

Forme dell'assenza nella contemporaneità: il fantasma nel lutto, l'automatismo mentale, la presenza da remoto.

Massimo Rossi

Marco 13,33-37: *“Fate attenzione, vegliate, perché non sapete quando è il momento”.*

L'assenza nel nostro tempo

La vita contemporanea è contrassegnata da un paradosso: viviamo in una società iperconnessa, il mondo del network, dove tutto si comunica in tempo reale, ma nello stesso tempo la solitudine percepita pare crescente.

Si tratta di una solitudine marcata da varie assenze declinabili al singolare, come quando perdiamo il contatto con noi stessi, nelle relazioni duali dove l'ascolto non è scontato e l'*ego* può prevalere sul *noi*, nel

pensiero collettivo frammentato e manipolato dal mercato o da diversi influencer.

Istituzioni come la Famiglia, la Chiesa, il Partito, la Scuola hanno perso appeal, carisma e potere di aggregazione lasciando smarrito e un po' orfano il cittadino del XXI° secolo.

L'assenza non risparmia neppure la dimensione metafisica: Dio non risponde e il cielo è vuoto. Le grandi narrazioni del '900, le ideologie forti sono tramontate. Un'altra assenza eccellente la troviamo nella ridda dei dibattiti, talk-show o campagne pubblicitarie dove all'appello manca la "Verità" sommersa da innumerevoli fake news.

Iperconnessi, dunque, ma contemporaneamente slegati da tutto. "Isole nella corrente" direbbe Hemingway.

Cominciare a diagnosticare le molteplici forme di "Assenza" può essere un passo propedeutico a trovare, se non proprio un "centro di gravità permanente" – come canta Battiato – almeno una bussola per orientarci, per discernere e mettere in circolazione qualche anticorpo.

Ho scelto in questo articolo di illustrare alcune figure dell'assenza: quella fantasmatica nel lutto, quella degli automatismi generati da riflessi condizionati e quella della presenza virtuale che si realizza nelle sedute condotte da remoto.

Ma cosa intendiamo con la parola “assenza”? Un concetto si definisce meglio mettendolo in comparazione con il suo opposto: cosa sarebbe l’alto senza il basso? il torto senza il giusto? l’ombra senza la luce? l’assenza senza la presenza?

Per definire l’”assenza” dobbiamo necessariamente chiarirci sul concetto di “presenza”.

Presenza, dal participio latino *praesens-praesentis* significa essere presenti, cioè trovarsi installati fisicamente e mentalmente nel “qui-ed-ora” in una situazione che ci convoca responsabilmente al cospetto di qualcuno (una o più persone) o di qualcosa (un compito o una decisione).

L’essere e restare presenti è tutt’altro che una condizione naturale. La presenza richiede attenzione, concentrazione, capacità di ascolto incondizionato, tutte funzioni abitualmente insidiate da interferenze o parassitismi mentali di vario genere. Per l’umano la condizione “normale” è piuttosto quella della distrazione (= dal latino *dis-trahere* = essere tratti via da, essere distolti). Nello stato di coscienza ordinario la mente è attraversata da un flusso costante di molteplici percezioni, stimolazioni ambientali, immagini corsare, valutazioni estemporanee, pensieri sotto traccia etc. Una sorta di magma caleidoscopico oscillante tra flash sul passato, stati d’animo attuali, anticipazioni del futuro. Freud ha eletto l’

“attenzione fluttuante” a strumento investigativo per eccellenza, ma si tratta di una disattenzione allenata a rimanere nel campo relazionale con il paziente. Non è nomade. Non fugge il contesto.

L’animale, diversamente dall’uomo, vive la vita momento per momento in un presente che dura. Lo psicoanalista André Green, nel libro “Narcisismo di vita, narcisismo di morte” descrive il complesso della “madre morta”. Non si tratta di una morte vera e propria ma di una divaricazione che il bimbo può sperimentare tra la presenza fisica della madre e la sua assenza mentale. La madre è fisicamente presente, con il bimbo in braccio, il seno offerto, ma la sua mente è “altrove”.

L’assenza di una madre fisicamente presente è più difficile da intercettare. È un’assenza, per così dire, eclissata dal contatto fisico, visivo, tattile, vocale. Un’assenza nascosta, negata dall’apparenza. È un’assenza dell’assenza, come la rimozione è dimenticanza di una dimenticanza.

Questo breve introduzione ci conduce a constatare che possono esistere forme diverse di assenza, declinabili, come accennavo all’inizio, nella vita del singolo (assenza rispetto a sé stessi), nella relazione duale (disconoscimento dell’altro), nella vita collettiva nei vari gradi di alienazione prodotti da suggestioni egosintoniche (fascinazione per il leader) fino all’abdicazione della soggettività quando (1)

l'individuo viene assorbito, annullato nell'onda anonima della massa in movimento.

Il poeta Attilio Bertolucci, padre del famoso regista Bernardo, definisce in un verso lapidario il paradosso – opposto al complesso della madre morta - di un essere presenti nell'assenza.

Egli scrive: <<Assenza, più acuta presenza>> (1).

(1) Poesia
“Assenza”
nella
raccolta
“Sirio”
pubblicata
nel 1929.

Ecco il dato sorprendente che sparglia le nostre certezze: da un lato si può essere assenti, pur in presenza (= complesso della madre morta) e dall'altro si può sperimentare una presenza, più acuta, più intensa, addirittura dolorosa nell'assenza. Questo accade, ad esempio, nel lutto o nel tradimento. L'altro non è più presente, perché rapito da questo mondo o perché ci ha abbandonato, eppure la sua presenza ci assilla, ci assedia, ci tormenta. Non cede all'oblio, non arretra nella memoria. Nella clinica neurologica troviamo descritta la sindrome dell'*Arto Fantasma*. Un soggetto che abbia subito un'amputazione può continuare a percepire la gamba mancante non semplicemente come intera e collegata al corpo anatomico, ma addirittura con una sensibilità aumentata: un arto fantasma che diventa ipersensibile, ipertermico, mobile e persino dolorante: “Assenza, più acuta presenza”, appunto.

Il fantasma nel lutto

A proposito del lutto afferma S. Agostino: “coloro che abbiamo amato e perduto non sono più dove erano, ma sono ovunque noi siamo”. L’altro non c’è più, ma noi continuiamo a percepirlo “vivo” nell’interiorità.

È sconcertante: la morte annulla la presenza fisica, ma pare non interrompere la relazione.

Potremmo chiamare questa, in senso psicologico, una forma di “resurrezione”?

Descrivo ora una breve sequenza di una seduta a titolo esemplificativo.

Anna veniva da diversi mesi per un lutto difficile, incistato, impossibile da metabolizzare. La sua vita era impigliata nel dramma della perdita. La scomparsa del marito aveva scavato un buco impossibile da riempire. Il fantasma del compianto non le dava tregua ed era diventato un’ossessione alla quale era impossibile sottrarsi. Questa “assenza”, onnipresente ed insistente, impediva lo scorrere della vita. Come scrive Bowlby a proposito del lutto patologico: <<...gli impulsi a recuperare e a

rimproverare la persona persa non hanno la possibilità di estinguersi e, al contrario, persistono con gravi conseguenze>>. (2)

(2) Bowlby J. et al. (1979) Costruzione e rottura dei legami affettivi. Milano, R. Cortina.

Così Anna per molte sedute parlava di questa ossessione come se il fantasma avesse sequestrato non solo una parte, ma la quasi totalità della sua libido sbarrando la strada a qualunque altro progetto o diversa narrazione di sé.

Un giorno Anna arriva in studio e mi accorgo dal portamento meno ingessato, dall'abbigliamento meno funereo, dallo sguardo più sereno che sta un po' meglio.

Domando:

“Oggi, signora, mi sembra più serena di altre volte. Me lo conferma?”

“Sì, dottore, è vero”

“Come mai? È successo qualcosa di nuovo?”

“Sì...vado al camposanto”

“Beh, non mi sembra una novità...lei ci andava anche prima...”

“Sì, ma adesso vado al mattino presto...”

“E cosa cambia?”

“Vado al mattino presto, appena aprono il cancello io entro...”

“e allora...?”

“Dottore, non comprende?”

“Veramente no”

“Beh, a quell’ora non c’è nessuno”

“E quindi...?”

“Quindi io posso parlargli...gli racconto le mie giornate, i miei pensieri, i miei dubbi, le mie pene e le mie speranze, senza che nessuno mi veda o mi ascolti...senza che nessuno mi giudichi o mi prenda per matta. A volte gli chiedo consiglio. Lei potrà anche non credermi dottore, ma il consiglio può giungere. Mi è arrivato in sogno. Lui è venuto in sogno e mi ha risposto. O meglio mi ha fatto capire”.

Nella oculata scelta dell’ora mattutina per recarsi al camposanto possiamo cogliere la difficoltà, accentuata nella nostra era ipertecnologica e sottomessa al primato della razionalità, ad accedere ad una dimensione simbolica. Sulla tomba Anna aveva ristabilito un’intimità con il marito e ciò giustificava il suo pudore con il conseguente bisogno di sottrarsi ad occhi e orecchi estranei.

La sua testimonianza può essere un esempio di un lavoro del lutto giunto a compimento.

Scrive Ungaretti: <<Il dolore è un chiarirsi che si paga>> (3).

(3) “Il dolore”, raccolta di liriche composte tra il 1937 e il 1946.

Naturalmente le cose non vanno sempre così. I decorsi e gli esiti del lutto possono essere diversi e non sempre a buon fine.

Il segno di un esito positivo del lutto lo abbiamo quando avviene una conversione della memoria: quando da un sentimento lacerante di mancanza, da una assenza vissuta persecutoriamente (“assenza, più acuta presenza”), si passa alla rievocazione di vissuti condivisi attraverso un dialogo interiore pacificante. Questo è il punto di svolta: il dolore abbandona le lande tenebrose e raggelate della perdita insostenibile per entrare in un orizzonte rischiarato da una presenza stabilmente ripristinata nel mondo interiore. Il fantasma crudele del trauma cede il posto al fantasma rassicurante della nostalgia, una nostalgia intessuta di rimpianto ma anche di gratitudine per quanto è stato possibile condividere in vita. Questa gratitudine per quanto ricevuto può generare nuova vitalità testimoniata dal desiderio di portare avanti progetti o ideali “come l’altro, che se n’è andato, avrebbe voluto”. La continuità tra passato e futuro è così ristabilita e la vita può riprendere a scorrere. Prendendo a prestito la

felicissima metafora del libro di Massimo Recalcati “La luce delle stelle morte”, nella quale si fa riferimento alla luce che a noi arriva da stelle morte milioni di anni fa, possiamo affermare che i “defunti” non sono “estinti”. Le loro tracce sopravvivono in noi, come afferma S. Agostino, e i loro semi ancora fruttificano. Chi ci ha lasciato può tornare a rivivere in noi, come se ne avessimo in qualche modo ereditata l’anima.

A posteriori posso dire che la “svolta” di Anna era stata preparata da una serie di sedute nelle quali si poteva rintracciare una graduale assimilazione all’interno di un “credo” tradizionale, legato alla formazione cattolica ricevuta in famiglia, di una “fede” psicologica consistente in un atto di abbandono nelle braccia del destino. Un “fiat”, una vera e propria resa a ciò che è accaduto e continuamente accade, un atto di abbandono che equivale all’assunzione della propria umana impotenza può fare il miracolo e consentire di cogliere ciò che si pone in alternativa alla disperazione.

A questo riguardo in “ricordi, sogni riflessioni” scrive Jung: “<< Ma dalla malattia – che possiamo intendere

paragonabile al trauma del lutto – derivo anche un'altra cosa: potrei chiamarla un dir di “sì” all'esistenza, un “sì” incondizionato a ciò che è, senza proteste soggettive; l'accettazione delle condizioni dell'esistenza così come le vedo e le intendo; l'accettazione della mia stessa essenza, proprio come essa è [...]. Fu solo dopo la malattia che capii quanto sia importante dir di sì al proprio destino. In tal modo forgiamo un io che non si spezza quando accadono cose incomprensibili; un io che regge, che sopporta la verità, e che è capace di far fronte al mondo e al destino. Allora fare l'esperienza della disfatta è anche fare esperienza della vittoria [...] Ma ciò può avvenire solo quando si rinuncia ad intromettersi con aria inquisitiva nell'opera del destino>>. (4)

(4) C.J. Jung (1961),
Milano, Rizzoli,
pag. 353

L'automatismo mentale nella vita quotidiana

Gli automatismi (= comportamenti o stili cognitivi a cui tutti, in grado diverso, siamo assoggettati) in quanto agenti della coazione a ripetere sono al servizio della pulsione di morte. Questa non è da intendere come spinta omicida o suicidaria, ma come una dinamica anti-relazionale e, poiché la vita è relazione, anti-vitale. La relazione infatti presuppone presenza a sé stessi e consapevolezza dei propri atti al fine di essere aperti sia all'altro (persona) sia all'Altro (il mondo circostante o sopraggiungente).

La spiritualità nella sua essenza è “vita sorvegliata”, “vita incondizionata”, vita “liberata”, appunto da coazioni, da costrizioni, da compulsioni e richiede un'attenta vigilanza dei moti interiori per non arretrare di fronte alle seduzioni ipnotiche (mediatiche), alle distrazioni (pulsionali o mondane), e soprattutto per non soccombere alla tendenza dissociativa connaturata alla psiche.

La relazione tende ad aggregare, a formare legami, a nutrire questi di novità in una continua crescita nella reciprocità per creare orizzonti

sempre più ampi di condivisione e sinergia. Nella relazione duale questo processo in continuo divenire, si chiama accordo, nell'interazione sociale concordia.

La relazione richiede apertura, l'automatismo chiude. La routine inaridisce. La routine spegne il desiderio di altro.

L'automatismo tende economicamente al risparmio energetico. Più facile lasciarsi agire da inveterate procedure o omissioni. Più comodo far valere punti di vista cristallizzati o abitudini ben collaudate. Più difficile e dispendioso sottoporre il comportamento e il dialogo al vaglio di un'intelligenza creativa che oltrepassi la soglia del "già noto e ripetuto", finalizzato a ribadire la propria identità (= *reitero ergo sum*), per esporsi invece all'alterità, all'inedito, ad una verginità mentale che metta in risonanza il "tu" e l' "io" nel momento del confronto.

Si tratta di scegliere, momento per momento, di funzionare come ricetrasmittente nella circolarità del "noi". Il dialogo "sordo" degenera inevitabilmente in un monologo sterile. Un disco rotto. La ripetizione

ostinata di una tesi o di una condotta, o di una omissione blocca l'integrazione, o anche solo l'avvicinamento degli opposti e lede la plasticità di ogni discorso. Il dialogo si irrigidisce. La relazione si congela.

È dimostrato che la consultazione compulsiva dei cellulari, l'utilizzo prolungato dei dispositivi tecnologici, la permanenza in realtà virtuali, favoriscono l'autoreferenzialità, l'autoerotismo cognitivo (= innamorarsi delle proprie convinzioni), il pensiero breve, la frammentazione di ogni discorso, l'impulsività di ogni agire. In sintesi queste prassi nutrono la mente automatica che lavora per zapping anziché per lenta e progressiva elaborazione riflessiva. E l'automatismo conduce alla dipendenza che a sua volta rinforza l'automatismo: si instaura così un circolo vizioso. Con ciò non si vuole demonizzare la tecnologia, ma piuttosto mettere in guardia rispetto a possibili effetti collaterali tossici e contagiosi.

Ad esempio lo *smart working* è sicuramente una risorsa che in molte situazioni ha agevolato il lavoro, consentendo di mantenere una

continuità. I sociologi però rilevano che ha eliminato il “rito del caffè alla macchinetta”, ha ridotto il senso di appartenenza all’azienda e ostacolato la trasmissione di competenze da parte dei colleghi più esperti ai neoassunti. Più inquietanti sono gli scenari prospettati da Metaverso o dai prodotti della Intelligenza Artificiale. Già ora è possibile scaricare una “App” che si chiama *Weabot*, lo psicoterapeuta digitale, che ci risparmia l’attesa della risposta, quella che sul divano dello psicoanalista tarda ad arrivare, e soprattutto ci esonera dal travaglio di partorire la nostra soluzione. Il numero di utenti è in crescita esponenziale e intanto si diffondono altre “App” che spaziano dalla meditazione guidata (da una voce artificiale) al monitoraggio dell’umore. Siamo insomma ad un passo dalla società della “Mente in Prestito” o dei “Pensieri prêt-à-porter”. Dal discernimento agli algoritmi il passo è breve.

L’evangelista Marco dice: “Fate attenzione, vegliate, perché non sapete quando è il momento”. Ma di quale vigilanza si tratta? Non quella del portiere che deve vagliare

e filtrare chi arriva, ma piuttosto quella dell'ostetrica che deve acconsentire alla venuta, fare in modo che questa accada, si realizzi. Una vigilanza benedicente, non diffidente.

Ora è chiaro che siamo tutti condizionati da imprinting, memorie procedurali, traumi, fattori educativi, pregiudizi, attaccamenti etc. pertanto è impossibile non essere inquinati e contaminati nella società pubblicitaria e iperconnessa contemporanea (anche se già il filosofo Bacone, 4 secoli fa, aveva bene censito e descritto gli *Idola Mentis*, cioè le tipologie di pregiudizi o luoghi comuni che interferiscono con il pensare e l'agire).

Ma l'interrogativo che si pone a questo punto è il seguente: vogliamo governare gli automatismi o esserne governati?

Il punto decisivo, di svolta, sta nella postura che vogliamo assumere rispetto alla coazione a ripetere che ci possiede. Vogliamo arrenderci a queste "scorie" o "distorsioni" del pensiero assecondandone passivamente la curvatura fatalistica? Vogliamo una resa supportata da

frasi fatte come: “cosa posso farci? sono fatto così! ho sempre agito così! ho sempre pensato così! è più forte di me! mi viene automatico!”

Oppure ci é possibile problematizzare il dato di partenza ed assumere un atteggiamento vigilante e in controtendenza?

Il discrimine etico sta proprio nel come scegliamo di atteggiarci: ci lasciamo trascinare dalla corrente (= main stream), diventando complici di un presunto determinismo, o prendiamo invece la posizione scomoda di sentinelle della mente? Si tratta di un lavoro minuzioso, da orafo, di un impegno certosino che implica un allenamento costante, antieconomico. La vita, come stabilito dalle leggi della termodinamica, sfida l'entropia. La vita è anti-economica e procede in salita verso l'aumento della complessità dei viventi e la diversificazione delle condotte. La logica della vita non è la ripetizione, ma l'innovazione, altrimenti nessuna evoluzione sarebbe possibile.

Eccoci al bivio: stiamo dalla parte di Sisifo, schiavo di una sterile ripetizione o con Spartaco, lo schiavo che rompe le catene per essere libero?

Diventa possibile – domandiamoci - potenziare questa capacità di stare nel presente, momento per momento? Potremmo giocare la partita della vita con lo spirito della “diretta”? Questo esercizio assomiglia ad un’educazione al “risveglio”: un’ascesi che non condurrà all’estinzione totale degli automatismi, ma – come minimo – ad un loro addomesticamento, ad una mitigazione del loro impatto negativo e castrante sulle relazioni. Potrà, al meglio, favorire una permeabilità dei confini fra interlocutori e offrire occasioni per dialoghi più partecipati, meno scontati, più autentici e persino più amabili.

Il salmone non segue la corrente. La risale con enorme fatica. Il salmone non risparmia energia per arrivare alla fonte. Il premio sarà per lui raggiungere acque pure, ossigenate e propizie alla fecondità.

Opus contra naturam direbbe C.G. Jung.

La “non-presenza” nelle sedute online a confronto con le sedute in presenza.

La pandemia tra le molteplici conseguenze che ha comportato nella nostra esistenza ha avuto anche l'effetto di infrangere il protocollo classico della seduta in presenza portando molti “professionisti della parola” (non solo psicoterapeuti, ma anche insegnanti, formatori, consulenti etc.) a sperimentare la seduta da remoto, inizialmente come alternativa all'interruzione del rapporto, ma successivamente anche per ovviare a difficoltà logistiche o per assecondare la preferenza dell'utente per questa nuova modalità di incontro più facilmente gestibile.

Generalmente distinguiamo queste due modalità definendo l'una come “reale” e l'altra come “virtuale”, ma si tratta evidentemente di una distinzione impropria perché sono entrambe esperienze reali. Analogamente risulta fuorviante anche la distinzione fra sedute “in presenza” e “non”, perché ogni relazione o semplice contatto genera “presenza” (la “non presenza” è “assenza”!). Più opportuno distinguere tra presenza “in carne ed ossa” e presenza “mediata” (da un

medium audio-visivo). Sono questi entrambi modi di essere presenti.

A questo proposito ecco come il famoso critico francese Georges Sadoul commentò – siamo all'alba della cinematografia - il cortometraggio dei fratelli Lumière, proiettato il 25 gennaio 1896, che immortalava sulla pellicola il momento dell'arrivo di un treno presso la stazione di La Ciotat, un paese nelle vicinanze di Marsiglia:

“la locomotiva giunge dal fondo dello schermo, avanza sugli spettatori e li fa sussultare dando loro la sensazione che stia per schiacciarli”.

Non sappiamo se, davvero, come si raccontò, qualcuno di loro si alzò per fuggire dalla sala cinematografica, ma certamente fu quello forse il primo effetto documentato di una “realtà aumentata” sugli spettatori.

Di contro, quando nelle prime trasmissioni televisive gli annunciatori dei TG si presentavano a mezzo busto davano ai telespettatori l'impressione di una “realtà amputata”.

Questi due esempi ci dicono qualcosa sulla suggestione che lo schermo,

lungi dall'essere un mezzo neutrale, esercita su chi ne fruisce.

Vediamo ora nello specifico alcuni aspetti che marcano delle differenze tra le due tipologie di seduta.

Innanzitutto consideriamo il senso di "fisicità". In presenza il terapeuta sente gli odori o i profumi che il paziente porta con sé, inoltre è prossimo ad un corpo caldo che emana energia. Può percepire stimoli sensoriali subliminali o para-liminali, come minime variazioni del ritmo respiratorio, borborigmi, deglutizioni etc. che difficilmente verrebbero captati attraverso uno schermo.

Egli può valutare meglio, in modo cioè più completo e dettagliato, il linguaggio extra-verbale (p.e. può notare che il paziente muove il piede sotto il tavolo). Inoltre ha una percezione tridimensionale e non appiattita del corpo altrui. Sa di potersi avvicinare a chi gli sta seduto di fronte (anche se non lo fa) e perfino di poterlo toccare (anche se non è necessario): questo gli fa sentire l'"altro" come un "oggetto" tangibile e collocato ad una prossimità variabile, condizione opposta rispetto all'effetto vetrina (=

distanziamento) prodotto dallo schermo.

Ricordiamo come nelle fasi prodromiche delle psicosi, prima di rifugiarsi in mondi deliranti, i soggetti possono riferire un “effetto-bolla”, una sorta di distanziamento dal mondo circostante, come se fruissero della protezione di uno schermo invisibile che consentisse loro di vedere la realtà circostante attraverso un vetro. Anche persone affette da timidezza riferiscono di trovarsi meno esposte e più rassicurate quando possono intervenire in videoconferenza piuttosto che “dal vivo”.

Tutte queste osservazioni ci orientano a considerare la realtà video-mediata come attenuata, cioè a minore impatto emotivo.

Un altro aspetto riguarda il parlare, o meglio la timbrica della voce. Si può notare che – da remoto - la voce giunge diversa perché trasmessa solo per via aerea filtrata artificialmente dal microfono e pertanto priva delle risonanze delle cavità corporee che, nel vis-a-vis, la rendono più carnale, più calda e ricca di sfumature.

Altro aspetto del monitor è quello di aumentare l’autocontrollo: il

terapeuta si sente monitorato dallo sguardo ravvicinato del paziente e, contemporaneamente, ha a fuoco (nella finestra piccola) sé stesso e il proprio viso mentre sta interagendo. Egli, cioè, è sottoposto ad un doppio videocontrollo che potrebbe inibirne la spontaneità mimico-motoria.

Nella videochiamata, inoltre, si modifica il rapporto figura/sfondo nel senso che quest'ultimo sfuma: ci si focalizza sulla figura (e generalmente solo su una porzione della figura: il volto o il mezzo busto) e si sfuoca il contorno. In questo modo si perdono dettagli e stimoli evocativi che provengono dallo sfondo e che possono influenzare la concentrazione, la distraibilità, l'interazione del soggetto con gli oggetti circostanti. Questa "inquadratura" ristretta può aumentare la fissità mimica, gestuale e posturale di chi parla e mettere enfasi sul contenuto letterale delle parole a discapito della scansione del discorso, delle pause immaginative, dell'andirivieni degli sguardi verso l'ambiente circostante, dell'attenzione fluttuante e soprattutto dei silenzi. I silenzi, proprio per lo stretto e ravvicinato contatto visivo, diventano più

difficili da sostenere. Lo sguardo, quasi incombente, esercita una pressione maggiore a “dire” qualcosa.

Non si tratta più di un vis-a-vis distanziato, ma di un vero e proprio “*tête-à-tête*” di prossimità.

Altro aspetto importante – nella videochiamata - è la mancanza di una introduzione all’incontro. È opinione diffusa che la seduta cominci già nel percorso per recarsi dall’analista.

Nella video-chiamata vengono completamente a mancare i preliminari manifesti nella sequenza di arrivo e ingresso nello studio.

Ad esempio: il paziente arriva all’appuntamento in orario, in anticipo o in ritardo? come suona il campanello: con tocco sfuggente, con pressione prolungata oppure nervosa e reiterata? come accede allo studio: è trafelato, rallentato? ha le scarpe sporche? dove si dirigono i suoi primi sguardi? come si siede? (p.e. all’inizio di seduta un paziente rivela l’allentamento dell’abituale stato di tensione lasciandosi cadere nella poltroncina e dicendo: “scusi dottore mi sono lasciato andare...”).

Nella videochiamata, invece, il contatto scatta a cronometro: un click

e in un attimo si è lì! Uno di fronte all'altro, senza alcun preambolo o ritualità introduttiva.

È come iniziare la lettura di un libro avendo saltato l'introduzione. Si è catapultati dentro il "discorso".

Questo vale, ovviamente, anche per il momento di congedo dalla seduta: come si alza il pz. dalla poltrona? nel salutare o muovere i primi passi verso la porta ci comunica più slancio di quando è entrato? oppure non riesce proprio ad uscire e sosta sull'uscio?

Nella videochiamata il sipario scende come una ghigliottina. Un click e i due interlocutori scompaiono nel nulla.

Durante tutta la seduta online sia il paziente che il terapeuta hanno il controllo orario costante mostrato dall'orologio del computer. Un mio paziente riferiva: "in presenza non mi accorgo dello scorrere del tempo, online tengo costantemente sotto controllo il tempo. O meglio, mi sento controllato dall'orologio".

Tornando sulla fine della seduta e sui riti di congedo possiamo notare come venga totalmente abolito il rito del pagamento. Già l'introduzione del pagamento con carta di credito – ante

pandemia - aveva ridimensionato lo scambio “materico” rappresentato dal passaggio di denaro dal portafoglio del pagante alle mani o al tavolo del ricevente, passaggio spesso marcato da valenze semantiche: pensiamo al pz. che prepara ogni volta i soldi contati in una busta, oppure che non ha prelevato la giusta quantità, oppure che attende un cenno di ringraziamento o ancora che indugia a rovistare nelle tasche etc.

Con il bonifico a distanza, questo rito è cancellato e vicariato dal dispositivo tecnologico che provvederà in modo anonimo, asettico, automatico.

Queste procedure digitali configurano il ruolo di “terzo” che il supporto tecnologico è venuto ad assumere nel *setting*: tra terapeuta e paziente si installa l’attore tecnologico che con le sue variabili modifica radicalmente l’ambiente. Prima della videochiamata ci si chiede se tutto funzionerà bene: vi sarà segnale sufficiente? potranno esserci disconnessioni causa di fermo immagine o di frammentazione dell’eloquio o di annebbiamento visivo? vi potranno essere altre interferenze?

Insomma non si è più in due, ma in tre, e il “terzo incomodo” può generare ansie correlate al timore di non avere pieno controllo sulla comunicazione. È probabile che questo aspetto contribuisca al rifiuto radicale da parte di certi pazienti (o terapeuti) ad effettuare sedute online. Il paziente può preferire la sospensione del rapporto fino a ripresa della “normalità” piuttosto che cimentarsi in una dimensione che non padroneggia o semplicemente rifiuta.

Un'altra differenza importante della videochiamata è che non si condivide lo stesso *setting*. Infatti non ci si trova nella stessa stanza.

Il paziente generalmente è a casa dove può squillare il campanello, oppure può sopraggiungere improvvisamente un figlio, o scuocere la pasta, oppure si possono sentire i rumori di un coinquilino etc. L'ambiente è meno controllato e nello stesso tempo rappresenta una comfort-zone per il paziente che può favorire atteggiamenti regressivi.

Tuttavia è anche possibile che lo sfondo visibile dell'appartamento possa raccontarci qualcosa del “sé-domestico” del paziente, a discapito però di un'asetticità: certi

oggetti/arredi possono distrarre il terapeuta o sollecitare inattese sensazioni/reazioni controtransferali. Anche il terapeuta può trovarsi talora a casa propria facendo venire meno la neutralità dell'ambiente-studio.

In ogni caso non c'è più la condivisione dello stesso spazio, ma solo dello stesso tempo (non c'è più "*hic et nunc*" = "qui ed ora" , ma "*nunc*" (ora) senza "*hic*" o, se preferiamo, "qui-là ed ora").

La presenza al telefono

Considerazioni di tipo diverso si possono fare invece sulla semplice telefonata che abolendo il campo visivo consente una maggiore vicinanza “d’orecchio”. Ricordiamo che già nel terzo mese di vita intrauterina il feto può ascoltare la voce materna trasmessa per via ossea-vertebrale. I suoni cominciano ad “incidere” nel soggetto molto prima degli stimoli visivi (l’apparato visivo raggiungerà la maturità solo al termine del secondo anno di vita post-natale).

La voce crea più intimità, specie se trasmessa al buio. Pensiamo al colloquio nel confessionale. C’è penombra. I visi si intravedono appena separati dalla grata. Pensiamo che gli incontri più intimi avvengono al buio e che le persone, quando si baciano, tendono a chiudere gli occhi e a sussurrare parole all’orecchio. Questo spiega perché alcuni colleghi preferiscano alla videochiamata la semplice telefonata che crea molta più intimità e concentrazione sul mondo interno ed è molto meno soggetta ad interferenze di ordine tecnico o ambientale.

A conclusione e sintesi di questa rassegna invito il lettore a soffermarsi sulla vignetta seguente che illustrando la differenza tra una mente “distratta” e una mente “presente” spiega bene perché il cane sia più felice del suo padrone.



Bibliografia di consultazione:

- (1) Chiara Giaccardi – Mauro Magatti (2022), *Supersocietà*, Bologna, il Mulino.
- (2) Andree Green, (1982), *Narcisismo di vita, narcisismo di morte*, Milano, Raffele Cortina.
- (3) Massimo Recalcati (2022), *La luce delle stelle morte*, Milano, Feltrinelli.

Riassunto

La nostra società iperconnessa e multimediale ci ha reso dipendenti da dispositivi tecnologici che sembrano garantirci l'illusione di partecipare ad un mondo che vive in diretta. Anche i social e i reality show hanno contribuito alla diffusione di una interrelazione capillare e immediata nella quale “tutti” possono sapere di “tutto” senza rimandi simbolici. Assistiamo all'abolizione del confine tra “sfera privata” e “sfera pubblica” e all'esorcismo di spazi di separazione, di attesa o di silenzio. Questo alimenta la difficoltà a tollerare la “mancanza” strutturale alla condizione umana e favorisce funzionamenti automatici della mente. Si configurano così “forme di assenza” che sfuggono alla logica del controllo e si declinano nella insostenibilità della perdita o nelle interruzioni o modulazioni della presenza. L'autore prende in esame tre forme di assenza nella contemporaneità: il *fantasma nel lutto*, la cui persistenza persecutoria dice della accentuata difficoltà di accesso ai processi di separazione e di simbolizzazione, l'*automatismo mentale* che interferisce nella routine quotidiana e la *non presenza* nelle

sedute terapeutiche da remoto messe
a confronto con le sedute in presenza
del setting classico.

PAROLE CHIAVE: assenza, lutto,
automatismo, tecnologia,
iperconnessione, setting.

Summary

Our hyper-connected, multimedia society has made us dependent on technological devices that seem to grant us the illusion of participating in a live world. Social and reality shows have also contributed to the spread of a widespread and immediate interrelationship in which "everyone" can know about "everything" without symbolic referrals. We witness the abolition of the boundary between "private sphere" and "public sphere" and the exorcism of spaces of separation, waiting or silence. This fuels the difficulty of tolerating the "lack" structural to the human condition and fosters automatic functioning of the mind. Thus, "forms of absence" are configured that escape the logic of control and decline into the unsustainability of loss or interruptions or modulations of presence. The author examines three forms of absence in the contemporary world: the phantom in mourning, whose persecutory persistence tells of the accentuated difficulty of access to processes of separation and symbolization, the mental automatism that interferes in

daily routines, and non-presence in remote therapeutic sessions compared with the presence sessions of the classical setting.

KEY WORDS: absence, grief, automatism, technology, hyperconnectedness, setting.