

Nicola Ghezzani

La mente distopica

Derealizzazione,
depersonalizzazione e
angoscia esistenziale

FrancoAngeli

PSICOTERAPIE



Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con **Adobe Acrobat Reader**



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile **con Adobe Digital Editions**.

Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella homepage al servizio "Informatemi" per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità.

Nicola Ghezzani

La mente distopica

Derealizzazione,
depersonalizzazione e
angoscia esistenziale

FrancoAngeli

PSICOTERAPIE

In copertina: Édouard Manet, *White Lilacs in a Glass Vase*, 1882

Copyright © 2022 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Un segreto condiviso con molti fortifica, tanto quanto nuoce un segreto meramente personale, il quale opera come una colpa tagliando fuori l'infelice possessore dalla comunità degli altri uomini.

Carl Gustav Jung, *I problemi della psicoterapia moderna*

Qual è lo scopo della tua filosofia? Mostrare alla mosca la via d'uscita dal barattolo di vetro.

Ludwig Wittgenstein, *Tractatus logico-philosophicus*

Indice

| | | |
|---|------|----|
| 1. Derealizzazione e depersonalizzazione | pag. | 9 |
| Un'esperienza personale | » | 9 |
| Il peggioramento | » | 13 |
| Il volo dell'Io | » | 17 |
| 2. Verso la guarigione | » | 22 |
| L'incontro con Silvano Arieti | » | 22 |
| Verso la guarigione | » | 25 |
| La fine dell'illusione | » | 27 |
| 3. Diagnosi e terapia | » | 31 |
| Un fenomeno sempre più diffuso | » | 31 |
| Due strane esperienze | » | 32 |
| L'ideologia del DSM | » | 34 |
| Diagnosticare con esattezza | » | 36 |
| La funzione del sintomo | » | 38 |
| Due esempi | » | 41 |
| Cosa accade nel cervello | » | 43 |
| Approcci organicisti e psicoterapia dialettica | » | 45 |
| Sintomi di primo e secondo livello | » | 46 |
| 4. Storia di Denis | » | 50 |
| Uno strano incidente | » | 50 |
| Storia di una vita | » | 51 |
| Nel paese dei ciechi | » | 54 |

| | |
|---|---------|
| 5. Il mondo sommerso delle emozioni | pag. 59 |
| La velocità delle emozioni | » 59 |
| Generalizzazione e incitamento | » 63 |
| Emozioni, coscienza morale e disadattamento | » 66 |
| L'autoregolazione. Come nasce il sintomo | » 70 |
| 6. Infinitudine. Il mal d'infinito | » 73 |
| L'emozione dell'infinito | » 73 |
| Dafne | » 76 |
| Il panico dell'infinito | » 78 |
| 7. Storia di Selene. La mente distopica | » 81 |
| La figlia docile | » 81 |
| La regressione funzionale | » 83 |
| La mente distopica | » 86 |
| 8. Storia di Yari. Narcisismo oppositivo e alienazione dell'Io | » 90 |
| Una storia drammatica | » 90 |
| Un ragazzo difficile | » 92 |
| Resurrezione | » 94 |
| Un messaggio inatteso | » 96 |
| 9. Bambini docili e bambini difficili. Tipologie caratteriali | » 99 |
| Tipi neuropsicologici | » 99 |
| Bambini docili, bambini difficili | » 105 |
| Caratteri, predisposizioni, ambienti | » 108 |
| La difesa dissociativa | » 110 |
| 10. Guarire la vita. Strategie di individuazione | » 117 |
| Ricchezza e miseria della mente umana | » 117 |
| La situazione | » 120 |
| Il conflitto psicot dinamico | » 124 |
| Le ragioni del sintomo | » 125 |
| Microstoria e trasformazione strutturale | » 129 |
| Elenco degli strumenti | » 132 |
| Comunità neuropsicologiche | » 133 |
| Bibliografia | » 139 |

1. Derealizzazione e depersonalizzazione

Un'esperienza personale

Molti anni fa, da ragazzo, soffrii di una sintomatologia misteriosa, che mi sconvolse la vita. Avevo diciotto anni e il disturbo perdurò fino ai ventidue. Dapprima furono sensazioni piacevoli: la scena di fronte a me, sia in casa che fuori, presentava colori fosforescenti, soprattutto la sera. Il tempo rallentava e mi pareva di essere immerso in una sorta di beatitudine nella quale l'io si dissolveva come un granello di sale nell'acqua. Il rapporto con me stesso e col mondo era affatto diverso dal solito. Tutto era più vago e confuso, eppure una sorta di stupefatta serenità pervadeva ogni cosa. Immerso in una liquida luminescenza, non mi sentivo oppresso da alcunché, né di conseguenza ero spinto ad agire.

Tenni questa strana sensazione per me, come un segreto da non raccontare a nessuno e la classificai come "estasi". Ne ero affascinato. Era una sensazione sottile, quasi ineffabile, e più volte cercai di afferrarla nei miei dipinti e nelle mie poesie. Era dolce, e se fosse durata così non sarebbe stata un gran danno.

Purtroppo, circa un anno dopo le cose peggiorarono.

Cominciai a vedere il paesaggio urbano come se fosse una quinta di teatro, una scena dipinta, completamente artificiale. Mi pareva disegnato su una superficie piatta e inconsistente. Io camminavo al suo interno senza riuscire a sentire la sua realtà, il suo spessore, come se il mio stesso io fosse divenuto a sua volta un'astratta irrealtà. Infine ebbi la sensazione – impressionante – che le persone intorno a me fossero artificiali anch'esse, false, svuotate di consistenza, a tratti persino morte. Più

volte mi sorpresi a osservarmi dall'esterno, a saggiare la densità della mia voce, come fosse un suono o un rumore estraneo, a pronunciare le parole e le frasi come se si componessero da sole e io potessi solo ascoltarle. Un paio di volte ebbi una visione autoptica, cioè vidi il mio corpo dall'esterno mentre il mio soggetto visivo, il mio sguardo, era lontano da esso; altre volte lo percepì diffuso nell'ambiente circostante, sicché potevo osservare la scena da più angolazioni. Nel complesso, ciò che siamo soliti chiamare "Io" non era più in relazione immediata con la realtà, ma vi assisteva come se fosse divenuto un semplice spettatore, incapace di alcuna interazione con essa. La realtà del mondo e quella corporea si svolgevano come le scene di un teatro assurdo, senza significato, estraneo a qualunque azione personale, che risultava anch'essa assurda e paralizzata. L'"Io" era costretto in una sorta di confusa impotenza, sia cognitiva che pratica.

Mi rendevo conto che le sensazioni che sperimentavo non potevano più essere classificate semplicemente come "strane". Dovevo ammettere che erano "alterate" e, dato il grado di sofferenza che m'inducevano, dovevo altresì classificarle come "malate".

A quel punto mi resi conto che stavo male e che non avrei più dovuto nascondere la mia condizione, né cercare di gestirla da solo come avevo fatto fino a quel momento. Decisi di farne partecipe mio padre. Brindisi, la nostra città di residenza, era poverissima di servizi specialistici e quei pochi esistenti non raggiungevano mai un livello culturale dignitoso. Su mia richiesta, operando per quanto gli era possibile, mio padre mi procurò un paio di nominativi di specialisti. Feci allora due incontri con due psichiatri, un professionista maturo e distinto e una giovane alternativa. Entrambi mi ascoltarono, fecero finta di capirmi, ma in realtà non seppero letteralmente che pesci pigliare.

Il primo, un uomo di grossa taglia e di atteggiamento scherzoso, mi ricevette nel suo studio, in camice bianco, e minimizzò alludendo alla mia sensibilità artistica. Aveva pensato a un colloquio leggero o comunque discernibile, a qualcosa di banale relativo all'ansia, ai sentimenti o alla sessualità. Quando mi sentì descrivere i miei sintomi, rimase sconcertato. Con le sue guance rubizze provò a riderne con me. La buttò sulla mia sensibilità artistica e sul fatto che dipingessi. Nondimeno mi prescrisse degli psicofarmaci, per l'esattezza delle benzodiazepine. Per la prima volta nella mia vita assunsi delle sostanze che alteravano il pensiero, e ciò aumentò la mia sensazione di estraniamento.

La seconda specialista era una giovane psichiatra alternativa, che mi ricevette in modo semplice e dimesso in casa sua. Dapprima m'intrattenni col padre, un amico di mio padre, e con un bimbo di un paio d'anni, nel salotto di casa. Poi venni fatto accomodare nello studio. La donna mi ascoltò con un'attenzione distratta e superficiale e in meno di mezzora pensò di potermi classificare come un "caso filosofico". Mi disse: «Non c'è niente di strano nel fatto che Lei pensi che la realtà è incerta e che le persone sono false; se vuole le faccio leggere dei libri sulla filosofia indiana, che dicono esattamente la stessa cosa». Permeata di cultura New Age, riteneva in buona fede che la lettura di un libro sulla relatività della realtà mi avrebbe guarito.

Brindisi non era una città adeguata alle mie esigenze.

Ma non molto meglio mi andò a Pisa, dove mi trasferii per studiare medicina. Gli episodi dissociativi si erano nel frattempo intensificati: li sperimentavo dalla mattina alla sera. Chiesi informazioni a un amico pisano (che aveva un fratello laureato in Filosofia e aveva fatto una psicoterapia) e su sua indicazione mi recai da un'anziana terapeuta della Gestalt.

Era una donna asciutta e severa, che mi ricevette in un elegante appartamento borghese. Della donna mi colpì il movimento rapido e costante con cui spostava gli occhi, da un punto a un altro, come se avesse un tic, e l'attenzione seria e perplessa con cui mi accolse. Facemmo un colloquio di un'ora al termine del quale non mi diede alcuna interpretazione, ma mi informò che avremmo potuto cominciare la psicoterapia solo da lì a qualche mese. Infine, perplessa per il mio aspetto da studente squattrinato, mi comunicò il costo della singola seduta, una cifra abbastanza alta da scoraggiarmi. Anche con lei ebbi la sensazione di aver creato un certo imbarazzo: la risposta che mi aveva dato (i mesi di attesa e il costo elevato) non aveva altro scopo che eludere la mia richiesta. Neanche lei – matura ed esperta psicoterapeuta – era in grado di capirmi. E in fondo non le interessava: aveva raggiunto il suo status e vi si era arroccata dentro come in un castello medioevale, con una certa sospettosa alterigia. Mi deluse e non seppe mai che avrei potuto permettermi tranquillamente quella cifra, per lei tanto elevata. Non la cercai mai più, perché una psicoterapeuta cinica e irritabile avrebbe confuso ancor più i miei pensieri, rendendomi inintelligibili le linee del mio destino.

Non mi furono di grande aiuto neanche le lezioni di Psicologia medica. Con Biologia e Genetica, quelle lezioni furono uno dei pochi in-

segnamenti che frequentai con un certo interesse. Ricordo ancora il docente: un uomo di poco meno di cinquant'anni, giovanile e piacevole, ma intimamente angosciato – come quasi tutti gli intellettuali pisani che conobbi quell'anno. Ricordo una sua bizzarra lezione nella quale si chiedeva se, educati all'omosessualità da un regime dispotico, tutti i bambini sarebbero effettivamente diventati omosessuali. La sua risposta fu che qualcuno lo sarebbe diventato, altri no. Lo disse con un'espressione di dolore stampata sul volto. Evidentemente per lui l'educazione all'omosessualità era l'immagine più atroce della violenza che un essere umano potesse infliggere a un altro essere umano. Rimasi stupito del fatto che quell'uomo, pur così colto, non capisse che il massimo dolore per l'essere umano non è un fatto piuttosto che un altro, ma lo stato di isolamento persecutorio, cioè di esclusione, che gli può essere inflitto dagli altri o da se stesso a causa dell'incomprensione, della vergogna e della colpa. L'esame andò benissimo, ma ci separammo nella più totale estraneità, lui serrato nel bozzolo protettivo della sua gelida angoscia, io nel mio stupefatto sentimento di solitudine.

Quattro professionisti, quattro delusioni. Ciascuno di loro se ne stava chiuso nel suo sogno, al calduccio della sua specifica e rassicurante forma di normalità: nei loro ruoli istituzionali da dipendenti pubblici o nelle sicurezze di un'attività privata di successo. Nessuno di loro era uscito dal suo piccolo sogno personale per avventurarsi in un viaggio che lo avrebbe condotto fino alle radici dell'identità, dove avrebbe scoperto la precarietà di tutte le certezze.

Come ha giustamente detto Carl G. Jung (1929):

Non giova affatto a chi cura difendersi dall'influsso del paziente, avvolgendosi in una nube di autorità paternalistico-professionale: così facendo, egli rinuncia a servirsi di un organo essenziale di conoscenza. Il paziente esercita lo stesso, inconsciamente, la propria influenza sul terapeuta e provoca mutamenti nel suo inconscio: quei perturbamenti psichici (vere lesioni professionali) che sono ben noti a tanti psicoterapeuti, e illustrano clamorosamente l'influenza quasi "chimica" del paziente [...]. Esistono nel rapporto fra terapeuta e paziente fattori irrazionali che operano una reciproca "trasformazione", alla quale la personalità più forte, più stabile, dà il colpo decisivo.

Per quanto diversa fosse la loro estrazione sociale e la loro formazione culturale, nessuno di questi maturi professionisti aveva un reale desiderio di essere coinvolto in un processo terapeutico, o perché non ne era capace o perché ne aveva paura: un reale ingaggio terapeutico avrebbe

significato mettere in gioco la propria personale alienazione, la propria specifica forma di adattamento alla realtà.

Ma la sofferenza mentale, al novanta per cento, riguarda eccellenze morali e intellettuali sviate dal loro sviluppo ottimale e necessita pertanto di guaritori alla sua altezza. Guaritori che desiderino essere coinvolti in un'avventura esistenziale che non ha fine. L'attività clinica al suo meglio si manifesta in un intenso impulso di ricerca e un'inflexibile vocazione alla trasformazione di sé e del mondo.

Il peggioramento

A Pisa, la mia vita sociale si riempiva di contatti: la curiosità degli incontri e il piacere di stare in compagnia non venivano fermati nemmeno dal muro dei sintomi, che si dimostrava così penetrabile. Era tuttavia un piacere atono, puramente intellettuale, che non mi toccava sul piano emotivo.

Di questa condizione di plumbea apatia avevo contezza ogni volta che uscivo dal Toniolo, il pensionato universitario in cui abitavo. Fatti pochi passi, incontravo una fontana circondata da una grande vasca, dove dimorava una famiglia di pesci che potevano raggiungere le dimensioni di venti o trenta centimetri. Li vedevo fluttuare lentamente nell'opaca mota verdastra, boccheggiare e aprire le branchie dorsali emettendo minute bollicine di ossigeno. Osservandoli, l'ambiente intorno a me e la percezione del tempo mutavano: il paesaggio diveniva grigio e liquido, il tempo, pietrificato, scorreva con una lentezza degna delle ere geologiche dalle quali quei pesci erano emersi. Indagati da vicino, sembravano creature paleontologiche appartenenti a un mondo alieno, estraneo a quello della quotidianità corrente.

Avvertivo una misteriosa risonanza fra la vita di quegli animali e noi esseri umani. Non eravamo diversi da loro: eravamo anche noi come pesci privati del mare, dei fiumi e dei laghi, chiusi dentro una vasca senza orizzonte, separati dal resto del mondo. Eravamo stati derubati del nostro desiderio. Qualche evento catastrofico inaccessibile alla coscienza ce l'aveva sottratto, lasciandoci inerti e prigionieri come pesci in una vasca, come fantocci senza vita, come sagome disegnate cui era stata negata ogni umanità.

Un sentimento simile, ma più inquietante, lo avvertii in sala settoria,

dove gli studenti di Medicina potevano assistere a didascaliche lezioni di anatomia sui cadaveri. Quel giorno era steso sul lettino un uomo magro, anziano, di un'età indefinibile fra i settanta e gli ottant'anni. Aveva i capelli bianchi, il viso smunto velato da un'ombra di barba grigiastra. In piedi accanto a lui, il medico anatomopatologo scopriva gli organi del torace attraverso sottili fenditure aperte con la lama del bisturi usato a modo di paletta. Una quindicina di studenti, fra cui io, stavano ammassati intorno alla scena. Io non ero affatto entusiasta di partecipare a quel rito e non solo mi tenevo in disparte, ma la dissociazione raggiunse in quella gelida ora uno dei suoi picchi più alti. Stavo lì e osservavo la scena, ma non ero più un ragazzo di vent'anni di fronte a un cadavere dissezionato, ero divenuto qualcos'altro: ero un occhio astratto e impersonale come quello di un turista di fronte al quadro di Rembrandt *La lezione di anatomia del dottor Tulp*. Osservato dall'esterno, potevo apparire imperturbabile; ma nel fondo dell'anima un senso di sgomento sgusciava inquieto come un'anguilla. La confusione tra il vivo e il morto, possibile quando un cadavere è ancora integro, mi colpiva alla bocca dello stomaco, ma come se fra i miei occhi e i miei intestini vi fosse una distanza infinita. Sentivo tutto, con una sorta di intensità surreale, ma non avrei saputo dire *che cosa*. Se un morto poteva essere chiamato in vita a partecipare alla lezione mettendo a disposizione i propri organi, forse anche un vivo poteva essere trattato come un morto e reso oggetto di sperimentazioni. Forse un'implacabile autorità morale, sorda ai miei sentimenti, stava verificando se io potessi diventare davvero un medico, qualcosa di completamente diverso da ciò che sin da bambino avevo sempre desiderato. Come in un servizio militare, quell'autorità invisibile mi chiedeva di *partecipare, partecipare a qualunque costo*, mentre le mie viscere si rivoltavano a quell'idea.

Al pensionato Toniolo, dove abitavo, mi presentavo sempre in modo distinto – diversamente da come avrei fatto un anno prima o un anno dopo – sia negli abiti che nel portamento. Ma fuori frequentavo gli amici fuorisede in appartamenti confusi e disordinati. Ricordo Felicetta, una mia cara amica conosciuta in facoltà, che una sera mi pregò di restare a dormire da lei: Nur ad-Din, un suo *carissimo* amico palestinese – aveva cercato di violentarla.

In quel drammatico periodo non riuscivo a integrare il flusso contraddittorio delle emozioni. Da un lato c'era il ragazzo compito, lo studente di medicina che inseguiva il sogno borghese di un'integrazione sociale

professionale; dall'altro, con i miei giornali di area extraparlamentare sottobraccio, potevo sembrare un pericoloso ribelle – un personaggio che mi riguardava ancor meno del giovane medico. Non ero né uno spirito borghese attratto da uno status privilegiato, né un rivoluzionario animato da un progetto eversivo. Ma nemmeno avrei saputo dire esattamente che cosa fossi, non essendo guidato da emozioni coerenti.

Di questa confusione faceva le spese anche il mio rapporto col genere femminile. Non ero mai stato fino ad allora un tipo casto, né tanto meno lo sarei stato dopo. Ma quell'anno pisano fu un anno di incoercibile santità.

Ebbi un lungo e confuso flirt con una ragazza del posto, anche lei studentessa in medicina, Patrizia. In realtà Patrizia era divisa in due: una parte “saggia”, incarnata dalla sua amica del cuore, Giorgia, una ragazza bruna e di piccola statura, con la quale facevo lunghe chiacchierate; e una parte “estetica”, rappresentata da lei stessa, una ragazza alta, decisamente bella, ma irrimediabilmente ingenua, a tratti un po' vacua. Con la prima parlavo, con la seconda amoreggiavo. Lasciai Patrizia quando un giorno Giorgia, coccolandomi, mi disse: «Allora, Nicola, ti sei innamorato di Patrizia, vero?». La domanda mi risvegliò dal confuso torpore morale in cui mi trovavo e il giorno dopo chiusi la relazione.

In quello stesso periodo mi innamorai, in modo platonico, di una ragazza iraniana che incontravo a lezione. Spesso sopraggiungeva in aula circondata da un drappello di corteggiatori. Io facevo in modo di arrivare tardi per vedere dove era seduta, quindi prendevo posto vicino (mai accanto perché i posti più contesi erano già occupati da due gelosi angeli custodi). Lei aveva imparato a riconoscermi e ci eravamo simpatici. Spesso intervenivo nelle loro chiacchiere o lei stessa, vedendo che ero attento, mi rivolgeva una domanda. Era una ragazza bellissima, dal viso sottile e la carnagione ambrata, i capelli nerissimi e lunghi, lisci come la seta e molto curati, le linee dei grandi occhi bruni disegnate anch'esse di nero. Era di classe elevata (la classe della corte dei Pahlavi), si muoveva con astratta eleganza e parlava correntemente italiano, inglese e francese, oltre che naturalmente il *farsi*, cioè il persiano. Un giorno al mio sentimento di attrazione si aggiungevano uno stato depressivo e una sensazione di gelido distacco dalla realtà. Ero seduto alla sua sinistra, una fila sopra di lei. Non stavo bene, e quando presi a parlare mi accorsi che la mia voce non era più collocata esattamente nel mio corpo e quindi nel mio Io, ma era, per così dire, diffusa intorno a me, come provenisse

da una fonte esterna, fluiva molto lentamente e aveva un tono di singolare profondità; come se ciò non bastasse, anche gli argomenti di cui la voce parlava non facevano capo al mio Io. O meglio, ero io a sceglierli e a organizzarli, ma nel momento in cui uscivano da quella fonte extracorporea mi apparivano estranei, incredibilmente fluidi e bene organizzati, come se la voce non dovesse cercare i concetti, ma fosse piuttosto impegnata nella lettura di un libro ben scritto, prezioso e antico.

La ragazza fu stupita di quel tono ieratico. Bisogna immaginare la scena, per alcuni aspetti buffa: ero un ragazzo di vent'anni, piuttosto alto per la media di allora, tonico e asciutto, con la pelle abbronzata, gli occhi marrone, i capelli neri e una barba ancor più nera e lunga e molto curata. Il mio distacco e la mia astrattezza, dovuti alla derealizzazione, avevano una certa somiglianza con la compunta serietà dei maschi iraniani. Suppongo che la ragazza fosse attratta da questo mio aspetto vagamente mediorientale e dalla mia posa austera. Ma quel giorno la serietà era davvero troppa e il mio tono troppo ispirato. Lei ne fu colpita in senso negativo e ne avvertii la perplessità. In preda all'imbarazzo, il giorno dopo mancai alla lezione. In seguito, non la cercai più.

Dunque, mentre con Patrizia coltivavo l'idea di un'ambizione modesta, contenuta nei confini di un'integrazione borghese, con l'iraniana aveva ceduto al fascino dell'esotico: una fantasia di sfida sociale e di rivoluzione dell'identità che mi turbava a tal punto che i sintomi avevano dovuto sabotarla.

Quegli anni furono duri. La mia fortuna fu che avevo avuto un'infanzia esuberante e un'adolescenza curiosa durante la quale avevo letto e studiato moltissimo, avevo scritto e dipinto acquisendo una logica filosofica e artistica; quindi disponevo di un fitto tessuto di simboli che dava unità e coerenza alla mia mente. Grazie a questa caratteristica, rara in ragazzi della mia età, potevo opporre la forza dell'intelletto a ogni possibile esperienza di panico: un'interpretazione istantanea – una sorta di fulminea *intuizione* – mi consentiva di fermare il panico sciogliendo l'enigma del momento (sebbene non quello generale). Questa mia istintiva intuizione mi consentì di capire che il morto in sala settoria era una metafora della nostra condizione umana di oggetti nelle mani altrui e che gli esseri bidimensionali che vedevo intorno a me rappresentavano l'insensatezza della vita umana quando non sia diretta da uno scopo intimamente sentito.

Grazie a intense e fulminee intuizioni riuscivo a capire che io stesso

– io per primo – ero alienato dalla mia vita e che bidimensionale era il ruolo sociale che cercavo di assumere. Non disponevo delle emozioni in grado di rivelarmi questo stato di alienazione, perché mi erano state sottratte dalla dissociazione, ma col simbolo ero in grado di pensare quasi tutto: il disgusto per quei morti viventi che mi sembravano gli adulti integrati; il disagio e la rabbia per il vuoto che avvertivo nella vita di tutti. Come se si fosse aperta una faglia nella crosta terrestre, le emozioni, simili a una sostanza liquida, erano tutte rifluite nell'inconscio, dove si erano inabissate. Ma da lì, da quelle profondità, non cessavano di perturbare la mia coscienza, che veniva sistematicamente sfidata.

Ero alienato a me stesso. Contro ogni mio più intimo desiderio, ero prigioniero di una facoltà universitaria e di un progetto di vita ai quali avevo aderito per mera convenzione. Mio padre e mia madre mi avrebbero accettato comunque. Mi avrebbero accettato come professore di liceo, vista la mia attitudine agli studi, o come giornalista, visto che l'avevo già fatto per un paio d'anni, o come architetto e designer, visto che ero portato alla cultura visuale. Mi avrebbero accettato anche come artista, data la mia esuberanza, e lo avrebbero fatto senza battere ciglio. Ero io che non potevo legittimare dentro di me nulla che somigliasse all'intensa ribellione vissuta nell'adolescenza, nulla che rievocasse l'istanza di cambiamento radicale che avevo dolorosamente vissuto e faticosamente rimosso.

Il volo dell'Io

Poi un giorno, entrando in aula magna per una lezione, ebbi una percezione prima d'allora inconcepibile, che accolsi con la stessa stupefatta apatia con cui accoglievo ormai ogni cosa.

«D'un tratto il mio io è volato in alto sul soffitto dell'aula e ha osservato ogni cosa, da lassù, con immensa tristezza». Questa frase mi è rimasta scolpita nella memoria, scritta sul mio fittissimo diario del 1976, poi gettato via. In quella pagina descrivevo un fenomeno psichico alquanto singolare, anch'esso associato alla depersonalizzazione, che mi è occorso in modo così nitido un paio di volte nella vita. L'episodio pisano del '76 fu il primo e fu connotato da un sentimento di stupore e di intensa malinconia.

Ero seduto nell'aula magna della facoltà di Medicina e assistevo a una

lezione. Ed ecco che d'un tratto il mio Io volò in alto separandosi dal corpo. Per meglio dire: la mia coscienza si trasferì all'altezza dell'altissimo soffitto del locale, come se avesse preso il volo, e da lì prese a osservare ogni cosa «con immensa tristezza». Ma ciò che era più stupefacente fu che da quella posizione “io” vidi me stesso o, per meglio dire, il mio soggetto visivo vide il mio corpo, seduto là dove di fatto era, cioè al banco, intento ad assistere alla lezione. Mi ero scisso e mi percepivo dall'esterno. La mia “anima” osservava da lontano il suo “corpo” inconsapevole dell'evento.

Si trattò di un episodio singolare, ma non così raro come si potrebbe credere. C'è tutta una letteratura che ne parla, sia popolare (una narrazione ingenua di episodi simili, talvolta associati alle “esperienze di pre-morte”) sia scientifica, soprattutto di matrice antropologica. Fu di fatto una *esperienza extracorporea*: in quella manciata di minuti, non più di un paio, mi osservai da fuori del mio corpo. Cosa che su un piano psicologico, e soprattutto neuropsicologico, è del tutto plausibile perché la percezione cosciente della realtà non è altro che una costruzione mentale: gli organi di senso recepiscono stimoli fisici che inviano al cervello, il quale “costruisce” la scena come in un film e la invia a sua volta alla coscienza. La coscienza è immersa in una rappresentazione mentale dell'ambiente. Dunque, la realtà è, per così dire, una “costruzione” e quindi anche una “convenzione” alla quale ci adattiamo non solo a ogni risveglio, ma momento per momento, in ogni istante della giornata. La cosa è ben dimostrata dai sogni: sogniamo di essere degli uccelli e di volare, oppure di camminare sul soffitto, oppure che siamo un bambino di sei anni che gioca e allo stesso tempo un vecchio novantenne che osserva la scena, o percepiamo il cugino M. e la zia L. in una sola persona... Violiamo ogni regola di spazio e di tempo. Poi ci svegliamo ed ecco che come per magia il nostro Io rientra nel suo corpo e si muove in un mondo logico e coerente!

Dunque, nella scena mentale che rappresentava la realtà, la mia mente aveva posto il mio Io (ossia il soggetto cosciente) a distanza dal mio corpo (l'oggetto conosciuto) perché l'Io potesse osservarsi dall'esterno. L'aula magna aveva la forma di un anfiteatro, sicché gli studenti entravano dalla parte alta delle scalinate per poi scendere giù in basso verso i sedili, in direzione della scena. Probabilmente avevo memorizzato l'ambiente entrando in aula, cioè dall'alto. Non di meno, ciò non basta a spiegare l'evento, perché la posizione in cui il mio Io si era trovato nella

visione autoptica *era molto più in alto*. L'unica spiegazione razionale è che la mia mente avesse costruito un modello dell'aula e avesse poi collocato il mio Io, di suo arbitrio, vicino al soffitto. Suppongo che ciò sia quanto ci accade sempre, in qualunque luogo e in qualunque circostanza; ma non ne siamo coscienti. Ritengo che il fenomeno della collocazione normale e di quella ectopica siano universali.

In uno dei suoi illuminanti studi di storia delle religioni, Mircea Eliade (1957) scrive:

È probabile che il tema mitico-rituale “uccello-anima-volo estatico” fosse già costituito in epoca paleolitica. Tutto un insieme di simboli e di significati che hanno relazione con la vita spirituale *e soprattutto con i poteri dell'intelligenza* prova che il desiderio di libertà assoluta fa parte delle nostalgie essenziali dell'uomo. La creazione infinitamente ripetuta di questi innumerevoli Universi immaginari in cui lo spazio è trasceso e il peso abolito, la dice lunga sulla vera dimensione dell'essere umano. Un tale desiderio di liberarsi dai propri limiti, sentiti come una decadenza, e di reintegrare la spontaneità e la libertà, dev'essere posto fra le note specifiche dell'uomo.

Nella letteratura mitologica e religiosa, i sovrani, gli yogi, i maghi, gli alchimisti, i santi possono volare perché hanno trasceso la comune condizione umana e hanno raggiunto la piena libertà: il contatto diretto col divino li rende superiori agli esseri umani comuni.

Per millenni, i miti religiosi hanno attribuito agli individui sacri il potere di una libertà assoluta, quindi anche del volo. Oggi possiamo dare dell'immagine del volo una diversa interpretazione. Il movimento in alto o in orizzontale ci consente di dare una metafora, cioè una forma emozionale, all'*intelligenza*, libera di muoversi nello spazio e nel tempo. L'intelligenza ci aiuta a muoverci ovunque, fornendoci di un sentimento di libertà assoluta. In un contesto non religioso e non psicopatologico, la liberazione mentale della mente dal corpo indica la nostra straordinaria potenzialità di immaginarci altrove nello spazio e nel tempo, e di fare altrettanto con qualunque oggetto. Nel caso dell'osservarci dall'esterno potremmo dire che un Io numero 2 sta osservando un Io numero 1; cioè che un momento di coscienza successivo, più avanzato, osserva il momento precedente. Allo stesso modo, un Io posto altrove, osserva e giudica l'Io posto qui. Dislocandosi nello spazio e nel tempo l'Io oggettiva se stesso, si osserva e si conosce, quindi opera una revisione.

Mentre sto scrivendo queste righe alzo gli occhi e osservo la luce che filtra dalla finestra: è una giornata grigia. Mi immergo in essa e penso