

Insight al buio

Il contributo di Wilfred R. Bion

Alessandro Bruni, Roma

Frammenti da un incontro

Dott. Bion:

«Lei ha parlato di analogie fra forme arcaiche del corpo e forme arcaiche dell'anima. Si tratta solo di un'analogia oppure sussiste una relazione più stretta?».

Dott. Jung:

«Lei tocca di nuovo il controverso problema del parallelismo psico-fisico, al quale non so che risposta dare, giacché esso supera la capacità della conoscenza umana. Come ieri ho tentato di chiarire, questi due fattori - quello psichico e quello fisico - si incontrano in modo mirabile. Si manifestano contemporaneamente e a mio parere sono due cose diverse soltanto nella nostra immaginazione, ma non nella realtà... Sulla base della possibile unità di queste due cose, c'è da attendersi che certi sogni alludano più al piano fisiologico che a quello psicologico, così come altri si collocano più sul terreno della psicologia che su quello della fisiologia...».

Introduzione

In un'intervista a James Grotstein (Culbert-Koehn, 1997), gentilmente segnalatami da Giuseppe Maffei, vengono messe a confronto le figure di Carl G. Jung e Wilfred R.

Bion. Certamente possiamo annoverare i due autori tra quegli analisti che dopo Freud e pochi altri hanno avuto l'audacia di grattare la superficie della psiche, mostrando di riconoscere gli indizi preziosi provenienti dai sentieri della mitologia e del misticismo. Con le loro immaginazioni speculative, si sono avventurati a sondare gli abissi progressivi della mente fino a lambire le zone originarie che risultano refrattarie all'indagine superficiale, nella misura in cui sottopongono lo stesso apparato introspettivo a sollecitazioni litiche non facilmente tollerabili.

Più in generale si può dire che tutta l'opera teorica di Bion sia stata tesa a sviscerare la peculiarità misteriosa dell'osservazione psicoanalitica, spesso data troppo per scontata, fino ad indicare strumenti ed esercizi preziosi per un training psicoanalitico all'insight. Tutto lo sviluppo del suo pensiero operativo si è andato iperbolicamente curvando verso il limite ad infinito dell'inconoscibilità, alla ricerca di nuovi accessi di reperi per il pensiero.

La stessa scelta di Freud, del resto, di denominare la nuova disciplina «psico-analisi» e non ad esempio «psico-sintesi», contiene immediatamente l'idea che trattasi di una attività principalmente de-costruttiva, se pur rivolta verso l'alto (non è «cala-lisi»), senza la quale non è possibile procedere ad un reale cambiamento evolutivo. Capacità decostruttiva rispetto alla struttura ed agli equilibri psichici del paziente, per cui giustamente la psicoanalisi deve essere considerata una prassi delicata e pericolosa, ma, prima ancora, capacità auto-decostruttiva dell'analista stesso che, immerso nella relazione col paziente, deve attivare una funzione di «sotto-visione» e «meta-visione» prima ancora che di «super-visione».

Immersioni in acque oscure

Chi ha esperienza di immersione subacquea sa che deve tener conto, con l'aumentare della profondità, di alterazioni progressive della fisiologia e dello stato di coscienza, oltre che della diminuzione della luce. Un training poco rigoroso su questi aspetti può risultare fatale.

Freud aveva ben chiaro quanta fatica richiedesse la pratica continua di questa professione impossibile. Bion

riprende una sua metafora attinente a questo tema. Dice Freud in una lettera a Lou Andreas Salomé: «lo provo spesso ad accecarmi artificialmente in modo da esaminare questi luoghi oscuri». Prosegue Bion: «Invece di provare a fornire una brillante, intelligente, bene informata illuminazione per chiarire i problemi oscuri, suggerisco di procurare una diminuzione della 'luce'. Un penetrante raggio di oscurità; un reciproco del faro... cosicché se un qualche oggetto esistesse, per quanto indistinguibile, si mostrerebbe molto chiaramente» (Bion, 1974).

«Potremmo [allora] guardare un paio di calzini ed essere capaci di vedere una massa di buchi che sono stati lavorati a maglia insieme. Freud ha descritto qualcosa del genere, ma diceva che il paziente aveva una fobia che gli rendeva impossibile indossare un paio di calzini, lo suggerisco che il paziente non avesse una fobia dei calzini, ma potesse vedere che, ciò che Freud pensava fossero dei calzini, [in realtà] era una serie di buchi lavorati a maglia insieme. Se questo è esatto, termini come 'fobia', nell'analisi classica, non rendono giustizia dei fatti ed in particolare non rendono giustizia alla estrema capacità di osservazione che è naturale in alcuni pazienti... Come psicoanalisti dobbiamo essere capaci di vedere se si tratta di un paio di calzini... e allo stesso tempo essere capaci di diminuire la luce, spengere la brillante intuizione e vedere i buchi, incluso il fatto che essi sono lavorati a maglia o annodati insieme» (Bion, 1974).

Grazie al lavoro di Melanie Klein la psicoanalisi ha potuto accedere a profondità d'interazione sempre maggiori, consentendo l'accesso alla parte psicotica della personalità. Ma è proprio qui che si cimenta di più in una prova di verità la capacità di tenuta di un analista che osi spingersi fino a lambire la battigia del «vuoto informe infinito» (Milton, 1667), la cui vicinanza è segnalata dalla lisi della coscienza e dai fantasmi ingannevoli dell'abisso. In quelle circostanze la tentazione alla fuga è umanamente fortissima e Bion ha spiegato magistralmente come in quei momenti l'analista sia facilmente sedotto dalla tentazione di aggrapparsi a qualche teoria usata in modo difensivo come un pallone che gli consenta una rapida riemersione. Accade frequentemente, è inutile negarlo, ma «la

cosa» con cui si stava interagendo resta nel fondo e per quel momento non è più reperibile.

Pazienza, fede e decisione

Bion propone l'esercizio di pazienza, fede e sicurezza (Bion, 1970). Pazienza nel sopportare la sensazione di brancolare nel buio in un'atmosfera spesso inquietante e di non essere in grado di offrire un'interpretazione di cui si sia veramente convinti; pazienza nel resistere alla tentazione di offrire al paziente ed a se stessi una costruzione fittizia. Fede nel fatto che, così perseverando in una tensione di massima onestà intellettuale, la relazione analitica farà sbocciare prima o poi un insight veramente significativo. Sicurezza, infine, e coraggio nel partorire il pensiero nuovo e nello scegliere la forma ed il timing che lo renda efficace nell'interpretazione, difendendolo dall'insorgenza eventuale di timori e pensieri dissuasivi che paventano le conseguenze della sua messa in campo.

Bion mette spesso in guardia sull'inadeguatezza delle parole che usiamo rispetto alle cose di cui vogliamo render conto. Se pensate in particolare alla relazione con un paziente con una parte psicotica molto attiva e rileggete la descrizione che vi ho offerto, potrete accorgervi immediatamente di questa inadeguatezza. L'onestà intellettuale, la capacità di giudizio e di scelta sono infatti funzioni della mente che possono essere scompigliate come foglie al vento dall'impatto con materiale psichico primitivo.

Questo tipo di proposta va quindi compresa con molta cautela giacché si presta a fraintendimenti. Ovviamente, ad esempio, non è sufficiente brancolare nel buio per avere un insight! Avere poi il coraggio epistemologico di denominare atto di fede un particolare stato della mente, non deve essere inteso come esortazione cieca ad andare allo sbaraglio. Bion sottolinea sempre che i suoi libri sono rivolti a psicoanalisti ed il modo stesso in cui cimenta il lettore, una sorta di difficile ginnastica per sviluppare ed elasticizzare i muscoli mentali, ci fa capire come consideri con estremo rigore e preoccupazione i problemi della formazione dello psicoanalista.

Il ballerino americano Steve Parson molti anni fa metteva in scena spettacoli chiamati «Contact Improvisations» dove i danzatori si muovevano ed interagivano tra di loro, senza musica e seguendo gradienti «psico-fisici» di forze spontanee presenti nel campo esperienziale del momento. In un'intervista dichiarava che per raggiungere questa difficile capacità era necessario aver assimilato con rigore le tradizionali tecniche di danza classica, moderna, jazz ed etnica.

Un kit di strumenti portatili

Come assimilare efficacemente le teorie preferite evitando di congestionare la mente con un apparato concettuale ingombrante che rischia di impedire l'incontro naïve con l'ignoto? «Fare spazio, lasciare spazio» era il titolo di un lavoro originale di un nostro collega su questo tema (Esposito, 1980). Le teorie debbono in qualche modo essere digerite e sparire nel *black box* della mente, in modo da lasciare vuoto il campo di appercezione dell'ignoto, pur continuando a fungere da operatori disponibili per le operazioni conoscitive. Bion usa per definire questo stato del pensiero il termine di «pre-concezioni» (Bion, 1963).

Perché una teoria possa essere assimilata in questo senso, sono necessari alcuni requisiti. Essa deve mostrare validità generale, deve essere formulata in modo sufficientemente astratto e deve contenere il minor numero possibile di elementi o fattori. Spesso invece accade che un autore, avendo proposto un'idea nuova riguardo a qualche aspetto, pur importante, della relazione analitica, si sente in obbligo di dover riscrivere tutta la psicoanalisi alla luce della nuova idea. Ne conseguono spesso trattazioni interminabili e poco limpide.

Quando viene menzionata una teoria, propone Bion, si dovrebbe poterla citare con le parole esatte dell'autore e non riassumerla. Un riassunto non è più la teoria dell'autore ma è una trasformazione operata da un altro. La necessità di riassunti e manuali è conseguente alla eccessiva proliferazione di teorie dovuta alla scarsa verifica di generalità ed all'eccessiva voluminosità dei libri

pubblicati dovuta allo scarso livello di astrazione (Bruni, 1993).

L'operazione che Bion fa, essenzialmente sulla teoresi psicoanalitica di Freud e Melanie Klein, si può quindi analogare ad una trasformazione alchemica, una distillazione che ha come obiettivo l'estrazione/astrazione di quegli «elementi» della psicoanalisi la cui generalità d'uso sia stata ampiamente collaudata e la cui leggerezza li renda fruibili come pre-concezioni discrete e poco invadenti. Non quindi una struttura piramidale pesante e stanziata, che rischia di diventare una torre di Babele, bensì una costellazione di strumenti portatili adatti alla natura errante del procedere analitico (Bruni, 1993).

«Non mi è chiaro, fai un esempio!». L'astrazione per converso è un'acquisizione progressiva dell'esperienza. Solo se sono convinto che una certa formula generale deriva, rappresenta e descrive tanti fatti ed esperienze vissute, solo allora sono disposto a concedere fede ad essa. L'apprendimento di un livello astratto senza la convalida dei passaggi precedenti è destinato a generare un sentimento di smarrimento e di sfiducia. La costellazione astratta rischia in questo caso di degenerare in una concrezione ideologica devitalizzata. «Fare un esempio» è un modo usuale per «rianimare» una formulazione sentita troppo astratta, con un alone di significato più vicino all'esperienza.

Opacità di memoria e desiderio

Soddisfatti questi requisiti preparatori, l'esercizio che Bion propone all'analista in azione dentro la seduta è «opacizzare memoria e desiderio» (Bion, 1970). Anche quest'idea è stata spesso oggetto di fraintendimento. Dice Bion: «opacizzare la memoria non è lo stesso che dimenticare». «Opacizzare» non vuoi dire «abolire», ma piuttosto «diminuire» la luce dell'intenzionalità razionale e conoscitiva, del desiderio di «capire-contenere» e del tentativo di rinverdire forzatamente la memoria di ciò che è già noto. L'analista che si cimenti in questo esercizio deve sapere che attraverserà stati di coscienza non ordinari, spesso al confine indefinito tra sonno, veglia e

sogno. Si tratta di un'espansione ulteriore di quello stato di coscienza che Freud denominava attenzione fluttuante, tale da consentire il proseguimento dell'indagine anche sul territorio selvaggio della mente e della relazione psicotica.

A differenza dello sforzo di ricordare, quell'attività spontanea di reminiscenza chiamata da Bion «dream-like memory» è qualcosa di totalmente diverso e altamente auspicabile: essa emerge al di là della nostra intenzionalità dal *black box* della mente immersa nella relazione analitica e merita così massima attenzione euristica.

Chi ha familiarità con il pensiero orientale potrà confrontare questa proposta della mente con le tecniche di meditazione. Ad esempio, nei primi passi di apprendimento della meditazione buddhista Vipassana (con-passione profonda) si cerca di mantenere l'attenzione su di un supporto di riferimento costante come ad esempio il respiro, osservando e lasciando scorrere via di volta in volta la corrente spontanea dei pensieri accumulati nella mente che ripetutamente si ripropongono alla coscienza. Procedendo nella pratica, gradatamente, si può sperimentare l'avvicinamento ad uno stato di consapevolezza immobile, aperto a 360 gradi e sempre vuoto di oggetti, ma capace di generare «con-passione profonda», interazione che tende verso l'unisono tra la coscienza e la cosa in sé, più avvicinarle sotto gli involucri più grossolani dell'apparato filtrante della mente. In questo senso va inteso il sutra che recita: «lo Yoga è l'arresto delle funzioni mentali» (Patañjali, II sec. a.C.). Non si tratta cioè di una proposta di demenza ma di una sofisticata teoria che già più di duemila anni fa includeva nella prassi conoscitiva assiomi epistemologici che solo recentemente e con molta resistenza hanno potuto essere postulati nel mondo occidentale.

Sicuramente la rivoluzionaria invenzione della psicoanalisi ha contribuito in modo marcato a questo. La postulazione dell'inconscio che propone l'essere umano come *Döppel gänger*, «colui che procede diviso», e il concetto di ombra, hanno infatti reso urgente «l'analisi del soggetto» ed inserito l'operazione decostruttiva come ingrediente necessario di ogni episteme che si rispetti.

Bion in *Trasformazioni* (Bion, 1965), il libro che conclude la sua trilogia sulla teoria del pensiero, forzando il linguaggio propone che la realtà ultima denominata «O» non possa essere conosciuta, bensì «divenuta». Essere all'unisono con «O» significa divenire «O». Un aforisma che a buon diritto può essere considerato il risultato di tutta la sua opera, merita un esercizio di meditazione:

- Il vertice della psicoanalisi è «O» -

Il concetto di vertice si appoggia su di una metafora visiva e denota l'idea di un apparato e di una prospezione conoscitiva. Una «visuale» che colloca «l'occhio» nell'origine del vertice e che «prospetta» un campo oggettuale. Non è facile realizzare la portata dell'idea che l'occhio analitico si debba collocare all'interno di «O», l'ignoto inconoscibile, ed identificarsi con esso. È un guardare «dal di dentro» dell'ignoto. È questo il crono-topo virtuale dove può accadere quello che ho chiamato un «insight al buio».

È a partire da questo evento che è possibile che «O» si evolva nella mente dell'analista in una trasformazione in «K» (*knowledge*: conoscenza) i cui prodotti forniranno il supporto per l'interpretazione. Ma ancora, le trasformazioni in «K», pur essendo parte del processo, non garantiscono per loro stesse il successo dell'operazione analitica: evolvono da «O», ma devono conservare la forza generativa e trasformativa di «O». Diceva Nietzsche che il pensiero creativo è come la lava e rapidamente si raffredda. Bion propone che il «linguaggio dell'*achievement*» cioè del «raggiungimento» è un ulteriore requisito della formulazione verbale dell'interpretazione e del suo timing, affinché venga raggiunto un esito mutativo. È un linguaggio che diventa immediatamente azione (Bion, 1970).

Risucchio in «O» «Fai un esempio clinico!». Per Bion significa riproporre

un concetto attraverso una descrizione più concreta e più ricca di significati vicini all'esperienza. Si tratta di una storia particolare che può essere inclusa nel numero indefinito di possibili «realizzazioni» che si ipotizzano rappresentate e descritte dal concetto stesso.

Un paziente, che era solito frequentare travestiti, sembrava utilizzare queste sue perversioni per «tappare» dei «buchi» del suo sé dovuti a gravi lacune nell'esperienza relazionale emotiva originaria. La stessa idea del travestimento costituiva infatti una metafora più generale del suo modo di rapportarsi con gli altri: amava soprattutto, come fosse un attore, interpretare parti ed atteggiamenti che lo presentavano in tono minore e diminuivano la sua immagine pubblica, sperando di esorcizzare e nascondere in questo modo la drammatica povertà di esperienza affettiva che lo faceva sentire inadeguato ed inaccettabile agli occhi degli altri.

All'inizio dell'analisi era soggetto anche ad un fenomeno strano: all'improvviso inarcava drammaticamente la schiena sul divano emettendo un grido più o meno soffocato. Sulle prime, l'immagine che questo evento produsse nella mia mente era che egli sentisse come di ricevere una frustata sulla schiena e mi suggerì pensieri connessi a fantasie sado-masochiste a sfondo sessuale eventualmente rappresentative di reazioni ad eventi della seduta. Tuttavia le interpretazioni fornite a partire da questa idea non sembravano portare molto al di là di significati abbastanza scontati, anche se connessi con la storia del paziente, e non vi fu alcun esito mutativo.

D'altra parte il paziente era anche solito creare in seduta un'atmosfera particolarmente soporifera che metteva spesso a dura prova la mia capacità di resistere al sonno. Un giorno, in un momento in cui fui rapito da questa nuvola di materiale narcotico, provai l'esperienza di un vertiginoso risucchio della mente verso un abisso sottostante e mi ritrovai a sobbalzare in modo analogo al paziente. Potemmo così convenire insieme sulla natura del fenomeno a cui reagiva con quella modalità: si sentiva improvvisamente collassare la mente ed era risucchiato da un iper-spazio vorticoso che lo inghiottiva, vivendo probabilmente per qualche secondo l'esperienza di quello

che Bion chiamava il «terrore talamico», la paura della sopraffazione totale dell'io da parte della parte psicotica della personalità. Questo accade a maggior ragione quando il soggetto è ben lungi dal poter disporre di un apparato mentale capace, elastico e disposto a diminuirsi, per affrontare senza rigidità le zone più arcaiche della mente.

Nel caso del mio paziente il fenomeno si poté riconfigurare ai miei occhi con un'immagine in cui egli si trovava a scivolare dentro alcuni interstizi che si erano aperti, a causa del fatto che l'analisi aveva cominciato a scalzare le protesi «travestite» dai buchi reali del suo sé. Il fenomeno scomparve poco tempo dopo questa seduta dove era accaduto qualcosa che potrebbe esemplificare l'idea di «unisono con 'O'» e «insight al buio».

BIBLIOGRAFIA

- Bion W. R. (1963), *Elementi della psicoanalisi*, Roma, Armando Editore, 1973.
- Bion W. R. (1965), *Trasformazioni. Il passaggio dall'apprendimento alla crescita*, Roma, Armando Editore, 1973.
- Bion W. R. (1970), *Attenzione ed interpretazione*, Roma, Armando, 1973.
- Bion W. R. (1974), «Seminari brasiliani», in *Il cambiamento catastrofico*, Torino, Loescher, 1981.
- Bruni A. (1993), «Metaferrein: vicissitudini dell'astrazione in psicoanalisi», in *Psicoanalisi futura*, Roma, Boria, 1993.
- Culbert-Koehn J. (1997), «Between Bion and Jung: A Talk with James Grotstein», *The San Francisco Jung Institute Library Journal*, Voi. 15, n.4, 1997.
- Esposito L. (1980), *Fare spazio, lasciare spazio*, Seminario tenuto al Centro Ricerche Psicoanalitiche di Gruppo di Roma (inedito).
- Milton J. (1667), *Paradiso perduto*, Milano, Mondadori, 1984.
- Patanjali (II sec. a.C.), *Yoga sutra*, Torino, Boringhieri, 1962.