

«La psicanalisi delle emozioni è come le previsioni del tempo»

Bolognini al festival di Sarzana smonta i luoghi comuni sullo studio scientifico della mente

Francesco Mannoni



«La vita mentale conscia delle persone è poca cosa rispetto a quella inconscia. Come i famosi nove decimi dell'iceberg che sono sotto il livello dell'acqua, la mente umana funziona e lavora all'insaputa dell'io cosciente del soggetto». Stefano Bolognini, psichiatra e psicoanalista, da anni svolge intensa attività scientifica, autore di diversi saggi l'ultimo dei quali s'intitola *Lo zen e l'arte di non sapere cosa dire* (Bollati Boringhieri), al Festival della Mente che si è chiuso ieri a Sarzana, ha parlato del pianeta in parte ancora inesplorato del nostro cervello, confutando i recessi oscuri e motivazioni logiche.

Professore, chi per primo si rese conto che noi utilizziamo solo in parte le nostre facoltà mentali?

«Se ne accorse Freud valutando tante cose, a cominciare dai sogni che sembravano privi di senso, e che invece hanno un senso profondo, e sono rivelatori di qualcosa che si muove al di sotto della consapevolezza. Questa vita interna di cui le persone sanno poco o quasi niente, è l'inconscio, una parte di noi che si può intravedere in certi momenti, ma per lo più ci è sconosciuta».



Le difese
«Il cervello reagisce come se avesse dei paraocchi»

«Dalle difese, da quei meccanismi auto protettivi che le persone senza saperlo e senza volerlo, fanno funzionare per non prendere immediatamente contatto con quello che provano, che sentono, che desiderano e che temono. Queste difese funzionano come dei paraocchi per cui quan-

do la persona viene in contatto con qualcosa di sé che non conosceva rimane sorpresa».

Quando riusciamo a capire di non essere noi a gestire completamente la nostra mente?

«Quando scattano le emergenze dell'inconscio che sono paragonabili alle fratture della crosta terrestre come i vulcani, perché si capisce che sotto o dentro c'è un magna ribollente. Queste fratture occasionali sono i sogni, e un po' tutte quelle situazioni in cui avremmo previsto di essere o di comportarci in un altro modo e invece ci ritroviamo a essere tutt'altro».

Un esempio?

«Avremmo progettato di essere simpatici e sereni in una certa comitiva per una data sera e invece ci salta fuori un nuovo neo e facciamo una parte che non è quella che avevamo pensato di fare. O, all'opposto, pensiamo con tutta certezza che ci saremmo rotte le scatole in una certa cena, ed invece succede che il vento gira e ci ritroviamo a stare bene con quelle persone».

E questo che cosa vuol dire?

«Significa che quei movimenti interni che sono davvero poco prevedibili in ognuno di noi, si manifestano in contatto col profondo. Questa è una delle

ragioni per cui anche gli psicoanalisti, gli psicoterapeuti in genere, non possono affatto programmare di essere empatici. La pretesa di essere empatici, è assolutamente velleitaria e superficiale, perché non possiamo prevedere la meteorologia emotiva che si svilupperà in un incontro e tanto meno in incontri profondi come quelli terapeutici».

Le profondità della mente che cosa ci portano a verificare?

«Prima c'è da dire che nei livelli più interni della mente si muovono le pulsioni, i ricordi, anche quelli che non sappiamo di ricordare, moti di odio che non ci va di riconoscere come nostri, e moti di amore che non avremmo supposto di avere dentro di

noi».

Quali sono queste pulsioni professore?

«Le pulsioni sono quelle sen-

suali in senso lato anche per quanto riguarda il mangiare: possedere, inglobare qualcosa o qualcuno, ma ci sono anche le pulsioni aggressive. Se qualcuno mi pesta un piede nell'inconscio mio come in quello di chiunque si sviluppa una reazione di tipo aggressivo. E scappa un "crepa" del tutto incontrollato e forse sproporzionato al fatto. L'inconscio è estremamente istintivo e non guarda in faccia a nessuno, ma ospita anche degli impulsi amorevoli riparativi che non immagineremo».

Di quale tipo?

«Ci sono certi comportamenti verso gli animali che in realtà sono l'effetto di un desiderio di riparazione amorevole verso la figura della propria vita. Solo che la persona non lo sa. Così come nei confronti degli animali per esempio, ci sono degli impulsi aggressivi - di-

struttivi che sono in origine diretti verso altre figure. L'animale ne diventa il rappresentante simbolico e ignaro».

La mente umana, è ancora una foresta piena di insidie o c'è qualche percorso agevole facilmente percorribile?

«La mente è una foresta apparentemente facilissima nel senso che sembra di poterla percorrere come un'autostrada: in realtà non è così. Abbiamo sì una maggiore facilità di contatti e le persone sono meno inibite e meno oppresse da sensi di colpa, ma a fronte di questi vantaggi, oggi abbiamo una patologia densissima rispetto a un secolo fa quando il problema era quello di liberare le persone da catene e repressioni mentali. Oggi il problema numero uno sembra essere quello della mancanza di limiti, mancanza di costanza nelle relazioni, mancanza della capacità di legarsi nelle relazioni in modo affettivo».