

DELLA MORTE, DEL LUTTO E DELLE TEORIE CLINICHE INERENTI

Scritto di Fabrizio Casarini

Della morte e dell'esperienza di ciò

“La morte in quanto distruzione genera un divenire e non un essere... La morte è un fenomeno essenzialmente individuale... perché viene a perfezionare la nozione di individuo...è l'essere vivente che muore e per essere un essere vivente, cioè un essere che sia vissuto, che abbia una vita dietro a sé, bisogna essere mortali”¹

Come un fatto apparentemente inequivocabile, la morte ci supera, supera il nostro divenire, supera il nostro Io, verso lidi pressoché distanti, oltre il dicibile ed il decidibile. Ci fa più umani, ma anche più piccoli.

Trascuriamo la vita nel tentativo di affermarci, per noi ed oltre noi, per qualcosa di grande, di più grande, talora anche più di noi stessi. Presupponendo anche qualcosa di più grande, più avanti, forse nel tempo e nello spazio, mentre la morte ci sovrasta, forse ci guarda.

Ci assiste nel nostro affaccendarci e ci riguarda, tutti, come singoli, come singole parti di un tutto, un tutto che ci fa da cornice, riguardandoci come unità ma entro un pluralismo che ci accomuna.

Un pluralismo che ci attraversa, ci livella, pur lasciandoci unici. Unici, nella solitudine, a porci domande. Ad arrabattarci, nella ricerca di risposte: qui la morte diviene la madre di tutte le sintesi, a ricordarci che esistono, forse, soltanto ottime domande e precarie risposte...

1 E. Minkowski, Il tempo vissuto, Einaudi, 1971

Gli anni trascorrono facendoci accumulare quel fardello, come forma invisibile che attira verso il basso, non solo in senso fisiologico. E' la forma del DECLINO, che viviamo dall'interno, sintetizzandosi in dimensioni che ci ricordano la morte, anche come diminuzione di possibilità.

Ed avviene di ricordarsi del corpo, il nostro involucro, fatto di materia e sensazioni, organismo che si propone al mondo e luogo da sanare ogniqualvolta intaccato, minacciato, vituperato, come composto che emette segni e ne confonde gli esiti, attestandosi come luogo delle ambivalenze, positivo e negativo, sintesi degli antagonismi e delle contraddizioni.

Ove noi siamo, nella nostra presenza, là si estende il corpo, esso si rappresenta in quello che è spazio proprio ed in quello spazio si rivela.

Corpo anche come luogo-prigione, cui ci si aggrappa in punto di morte. Ma, dicevamo, il corpo è anche Ambivalenza, questo e quello, mezzo di scambio dei codici, luogo di introiezione e di estrinsecazione espressiva, ove molta parte dei vissuti si sintetizza e vi si risolve.

“Se la morte è un'esperienza individuale e se il fondamento di ogni individualità è nel corpo, solo il corpo può parlare della morte e ne parla col suo silenzio. Noi comprendiamo la morte quando evitiamo di interrogare un corpo per non udire il suo silenzio, quando teniamo lontano la nostra vita dalle regioni in cui potremmo incontrare questo silenzio, rivelativo di un corpo degradato ad oggetto, ricaduto nella condizione di cosa, essendo la cosa ciò che riposa in un'assoluta ignoranza di sé e del mondo.”²

Spetta a noi, viventi, riconnotare di senso la vita stessa: integrare la

morte nei riti collettivi, permette il superamento delle dicotomie e la ricomposizione del nostro bisogno di assoluto.

“I vivi credono di piangere i loro morti e invece piangono una loro morte, una loro realtà che non è più nel sentimento di quelli che se ne sono andati.”³

Il corpo diviene sede di una sorta d'irradiazione simbolica e, guardando all'universo delle società primitive, notiamo che nel corpo vengono modellate le dimensioni sociali e naturali, accedendo all'idea di un corpo non isolato, ma comunitario. Tale corpo comunitario qui diviene la zona d'espressione del senso e del contatto tra i membri del consesso sociale.

Qualcosa, di tale senso e contatto, dovrebbe riguardare anche noi, essere umani dell'occidente di oggi.

Alcune considerazioni teorico-cliniche sul lutto

Si può avere più paura del morire oppure della morte in sé?

Si badi bene che le due cose sono diverse, i due concetti non sono intercambiabili, infatti “secondo la tanatologia moderna, si tratta proprio di due diversi concetti: la morte è ciò che c'è quando non c'è più la vita, il morire è la fase terminale della vita. Quando si parla di morte e di paura della morte, si può quindi parlare o del dopo-vita o dell'ultima fase della vita: sono due paure diverse, la paura di ciò che ci aspetta dopo e la paura di arrivarci in modo invivibile”.⁴

L'unico concetto che può appartenere a chiunque, indistintamente, è la paura nell'idea di morire male.

In termini antropologici e in senso lato, il lavoro del lutto dovrebbe permettere il possibile e più facile meccanismo di distanziamento di chi è vivo da chi è morto nonché l'accettazione, certo non facile, del cambiamento avvenuto, in termini esistenziali, per chi vive ancora.

Per dovere di completezza, il lutto andrebbe visto sia nell'ambito dei fenomeni intrapsichici, sia nell'ambito delle relazioni interpersonali. La prima cosa non esclude l'altra e viceversa.

Se, da una parte, la psicoanalisi classica a partire da S. Freud ha promosso un modello fondato sull'idea della motivazione umana in stretta connessione con il mondo delle pulsioni e riferita alla interazione e conflittualità tra le dimensioni del piacere e del dispiacere, il progredire nel tempo della teoria di matrice psicoanalitica ha visto l'evoluzione dei concetti legati al tema della pulsione, favorendo lo spostamento verso una maggiore accettazione dell'importanza dei rapporti interpersonali, andando

⁴ Francesco Campione, in *Ad occhi aperti, la relazione d'aiuto alla fine della vita e nelle esperienze di perdita*, a cura di Nicola Ferrari, Edizioni Libreria Cortina Verona, 2005.

ben aldilà del concetto di pulsione come ricerca della soddisfazione personale *tout court*.

Si arriva pertanto ad avere visioni abbastanza diverse, a livello di considerazione dei concetti di normalità o patologia delle reazioni emotive e comportamentali, a seconda del fatto che ci si attenga a teorie di più marcata matrice intrapsichica oppure a teorie più marcatamente relazionali, circa lo sguardo rivolto alla mente di un soggetto umano.

Una recente concezione del lutto ipotizza l'esistenza di un luogo, una sorta di “cripta” come spazio interiore destinato al lutto che celerebbe le parti emotive non elaborate del dolore legato ai traumi da perdita.⁵

Con D. W. Winnicott abbiamo la definizione di “aree transizionali” come spazi che permettono al bambino l'accesso al mondo simbolico nonché utili per sostenerlo a livello di esperienza di assenza e separazione dalla madre. Queste aree consentono lo sviluppo di modalità di mediazione e gestione dei distacchi e lo sviluppo dell'idea stessa di perdita della madre (una sorta di lutto), considerando l'unità primaria madre/figlio su base fusionale, ove esiste un'unica unità indivisibile che dovrà trovare differenziazione nel corso del tempo.⁶

Ritornando a S. Freud, abbiamo con lui una visione della morte che ci parla della tendenza della nostra psiche a considerarla come dimensione ostile, ove l'inconscio svolga anche il compito di preservarci dal senso di annientamento connaturato alla morte stessa.

Il lutto è visto nelle due accezioni di reazione alla perdita reale di un oggetto, ma anche come insieme di conseguenze che a livello psichico intervengono nel senso di perdita di un oggetto interno.

5 N. Abraham, M. Torok, *La scorza e il nocciolo*, Borla, 1983

6 D. W. Winnicott, *Dalla pediatria alla psicoanalisi*, Martinelli, 1975

In senso psicoanalitico il lavoro di elaborazione del lutto è considerato come lavoro faticoso e lento... Ma se con il testo “Lutto e melanconia”⁷ abbiamo la prima sottolineatura diretta di relazione tra la depressione (melanconia) ed il lutto, occorre specificare la differenza tra i due fenomeni che vedono nel lutto il fattore della perdita reale come determinata, mentre nella dimensione depressiva esiste la preponderanza della percezione inconscia di una perdita immaginaria.

In buona sostanza, la melanconia connaturata al lutto si può superare dalla fase in cui l'oggetto d'amore, che viene perduto, può essere mantenuto dentro di noi ovvero “introiettato” e ci rimane la possibilità di liberare l'energia libidica al fine di investirla in nuovi oggetti esterni.

Possiamo quindi parlare, con la morte, della transizione trasformativa da un'assenza esterna ad una presenza interna.

Ma se il rapporto con l'oggetto d'amore corrisponde ad una scelta oggettuale di tipo narcisistico⁸, “quando l'altro mi lascerà e morirà io farò molto meno fatica a staccarmi da lui perché non ero legato a lui, ma lo legavo a me...e tornerò ad amarmi da me.”⁹

Si desume, a questo punto, un quadro ove la psicoanalisi ha diffusamente trattato la questione delle relazioni d'amore, trascurando però la relazione etica intesa come relazione a due, considerando, nonostante il rapporto d'amore che lega due esseri umani, il singolo come essere separato, monade, originariamente determinato e non libero che diviene responsabile per far fronte alla sofferenza e per convenienza di civiltà. Da qui discende il cammino a ritroso che la psicoanalisi fa compiere a chi è di fronte ad un lutto, questo inteso come esito di una perdita che va fatta risalire ai tempi

7 S. Freud, Lutto e melanconia, in Opere, vol. 8, Boringhieri, 1976

8 S. Freud, Ibidem.

9 F. Campione, Il deserto e la speranza, Armando Editore, 1990

precoci precedenti la stabilizzazione delle relazioni oggettuali.¹⁰

Con J. Bowlby abbiamo una sorta di sintesi tra psicoanalisi ed etologia laddove si concepisce il legame tra madre e figlio come paradigma primario a livello evolutivo. Parliamo di teorie dell'attaccamento che considera la tendenza innata dell'uomo a ricercare vicinanza e protezione da parte di chi l'ha seguito fin da piccolo. La conoscenza che ne deriva, su base innata, permette l'inserimento d'informazioni entro schemi cognitivi che si costituiscono come modelli operativi interni basati sulla relazione di sé con l'altro.

La separazione e la perdita di una persona amata si correlano a questo schema e la modalità per affrontare tali perdite dipenderà dai pattern interiorizzati.

Bowlby descriverà quattro tappe, nell'elaborazione del lutto, che vanno dalla fase di stordimento (a seguito della notizia di morte) a quella di ricerca e struggimento per la perdita della persona (fase della durata da qualche mese a qualche anno, con forte connotazione di rabbia); la terza fase sarà quella della disorganizzazione e disperazione (del proprio pensare, sentire ed agire, tutto ciò dipendente dalla percezione di definitiva perdita dell'altro), mentre la quarta ed ultima fase sarà quella della riorganizzazione volta alla ricostituzione di rappresentazioni interne più consone alla realtà ormai resa irreversibile agli occhi di chi resta. Tali fasi vengono considerate come non marcatamente delineate, ma sfumate, incrociate tra loro e sovrapposte in base all'esperienza soggettiva. Qui, la rabbia, di cui si diceva a proposito della seconda fase, è considerata come comune e costante elemento di reazione nonché parte costitutiva del dolore, mentre in Freud tale rabbia verrebbe vista come indicatore di esito patologico del lutto.¹¹

10 F. Campione, *Ibidem*.

11 M. Sgarro, *Il lutto in psicologia clinica e psicoterapia*, Centro Scientifico Editore, 2008

Se per la psicoanalisi è predominante il mondo dei bisogni pulsionali ed in secondo luogo vengono le scelte di tipo oggettuale, in ambito etologico l'uomo nasce avendo in sé un patrimonio e vive poi sotto il dominio di bisogni e leggi di adattamento comuni agli animali (pur nell'ovvia differenza in ambito evolutivo, di ambiente e società che distingue l'uomo dall'animale). Esiste pertanto una forte differenza tra il pessimismo psicoanalitico che vuole l'uomo uguale ad un essere che tenta di trascendere i suoi bisogni naturali e l'ottimismo evoluzionistico che ci parla di un uomo come essere più evoluto e tanto da saper costruire società complesse in base al raffinamento progressivo delle sue capacità cognitive. Abbiamo così evidenziato il limite della teoria del lutto di ambito biologico¹² che sottovaluta, al fine dell'elaborazione del lutto stesso, i rituali funerari poiché vede il superamento del lutto come fosse una sorta di ristrutturazione ambientale, considerando l'assenza per perdita di chi abbiamo amato qualcosa di cui prendere atto, sistemando le cose attraverso la ricerca di altre figure con le quali colmare i vuoti lasciati.¹³

Si può sostenere, al contrario, che chi ci ha lasciato non possa venire meramente sostituito da altri... I nuovi attaccamenti non coprono il vuoto da perdita poiché può permanere il desiderio di presenza di chi non c'è più in chi è rimasto. Inoltre rimane il vuoto che copriva chi c'era, tramite i bisogni che andava a soddisfare.

F. Campione, a proposito della teoria di Bowlby e suoi allievi, traccia una sintesi che, partendo dalla premessa di una considerazione dell'essere umano come monade che entra in contatto con altre monadi, ponendosi solo il problema di adattarsi al mondo in correlazione con il soddisfacimento dei propri bisogni, laddove i legami sono a rischio di perdita, l'elaboratore di

12 C.M. Parkes, *Il lutto*, Feltrinelli, 1980

13 F. Campione, op. già cit.

informazioni entro la persona in quanto monade, cerca di salvarsi tramite la correzione degli errori commessi, per cui:

“1) nessuna considerazione si ha del modo di ciascuno di elaborare la morte di sé nella prospettiva dell'assenza e nell'amore degli altri;
2) non si analizza, conseguentemente, il rapporto tra il lutto anticipatorio di sé e quello dei cari;
3) non si riconosce alcuna “responsabilità” a chi muore nel determinare il lutto di chi resta e, in generale, non si prende affatto in considerazione lo sfondo etico per comprendere i rapporti interumani e la loro fine.”¹⁴

Entro una visione fenomenologico-esistenziale del lutto, E. De Martino¹⁵ postula e fonda una teoria del cordoglio sulla relazione sociale-storica che farebbe da scenario al rapporto tra il morto e chi resta. In quest'ambito non v'è alcuna presa in considerazione del lutto anticipatorio, né per chi sta morendo né inteso per la morte altrui: si dà lettura del cordoglio come “crisi della presenza” umana, a livello culturale e storico e tale crisi, secondo De Martino, rischia di produrre, se non superata, la malattia psichica che sarebbe “a rischio di non potersi inserire in nessuna storia umana.”¹⁶

Divengono pertanto qui fondamentali i rituali collettivi del lutto, utili a fugare il rischio di crisi della presenza, poiché “... nelle antiche civiltà mediterranee, prima che il cristianesimo inaugurasse il nuovo ethos della vita e della morte, una delle più importanti forze culturali per combattere la crisi del cordoglio fu l'istituto del lamento funebre rituale...”¹⁷

Sembrerebbe dunque, con De Martino, che la morte di una persona

14 F. Campione, op. già cit.

15 E. De Martino, *Morte e pianto rituale*, Boringhieri, 1975

16 E. De Martino, *Ibidem*.

17 E. De Martino, *Ibidem*.

cara ci possa far regredire dallo stato di cultura a quello di natura: F. Campione riterrebbe di vedere, nella visione di De Martino, una concettualizzazione simile a quella psicoanalitica, ma più ottimistica. Se nella psicoanalisi l'edificazione della società deve durare oltre la vita di ogni singolo individuo (che nella sua crescita interiore combatte i propri bisogni), nella visione di De Martino tal edificio sociale si costruisce tramite l'assimilazione dei valori culturali insiti nel tessuto storico che si presenta all'individuo fin dalla sua nascita (la crisi del cordoglio costituirebbe quindi una delle più rilevanti minacce alla costituzione dell'Io entro i confini della sua storicità).

In definitiva, con De Martino, il lutto è superabile come fatto non solo individuale ma individuale calato in un tessuto culturale collettivo composto di riti e miti che, giacché strumenti, permettono al singolo di non crollare regressivamente in uno stato di natura.

Le cornici sistemiche, le narrazioni e la questione del tempo

“Come direbbe Sant'Agostino, tutti i problemi sono problemi del presente ... nessun problema esiste fuori dal presente: o meglio, se è fuori dal presente, non è più un problema, è il ricordo o la possibilità di un problema.”¹⁸

Entro una prospettiva sistemica, occorre considerare l'attualità di un problema in connessione con un fattore temporale che può divenire importante al fine della concettualizzazione e del trattamento del problema stesso.

Nel caso del lutto, il fattore tempo può divenire determinante, rispetto alle fasi che il lutto può attraversare, ma anche in connessione ai possibili esiti che il lutto stesso può avere. Il tempo, nelle sue coordinazioni, a livello relazionale dipende da fattori di tipo biologico, sociale e culturale. Rispetto alla pratica clinica d'impianto sistemico, occorre calare la storia di un soggetto entro lo sguardo che vada a considerare il suo sistema significativo (dal microsistema relazionale al macrosistema sociale). Boscolo e Bertrando ci ricordano, citando Schein¹⁹, che bisogna partire dalla premessa che “il problema appartiene al cliente e continua ad appartenergli per tutta la durata del processo di consulenza”, essendo il cliente colui che può operare nel proprio contesto ed in base alle risorse che lui solo può conoscere in tal ambito. L'intervento sistemico si cala pertanto, al meglio direi, entro un contesto laddove il consulente, fautore di tale intervento, può sollecitare il cliente affinché questi possa acquisire una capacità di soluzione dei problemi, anche dopo l'intervento in consulenza. Siamo pertanto nel campo delle possibili acquisizioni entro un contesto di deuterio-apprendimento di matrice batesoniana²⁰ che vede la possibilità, offerta al cliente, di

18 L. Boscolo, P. Bertrando, I tempi del tempo, Bollati Boringhieri, 1993

19 E. H. Schein, Process consultation, vol. 2, lessons for managers and consultant, Addison-Wesley, reading, 1987

20 G. Bateson, Verso un'ecologia della mente, Adelphi, 1988

“imparare ad apprendere”.

Qual è il punto, in questo momento? Anche a proposito del lutto potremmo dire, con Bateson, che “la struttura che connette è una metastruttura”²¹ ovvero occorre pensare gli interventi nel caso del lutto, tramite strumenti che permettano, in termini sovradeterminati, di mettersi in connessione con gli elementi sottostanti, a livello di vissuti personali del cliente, entro una cornice spazio temporale dalla quale non si può prescindere: come dire che vi sono elementi che vanno reinquadrati entro le storie narrate dai clienti, considerando le storie, come direbbe Bateson, fatte di connessioni chiamate **Pertinenze**: “... un qualunque A è pertinente ad un qualunque B, se A e B sono entrambi parti o componenti della stessa storia.”²²

Assistiamo così a un processo eminentemente relazionale.

Un sostantivo, ad esempio, non va soltanto considerato come “nome di persona, di luogo o di cosa” ovvero ciò che è in sé, ma va ancor più considerato tramite le relazioni che intrattiene con il resto della frase (così come i verbi, i complementi, ...).

Allora un lutto non è soltanto la perdita di una persona cara, ma dipende moltissimo dalle relazioni intrattenute tra le persone in gioco: il modo di viverci il lutto in anticipo, nel mentre la morte perviene ed anche successivamente, sarà definito a seconda delle varie tonalità relazionali che si potranno descrivere entro i vari contesti di appartenenza.

Tutto ciò lo possiamo ricondurre alla dimensione raccontata entro un flusso narrativo che si costituisce nel presente, ma in cui il passato, nella memoria che ne abbiamo, è inserito e insieme possono delineare la direzione per il futuro. Il senso è attribuito agli eventi tramite la narrazione che ne facciamo. Dal passato, che equivale alla nostra storia, noi vedremo discendere i nostri sistemi di significato: il sistema familiare è uno di questi, ma, salendo, troviamo le coordinate maggiori

21 G. Bateson, *Mente e Natura*, Adelphi, 1984

22 G. Bateson, *Ibidem*.

sino al sistema di significato più ampio, costituito dalla società in cui viviamo. Tutte le forme relazionali possono allora essere concettualizzate in quanto storie tra individui.²³

Abbiamo già citato in precedenza Minkowski, nel suo sostenere come la morte sia un fenomeno essenzialmente individuale: può darsi che la morte in sé ci colga come individui separati e, filosoficamente, possa manifestarsi come compimento, più o meno completo, di una vita e forse come passaggio ad altre dimensioni dell'essere. Nel suo considerare però la vita al suo termine, sia dal punto di vista di chi la sta lasciando sia dal punto di vista di chi resta, assistendo alla morte dell'altro, la danza delle relazioni buone o meno buone, che connotano il contesto degli avvenimenti, determinerà un apporto che lascerà il suo segno, potendo emergere dalle descrizioni che ne vorranno fare le persone coinvolte.

Mi piace pensare che vi possa essere una connessione di tipo relazionale anche tra l'idea, appena espressa, della “... danza delle relazioni buone o meno buone ... ” ed il seguente passo di Minkowski, anche al di là degli inganni delle parole stesse:

“come il divenire anche la morte supera in maniera immediata il mio Io. Essa lo fa tuttavia in modo diverso. Il divenire supera l'individuo anzitutto dal punto di vista qualitativo, per la sua stessa potenza; l'individuo riesce ad affermarsi solo postulando al di sopra di sé qualcosa di grande e di irraggiungibile che lo oltrepassa di molto (il fattore sovraindividuale nello slancio personale). La morte, al contrario, lo fa in modo tranquillo, livellato, numerico, senza che si possa parlare comunque di numeri. La pluralità è data qui in modo altrettanto immediato dell'unità; non però come risultante, cioè come somma di unità isolate, ma come

23 M. White, La terapia come narrazione, Astrolabio, 1992

un tutto che serve da cornice a ciascuna di queste unità.

L'uomo solitario cesserebbe forse di vivere, ma non morirebbe".²⁴

Operare a favore di chi si trova o si troverà in una dimensione di lutto significa operare nella "differenza": pensiamo al "salto" che rappresenta la morte stessa rispetto al prima di questa e vedremo degli elementi che, se accettati, introdurranno nuove dimensioni ovvero nuove informazioni, quindi differenze, rispetto a prima che la morte intervenisse. La differenza stabilisce una linea di demarcazione rispetto al "prima". Così, come direbbe Bateson "... ciò che intendiamo per informazione ... è una differenza che produce differenza"²⁵ e l'informazione, altrimenti detta "entropia negativa", ci permette di stabilire delle connessioni laddove "il sistema lavora per creare differenze"²⁶ divenendo quindi necessario fare i conti con la morte come differenza che, nel tempo, permette il cambiamento ovvero come nuovo apprendimento che rende possibile la crescita del soggetto.

Entro una visione sistemica si producono ipotesi collegando gli elementi emersi dalle narrazioni delle persone in trattamento²⁷, dando significato ai vissuti delle persone entro i loro contesti relazionali: utilizzando domande, riflettendo sulle risposte, ma anche sugli scambi relazionali non verbali e sulle emozioni circolanti, volendo aiutare le persone in lutto entro il loro contesto poiché "aiutare ad aiutarsi" parte da "... porsi domande su come conosciamo ciò che diciamo di conoscere: significa ricordare che le vie del cambiamento sono innumerevoli."²⁸

Personalmente trovo che, volendo coniugare una visione sistemica con

24 E. Minkowski, 1971, già cit.

25 G. Bateson, 1988, già cit.

26 G. Bateson, Ibidem.

27 M. Selvini, L. Boscolo, G. Cecchin, G. Prata, Ipotizzazione, Circolarità, Neutralità: tre linee guida per la conduzione della seduta, *Terapia Familiare* 7:7-19, 1980

28 E. Cazzaniga, I luoghi del lutto, in M. Sgarro *Il lutto in psicologia clinica e psicoterapia*, Centro Scientifico Editore, 2008

una visione “poetica” della vita dinnanzi alla morte occorrerebbe poter attivare un processo che permettesse a ciascuno l'accesso ad un nuovo sapere ovvero, molto banalmente in apparenza, ma evidentemente non in modo così scontato, “il saper trovare il proprio significato...” anche se provvisorio e soggetto a possibili integrazioni, decurtazioni e capovolgimenti... Donare quindi senso a ciò che si vive e ci attraversa, per non troppo evitare, ma meglio affrontare ciò che ci accade... aggiungendo ai propri significati precedenti il nuovo significato derivato dalla morte interveniente.

Come ora,
domani,
il sole e il tempo
schiariranno
ciò che resta del buio
e oscureranno
ciò che resta
della luce...

F. Casarini (2006)

In memoria di Arturo

Siamo pertanto ora qui a tracciare una sorta di mappa fatta di alcune coordinate necessarie a potersi orientare: i vissuti di chi patisce un lutto vanno ricondotti a significati (a partire dalle proprie narrazioni), più o meno condivisi da altri, all'interno di un orizzonte temporale che si colloca sopra diversi contesti.

Menzionerei, rimanendo nell'ambito della temporalità, l'idea che “non esiste un tempo assoluto, ma un tempo che varia in base al punto di osservazione di chi guarda e che può avere ordini diversi di successione

di eventi.”²⁹

A livello di vissuti personali, la dimensione del tempo rimane condizione soggettiva percettiva che rimette in discussione ogni visione unilaterale e permette l'accettazione di differenti punti di vista. L'ancoraggio di una condizione luttuosa ad un quadro temporale diviene un ambito su cui aprire riflessioni.

In effetti spesso si assiste ad una sorta di frazionamento del tempo in chi vive un lutto. Cazzaniga ci dice che “... mi capita di incontrare persone che mi fanno pensare a ciò che potremmo definire uno sganciamento spazio-temporale ... spesso presente nelle situazioni descritte di lutto complicato... L'effetto della lussazione spazio/tempo produce un lutto che appare ritardato-dislocato”³⁰

In un quadro temporale generale possiamo assistere allo scenario del lutto anticipatorio, sia per chi muore sia per chi rimane, come periodo di solito variabile che si compone di eventi diversi, ove si assiste alla perdita dell'integrità e funzionalità fisica, dei ruoli sociali e familiari che si avevano, della vicinanza con le varie persone... A tali perdite andranno poi aggiunte quelle susseguenti all'avvento della morte annunciata.³¹

“E' importante considerare chi è il membro ammalato ed il ruolo che egli esercita all'interno della famiglia”³² ovvero va considerato il peso di ciascuno in termini emotivi, cognitivi e relazionali, così come la sofferenza può non essere affatto ripartita con equità tra gli attori in gioco, intorno al tavolo del lutto che si sta preparando, ma vi potranno essere tonalità differenti ed il disagio maggiore potrebbe anche essere a carico di persone dell'entourage e non del morente.

Considerando le emozioni in gioco, i vari stati d'animo, la danza dei ricordi e quant'altro, possiamo annoverare tre tipologie temporali come

29 F. Casarini, Tempo che scorre e tempo vissuto: leggere il tempo e trarne ipotesi, 2007, scritto non pubblicato

30 E. Cazzaniga, 2008, op. già cit.

31 F. Campione, 1990, op. già cit.

32 E. Cazzaniga, La famiglia, la perdita e il lutto, in a cura di AAVV Psiconcologia, Masson, 2002

accezioni differenti ascrivibili all'esperienza di chi ha vissuto una perdita:

parliamo di “tempo sospeso” definendo quello appena successivo alla perdita, quando questa ha messo a segno il suo colpo fatale producendo, come conseguenza, una sorta di “tempo senza tempo”, connotato da sensazioni di assenza come percezione, assenza di cambiamento, assenza di emozioni, sensazioni di ripetitività in un tempo sempre uguale.

Parliamo di “tempo ingannato” come forma di passaggio al periodo di emancipazione dal dolore intrinseco alla perdita. Questo è l'ambito della ricerca di varie distrazioni (l'immergersi nel lavoro, il “darsi da fare” in tanti luoghi e spazi, il ricercare nuovi amori, viaggi, compensazioni farmacologiche, sostegni psicologici, etc.) come ulteriore forma di passaggio oltre la perdita.

Parliamo infine di “tempo ritrovato” quando il passato non è più determinante nella fondazione del presente, ma letto in termini differenti (rispetto alle accezioni di tempo sopra descritte) ove si può ricostruire una continuità in cui può esistere integrazione del passato entro un anello ricorsivo tra passato, presente e futuro e possiamo accettare di lasciare morire chi è morto, serbandone il buon ricordo, accedendo alla dimensione della nostalgia e trovando esito positivo *tout court* nella definizione di risolvimento del lutto.³³

Considerando il tema dei contesti ciò ci riporta alla sensibile differenza che intercorre tra i contesti ove ha luogo la morte: diviene erroneo pensare che la morte sia tale per tutti, ma influenza molto il luogo, il tempo, la modalità e gli attori coinvolti come congerie di fattori che producono risonanze da ciascuno percepite soggettivamente. Ognuno, a seconda della propria percezione di contesto, vivrà la perdita a modo suo. Le narrazioni sono ambiti unici ove ciascuno condensa il proprio

33 E. Cazzaniga, Il tempo nel lutto, Art. in Giornale Italiano di Psico-Oncologia, vol. 7, n.2, dic. 2005

sentire e la propria esperienza storica.

Potrà essere utile, al fine del sostegno producibile, tracciare connessioni tra storie e percezioni diverse, in modo da trovare appigli comuni e generare possibili cambiamenti in termini relazionali.

Del resto “la morte quando arriva non avvisa. Spesso sbaglia i tempi. Non siamo mai pronti... altre volte arriva nel momento peggiore... quando perdiamo qualcosa tutto subisce una trasformazione”³⁴ ed è qui che crediamo divenga un fondamento imprescindibile aiutare ad operare connessioni, adeguatamente contestualizzate, affinché si “sentano” altre presenze, altre possibili vicinanze.

L'approccio narrativo-relazionale al lutto permette di ristabilire un campo semantico all'interno del quadro (sul cui sfondo stanno i vissuti di lutto) composto dalle relazioni, come legami tra persone interagenti che si richiamano le une alle altre; le storie narrate costituiscono i possibili semi delle nuove connessioni trasformative, dove l'aiutare sta nel “partecipare alla costruzione di storie possibili che permettano realtà possibili per chi si trova in difficoltà.”³⁵

Michael White propone la terapia, che in questo contesto mi sento di poter estendere alla pratica di counseling, come forma di ricontestualizzazione dei significati ove l'atto di raccontare permette di creare “una versione differente della nostra vita e di noi stessi”. Il counselor può divenire lo sceneggiatore che, accogliendo le storie dei clienti, offre in cambio nuove storie che preludano a nuovi significati, con nuove speranze e rinnovata autodeterminazione, facendo leva sulle risorse dei clienti a partire dal proprio utilizzo dei vari strumenti, entro la pratica clinica sistemica, quali le prescrizioni, le ipotesi sistemiche, la connotazione positiva, le domande circolari, le ridefinizioni. Si parla quindi di una sorta di sostegno attivato a partire dalle trame delle storie

34 E. Cazzaniga, L'approccio narrativo-relazionale al lutto, in N. Ferrari, Ad occhi aperti, 2005, op. già cit.

35 E. Cazzaniga, Ibidem.

dei clienti sollecitati ad “esteriorizzare” i propri problemi.³⁶

Le narrazioni cambiano dinanzi ai differenti contesti nei quali il lutto si presentifica: se la morte è annunciata assistiamo alle fatiche di chi vive intorno, con tutta la lenta attesa e la contrizione per un cambiamento che ci logora. Se la morte è improvvisa, vediamo le possibili descrizioni dello shock esperito che porta a sfuggire all'idea della morte, quasi tentando di annullare il dolore ritmando lentamente il tempo che passa piuttosto che cercando attività che permettano una via di fuga accelerata nel tempo che seguirà la perdita.

Allora “essere vicino a chi inizia il percorso del lutto, significa avere intenzione di partecipare ad una relazione complementare, dove si mantiene una posizione di ascolto dei tempi e dei ritmi necessari per la ricostruzione di un mosaico che non riprodurrà l'immagine precedente. Si ritroveranno orme di continuità ed altre che rappresentano la metamorfosi e la costruzione di qualcosa che non si conosce e che non si riesce nemmeno a rappresentarsi nel futuro prossimo. Possiamo avere un tempo bloccato e ci sono tempi per lo sblocco. Un tempo per il dolore, per la solitudine, per la ripresa, per la riorganizzazione, per sentire di continuare a vivere una vita che vale la pena di essere vissuta. Un tempo per l'individuo, un tempo per i sistemi.”³⁷

Talvolta, nelle narrazioni, appaiono i segni che permettono di contrassegnare i passaggi del lutto all'interno di una definizione ascrivibile nei termini di “lutto complicato”. In questo caso è come se il dolore, grazie alle proprie capacità seduttive, avesse messo in scacco le persone, producendo vissuti depressivi di particolare rilievo ed investendo l'intero sistema relazionale. Si può parlare di sensi di colpa, di percezioni di vuoto e assenza con pochi spazi lasciati ai possibili cambiamenti.

Il fattore tempo può, a questo punto, divenire importante e si rileva

36 M. White, 1992, op. già cit.

37 E. Cazzaniga, 2005, op. già cit.

allora qui la necessità, ancor di più rispetto ad altri ambiti ove il lutto sembra avere un decorso meno complicato, ridare spazio ai modi ed ai contesti relazionali che possano permettere “l'integrazione spaziotemporale dell'esperienza di perdita.”³⁸

Vediamo quindi nascere la necessità di dare spazio a quell'ambito della ritualizzazione che possa consentire un recupero di sé affrontando i possibili blocchi, rallentamenti, il proprio particolare sentirsi “ostaggio del dolore”.

Risulta emblematico citare qui il fatto di quanto sia comune avere la sensazione, che procura disagio, di “mancanza di tempo” come forma alienante e “prodotto dei veloci ritmi e della molteplicità di tempi della società contemporanea”³⁹ e di quanto siamo distanti, noi uomini contemporanei, dalle tradizioni, tempi e modi più legati alla natura, quindi più lenti e più connessi, nella più chiara demarcazione tra ciò che è sacro e ciò che è profano (pensiamo, ad esempio, cosa significhi, in ambito ebraico, il Sabbath, il loro sabato, nettamente distinto dagli altri giorni settimanali e conformato ad un vissuto con una più precisa ritualizzazione)⁴⁰.

Crediamo pertanto a quanto sarebbe meglio rinnovare la punteggiatura degli spazi dei tempi delle nostre relazioni, considerando una migliore coordinazione dei tempi sociali in termini allargati, tra individuo, famiglie ed istituzioni.

In questo scenario si collocano i rituali come forme che “... imitano un archetipo divino e la loro riattualizzazione continua avviene in un solo e medesimo istante mitico atemporale.”⁴¹ Sapersi connettere con l'esperienza del rito permette l'avvicinamento a quelle realtà sacrali che scandiscono i tempi dell'uomo e gli consentono il recupero della parte essenziale di sé, annoverando l'idea di sé nel contesto della ripetizione

38 E. Cazzaniga, 2008, op. già cit.

39 Vedi L. Boscolo e P. Bertrando, 1993, op. già cit. e E. Jaques, La forma del tempo, Centro Scientifico Torinese, 1988

40 E. Zerubavel, Ritmi nascosti. Orari e calendari nella vita sociale, Il Mulino, 1985

41 M. Eliade, Il mito dell'eterno ritorno, Borla, 1968

di quelle azioni archetipiche che furono compiute, nelle figurazioni delle leggende popolari, una volta per tutte, dalla divinità.

Associamo, a quest'idea di rappresentazione rituale, il senso dei riti di passaggio che permettano la transizione individuale in un tempo neutro come forma di trasferimento da una fase ad un'altra della vita personale di ciascuno⁴²: uno per tutti, è qui da sottolineare l'esempio di quel rito di passaggio che sancisce l'istituzionalizzazione dell'entrata nella fase adulta di un giovane tramite il matrimonio.

Volendo dare una definizione, possiamo dire che “il rituale è un atto che unisce un significato simbolico ad un definito aspetto formale: la sequenza e l'ordine degli atti è importante almeno quanto i significati espressi.”⁴³ Entro questa nozione, le formule verbali possono essere considerate come parte accessoria, ma che non possono sussistere isolatamente.

La formulazione di cui sopra ci riporta ad un'idea di rituale la cui autenticità è tale se riconducibile ai valori delle culture tradizionali, di cui si è data esperienza in qualche modo, nel corso della vita di ciascuno di noi, entro un ambito di gesti prescritti socialmente.

Possiamo annoverare una classificazione distinguendo tra i rituali di *discontinuità*, quelli cioè che vanno prescritti in maniera unica in modo da seguire lo stacco tra un tempo precedente ed il passaggio ad uno successivo (altrimenti definibili come riti di passaggio o anche come rituali di guarigione), dai rituali di *continuità*, che si ripetono periodicamente nel tempo, a contrassegnare dei passaggi di regolarità entro il tempo che scorre (in questo ambito troviamo i rituali d'intensificazione, come atti di gruppo che possono renderlo più coeso e i rituali telettici, utili ad accompagnare l'individuo in ingresso od uscita entro un gruppo).

Al fine della nostra trattazione, riportiamo di seguito uno schema utile a

42 A. Van Gennep, I riti di passaggio, Boringhieri, 1981

43 L. Boscolo P. Bertrando, 1993, op. già cit.

tracciare alcuni termini essenziali dei rituali di discontinuità (di passaggio) e di continuità:

1	2	3	4	5
Il rituale si basa su modalità comportamentali diverse da quelle che producono disagio. Le persone, attraverso il rituale, possono trovare la terza soluzione, diversa dagli schemi in precedenza sperimentati e diversa anche dalle premesse di chi suggerisce il rituale.	Il rituale mette tutti i membri del sistema sullo stesso piano. Il coinvolgimento di tutti i membri del sistema offre la possibilità di vedersi e poi raccontarsi sotto una visione differente. Fatto insieme, il rituale produce un consenso aggregante.	Il rituale scansiona e calibra i tempi individuali ed i tempi collettivi.	Il rituale non interviene sui contenuti, ma sui processi. E' per questo che è più importante la forma del rituale, più che il suo contenuto. In seguito gli individui costruiranno la narrativa per l'integrazione del cambiamento guadagnato attraverso il rituale.	Importante che al rituale (esperienza emotiva collettiva) non seguano commenti verbali su ciò che è avvenuto.

(da Boscolo e Bertrando, 1993, modificata da E. Cazzaniga)

Direi che potremmo ricondurre la questione della trattazione dei lutti dei clienti all'interno di due macroaree che investono i temi considerabili all'interno della PRESENTIFICAZIONE DEL PASSATO, piuttosto che della PRESENTIFICAZIONE DEL FUTURO.

A livello di terapia sistemica, così come di counseling sistemico, si può lavorare con i clienti solo sul piano del tempo presente, ma cercando connessioni a livello di memoria del passato oppure di attese circa il proprio futuro. Ma se la punteggiatura dei clienti porta spesso i discorsi sulla linearità e causalità deterministica tra alcuni accadimenti e le loro conseguenze (paradigma causa-effetto), in termini sistemici noi operiamo una connessione entro quell'anello autoriflessivo che mette in relazione le tre dimensioni temporali, passato, presente, futuro.

Più lontano che mai può essere, per i clienti, in particolare, la logica

della possibile influenza che può comportare la dimensione del futuro sulle visioni e le azioni attuali nonché sulle dimensioni del passato.

Entriamo allora, se operiamo buone connessioni che risuonano a livello di percezioni dei clienti, nell'idea della possibile ricreazione di un passato, nella possibile ricreazione di un futuro, tramite il processo conseguente di co-costruzione, insieme ai clienti, di nuovi scenari possibili: siamo nel campo semantico dei possibili cambiamenti che, in termini di generatività, permette entro un'ottica socio-costruzionista, la generazione di qualcosa di nuovo, poiché “il cambiamento... non modifica qualcosa, ma costruisce qualcosa d'altro.”⁴⁴

Non dimentichiamo che, occupandoci degli eventi narratici dai clienti, ci occupiamo delle relazioni, ma anche dei significati, dentro un arco ed un orizzonte temporale (dal passato al futuro), “in modo che possano emergere differenze, nuovi significati, nuove chiavi di lettura, che possano spezzare le rigide certezze deterministiche.”⁴⁵

Si presume che, circa la modificabilità del passato nei termini della sua possibile ri-costruzione (senza nulla togliere al passato, il fatto che esso sia costituito da fatti accaduti, ma non esisterebbe se non fosse memorizzato e quindi poi narrato e potenzialmente ri-narrato), esiste una condizione inversamente proporzionale ovvero il passato può essere maggiormente modificabile, quanto può essere minore il riconoscersi ed essere consensuali nei suoi confronti.

In effetti, la storiografia ci insegna che si può essere tutti d'accordo, o quasi, su una data storicamente decisiva (ad esempio, l'inizio di un conflitto mondiale segnato dalla data di una dichiarazione di guerra), ma si possono trovare decine di “letture” ed interpretazioni sui motivi di questo o quell'altro conflitto. Pertanto, i margini di ricostruzione del passato risultano essere piuttosto ampi anche a livello di storie

44 A. Caruso, I. Gandini, Dal contesto del colloquio ai macrocontesti: “l'altravisione” come linea guida per la costruzione del cambiamento in C. Edelstein, *Il Counseling Sistemico Pluralista*, Erickson, 2007

45 L. Boscolo P. Bertrando, 1993, op. già cit.

personali. Abbiamo, quindi, la conclusione deducibile da tutto questo che ogni passato o meglio, le varie forme di passato, possano essere potenzialmente ricostruibili, quasi all'infinito, nel presente attuale di ciascuno.

Spesso, infatti, ricostruiamo il passato narrandolo sulla base delle nostre attese e della relazione con noi stessi e con gli altri, più che sui dati effettivi basati sulle condizioni certe d'inizio, svolgimento e conclusione di un racconto storico: infatti, quando si parla di narrazioni, ci si colloca meno sulla coerenza di dati verificabili per restare nell'ambito dei significati "di lettura" soggettiva in termini di massima ampiezza d'interpretazione del campo di un discorso.

Se la narrazione di un cliente prende le mosse da una visione al tempo indicativo, come modalità di unilaterale punto di vista, la visione sistemica, dall'altro canto, propone un'altra visione al congiuntivo con il "...e se fosse..." oppure "...se fosse stato...", come possibilità di introdurre altre multiformi visioni, altre possibili riscritture del passato precedentemente evocato.

In tale visione prospettica sistemica risiede l'importanza dell'uso della forma colloquiale interrogativa, dell'uso delle domande utili ad evocare nuove possibili significazioni.

Considerando il concetto della contestualizzazione della PRESENTIFICAZIONE DEL FUTURO, sappiamo che occorre fare i conti con la differente visione del futuro che si può avere, in dipendenza delle diverse connotazioni di tipo antropologico e sociale. Se un soggetto vive entro i parametri di una cultura fatalistica, ciò influenzerà le possibili aspettative verso un futuro che potrà essere, conseguentemente, imponderabile ed imprevedibile. Dall'altro canto il futuro in sé può determinare ansie ed insicurezze laddove si presentasse troppo "aperto" a possibilità molteplici. In soggetti troppo vulnerabili all'ansia il futuro, nelle sue possibilità e prospettive, potrebbe vedersi

ridotto in una contrazione necessaria a preservare la persona da ulteriori stress. Spesso si può parlare di una sorta di “patologia del futuro”, in quei casi in cui, in termini psicologici finanche psichiatrici, assistiamo ad una sintomatologia di gravità tale da pregiudicare la progettualità oltre l'*hic et nunc*.⁴⁶

Occorre saper distinguere il piano succitato dall'eventuale altro piano che possa permettere, tramite interventi ad hoc a partire da domande mirate, la stimolazione dei clienti al fine di rendere possibile scenari di nuova organizzazione per il futuro, tramite la costruzione di nuove mappe cognitive e relazionali.

A livello di strumenti da utilizzare in seduta, le domande nelle loro diverse declinazioni assumono la veste d'input che possano permettere ai clienti l'assunzione di viraggi verso altri orientamenti e scelte conseguenti: Karl Tomm ha contestualizzato vari tipi di domande utilizzando delle macrocategorie ove ricondurre tali domande in termini di oggettività di obiettivi.⁴⁷

In particolare l'uso delle domande riflessive che possano permettere “l'interconnessione tra i significati all'interno del sistema di credenze della famiglia”,⁴⁸ può esserci d'aiuto entro l'ambito che stiamo trattando. Le domande impiegabili sono molteplici ed in stretta connessione con l'ipotesi che un professionista (nel nostro caso un counselor) potrebbe concepire circa un dato sistema relazionale.

Tomm ha tracciato otto macrocategorie di domande riflessive: domande orientate al futuro, domande relative al punto di vista dell'osservatore, domande che cambiano inaspettatamente il contesto, domande che contengono suggestioni, domande di comparazione normativa, domande di chiarificazione-distinzione, domande che introducono ipotesi,

46 E. Minkowski, 1933, op. già cit.

47 K. Tomm, Intendi porre domande lineari, circolari, strategiche o riflessive?, da Family Process, 27:1-15-1988, trad. in Il Bollettino n.24-1991

48 K. Tomm, Le domande riflessive come mezzi per condurre all'autoguarigione, da Family Process, 26:167-183-1987, trad. in Il Bollettino n.23-1991

domande che interrompono un processo.

Trovo particolarmente pertinente l'uso delle domande orientate al futuro rispetto agli obiettivi coltivabili, rispetto alle esplorazioni dei risultati attesi, rispetto all'introduzione di possibilità ipotetiche, rispetto alla possibile introduzione di nuove narrazioni, rispetto alla possibilità di infondere nuova speranza...

Uscendo dalla categoria delle domande riflessive, può essere utile pensare di porre anche domande circolari⁴⁹, con intento a prevalenza esplorativa e basata su premesse di tipo interattivo laddove si tenda a voler evidenziare “la struttura connettiva” tra persone, azioni, oggetti, idee, percezioni, credenze, sentimenti, contesti, all'interno di un circuito ricorsivo circolare. Tramite l'uso di tali domande, viene “presentificato” qualcosa da qualcun altro che può avere connessione con la persona od il tema in oggetto (connessioni circolari tra eventi e percezioni).

Se le domande che introducono ipotesi possono riguardare sia il passato sia il presente (oltre al futuro, ma con introduzione di vincoli restrittivi), le domande riguardanti il futuro si presentano come possibilità di apertura a scenari più flessibili, aprendo, ancor di più, la strada dell'orizzonte prospettico verso la differenza.

Dr. Fabrizio Casarini

(Counselor Relazionale, Educatore Professionale)

49 K. Tomm, trad., 1991, art. già cit.