“Incontrare l’assenza”. Un saggio di Massimo Recalcati

di Gianni Cioli • Massimo Recalcati, è uno psicoanalista tra i più noti in Italia, è membro dell’Associazione lacaniana italiana di psicoanalisi ed è insegna Psicopatologia del Comportamento Alimentare presso l’Università degli Studi di Pavia. È autore di testi sul disagio psichico tradotti in diverse lingue.

Il suo agile libro, Incontrare l’assenza. Il trauma della perdita e la sua soggettivazione (Asmepa edizioni, Bentivoglio, BO, 2016), è la trascrizione rivista dall’autore dell’Intervento in occasione un Master in Cure Palliative e Terapia del Dolore per Psicologi organizzato dall’Università di Bologna in collaborazione con l’Accademia delle Scienze di Medicina Palliativa. Fra i meriti da ascrivere a questo breve saggio vi è certamente quello di essere riuscito ad illustrare con un linguaggio semplice, chiaro e penetrante un tema complesso e delicato come quello del lutto, riuscendo a coniugare efficacemente problematiche teoriche e prospettive pratiche. Il saggio si muove rigorosamente all’interno del territorio della psicoanalisi e sfiora solo marginalmente e problematicamente il discorso sulla visione cristiana della morte, ritengo tuttavia la sua lettura sia assolutamente raccomandabile al credente come occasione per riconsiderare in maniera coinvolgente e adatta al dibattito un tema spesso rimosso, o comunque non sempre adeguatamente trattato, nella predicazione e nella catechesi.

Recalcati parte dalla rilettura del famoso articolo di Sigmund Freud, Melanconia e lutto del 1915 mostrando come, a un secolo di distanza, le intuizioni del padre della psicoanalisi appaiano ancora, su queste tematiche, sorprendentemente

attuali.

Il lutto, afferma Recalcati sulla scia di Freud, è una reazione affettiva, emotiva, ad una esperienza di perdita: non di una perdita qualunque, bensì di una perdita che sconvolge, scompagina, dissesta il modo di vedere il mondo, come la morte di una persona cara, o altre privazioni comunque molto significative.

Affinché l'esperienza della perdita non si ripercuota in maniera patologica sulla vita di chi l'ha subita è necessario che la reazione emotivo-affettiva si trasformi in lavoro. Si può dire che il lavoro del lutto è la reazione adeguata all'esperienza di perdita.

Vi sono altre due razioni, inadeguate e patologiche, all'esperienza di perdita: quella maniacale e quella melanconica.

Il comportamento maniacale è una negazione difensiva. «La maniacalità è una de-sensibilizzazione del soggetto di fronte al dolore del lutto. Non si prova dolore. La reazione manicale è un grande esorcismo nei confronti del dolore. Mentre la perdita porta con sé il dolore psichico, la maniacalità è una reazione anestetica, un attivismo che vorrebbe ricucire la ferita della perdita senza che essa lasci traccia di sé. Invece di continuare a pensare a qualcuno che non è più tra di noi, lo si sostituisce con un oggetto nuovo» (pp. 18-19).

Secondo Recalalcati risulta sempre più difficile affrontare la morte al giorno d'oggi «non solo perché vengono sempre meno le ritualizzazioni collettive del lutto, ma anche perché viviamo in un tempo profondamente maniacale. La nostra società è organizzata maniacalmente sulla trasformazione della vita in una festa perpetua». (pp. 16-17).

L'altra reazione inadeguata alla perdita è quella melanconica. La melanconia è il rovescio della mania: la risposta maniacale si centra sulla dimenticanza e sulla sostituzione dell'oggetto

perduto; la risposta melanconica si centra invece sull'insostituibilità e sull'impossibilità di dimenticare.

La melanconia è una cronicizzazione del lutto. «Il lutto, che dovrebbe essere una reazione affettiva che si trasforma in lavoro, diventa, nella melanconia, uno stato d'essere caratterizzato dal fenomeno più rilevante della malinconia stessa, che è lo spegnimento del sentimento vitale» (p. 22). La melanconia è spesso collegata alla idealizzazione della figura perduta; l'idealizzazione è poi sovente connessa all'auto-rimprovero, il senso di colpa; ma molto spesso – sebbene non si possa generalizzare – l'auto-rimprovero cela sotto alle sue radici un'aggressività inconscia verso chi è morto: «tanto più c'è auto-rimprovero, quanto più c'è aggressività inconscia» (p. 24).

Se maniacalità e melanconia sono due fallimenti del lutto che rendono, in modo antitetico, improduttiva l'esperienza della perdita, come è possibile, si chiede l'autore, «convertire l'evento traumatico della perdita in un evento capace di trasformazione generativa piuttosto che di fissazione sterile?». Come possiamo trasformare, secondo l'importante intuizione di Freud, «il lutto da reazione affettiva, emotiva, in un lavoro?» (p. 28).

Recalcati prospetta quattro grandi tratti del lavoro del lutto.

Il primo è la necessità di tempo. Il lavoro del lutto esige tempo, il che significa che non esistono lutti rapidi. Questa necessità può entrare però in conflitto con il modo di rapportarsi col tempo proprio della cultura odierna. «Il lavoro del lutto esige tempo ma noi viviamo in una cultura che si fonda sul rigetto della pausa, del tempo morto. Il nostro tempo è in accelerazione continua, è il tempo dell'eccitazione maniacale» (p. 29).

Il secondo tratto, altrettanto importante, è la necessità di

vivere il dolore psichico. Non c'è lavoro del lutto autentico senza esperienza effettiva del dolore. Ma qui sorge una ulteriore difficoltà perché l'odierna cultura tende, come si è detto, a non affrontare il dolore psichico. E sintomatico di questo il ricorso diffuso agli psicofarmaci. La de-sensibilizzazione maniacale può comportare l'insorgere di malattie psicosomatiche; il dolore, invece, «anche quando pare inconsolabile, difficile da gestire nelle pratiche della cura, è una benedizione rispetto […] alla freddezza sterile di chi non riesce ad accedere a questo piano emotivo più profondo» (p. 32).

Il terzo grande tratto, forse quello più essenziale, più noto, più riconoscibile, che è quello della memoria. Il lavoro del lutto, infatti, è un lavoro della memoria. «In cosa consisterebbe il lavoro psichico del lutto se non nel ricordare, innanzitutto, chi non c'è più?» (p. 32).

Vi infine il quarto, decisivo, e per certi versi sorprendente, tratto del lavoro del lutto che consiste, dopo l'esercizio della memoria, nell'oblio della memoria: «possiamo dimenticare perché abbiamo incorporato il morto, perché lo abbiamo ricordato, lo portiamo con noi, fa parte di noi. Ed è solo nella misura in cui fa parte di noi che lo possiamo dimenticare» (p. 38).

In conclusione, quando, di fronte a un lutto, si sostituisce affrettamene l'oggetto perduto con un altro oggetto ci si avvia verso una soluzione patologica. Si può giungere a sostituire l'oggetto in maniera non patologica, ricuperando così la propria spinta vitale, «solo quando si riesce, dopo aver intrapreso un lungo lavoro della memoria, a dimenticare. Non si può, infatti, sostituire l'oggetto perduto per dimenticare (reazione maniacale), ma si può e lo si deve sostituire – cioè si può tornare a investire il mondo di libido – solo se lo si è dimenticato (dopo averlo a lungo ricordato). Insomma, si dimentica solo se si può ricordare». È «il ricordo che genera la dimenticanza, non è la dimenticanza

che può cancellare il ricordo» (pp. 47-48).