana tutta alla luce dell'assurdo. Qualche volta vi confesso che cedo a questo pensiero ... nel vedere persone contratte dal dolore, obbligate ad un letto, mi son chiesto *Ma che senso ha?* Ma non è così semplice, né così banale ... D'altra parte nei luoghi del dolore mi vengono anche in mente le parole di Simon Weil che dice: “Non c'è conoscenza senza sofferenza”. Nel dolore il senso del limite si manifesta in tutta la sua potenza, per questo sono luoghi sacri, in cui siamo chiamati a riflettere su noi stessi e sul nostro destino.

### **Il funambolo**

La figura del funambolo è una metafora potente che apre uno scenario sul senso dell'esistenza: sospesa fra due abissi il Cielo e il Vuoto. L'essere umano vive nella consapevolezza dei propri limiti: la morte, le malattie, le perdite, le sconfitte ... Il limite gli consente di comprendere la sua Miseria costitutiva ma è proprio questa consapevolezza, è proprio in questo naufragio che l'individuo si apre all'Infinito (Pascal). Allora il funambolo è quella figura sospesa nel filo, consapevole del suo rischio, ma al tempo stesso proteso verso il Cielo ...

### **Destino e Lotta**

Questa è la dimensione della fragilità umana che tanto più si percepisce nei luoghi del dolore. È qui che la forza inesorabile del destino, e d'altra parte la necessità della lotta si fanno sentire più intensi. Da un lato abbiamo il destino, quel potere che determina inesorabilmente il nostro futuro (in latino *fato*, ciò che è detto) ... le cose così come devono andare e nulla noi possiamo (i Greci lo immaginavano cieco, nel senso che ciò che fa lo stabilisce senza ragione). Dall'altro lato abbiamo la libertà:

l'idea cioè che la nostra vita sia il frutto delle nostre scelte e della nostra volontà. Ognuno di noi vive dentro di sé il significato di un Destino che molte cose ha deciso per lui: siamo alti o bassi, biondi o mori, sani o malati ... e in tutto questo lui non ha potere .... Siamo nati in Italia e non in Siria ... è solo Destino. Ma non esiste solo il Destino: ci sono cose di noi che possiamo cambiare, possiamo scegliere di vivere in un modo piuttosto che in un altro, è qui che si apre la Libertà. La libertà dovrà fare i conti sempre con i nostri limiti ... parte proprio dalla consapevolezza dei limiti, ma tende ad un superamento. La libertà si raggiunge nella Lotta che non è vincere o perdere, ma semplicemente lottare: lavorare per cambiare, per superarsi. Questo, nei luoghi del dolore che ho attraversato, io in prima persona, ma anche gli altri che ho incontrato, è l'atteggiamento di chi Combatte, di chi sceglie di vivere e non si rassegna, nonostante le sue condizioni possano essere davvero sfortunate. Allora in un reparto di Riabilitazione, vedi che chi si impegna e lavora guadagna spazi di libertà: il primo giorno non riesce a muovere la gamba, dopo tre giorni comincia a muoverla. Allora uno può scegliere di deprimersi perché non riesce più a correre, oppure può scegliere di lottare per andare avanti. C'è sempre la buona o la cattiva strada ed è una strada interiore che nessun altro se non noi stessi può scegliere di percorrere.

### **La Follia**

Partirei con questa definizione di Franco Basaglia : *“La follia è una condizione umana. In noi la follia esiste ed è presente come lo è la ragione. Il problema è che la società, per dirsi civile, dovrebbe accettare tanto la ragione quanto la follia, invece incarica una scienza, la psichiatria, per tradurre la follia in malattia allo scopo di eliminarla. Il manicomio ha qui la sua ragion d'essere che è poi quella di far diventare razionale l'irrazionale. Quando qualcuno è folle ed entra in manicomio smette di essere folle per trasformarsi in malato. Diventa razionale in quanto malato”*. Conferenze brasiliane p. 34. E prima di tutto di questo vorrei parlare, della follia come condizione umana, che ci attraversa tutti, chi più, chi meno. Prima di parlare della follia dei pazzi (follia patologica), voglio parlarvi della follia umana (follia dell'esistenza). Follia dal punto di vista etimologico deriva dal latino follus (contenitore pieno d'aria); la parola anima deriva dal greco anemos (vento, aria); così la parola spirito (dal latino spiritus soffio – per i greci psiche è soffio vitale). Anima e follia hanno un legame profondo e antico. L'anima come il vento non può essere vista con gli occhi, ma può essere percepita. Karl Jaspers definiva l'esistenza come l'inaccessibile, diceva che ognuno di noi è il cosmo intero colto da un punto di vista: ognuno di noi conosce la propria esistenza e nessun altro, più che conoscenza è

un'intuizione profonda di noi stessi. *"I confini dell'anima non li puoi trovare andando, pur se percorri ogni strada: così profondo essa ha il logos."* Eraclito. L'anima sfugge ad una comprensione razionale. Fin dall'antichità il suo mistero è correlato al sacro, parola indoeuropea che significa separato: fa riferimento a potenze che l'uomo avverte come superiori a loro, in qualche modo le temono, ma al tempo stesso ne sono attratti.

### **Dalla follia al sacro**

Galimberti sostiene che il sacro è precedente alla ragione. Nella ragione vige il principio di non contraddizione e d'identità: il bianco è bianco e non nero; il giusto è giusto e non ingiusto. Nel sacro i contrari coesistono, come nell'apeiron di Anassimandro. Sacro è ciò che è separato ed esistono luoghi "separati", sacri appunto ad es. templi, moschee, chiese... ecc. Tempi separati: festivi (sacri) e feriali ... ecc. il sacro è il luogo dell'indifferenziato e nell'indifferenziato non c'è alcuna modalità di convivenza: le cose sono ambivalenti. Eraclito dice su Dio: *"La divinità è giorno-notte, inverno-estate, guerra-pace, sazietà-fame. Ed essa muta come il Fuoco"*. Il concetto di metamorfosi nella divinità ritorna in molte religioni: ad esempio Zeus è fulmine, ma può essere anche toro ... ecc. Nella realtà tutto ciò è impossibile o meglio, è folle. Dioniso incarna proprio questa follia divina, l'irrazionale per i greci. L'uomo esce dal sacro attraverso la ragione: la penna è la penna e non altro, questo dice la ragione, ma è veramente così? Le cose in realtà sono polivalenti nel loro significato: una penna non è altro che una metafora che può dischiudere infiniti significati. Attraverso la poesia sperimentiamo il naufragio del significato razionale: la penna nella voce del poeta diventa altro. Questa è l'apertura al sacro, quel rimando ad un'ulteriorità che non può essere delimitata dalla ragione: Heidegger diceva che i poeti erano i "più arrischianti", proprio perché più vicini agli scenari della follia. Eugenio Borgna dice che "la follia è la sorella sfortunata della poesia". Nell'arte, nella musica, nella poesia, nei miti, nelle religioni, in quelle che nell'Ottocento venivano definite le Scienze dello spirito, abbiamo espressione dell'irrazionale che irrompe, che viola il linguaggio razionale e ne estorce un senso ulteriore e allora quella porta può diventare la porta del paradiso o dell'inferno, ma certo non solo quella porta. I bambini che non sono ancora nell'età della ragione vivono nel sacro, nella follia: un manico di scopa può diventare un cavallo da cavalcare. L'evento creativo come l'arte, la poesia, non nasce dalla ragione, ma dall'immersione nel sacro, nella follia. La ragione non crea niente. È un sistema di regole che definendo (ponendo fine) e determinando (ponendo termine) ai significati che le parole possiedono ci permette di intenderci, perché diciamo questo e non altro. Quando indico quella porta siamo tutti d'accordo. In realtà non è altro che una convenzione.

Con la ragione usciamo dall'imprevedibile, l'umanità fuoriesce dall'imprevedibile. Fin dalle origini l'uomo attraverso i riti e attraverso i miti ha cercato di dirigere la propria follia, in questo senso i miti rappresentano quelli che Gustav Jung chiamava archetipi (modelli originari). Idee innate e predeterminate dell'inconscio umano, un pensiero dotato di un certo contenuto affettivo per il soggetto, dunque un simbolo. L'uomo fin dalle origini ha sempre fatto i conti con la propria follia e l'ha espressa in tutta la sua potenza creativa. Sublimandola nei miti, nelle religioni, nell'arte, nella poesia, nella musica... ecc.

### **La follia come la nostra specifica identità**

La follia è umana e ha a che vedere col sacro, con l'irrazionale. Se fossimo privi di follia e fossimo soltanto esseri razionali saremo macchine apatiche (senza pathos, senza sentimenti, senza sofferenza – pathos e patire hanno la medesima etimologia). Se amassimo solo con la ragione ... bene vai da una persona e le dici ti amo ... dal punto di vista razionale hai detto tutto ... non c'è altro da aggiungere ... Ma sappiamo benissimo che nell'amore non è così che funziona ... l'amore sfonda il linguaggio razionale ... e qualche volta nelle parole "sei uno stronzo" c'è più amore che in un "ti amo". E nell'amore di cosa ci innamoriamo? Di quella persona lì, proprio di lei! Ma chi è quella persona lì se non la sua unicità: è la sua follia che è solo sua a renderla unica, irripetibile! Nell'amore intercettiamo la follia dell'altro. Dal punto di vista razionale saremmo tutti uguali. Nell'amore intercettiamo la follia dell'altro. Questa follia è lo specchio del valore che noi attribuiamo alle persone, ma anche alle cose, è specchio della nostra stessa anima: a volte ci affezioniamo a degli oggetti che acquisiscono un valore simbolico, perché sono trasfigurati dalla nostra emotività, caricati della nostra anima. Se fossimo esseri solo razionali saremo privi di istinti, privi di emozioni, ci mancherebbe quell'aria che è comune alla parola anima, alla parola follia, alla parola spirito. Il dilagare della conoscenza razionale come strumento di conoscenza della realtà rende la vita arida e svuotata di senso. La follia di una persona si manifesta in una battuta, ci fa sorridere, in un colpo basso, ci fa piangere ... i nostri stati emotivi sono la luce stessa della nostra anima. E l'anima che abita la follia come nel sacro, è soggetta a potenze che spesso non riesce a controllare. Desideri, istinti, emozioni, sentimenti, sono forze, potenze che hanno origine in un luogo profondo, inconscio (Freud), sotterraneo e che ci trascinano, qualche volta ci travolgono. Freud definiva l'inconscio come la parte sommersa di un iceberg, mentre la parte conscia (minima) la parte emersa ... l'inconscio comunica le sue verità sepolte attraverso i sogni, l'inconscio contamina la nostra parte conscia, la nostra volontà e le nostre azioni. Nei sogni che noi tutti facciamo l'irrazionale

irrompe in tutta la sua potenza: ci troviamo in India e qualche attimo dopo possiamo trovarci in un grattacielo di New York.

### **La follia come Pazzia**

Nella parola pazzia l'etimologia rimanda a Pathos ... da patire, soffrire ... E qui si apre un nuovo scenario sulla lettura della follia. La follia è creatività, bellezza, amore, ma è anche pazzia, dolore interiore, sofferenza mentale. È come se si aprissero due voragini, il Cielo e il Vuoto, in mezzo sta l'uomo il funambolo, che di fronte a questi due abissi cerca un equilibrio. La follia patologica si distingue dunque dalla follia esistenziale ed umana: Borgna la definisce la sorella sfortunata della poesia.

### **La buona e la cattiva strada**

Nei miei laboratori di filosofia al Club Zyp di Trieste, dove ho avuto a che fare con il disagio mentale, un ragazzo mi spiegò di fronte a un quadro di Nolde che raffigurava una barca a vela nella tempesta che quando era in crisi era come se la barca andasse per conto suo e lui fosse in acqua, nel mare agitato ... nella perdita totale di sé ... La pazzia in questo senso è un po' come lo smarrimento dell'anima, la cattiva strada ... quella che ci porta a perderci. La buona strada è invece quella che porta a realizzare noi stessi, quando la libertà e il destino si incontrano ... vanno nella stessa direzione. La follia è sempre presente in entrambi i sentieri: nella buona strada è l'energia che ci muove, mentre nella cattiva strada è la forza che porta alla deriva la nave. Tutto questo mi fa pensare al mito di Platone, il mito dell'Auriga tratta dal Fedro: racconta di un carro su cui si trova un auriga, personificazione della parte razionale dell'anima. Il carro è trainato da una coppia di cavalli, uno bianco e uno nero: quello bianco raffigura la parte dell'anima dotata di sentimenti di carattere spirituale, e si dirige verso l'Iperuranio; quello nero raffigura la parte dell'anima concupiscibile che dirige verso il mondo sensibile. I due cavalli sono tenuti per le briglie dall'auriga che, come detto, rappresenta la ragione. Questa non si muove in modo autonomo ma ha solo il compito di guidare. Il carro è TRAINATO dalle due forze: da due forze bianche e nere ma pur sempre forze irrazionali e la ragione ha un arduo compito che è quello di guidarle. Così Freud formula il conflitto psicologico in termini dualistici fin dai suoi primi scritti, ma è solo in questo testo (Al di là del principio di piacere) che egli presenta un simile conflitto mediante concetti desunti dal pensiero di Empedocle il quale parla d'un dissidio cosmico fra i principi o forze di Amore (o Amicizia) e Odio (o Discordia). Eros rappresenta per Freud la pulsione alla vita, mentre Thanatos quella della distruzione. Trovare la buona strada, questa è la salvezza. È un lavoro e una lotta non facile, che finché siamo vivi dobbiamo affrontare, da bambini fino alla fine. La rassegnazione, l'abbandono sono la chiave di un'infelicità che quando prende

piede scava dentro di noi dei vuoti che nel tempo diventa più difficile riempire, mentre dall'altra la speranza, l'impegno, la lotta, l'azione, ci aiutano. Amare la vita è azione, è fare, perché è nell'azione che questo amore è reale. A volte nella vita prendiamo delle fucilate, succede spesso, da parte delle cose, tipo il lavoro, lo studio ... ma peggio e più frequentemente dalle persone ... capita ... Tante volte non siamo quello che vorremo essere. Questo ci fa sentire in gabbia, ci fa sentire fragili, la vita qualche volta diventa un avversario potente. Cosa bisogna fare quando si va al tappeto? Rialzarsi e ricominciare a combattere, lavorare per migliorare la nostra vita passo dopo passo. Coltivare dentro di noi le forze positive, il cavallo bianco di cui parla Platone, questo credo sia il punto. Per sapere cosa fare bisogna capire cosa è bene e cosa è male: facile a dirsi. Ma questo è il lavoro dell'Auriga di cui parla Platone. Saper domare gli animali che ci portiamo dentro, i demoni che ci portiamo dentro. Demoni in senso greco: i demoni possono essere alleati (forze positive, cavallo bianco), oppure nemici di noi stessi (forze negative, cavallo nero). Queste forze abitano dentro di noi, positive e negative. Se diventiamo coscienti di questo possiamo imparare a dirigere la nostra vita verso la buona strada ... verso la felicità (in greco eudemonia – buon demone). Aristotele parlava di entelechia: ogni cosa è destinata alla sua forma, il fiore che diventa frutto. Prendo in prestito questa parola di Aristotele per parlare dell'anima. Anche dentro di noi c'è questo percorso, che in parte, secondo me in buona parte possiamo dirigere, ma solo se ne siamo coscienti: seguire la buona strada, quella che ci porta a maturare, quella che ci rende migliori. Più forti, capaci di superare le avversità. Di fatto non si può capire cos'è la buona strada se di tanto in tanto non si attraversa il negativo. La buona strada non è La Casa Del mulino Bianco, dove tutti sono felici ma di una felicità piatta. La buona strada è il frutto di una lotta, la capacità di attraversare il negativo, di sconfiggerlo, liberando le forze positive. Il negativo va attraversato e solo quando ciò avviene che nasce la consapevolezza: del bene e del male. Esattamente come nelle favole che ci raccontavano da bambini: c'è sempre un ostacolo una difficoltà, il male che mette alla prova il protagonista, che, superato l'ostacolo ritorna a sé in un compimento più completo. Il negativo in realtà ha un suo fascino, per certi versi attrae: è qui che si corre il rischio di sprofondare nel negativo, quando il male viene visto quasi come una dimensione di privilegio. Non è un gioco semplice e non esistono ricette: ognuno sceglie la sua strada ... preferisco pensare sia così ... l'alternativa è arrendersi alla passività, rassegnarsi e non combattere: sono così e non ci posso fare nulla. Credere nella propria libertà, nell'accettazione dei propri limiti. Cercare di migliorare la nostra vita tutti i giorni e quella di chi ci sta accanto. Credo per me sia questa la buona strada: ma ognuno ha la sua, ripeto non esistono ricette. Smarrirsi o trovare la propria strada questa è la sfida della propria vita: lo smarrimento non è scelta ma

errore (nessuno commette il male volontariamente, ma solo perché non sa di commetterlo – Socrate), nello smarrimento non siamo più liberi, lo smarrimento è la perdita della libertà.

### **La bellezza e la catarsi**

*“Ma cosa credete, che non veda il filo spinato, non veda i forni, non veda il dominio della morte, sì, ma vedo anche uno spicchio di cielo, e questo spicchio di cielo ce l’ho nel cuore, e in questo spicchio di cielo che ho nel cuore io vedo libertà e bellezza”.*  
Diario di Etty Hillesum dal campo di concentramento di Westerbork.

*“La giovinezza è felice perché ha la capacità di vedere la bellezza. Chiunque sia in grado di mantenere la capacità di vedere la bellezza non diventerà mai vecchio”.*  
Franz Kafka.

*“La bellezza salverà il mondo”.* Dostoevskij.

Alda Merini mi ha sempre fatto pensare ad una naufraga: una che sta annegando nell’Oceano della follia ... ma che a tratti risale, riesce a prendere delle grandi boccate d’aria, riesce a vedere il sole ... questo movimento di risalita, di purificazione dal dolore, di catarsi, lo si ritrova nelle sue poesie. Questa catarsi è una catarsi nella bellezza. Alda Merini riesce a trovare la luce nell’inferno ... e a trasmetterla con una grandissima forza. Credo che la capacità di vivere la bellezza sia una forma altissima di amore di sé e del mondo: la bellezza provoca un piacere sotterraneo che ci attrae, la bellezza ci fa venire voglia di vivere. Purifica la nostra vita, i nostri dolori e ci aggancia a questo mondo: se vedi la bellezza che ti circonda, se la respiri, la abbracci, la divori, sarai salvo (Credo sia questo il significato delle parole di Dostoevskij). La bellezza è la sorgente positiva della vita, è un’intima catarsi dal negativo, dal tragico dell’esistenza: le parole dal Campo di concentramento sono chiare ... Nonostante la Prigionia amo la vita. La parola catarsi è con Platone che acquisisce il significato di purificazione dell’anima dai mali interiori. La bellezza è catarsi dal tragico, è quella luce che risplende nei luoghi più bui. Dante parlava dell’Inferno come un luogo privo di luce ... “Lasciate ogni speranza voi che entrate ... Ed è proprio la perdita della Speranza a sopprimere ogni possibilità di salvezza” . Il negativo, il male e il dolore, possiedono un’intima bellezza, come ci insegnano i poeti maledetti. Baudelaire scrive “I fiori del male”. Come a dire che c’è luce anche nell’Inferno. Imparare a scovare la bellezza delle

cose, in ogni angolo, anche in quello più buio ... e una volta scovata perseguirla, coltivarla. L'anima in questo senso è come un giardino: la parola giardino deriva da una parola persiana che significa Paradiso. Se abbandoni il giardino le erbacce si impadroniscono di tutto, i fiori pian piano vengono invasi ... e finiscono per morire. Così è l'anima, e per fiorire la bellezza ci vuole lavoro, cura ... anche fortuna, anche quella ... ma su quella poco possiamo fare perché se arriva una grandinata (e di grandinate nella vita ne arrivano) che si fa? Si ricomincia, il giardino non si abbandona. Questa è secondo me la catarsi dal tragico, questa è secondo me la buona strada.

## **I Demoni**

Nella cultura religiosa e nella filosofia greca, il demone è un essere che si pone a metà strada fra ciò che è divino e ciò che è umano, rientra nello spazio del sacro come una sorta di intermediario. Nella religione orfica il Dèmone è l'essenza stessa dell'anima, imprigionata nel corpo per una colpa compiuta e da cui cerca di liberarsi. "Il carattere di un uomo è il suo daimon" Eraclito. Socrate riferisce di un dàimon o "guida divina" che lo assiste spesso in ogni sua decisione. In Platone il dèmone Eros, figlio di Penia e di Poros, è quella forza demonica che consente all'uomo di elevarsi verso il sovrasensibile, intermediario tra Dio e gli uomini. Successivamente col cristianesimo demonio diviene significato negativo, il termine viene utilizzato per designare lo spirito maligno (demonio). In un'accezione positiva il demone possiamo accostarlo all'angelo. Utilizzo la parola demone in un significato prettamente antropologico e psicologico: così come ho fatto per la parola sacro. In questo senso i demoni sono quelle forze positive o negative che agitano la nostra anima, che la smuovono: passioni, sentimenti e stati emotivi ... Eugenio Borgna uno dei più grandi esponenti della psichiatria fenomenologica, che unisce il punto di vista biologico della psichiatria con quello filosofico e letterario, parla di arcipelago delle emozioni. Le emozioni come l'aria (folia, anima, spirito) si trasformano nel corso del tempo, sia attenuano, appassiscono, si esaltano, deragliano, si incendiano e si spengono, si dilatano e si rigonfiano ... Le emozioni manifestano la nostra dimensione essenziale, difficile da comunicare. Le emozioni sono infinite: ci sono emozioni forti ed emozioni deboli che spesso sconfinano le une nelle altre, contaminandosi. Per capire di cosa stiamo parlando è necessaria l'introspezione, guardarsi dentro. Le parole aiutano, ma poco, ad esprimere le emozioni che noi proviamo. Il corpo è un veicolo fondamentale nella trasmissione di senso, mediante i gesti la soggettività si dischiude:

un gesto, le espressioni del viso, ci aprono a degli scenari liquidi, perché indefiniti, sull'interiorità dell'altro. Solo se c'è conciliazione fra ragione ed emozioni è possibile avvicinarsi ai problemi esistenziali con equilibrio: anche la conoscenza razionale apparentemente più gelida e astratta possiede un margine di vissuto emozionale, uno slancio folle (Einstein è la prova di una genialità che scardina gli schemi precostituiti ... le sue intuizioni scientifiche sono il parto di un genio filosofico). I demoni abitano l'anima come forze interiori, trasformano la percezione del tempo interiore (Bergson tempo spazializzato – orologio e tempo interiore, la durata) e dello spazio interiore (Non ha nulla a che vedere con lo spazio esterno, è lo spazio che si carica della nostra emotività). In ogni nostra emozione non cambiano solo gli scenari della nostra vita interiore ma anche quelli del mondo che sta fuori. Nella tristezza il mondo si inaridisce, calano le ombre; mentre nella gioia il mondo diviene luminoso, sgargiante. Quando cambia il nostro stato d'animo cambia la percezione del mondo fuori. La dimensione emozionale condiziona profondamente il nostro mondo, interno ed esterno: il tempo e lo spazio si inaridiscono, si insabbiano e si rallentano nella noia; il tempo non ha fine nell'angoscia, disperazione, oppressione; mentre al contrario negli stati d'animo di soddisfazione, di serenità, di gioia il tempo scorre velocissimo, inafferrabile e inarrestabile, fugge e si volatilizza.

#### I DEMONI:

La Vergogna: correlata alla timidezza, espressione di una lacerante insicurezza ... non sentirsi all'altezza di un compito; timore del giudizio degli altri; può sconfinare in esperienze estreme e patologiche, come la fobia sociale. Somatica: il corpo arrossisce, tremori, si ritrae. La vergogna è un'emozione ferita che si nutre di timori e smarrimenti, paura degli altri, di essere giudicati. Fra i segni interiori della vergogna si coglie un sentimento doloroso di scoramento e di smarrimento: non si vorrebbe vedere più nessuno e nemmeno si vorrebbe essere visti, si vorrebbe sparire e sprofondare. Questo demone che abita in noi e noi tutti, chi più chi meno viviamo, dobbiamo imparare nel tempo a gestirlo. Come? La consapevolezza: riconoscerlo. Affrontarlo: mettendosi alla prova. Se questo demone invade la nostra anima, nel tempo prolungato, ci paralizza: si trasforma in una vera malattia, la fobia sociale nasce da qui, può condurre anche al suicidio. Possiamo affrontarlo, dobbiamo. Fermo restando che questo demone porta con se anche valori positivi: consapevolezza della nostra fragilità e anche di quella degli altri, pudore e rispetto per noi e gli altri.

La Nostalgia: da nostos (ritorno) e algos (dolore) un vissuto emozionale che affonda il suo tempo interiore nel passato e si nutre del passato; sconfinata nel taedium vitae, nella tristezza e nello smarrimento, nelle ferite della memoria che non si cicatrizzano, nella depressione; la nostalgia come perdita della patria e dei paesaggi dell'anima,

della casa delle proprie radici. L'anima straniera nella terra, separata dagli altri, tende alla solitudine. Alla radice della nostalgia ci sono esperienze che davano slancio al cuore e si sono incenerite. Ci sono nostalgie dolorose e scarnificanti, ci sono nostalgie sognanti e dolcissime, ci sono nostalgie che fanno vivere e nostalgie che fanno morire.

**Tristezza:** Il tempo interiore può essere correlato al passato o al futuro. Ci rende muti e ci isola. Tristezza e solitudine sono correlati. Lo svanire tumultuoso e inarrestabile delle cose. La malinconia del rapido sfiorire delle cose, leopardiana ma anche Antonia Pozzi. Quando passa è come un ospite, che passa come se nulla sia accaduto, eppure noi ci siamo trasformati, ha lasciato un segno, una traccia una memoria.

**Noia:** Il tempo interiore è un infinito presente, senza passato e senza futuro. Ogni esperienza diventa anonima.

**Angoscia:** Il tempo interiore è un presente dilatato. Ci trascina nel gorgo di esperienze che sconfinano nel non senso e nel nulla.

**Ira, aggressività:** Il tempo interiore è un presente dilatato. L'aggressività ci porta fuori di noi in senso distruttivo.

**Gioia:** Il tempo è un presente friabile che si apre al futuro. Nasce anche indipendentemente da eventi vitali. Si effonde e facilmente si sbriciola.

**Amore:** Il suo tempo è il futuro dilatato.

**Odio:** Nell'odio non c'è futuro; ci si aggrappa ad un evento del passato.

**La Speranza:** Il suo tempo interiore (diverso dal tempo spazializzato dell'orologio) è il futuro.

### **Noi e gli altri**

L'importanza è la significazione delle emozioni che si realizzano nell'orizzonte di una radicale intersoggettività e che non sono immerse nelle penombre del dolore, e della sofferenza. Gli abissi ghiacciati del cuore hanno bisogno di luce: partecipazione dell'interiorità degli altri, condivisione del dolore e di solidarietà, di capacità di ascolto e di sensibilità, di gentilezza, di amore e di intuizione. La cura è dialogo ed infinita capacità di ascoltare ed immedesimarsi. Le emozioni riempiono gli abissi senza fondo della nostra vita interiore e si rispecchiano senza fine nella vita interiore degli altri. L'affettività secondo Borgna è la struttura portante della cura: la vita emozionale riempie l'interiorità. La cura non può ridursi ad una mera somministrazione farmacologica. Chi di voi un giorno si troverà a confrontarsi con

anime ferite dall'angoscia e dalla disperazione, da deliri o allucinazioni, dovrà essere capace di decifrare cosa ci sia, cosa si riviva, nell'interiorità di chi sta male: emozioni ferite, sanguinanti (nel disagio mentale sono il pane quotidiano). Le ferite del cuore sono le ferite dell'anima: angoscia, disperazione, inquietudine, tristezza, estraneità, nostalgia, desiderio della morte. Non è facile lenire queste ferite. Quando la sofferenza scende nella nostra anima gli orizzonti della speranza e del futuro si oscurano. Il senso della vita, le cose che davano un senso alla vita, si incrina e la fatica di vivere cresce. Quando il dolore, la sofferenza, scende in noi con i suoi artigli crudeli, ogni contatto umano con gli altri da noi si fa impossibile. Tra noi e il mondo si innalza un muro invisibile. Cambiano i volti, si oscurano gli sguardi, ogni cosa si svuota di luce quando la tristezza scende nella nostra anima. "Il carattere irriducibile della sofferenza ha come esito finale quello d'arrestare la volontà. Affinché, giunto al limite, l'uomo tenda le braccia, fissi lo sguardo e attenda". Simon Weil. Questa è l'arresa. L'empatia è la capacità di immedesimarsi nell'altro: è un concetto limite, non possiamo essere l'altro, ma per lo meno possiamo avvicinarci, si basa sull'intuizione e intelligenza insieme, in sinergia. Le parole, i gesti, le attenzioni ... possono portare luce o gettare ombra nell'anima: possiamo ferire o possiamo curare. Chi volete essere dei due? Possiamo ferire o curare gli altri ma anche noi stessi: Shakespeare nel Macbeth dice "Dai al tuo dolore le parole che esige. Il dolore che non parla, in realtà sussurra ad un cuore troppo affranto l'ordine di schiantarsi".