

SFORBICIANDO

CINQUE SAGGI DI PSICOANALISTI SULLA SOLITUDINE, LE FAMIGLIE DISGREGATE E IL RAPPORTO CON LA MADRE

QUEI MALI DELL'ANIMA: COME CURARLI

ALDO FORBICE



La solitudine perché è lacerante? La sofferenza per la perdita delle persone care è curabile? La psicoanalisi serve ancora? C'è rimedio allo sfascio delle famiglie? Si può convivere con una madre gravemente disturbante? A ciascun interrogativo corrisponde un saggio di esperti, psicologi, psichiatri, terapeuti. Si occupano di problemi che interessano tutti noi, a cui non sempre riusciamo a dare una risposta. Ecco perché quasi sempre siamo costretti a rivolgerci a chi "ne sa più di noi". "Solitudine" è il titolo del saggio di John T. Cacioppo e William Patrick (il Saggiatore). Il primo autore è uno psichiatra molto apprezzato, docente all'Università di Chicago; il secondo è uno scrittore ed editor alla Harvard University Press. La solitudine, osservano i due analisti, non è una sensazione ineflabile ma è qualcosa di ben radicato nella nostra biologia,

che coinvolge tutto il nostro corpo: dalla circolazione del sangue alla trasmissione degli impulsi nervosi. In particolare, gli autori hanno trovato la soluzione nel "terzo adattamento": i fattori decisivi del successo riproduttivo dell'uomo si fondano sull'empatia, sulla cooperazione e sui legami sociali. Se ci si priva dello scambio con gli altri si provoca uno strappo nel tessuto genetico, invadendo direttamente il campo delle emozioni. Una cosa è certa: la solitudine è una "malattia" del nostro tempo. E, dopo aver letto questo saggio, nessuno vorrà rimanere solo. Provare per credere.

"Giorni di dolore" è il titolo del secondo saggio scritto da due autorevoli psichiatri (l'italiano Michele G. Sforza e lo spagnolo Jorge L. Tizón (Mondadori). Quando viene a mancare una persona cara soffriamo intensamente per settimane, mesi o anni. Come è possibile riprendere il controllo della propria esistenza? I due psicoanalisti hanno individuato la "ricetta" più importante per il dolore provocato da un lutto: il dialogo, il contatto umano, far emergere e offrire allo sguardo di chi ci sta vicino le

difficoltà che troppo spesso, invece, trattiamo come malattie o disturbi inconfessabili. Questo saggio spiega, raccontando tanti casi clinici, che col dolore si "cresce" psicologicamente e che soprattutto è possibile superarlo.

Lo psichiatra Paolo Crepet parla invece della crisi delle famiglie, nel suo saggio "Sfamiglia" (Einaudi). Vengono analizzati i nostri comportamenti quotidiani all'interno del nucleo familiare, cioè quelle "sfamiglie" di oggi, quelle che passano insieme non più di 40 minuti al giorno, quelle dove i genitori sembrano arrendersi, concedere tutto ai figli, compresi gli og-

getti griffati e costosi, per paura di sentirsi rifiutati o semplicemente per senso di colpa. Educare, osserva Crepet, significa "accompagnare", voler rischiare di credere nell'altro, avere coraggio, proprio come amare.

Slavoj Žižek in "Leggere Lacan" (Bollati Boringhieri) cerca di dare una risposta alla ricorrente domanda (retorica) sulla presunta morte della psicoanalisi. L'autore, un sociologo, ma soprattutto un filosofo dell'Università di Lubjana, argomenta in modo approfondito e originale, l'at-

tualità del pensiero di Lacan. Non solo, ma Žižek utilizza citazioni del maestro della psicoanalisi come chiave di lettura di altri testi filosofici e letterari, di fenomeni della contemporaneità, di manifestazioni della cultura pop: dalla politica estera Usa, all'ultimo Kubrick, da Shakespeare a Nietzsche. Insomma, secondo lui, la psicoanalisi non è solo uno strumento terapeutico, ma anche una "pratica" per mettere l'individuo a confronto con la dimensione più radicale dell'esistenza umana. Infine, Enrichetta Buchli, psicoterapeuta milanese, affronta, nel saggio "Io non amavo mia madre" (Antigone Edizioni), il difficile rapporto con la madre, secondo l'esperienza di alcuni casi clinici. In particolare viene studiata a fondo in ogni fase, l'esperienza dolorosa di una docente in una università americana, alle prese con il lacerante rapporto con una madre gravemente disturbante. L'autrice-analista segue da lontano, passo dopo passo, questa terapia analitica, scrivendo riflessioni intense che colpiscono profondamente. Ne è scaturito un avvincente saggio-romanzo che coinvolge il lettore totalmente, senza lasciargli il tempo di alzare la testa dal libro.

L'ELEBORAZIONE
DEL LUTTO IN
«GIORNI DI DOLORE»
DI SFORZA E TIZÓN

