

***Le nuove patologie***  
**Sette Lezioni a cura**  
degli Psicologi del Dipartimento di Salute Mentale  
dell'Ospedale A. Manzoni – Lecco

---

Lezione 6  
**Il costrutto aggressivo: i microtraumi**  
di Mario Pigazzini

---

CONFUSI IN UN PLAYBACK

E si consumano le scarpe da pallone dentro la polvere  
E i più grandi si prendono il campo tutto per sé  
E li guardi andare via mentre fantastichi su di te  
Dalla linea laterale davanti qua.

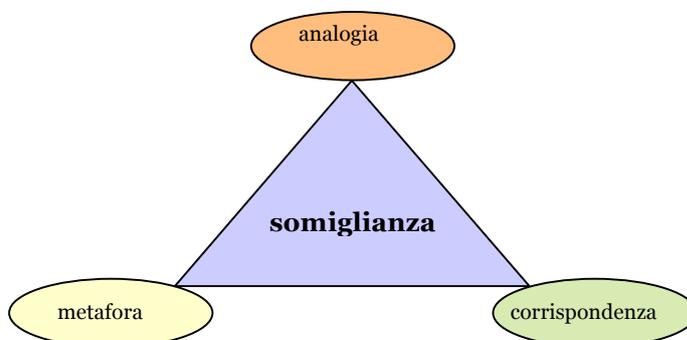
E il cuore batte alla rinfusa che serietà  
Nella fretta di portare pantaloni lunghi e personalità  
Mentre è il fascino di qualche ripetente  
Che ci scombussola le idee  
E il futuro sembra lì ma non arriva mai.

E ognuno lascia un segno nelle persone più sensibili  
E il fiume cambia il legno mentre lo trasporta via.  
Oh! quanti giorni e quante conclusioni e recriminazioni  
All'insaputa di chi dimentica che un niente  
In un'anima incosciente provoca i guai.

E arrivano i discorsi però le conclusioni quasi più  
E ci iscrivono ai concorsi e di tanto in tanto ci tiriamo su.  
E le tensioni le scaraventiamo su canzoni  
Che fingiamo di cantare confusi in un playback.

E ognuno lascia un segno nelle persone più sensibili  
E il fiume cambia il legno mentre lo trasporta via.  
Oh! quanti giorni e quante conclusioni e recriminazioni  
All'insaputa di chi dimentica che c'è un niente  
Che modifica il presente  
Ci confonde in un istante ed è playback.

*E. Ruggeri*



Fin da ragazzi abbiamo dovuto fare i conti con l'aggressività, con lo scontro per un nostro spazio vitale, per una nostra reazione, per non essere schiacciati, per non scomparire. Abbiamo guardato a chi era più grande correndo con la fantasia ai calzoni lunghi, alla sigaretta in bocca, al motorino, ai soldi in tasca sognando una nostra supremazia o quantomeno di un essere alla pari con i grandi, con quelli che possono *prendere tutto per sé* senza dover apparentemente chiedere. E lungo questo viaggio *il fiume cambia il legno mentre lo trasporta via*, cioè cresciamo senza spesso renderci conto di quanto *un niente modifica il presente*.

Sono questi piccoli niente che arrivano inaspettati, *all'insaputa* non di chi è all'erta, di chi non si lascia sfuggire nulla, di chi vigila, di chi tiene l'orecchio costantemente teso al proprio mondo interno, ma *di chi dimentica che ognuno lascia un segno nelle persone più sensibili*, di chi ha *un'anima incosciente* che li *provocano guai*. E' questo non vedere la nostra esposizione alla casualità degli eventi, alla loro precarietà, alla caducità della mortalità che ci può trascinare nei guai.

Spesso il nostro desiderio di essere grandi, forse più grandi di quanto madre natura ci ha fatto, questo desiderio infantile di andare là dove i nostri padri non sono andati, ci ha spinti a seguire *“/... l'ardore/ch'ì ebbi a diventar del mondo esperto/e de li vizi umani e del valore;”* e così *“...facemmo ali al folle volo/... infin che 'l mar fu sovra noi richiuso”* (Dante, Inf. c. XXVI). Ulisse non arriva al folle volo senza una sequenza di piccole scelte, consapevoli o inconsapevoli, lucide o ostinate, attento agli altri o piegato su sé stesso: *“né dolcezza di figlio, né la pietà/del vecchio padre, né 'l debito amore/lo qual dovea Penelopè far lieta/vincer potero...”*.

Perché tanta ostinatezza, tanta insensibilità, tanta inconsapevolezza? O siamo noi prigionieri del caso? Se non dimentichiamo che *“il risultato finale avrà a volte perduto persino l'apparenza del caso iniziale”* (I. Ekeland, *A Caso. La sorte, la scienza e il mondo*, pg. 31), come facciamo ad essere coscienti del nostro divenire? Già Pascal, prima di Ruggeri e della teoria del caos, aveva detto che cose di grandissima importanza sono a volte decise da eventi imponderabili: cose piccolissime di un normale processo temporale possono avere conseguenze di grande importanza. E' Ulisse che sceglie o qualcuno, la sorte, il destino o il caso, ha già imprevedibilmente scelto per lui? Siamo noi che ci ostiniamo a non vedere o siamo i superstiti di spietati processi di selezione?

Qual è, in una parola, l'esito dei microeventi a volte tanto dolorosi quanto inaspettati della vita?

Penso che possiamo definire il trauma (ciò che ci spaventa, sconvolge o atterrisce) con questa combinazione di sofferenza ed imprevedibilità che può essere abbinata anche alla violenza. Si apre qui una contraddizione: Ulisse esorta i suoi compagni a seguire *"virtute e conoscenza"* asserendo: *"nati non foste per vivere come bruti,..."*, e per far questo non ascolta né la dolcezza, né la pietà, né l'amore. Dov'è la violenza? Nell'Ulisse che segue volente la conoscenza o nell'Ulisse che si impone di rompere i legami? Forse Goethe ci aiuta a ripensare il dilemma: *"La parola, l'antica parola risuona: Ubbidisci volente alla violenza! Ma se sei ardito ed opponi resistenza, allora sappi che poni a rischio la casa, i beni e te stesso!"*(Goethe, *Faust*, parte 2a, atto V).

L'invito di Goethe, come quello di Dante, è quello di essere ardito, rischiando, consapevole che non c'è una via:

*"Viandante, son le tue impronte  
la via e nulla più;  
viandante, non c'è una via,  
la si fa camminando"* (A. Machado).

Scrivono Ekeland: *Dinnanzi all'assalto di questa contingenza multiforme, l'umanità si sforza di identificare i determinismi sottostanti, ossia di dare un senso al mondo. ... Il senso può essere una conquista personale, quanto imposto con la forza...*. Siamo al punto di partenza.

Scienza e destino ci abbracciano mortalmente; l'Io *del qui ed ora* è creatore del proprio esistere quanto schiavo delle contingenze, e con una ridotta possibilità di comprensione. Quale impatto per la nostra identità? O per il nostro bisogno di essere artefici del nostro destino? O per la paura di non possedere quella libertà cui tanto teniamo?

Poste queste premesse chi può essere senza microtraumi? O meglio, chi può sottrarsi alle imprevedibili conseguenze d'inaspettate violenze? Siamo noi tutti soggetti al caso allo stesso modo o qualcuno lo è più di altri? E quali sono le persone più esposte? Possiamo, da esperti, costruire delle mappe del rischio probabilistico cui un soggetto può andare incontro? O tutto è lasciato al destino? Quante domande senza una risposta! O quante risposte per così poche domande!

Se il trauma può essere definito come una combinazione di sofferenza ed imprevedibilità, il microtrauma è una combinazione di trauma e casualità temporale, cioè qualcosa di semplice, quotidiano, che può avvenire per puro caso. Ma questa banalità può cambiare una vita e oggi più di ieri perché se la casualità è direttamente proporzionale alla complessità, in un mondo più complesso la possibilità di un'imprevedibile violenza è molto più elevata.

### **Caso clinico**

Giorgio viene al servizio perché dopo un banale incidente non si sente più lui. Niente di grave; qualche giorno di riposo, ma non ha più voglia di tornare al lavoro. Che cosa ci va a fare? Perché stancarsi in un ambiente che non gli piace (ma che fino a poche settimane prima non gli dava alcun pensiero)? Dice che dopo l'incidente, ripete banale, si domandava come poteva essere successo, lui che è comunque prudente, non una testa calda di quelli che vanno in giro a far casino o esibirsi con le impennate.

Durante la breve convalescenza sente “come una depressione”; si sente stanco e inutile, si vede vecchio e senza futuro, ma soprattutto ha come la percezione che qualcosa si sia rotto dentro di lui. Prima mai niente aveva scalfito il suo corpo o la sua volontà, niente si era frapposto tra lui ed i suoi pensieri sul futuro, i suoi desideri, i suoi progetti; ora gli sembrava che tutto potesse, da un momento all'altro, essere messo in discussione, svanire o costare molto più di quello che gli era parso; tutto aumentava di peso e di spessore e lui si sentiva fiacco, quasi impotente, quantomeno svuotato dalla voglia di saltare in piedi e rimettersi in moto.

Nonostante gli incoraggiamenti, pacati o stimolanti di famigliari ed amici che si meravigliano che un ragazzo così pieno di vita si lasci andare, Giorgio resta passivo, inerte, non riprende il lavoro, non ha voglia di niente. Si ritrova a guardarsi allo specchio senza sapere perché, a sentire dolori inesistenti; va dal medico una, due, tre, quattro volte, spazientendo tutti. Ha paura di avere qualcosa “di brutto”, ma non sa bene nemmeno lui che cosa sente effettivamente. Il medico lo manda dallo psicologo come si manda qualcuno a prendere qualcosa di cui non si ha bisogno per toglierselo di torno.

Giorgio parla di una vita normale, non ha nulla da dire che non sia quello che hanno fatto i suoi amici; nulla che sia degno di essere ricordato, nulla che sembri avere a che fare con la rimozione o la repressione. Emerge il ricordo di un amico di famiglia morto in un incedente; ricorda i genitori piangenti, la loro e sua tristezza per questa persona cara; l'amicizia tuttora attiva con i familiari del defunto. Ricorda la paura per un piccolo incidente del padre, presto superata; parla della sua ansia iniziale senza difficoltà e di come l'abbia elaborata. Sembra che nulla disturbi il pensare le sue emozioni. Perché ora tanta paura?

Non mi restava che il mio controtransfert per cercare di capire che cosa poteva aver terrorizzato questo ormai non più giovane ragazzo. Durante una seduta in cui mi parlava del suo lavoro, un lavoro manuale con un certo rischio di infortuni, mi accorsi che continuavo a guardare le mie mani, quasi fossero in uno stato di empatia con le sue mani, con i rischi che esse affrontano ogni giorno e mi accorsi che la mia mano sinistra, al dito anulare, portava il segno di una ferita vecchia di ormai quindici o più anni. Mi ritrovai così a pensare che cosa ci stava a fare lì la mia mano, che senso aveva questo mio focalizzarmi su di essa, quando mi ricordai il profondo senso di vulnerabilità che vissi in quei momenti quando vidi l'ultima falange dell'anulare pendere, quasi interamente recisa, dal dito. Qualcosa aveva rotto la mia integrità e in quel momento mi sentii vulnerabile, quasi senza più protezione.

Il sentimento di vulnerabilità è stato poco studiato, anche se molto osservato, e quando ho posto delle domande a dei colleghi su come percepissero questo sentimento, mi sono sentito spesso rispondere: ma è così naturale, chi non lo prova prima o poi! Esso sembra possedere quelle caratteristiche dell'ovvietà descritta da Husserl: qualcosa che c'è e di cui tutti abbiamo un'esperienza tanto soggettiva quanto comune, ed a ben pensarci è proprio vero, come è anche vero che questa percezione si accompagna spesso ad un piccolo evento traumatico, un evento inaspettato, che sembra infilarsi nella vita di una persona nel momento che meno si aspetta.

Mi accorsi che Giorgio mi guardava come per dirmi: oh, oh, io son qua! Non mi restava che svelargli ciò che stavo pensando, tralasciando ovviamente i dettagli personali. Mi guardò stupito, un po' scosso, e dopo pochi secondi disse: " Sì, forse ha ragione lei. Infatti, ora ricordo, quando ero a terra e toccai con la mano la fronte e la vidi rossa di sangue ho detto tra me e me: Oddio sono finito! Questa

idea, nonostante che tutti mi dicessero che non avevo niente, che tutto era al suo posto, che non ci sarebbero state conseguenze, ha continuato a tormentarmi fino a convincermi che non sono più quello di prima. È vero, qualcosa si è rotto”.

Ma che cosa? O forse qualcosa è apparso che Giorgio non riesce a controllare, di fronte a cui si sente perso e quel sentimento di rottura, di vulnerabilità, invece che riferirsi ad un aspetto del proprio corpo, si riferisce ad una vulnerabilità di fronte al proprio futuro, scelte ed aspettative? Scrive sempre Ekeland nel suo bel libro: *A caso*, pag. 122: “Alla base di queste valutazioni c’è l’idea che un evento importante come un incidente non è mai altro che il risultato chiaramente catastrofico di un concorso di circostanze minori, di un tessuto di piccole coincidenze, di cui nessuna avrebbe importanza individualmente, ma la cui sfortunata accumulazione, scatena fenomeni ad una scala maggiore”. E prosegue a pag. 127: “Noi distinguiamo un rischio aleatorio ... e un rischio di ignoranza. L’esperienza mostra che l’essere umano accetta più volentieri il rischio aleatorio che non il rischio di ignoranza... perché ci si sente più disarmati quando si tratta di affrontare l’ignoto”. Egli conclude a pag. 132: “la verità è che la civiltà industriale procede senza misurare i rischi in modo adeguato e senza considerarli in modo globale. ... Noi procediamo anestetizzati fra i rischi creati da noi stessi!”

Quando ci svegliamo dopo l’anestesia ci troviamo di fronte all’ignoto persi e soli, disarmati ovvero vulnerabili, incapaci di renderci conto delle mille piccole contingenze o circostanze che hanno dato consistenza all’ennesimo imponderabile evento. Dobbiamo incrementare il *Coraggio di esistere* per dirla con Tillich, o possiamo costruire con Giorgio una visione della vita aperta all’incognito?

Ciò che mi colpisce ora è come questa relazione, a differenza delle altre, sia così piena di quesiti, di domande che incalzano, si rincorrono l’un l’altra sembra senza fine e senza risposta. Nella realtà sono senza risposta; è la scelta personale che da una risposta; Goethe ci invita a piegare il capo alla violenza, a meno che ... vogliamo essere degli eroi. Ovviamente “Non c’è rischio a scegliere ciò che ci disonora”(A. Camus), ma se non abbiamo il coraggio di rischiare, forse anche la semplice consapevolezza che il legno cambia mentre il fiume lo porta via, ci può dare una mano di fronte all’ignoto, a patto di non stare tra le anime incoscienti.

*Grazie*

*Lecco, 24 maggio 2002*