

Psicoanalisi in treno



Annamaria Testa, esperta di comunicazione
16 aprile 2018 13.30

Salgo trafelata sul treno. Il vagone è pieno. Mi tocca fare lo slalom inciampando tra valigie e persone che si incrociano nel corridoio. Trovo il mio posto. Ci sono un soprabito e un bagaglio. Il tavolino è interamente occupato dalle carte, i libri e gli appunti di un tizio che se ne sta a capo chino e scrive, a mano, su un grande foglio.

Cominciamo bene, penso. “Scusi”, sussurro.

Il tizio alza lo sguardo e in un battibaleno sposta il bagaglio e tutto il resto, lasciandomi con millimetrica precisione e ammirevole senso di simmetria l’esatta metà di tavolino che mi spetta, né di più né di meno. Operazione non facile data la quantità delle carte. Riabbassa lo sguardo.

Così va meglio, penso.

Ma mentre prendo possesso della mia porzione di territorio, scaraventando con una certa soddisfazione computer e giornali sulla mia metà del tavolo, il tizio si riscuote.

“Lei è Annamaria Testa?”.

“Sì?” dico, aggiungendo un punto di domanda bello grosso. Non è che mi succeda ogni due per tre, di essere riconosciuta da qualcuno: di solito mi muovo nel mondo protetta da una confortevole trasparenza anagrafica, come qualsiasi mia altra coetanea che non sia la signora Macron.

“Lei si occupa di creatività e quindi dell’inconscio”, dice. “Abbiamo un interesse in comune”. Questa sì che è bella, penso.

Il tizio è psicoanalista e psicoterapeuta. Si chiama Nicolò Terminio. Lavora sulle dipendenze e sui nuovi sintomi. Sta andando a Roma per intervenire a un convegno: ecco il perché di quel grande foglio di appunti.

Mi rendo conto che ho un sacco di buoni motivi per trascurare i quotidiani (pessime notizie, peraltro) e cominciare a chiacchierare. Ma dopo poco la conversazione si trasforma in una sfilza di domande, e così accendo il computer e chiedo se posso essere io, a prendere qualche appunto.

Qui di seguito potete leggere alcune delle cose che ho imparato, in modo del tutto fortuito, nel corso di un viaggio tra Milano e Firenze. Del resto, un sacco di fatti interessanti si scoprono per caso.

Che c’entra la creatività con la psicoanalisi?

Il sintomo è l’espressione di una coazione a ripetere sempre gli stessi schemi. Una cura psicoanalitica cerca di trasformare un funzionamento ripetitivo in un funzionamento creativo. Provi a pensare all’inconscio come al campo magnetico che determina il comportamento della limatura di ferro sul tavolo, dandole forma. Noi non siamo padroni dell’inconscio, così come la limatura di ferro non è “padrona” del campo magnetico.

Restando in metafora: per modificare il campo magnetico, cioè per ottenere un risultato terapeutico, che si fa?

La psicoanalisi lavora sulle narrative. L’intervento terapeutico consiste nel cambiare la maniera in cui una persona parla del proprio modo di essere, e quindi pensa al proprio modo di essere, lo costruisce e lo rappresenta. La differenza di condizione tra persone che abbiano subito un trauma sta non tanto nella gravità del trauma in sé, ma nella possibilità di vivere o meno l’esperienza del flow, così come l’ha teorizzata quel tizio col nome impossibile.

Sì, certo: il flow, il flusso creativo *(a questo punto sfoggio il nome dell’autore, Mihály Csíkszentmihályi, e la pronuncia, che è, più o meno, Cìcksentmiai).*

Succede quando una persona si dimentica di se stessa ed è completamente assorbita, focalizzata e felice per quanto sta facendo.

Mentre il sintomo è un modo per tenere a bada l’inconscio, la terapia asseconda ciò che l’inconscio ha da dire. Lei sa che le nuove idee nascono quando la mente si trova libera di vagare, per esempio mentre stiamo guidando, preparando la cena o lavando i

piatti. Nel setting psicoanalitico, il metodo delle associazioni libere “manda il paziente a lavare i piatti”, ed è allora che si lavora creativamente sul sintomo, in una situazione di *flow*. Una persona va dall’analista per fare quell’esercizio lì: ricostruire e ricombinare elementi che costruiscono una nuova trama di senso.

Posso capire anche questo: Poincaré dice che creatività è combinare elementi esistenti in forme nuove e utili. E anche Umberto Eco parla di creatività come ars combinatoria.

C’è un altro punto importante. L’inconscio ha un linguaggio che si esprime non solo attraverso combinazioni di segni ma, per esempio, attraverso il ritmo del corpo. Una persona non si porta dietro solo quello che Freud per primo ha chiamato romanzo familiare, ma anche un lessico familiare, quello di cui scriveva Natalia Ginzburg, e le cui parole valgono per quello che evocano più che per quello che significano. Pensi, per esempio, a un uomo che, a differenza di come è solita chiamarlo la moglie, si sente chiamare dall’amante con il nomignolo che usavano sua madre e sua nonna quando lui era piccolo, e che evoca sensazioni di accudimento e felicità, che sono anche sensazioni fisiche. Lacan diceva che la parola è il segno assoluto, il significante prima che gli abbiano messo in bocca il sasso del significato.

Mmh... ma possiamo dire che la creatività è una medicina?

È, piuttosto, un modo di essere che cura. Non dobbiamo pensarla come un apparato esterno, o una pratica. Pensi a un uomo su un gommone: è un esempio che mi ha fatto una volta un mio paziente. Vuole andare da una piccola isola a un’altra, e a un certo punto si trova in mezzo al mare, e non vede più né da dov’era partito né dove vuole arrivare. Per essere creativi, anche in un setting terapeutico, dobbiamo salire sul gommone. Cioè, dobbiamo espropriarci di quello che crediamo di essere, senza sapere ancora che cosa potremmo essere: solo allora passiamo dalla ripetizione all’invenzione. In altre parole: dobbiamo distaccarci e affrontare qualcosa che è un buco nel sapere. Un modo di essere in cui si guarda a viso aperto ciò che ancora non si sa, e si ama ciò che non si sa. È un processo che lavora sul versante femminile.

Ehi, fermo, fermo... si comincia così, con un cenno a margine, e si finisce con far coincidere “femminile”, “spaesato” e “irrazionale”, confezionando un bel discorso sessista.

Tranquilla. Non è una questione di anatomia dei corpi, e nemmeno di genere. La psicoanalisi identifica come non creativa la logica fallica, secondo la quale il linguaggio ha l’ultima parola sulla vita e pretende di saturare tutto l’esistente. È la logica dell’avere e della competizione, e del pensare che c’è un individuo che si rivolge alla vita come se questa fosse un oggetto da possedere. È una logica di dominio. E, attenzione: molte donne seguono questa logica, e, perfino, molte donne applicano al corpo femminile uno sguardo che è squisitamente maschile. La logica della creatività, invece, è “femminile” in quanto generativa. Apprezza il mistero e ciò che si può solo evocare. E riguarda anche il lasciarsi essere il corpo che si è. Il maschio che va in analisi è quello che sperimenta il fallimento di una logica basata

sulla prestazione. Un paziente mi raccontava di aver nascosto la testa nel cuscino per evitare che la moglie lo vedesse piangere “come una femminuccia”. Ecco: in una logica maschile, e secondo gli insegnamenti del padre, quello che non si padroneggia è una minaccia alla propria identità. Essere capaci di salire sul gommone vuol dire saper vivere la propria emotività lasciandosi alle spalle quegli insegnamenti: non si riesce a essere creativi senza lasciarsi possedere e trasportare. Il *flow*, per la psicoanalisi, è quella cosa lì: lasciarsi possedere dal desiderio. Tra l’altro, i casi di impotenza maschile possono essere connessi proprio con la difficoltà a lasciarsi prendere da se stessi, e da una parte di se stessi che non si controlla. È quello, l’inconscio.

Lei prima ha citato Lacan.

Ho una formazione lacaniana. Ma si può essere lacaniani anche senza saperlo. Lei, per esempio, scrive alcune cose lacaniane.

Devo preoccuparmi? Non ho mai capito mezza riga di quel che dice Lacan.

Le discipline che si occupano del linguaggio, psicoanalisi compresa, sono diversi dialetti di una stessa lingua, che non esiste. Lei parla un dialetto differente da quello psicoanalitico, ma può dire le stesse cose. Per Lacan, il soggetto è un *parlessere* che prova a gestire il linguaggio, e fallisce quando trascura il ritmo del corpo e la musica del corpo. Parla di questo un bel testo sull’improvvisazione nel jazz e nella quotidianità. L’ha scritto Davide Sparti, che insegna a Siena.

D’accordo. La comunicazione non è solo linguaggio verbale. E il linguaggio analogico, quello dei gesti, del corpo, è più potente del linguaggio verbale. Tanto che, in caso di contraddizione tra messaggi, a vincere è quello espresso nel linguaggio del corpo.

Le faccio un altro esempio di vicinanza: nel tango, l’inciampo non è un errore, ma la sorgente di un nuovo movimento, inatteso e liberato dal ritmo. Per essere creativi bisogna amare l’inciampo: quello che è nuovo viene dall’ostacolo.

Anche il mio dialetto dice che alla base di un gesto creativo c’è sempre un trauma, un ostacolo e un desiderio.

Nel 1998, Aldo Carotenuto scrive un libricino importante. S’intitola Lettera aperta a un apprendista stregone. Carotenuto dice che, per l’analista, obiettivo di un lavoro di cura è trasformare una ferita in una feritoia: cioè ottenere la possibilità di affacciarsi alla vita in un modo nuovo. E dice che proprio attraverso la cura l’analista acquisisce e sviluppa il suo metodo. In sostanza, la psicoanalisi non è un’ortopedia del soggetto, che va “aggiustato”. Noi psicoanalisti siamo di fronte alla creatività del paziente come se fosse una pianta che sboccia. Non è che in tutte le sedute succeda questo, ma quando succede se ne accorgono entrambi, l’analista e il paziente.

Quanto spesso succede?

Ci sono vari gradi. Al termine della cura la trasformazione riguarda l’intero modo di

essere, ma possono esserci stadi intermedi in cui la persona impara, per esempio, a non drogarsi, o a non tagliarsi. Lo dico ancora: la ripetizione va intesa come sintomo, e in un'analisi si impara a essere creativi e a interrompere la ripetizione. Una persona finisce la cura quando è soddisfatta del suo cambiamento. Ma non ci sono criteri né check-list. L'importante, e qui torniamo al tango, è continuare a ballare.

Mi fa un esempio?

Parliamo di una cosa di cui mi occupo: le dipendenze patologiche. Già è un successo intercettare persone che sono tossicodipendenti da trent'anni, metterle in un contatto più profondo con la musica che hanno sempre sentito e coinvolgerle nel capire finalmente che cosa vogliono dire i testi inglesi delle canzoni. È un successo convincere un giocatore d'azzardo a rinunciare all'istante magico della vincita, e a sostituire il gioco con la ricerca dei funghi in un bosco, e l'istante con la scoperta del fungo. È un esempio vero. E la scossa può essere altrettanto potente: c'è un libro di Peter Handke che ne parla.

La ringrazio di questi racconti.

Provi a pensarci: in questo dialogo, lei ha sostenuto il ruolo dell'analista, mettendo me nella condizione di analizzare alcuni aspetti della mia esperienza. Io le ho parlato del mio sintomo, che è la psicoanalisi. E, insieme, cercando coincidenze tra dialetti diversi, abbiamo costruito un discorso che ha arricchito entrambi.