

Disagio e malessere nella crisi della società

Bianca Gallo

Premessa

Quasi quotidianamente e ormai da molti anni si sente parlare di una situazione di crisi e di malessere, un malessere diffuso, che affliggerebbe la popolazione e che potrebbe portare a situazioni difficilmente controllabili. Ma cosa rappresenta questo malessere? Diverso dal disagio (dis-agio), che rimanda alla difficoltà di adattarsi a un ambiente, o di adeguarsi a norme sociali che, ad esempio, possono entrare in conflitto con le pulsioni (Freud, 1929/30). Il malessere sembra rimandare a qualcosa di più diffuso e indefinito.

Secondo Malcolm Pines «Malattia è il processo di base. Malessere è la forma che la malattia assume nel comportamento e nell'esperienza, nel contesto di una particolare società. Quindi, il malessere è una risposta culturale complessa; [...] rappresenta una semantica, un sistema culturalmente articolato che mette in relazione tra di loro categorie cognitive, esperienze personali, stati psicologici e relazioni sociali.» (Pines, 1998, p. 100)

Dunque il malessere corrisponde a un "sistema culturale articolato", condiviso dalla maggior parte della popolazione. Se ne attribuiscono le cause ai troppo rapidi cambiamenti, causati dalla globalizzazione, alla perdita di fiducia nei valori, alla caduta delle ideologie e di quella speranza un mondo migliore che veniva prospettato, al risvegliarsi dall'illusione di un progresso senza fine; e ancora alle trasformazioni legate allo sviluppo tecnologico, tra cui Internet e gli strumenti che l'informatica ha messo a disposizione di chiunque, ma che certo non sono accessibili a tutti e che, invece di una prospettiva di "democrazia diretta" e perfetta, hanno liberato aspetti inquietanti.

Molti hanno tentato analisi e interpretazioni di questo sentire, in parte per comprendere ciò che accade o che potrebbe accadere, in parte per indicare una possibilità di padroneggiarlo.

Malessere e disagio

Ne *L'età dello smarrimento* Christopher Bollas (2018) osserva come la globalizzazione abbia prodotto dei cambiamenti che provocano smarrimento, dei Sé mobili, non stabili, che generano la paura di avere una mente; a questo seguirebbe la tentazione di consegnarsi a forze non umane. Nei cambiamenti generati dall'informatica egli vede soprattutto effetti negativi sulla psiche umana. E scrive: «Il Sé del XXI secolo si ritrova perciò programmato per quello che potremmo definire il

“mondo fastnet”, un mondo che impone la velocità a scapito di riflessione e giudizio.» (Bollas, 2018, p. 121)¹

Bollas pone l'accento non tanto sulla caduta delle ideologie quanto piuttosto sul crollo di quell'atmosfera di ottimismo che derivava dalla filosofia positivista; ottimismo che, spingendo verso componenti maniacali, è sfociato in una apoteosi della maniacalità, che è rappresentata dalla Prima guerra mondiale, e che ha portato alla successiva crisi sfociata nella seconda guerra mondiale.

Il suo testo sembra però centrato più su vissuti che caratterizzano la popolazione degli Stati Uniti, mentre l'esame della situazione mondiale viene sviluppata in modo più generico; vi si sottolinea infatti come negli Stati Uniti dopo l'11 settembre sia nato un senso di smarrimento e sconcerto nello scoprire di essere odiati, in evidente contrasto con l'idealizzazione del Sé nazionale che li rappresentava come baluardo della democrazia, a difesa del mondo intero.

In questo suo lavoro Bollas sembra però porre maggior attenzione alle dinamiche individuali, mentre tende a ridurre ciò che accade nei gruppi sociali ad un intreccio di fattori interni ed esterni che appare più meccanico che dinamico, e che sembra non considerare le dinamiche specifiche dei gruppi, ma ridotto all'influenza che i diversi fattori possono avere sui singoli individui ².

Con un approccio molto diverso, centrato sui cambiamenti tecnologici, Alessandro Baricco (*The Game*, 2018) ritiene che nelle nuove generazioni si sia generato un mutamento, una trasformazione mentale che le rende capaci di nuovi percorsi mentali e di nuove forme di pensiero ignoti alle generazioni precedenti, le quali sarebbero formate da adulti troppo irrigiditi per essere in grado di adattarsi. Il malessere attuale quindi, si potrebbe dire, sarebbe legato alla difficoltà di accettare e adeguarsi ai cambiamenti in atto. Insomma, nulla di specifico della nostra epoca, ma piuttosto una fisiologica differenza generazionale legata alla maggiore o minore capacità di affrontare i cambiamenti, più disagio che malessere.

Anche per questo autore non vi è grande attenzione agli aspetti gruppali dei fenomeni sociali.

Diversa l'interpretazione degli autori che studiano il funzionamento mentale dei gruppi, e dei gruppi nella società, come Kaës.

René Kaës nel suo *Il malessere* (2012) riprende un tema che aveva già affrontato, a partire dal 1996, in diverse pubblicazioni. Prendendo a riferimento *Il Disagio della Civiltà* di Sigmund Freud, Kaës osserva che il sentimento attuale non si possa individuare in un “disagio”, come quello che Freud aveva ipotizzato negli anni successivi alla Prima guerra mondiale, quando la società era caratterizzata da una idealizzazione delle possibilità del pensiero razionale, mentre le “pulsioni”, in particolare quelle sessuali, erano indirizzate in canali prestabiliti oppure represses. Vi erano però solidi riferimenti, mentre nella società attuale, dove prevale una “sessualità liquida”, il primato della ragione viene continuamente messo in discussione da continui richiami alla cosiddetta “pancia” del popolo.

¹il termine fastnet viene definito «Un neologismo che sta a indicare la fusione tra la velocità, Internet e l'uso dei social network.» (ivi)

² «[...] all'interno di un gruppo sociale, gli stati d'animo tendono a modificarsi sia perché influenzati da fattori interni, ovvero un complesso intreccio delle singole personalità, sia perché esposti a forze esterne.» ivi, p. 29

Kaës ritiene che questo sentimento attuale possa essere meglio definito come malessere e scrive: «[...] ormai stiamo vivendo un vacillamento che colpisce più radicalmente la nostra possibilità di essere al mondo con gli altri e la nostra capacità di esistere per noi stessi; questo vacillamento interroga le dimensioni ecologiche e antropologiche di tali mutazioni. L'essere viene meno con ciò che lo sostiene. Questo malessere nell'umanità dell'uomo, in un'ampia area dell'umanità, produce sia questa impregnazione cupa e melanconica che si impossessa degli animi e dei corpi, dei legami intersoggettivi e delle strutture sociali, sia questa cultura dell'eccesso maniacale e onnipotente». (ivi, p. 22)

E già nel 1996 Lawrence, Bain, e Gould hanno osservato - attraverso il lavoro delle *Working conferences on group relations* - come attualmente le diverse popolazioni condividano in fondo «un ambiente persecutorio, vagamente chiamato stressante», e come si stia assistendo a «un ritiro schizoide indotto socialmente». (1996, p. 6)

Come osservano questi autori: «[...] stiamo assistendo alla creazione di grandi mercati economici unificati, all'aumento della competitività internazionale, al cambiamento delle ideologie politiche, sociali e culturali, alla mobilità delle affiliazioni credenze religiose, e alle continue rivoluzioni nella tecnologia.» (ibid.).

Lawrence, con gli altri coautori, fa riferimento a *Esperienze nei gruppi* di Bion (1961) e propone l'esistenza di un quinto assunto di base, che viene denominato di Me-ness, a cui farebbe riferimento in modo diffuso l'attività mentale inconscia delle popolazioni.

Gli Assunti di Base nei gruppi

Tutti i gruppi, anche se hanno obiettivi razionali dichiarati e condivisi, e anche nell'ipotesi che siano composti da individui maturi e evoluti, possono a volte condividere in modo inconscio una mentalità di gruppo, e agire non secondo un esame di realtà ma rispondendo a quelli che Bion (1961) ha individuato come assunti di base, una attività mentale che sorgerebbe da uno stato proto-mentale in cui il fisico e il mentale sono indifferenziati; si tratterebbe di una attività mentale che si esprime a livello di processo primario³, e che interferisce con l'attività del gruppo di lavoro, quel gruppo che si riunisce con un obiettivo razionale condiviso tra i membri, e che è basato su un esame di realtà⁴.

Gli assunti di base individuati da Bion sono: assunto di base di dipendenza, di accoppiamento e di attacco/fuga.

³ «il termine *processo primario* si riferisce ad un'attività neurale di base, espressa da particolari strutture cerebrali, evolutivamente antiche situate profondamente nell'encefalo lungo la linea mediana. [...] I processi primari pertanto "istruiscono" quelli che sono i *processi secondari* (i prodotti dei primi apprendimenti, ovvero le modificazioni neurali frutto del contatto con l'ambiente che il soggetto incontra sin dalla nascita). [...] I *processi terziari* rappresentano l'evoluzione più sofisticata della neocorteccia che si esprime con le funzioni cognitive e quelle riflesse [...]» (Panksepp, Biven, 2012, p.IX)

⁴ «Il gruppo di lavoro capisce quell'uso particolare dei simboli che è contenuto nella comunicazione; il gruppo basato su un assunto di base no.» (Bion, 1961, p. 195)

Quando il gruppo si trova in assunto di base di dipendenza i membri del gruppo cercano inconsciamente di ottenere sicurezza e protezione da un leader idealizzato e investito di qualità onnipotenti e onniscienti. Di conseguenza in questo gruppo non vi saranno opinioni personali ma il desiderio di dipendere da un leader fortemente idealizzato cui si attribuisce onnipotenza e onniscienza.

Nel gruppo in assunto di base di accoppiamento vi è l'aspettativa che una coppia si assuma la piena responsabilità per la sicurezza del gruppo e della sua creatività, in una atmosfera di speranza, di attesa e di passività; il gruppo vive nell'attesa che si realizzi un'utopia.

Il gruppo in assunto di base di attacco e fuga esprime la necessità di proteggersi contro qualcuno o qualcosa, sentito come ostile, sia combattendo sia fuggendo; in questo caso l'individuo è meno importante della conservazione del gruppo, mentre l'attività di questo gruppo è profondamente anti-intellettuale.

Dopo i tre assunti di base formulati da Bion, Turquet (cit. in Lawrence et al., 1996) ha ipotizzato un quarto assunto di base, che viene definito di O-ness, attività mentale in cui «i membri cercano di unirsi in una potente unione con una forza onnipotente [...] e con ciò sentire esistenza benessere e interezza.», e in cui desiderano perdersi in un sentimento oceanico di unità.

L'assunto di base Me-ness corrisponde ad un'attività mentale in cui «le persone, situate in uno spazio, in un tempo, con un compito primario», condividono in realtà l'assunto inconscio che il gruppo non abbia realtà, «[...] perché l'unica realtà da considerare e da tenere in considerazione è quella dell'individuo. È una cultura dell'egoismo in cui gli individui appaiono essere consapevoli solo dei propri confini personali, che credono di dover proteggere da qualsiasi incursione di altri.» (ibid.). Questa attività mentale può rappresentare anche la paura della dipendenza. Gli autori ipotizzano che questa attività corrisponda al momento in cui, come indicato da Winnicott, il bambino diviene in grado di distinguere il Me dal non - Me⁵.

Possiamo osservare che i diversi assunti di base sembrano poter essere riferiti a livelli di regressione differenti: infatti il gruppo O-ness sembra rimandare a una situazione fusionale, in cui non vi sono confini, tutto e tutti sono Uno.

Dipendenza e attacco/fuga sembrano corrispondere a comportamenti istintivi molto primitivi, ma rimandano a una situazione già differenziata, non fusionale, mentre il quinto assunto di base, che dagli autori viene messo in corrispondenza con una fase ben precisa dello sviluppo dell'infante, appare corrispondere a una situazione maggiormente evoluta.

⁵ «[...] compare quello che potrebbe essere chiamato una membrana limitante, che in una certa misura (nello stato di salute) corrisponde alla superficie cutanea ed occupa una posizione tra il "me" e il "non-me" dell'infante.» (Winnicott, 1965, p. 51)

Freud e Il Disagio

Tornando al tema del malessere, possiamo dire che, al di là di ciò che può essere riferito al contesto dell'epoca, che sia scientifico, filosofico o sociale, il testo di Freud contiene considerazioni che possiamo ritenere tuttora valide.

Per Freud il "Disagio della Civiltà" è una ineludibile conseguenza del processo di civilizzazione, che contrasta con il bisogno/desiderio principale dell'uomo, che è la felicità; per ottenerla l'uomo cerca di evitare il dispiacere e allo stesso tempo di raggiungere sentimenti intensi di piacere che verrebbe dal soddisfacimento pulsionale.

La ricerca del soddisfacimento pulsionale entra però in conflitto con le esigenze del mondo esterno, con le norme della società civile, che non può accettare le conseguenze di comportamenti istintivi (libidici e aggressivi), che sono causa di conflitti e sofferenze inevitabili, e che appaiono contrari a quel bene comune offertoci dal progresso. Ma la mancata soddisfazione dei bisogni genera sofferenza. Da qui la necessità di un governo delle pulsioni come via per evitare il dolore che seguirebbe una loro incontrollata manifestazione; verrebbe però concessa una forma di soddisfazione attraverso la sublimazione⁶.

Nel processo educativo, questo compito viene svolto dall'azione dei genitori, ai cui divieti - divieti che corrispondono alla cultura del gruppo di riferimento - il bambino obbedirebbe per il timore di perderne l'amore. La rinuncia alla soddisfazione pulsionale porterebbe a un'identificazione con il genitore, identificazione attraverso la quale si formerebbe il Super-io; e quella parte di aggressività generata dal peso della rinuncia verrebbe presa su di sé dal super-io, che diventerebbe in questo modo più severo e crudele.

«Ogni rinuncia pulsionale diventa allora una fonte dinamica della coscienza, ogni nuova rinuncia ne accresce la severità e l'intolleranza, e se solo potessimo meglio armonizzare tutto questo con quello che già sappiamo sulla storia dell'origine della coscienza, saremmo tentati di giungere al seguente paradosso: la coscienza è risultato della rinuncia pulsionale; oppure: la rinuncia pulsionale (impostaci dall'esterno) crea la coscienza, la quale, poi, esige ulteriori rinunce. » (Freud, 1929/1930, p. 615)

In definitiva parrebbe che «l'uomo civile ha barattato una parte della sua possibilità di felicità per un po' di sicurezza» (ivi p.602)

Dobbiamo però sottolineare come egli non avesse dimenticato gli inizi dei propri studi, e che erano state le limitazioni oggettive degli strumenti a sua disposizione ad avergli impedito di affrontare altrimenti lo studio del funzionamento della mente umana.

A Freud era assolutamente chiaro che, allo stato delle conoscenze dell'epoca, quando per "scientifico" si intendeva quanto poteva essere dedotto da ciò che era "fisicamente osservabile", non era possibile parlare di sentimenti ed emozioni in termini scientifici; confidava però che "la ricerca e la riflessione futura" avrebbero potuto meglio chiarire gli aspetti fisiologici.

In *Al di là del principio di piacere* scriveva:

⁶ «[...] saremmo tentati di dire che la sublimazione è un destino forzatamente imposto alle pulsioni dalla civiltà.» (Freud 1929, p. 587)

«Probabilmente le carenze della nostra esposizione scomparirebbero se fossimo già nella condizione di sostituire i termini psicologici con quelli della fisiologia o della chimica.» E: «La biologia è veramente un campo dalle possibilità illimitate, dal quale ci dobbiamo attendere sorprendenti delucidazioni [...]» (Freud, 1920 p. 245)

Ne *Il Disagio della Civiltà* affermava:

«Non è facile parlare scientificamente dei sentimenti. Si può tentare di descrivere gli indizi fisiologici. Dove ciò non è possibile [...] Non resta da far altro che attenersi al contenuto rappresentativo che più immediatamente risulta associato al sentimento.» (Freud, 1929 /1930, p. 558)

Freud sapeva bene che ciò che possiamo osservare direttamente è il cervello - che allora non poteva essere osservato “in vivo” – e che è l’attività cerebrale a generare i contenuti della mente. Ed aveva ben chiaro nel suo operare di poter contare sul proprio rigore teorico, ma che ciò che egli osservava e su cui basava le proprie ipotesi era l’osservazione della verbalizzazione di processi che avvenivano nella mente dei suoi pazienti.

Della realtà mentale, infatti, possiamo soltanto costruire modelli astratti: i processi mentali non possono essere osservati che in modo soggettivo, l’unico strumento per conoscere la mente è la nostra coscienza percettiva, il solo mezzo per inferirne il funzionamento. Come afferma Damasio: «Il termine *mente*, [...] si riferisce ad un *processo*, non a una cosa. Ciò che conosciamo come mente, con l’aiuto della coscienza, è un flusso continuo di configurazioni mentali, [...]» (Damasio, 1999, p. 407);

Le risposte della ricerca neuroscientifica

Nei 100 anni ci separano dal “Disagio”, la ricerca scientifica ha perseguito ciò che era stato auspicato da Freud, e a permesso di osservare, se non i sentimenti, la raffinata ed elegante rappresentazione di ciò che accade nel cervello mentre “sente” i sentimenti.

Adesso il cervello può essere osservato “in vivo”; ma questo non sarebbe possibile se non vi fosse stata la rivoluzione rappresentata dalla meccanica quantistica, che ha portato a conclusioni impensabili ma anche improponibili per la scienza positivista, conclusioni che furono accolte con difficoltà anche da molti fisici⁷. Come accade di frequente di fronte a qualcosa di innovativo, in modo simile accadde a Freud stesso che le sue ricerche non venissero accolte nell’ambiente medico; e anche le scoperte delle neuroscienze sul funzionamento mentale ebbero non poche difficoltà ad essere accolte nell’ambiente psicoanalitico.

Quanto al primato dell’intelletto, quella sopravvalutazione e idealizzazione del pensiero razionale che permeava l’epoca di Freud, le ricerche di Antonio Damasio ne hanno ribaltato la concezione,

⁷ Nel testo *La bellezza come metodo*, Paul Dirac (1902-1984), Nobel per la fisica 1933, descrive lo sviluppo della ricerca scientifica come una successione di "piccoli passi", che corrispondono alla elaborazione di idee già esistenti, e di "grandi salti" causati dall'introduzione di nuove idee che consistono nel "superamento di un pregiudizio" (ad esempio il determinismo o l'obiettività dell'osservazione).

permettendogli di affermare che in realtà la ragione poggia sulle emozioni. Nei suoi studi sulle lesioni cerebrali egli poté verificare che, pur essendo conservato in loro il pensiero razionale e le capacità intellettuali, quei pazienti in cui erano interrotte le comunicazioni tra corteccia e strati profondi dell'encefalo paradossalmente non erano più in grado di gestire in modo adeguato e "ragionevole" la propria vita, poiché non era più loro possibile essere in contatto con le proprie emozioni. (cfr. Damasio, 1994 e 2000).

Ad analoghe conclusioni, ma con un percorso "dal basso", sono giunti Panksepp e Biven (2012). Ma che cosa sono le emozioni? Le emozioni possono essere osservate in sé stessi e negli altri, mentre le forze pulsionali di cui parla Freud corrispondono a processi non direttamente osservabili, né da un osservatore esterno né attraverso l'introspezione, ma generano risposte viscerali e motorie: ovvero, per dirla con Bion, elementi grezzi beta che, per poter essere disponibili per il pensiero ed essere osservati dalla coscienza, devono essere trasformati dalla funzione alfa. (Bion, 1962)

Se per libido intendiamo una pulsione di vita, potremmo dire che fin dalle prime forme di vita (comparse alla fine del precambriano) questa pulsione si è manifestata come un bisogno primario, che si esprime come un movimento finalizzato alla conservazione dell'equilibrio interno.

A partire da quei primi batteri, tutti gli esseri viventi sono inseriti in un ambiente esterno mutevole, rispetto al quale cercano di mantenere un equilibrio interno.

Scrive Damasio:

«Ma il processo della vita non si limitava a una conservazione imparziale dell'equilibrio. Da numerosi "stati stazionari" possibili, la cellula, al culmine della sua potenza, tendeva naturalmente allo stato stazionario più propizio a equilibri di energia positivi. [...] La cellula poté, di conseguenza, prosperare. [...] L'insieme di processi coordinati necessari per eseguire il desiderio inconsapevole e inatteso di persistere e di proseguire nel futuro, nella buona e nella cattiva sorte, è conosciuto come omeostasi» (Damasio, 2018 p. 47).

Tutti gli esseri viventi tendono a mantenere un'omeostasi, che però non è staticità ma armonia, e che «[...]ha origine al livello cellulare della vita, il più semplice, di cui i batteri sono esempi ideali in ogni loro forma e dimensione.»⁸ (ivi, p. 48)

Al livello di quelle creature più complesse che siamo noi, in questo "insieme di processi coordinati" vi sono tutte le azioni che mirano a ristabilire un equilibrio omeostatico. Nel capitolo "Gruppoanalisi e processo di guarigione" (Pines, 1998), Malcolm Pines osserva che in ogni cultura e in ogni società si trovano dei principi organizzativi che permettono di ristabilire un equilibrio omeostatico:

«[...] Tutte le filosofie della guarigione comportano il ristabilirsi di una relazione appropriata, sia essa una relazione con una divinità, o un equilibrio del corpo. [...], con lo scopo di ristabilire uno stato di armonia delle forze, interiore ed esteriore, dell'energia e dei processi che oggi riconosciamo costituire l'equilibrio omeostatico. La metafora implicita che alla radice unisce le

⁸ «[...] l'omeostasi dice, se mi passate il verbo, alla cellula di svolgere il suo compito con la massima perfezione possibile affinché la vita della cellula persista. » (Damasio, 2018, p. 53)

filosofie della guarigione è il ristabilimento dell'armonia, di una relazione giusta, un equilibrio ed una stabilità.» (Pines,1998, p. 101)

Intesa in questo modo la “pulsione di vita” ha dunque l'obiettivo il trovare “uno stato di armonia” che contrasta il disordine causato da un disequilibrio⁹.

Ma come e in quali forme si declina per noi esseri umani?

Affetti e assunti di base

Come abbiamo detto la ragione non domina le emozioni, ma ne è al servizio, e le emozioni possono essere orientate e trasformate dall'azione dell'intelletto, ma non possono essere eliminate o messe a tacere. Ma da cosa nascono le emozioni, che sono risposte complesse di processo secondario?

Sappiamo che il percorso dell'evoluzione replica quello della specie, e riporta nel suo sviluppo tracce delle altre specie; nel nostro personale percorso evolutivo architettura e organizzazione del nostro cervello sono sia il prodotto di un lungo percorso di ominazione, sia il prodotto dell'interazione con l'ambiente, attraverso cui si esprimono i geni.

Le nostre strutture cerebrali si sono formate ripercorrendo gli stadi dell'evoluzione; questo ci permette di inferirne il funzionamento a partire dallo studio delle strutture delle altre specie animali, in particolare dallo studio della struttura del cervello dei mammiferi, dato che i sistemi affettivi sono simili in tutti i mammiferi, e a maggior ragione sono simili in qualunque essere umano.

La parte più antica del nostro cervello ha un ruolo fondamentale nella vita di tutti noi, e la regolazione della vita dipende da quei bisogni di base che condividiamo con gli altri animali.

Nell'ipotesi che la pulsione di vita, la libido, possa avere una origine nella nostra struttura biologica, possiamo affermare con buona approssimazione che vi è una corrispondenza tra le pulsioni freudiane con gli affetti di base individuati da Panksepp, i cui sistemi sono situati in profondità nel cervello sottocorticale.

Ricerca, rabbia, paura, desiderio sessuale, cura, panico/sofferenza, gioco: questi sono i sette sistemi emozionali di base che, tutti, coinvolgono un'area che si trova nella parte più profonda del tronco cerebrale, il grigio periacqueduttale (PAG).

Come osserva Freud, l'uomo cerca il piacere e cerca di evitare il dispiacere: ricerca, desiderio sessuale, cura, gioco sono gli affetti di base cui corrisponde il piacere, mentre quelli a cui corrisponde il dispiacere sono panico/sofferenza, rabbia e paura.

Il sistema della ricerca si rivela essere di importanza cruciale per l'attività degli altri sistemi e quando è attivato genera un intenso piacere. Tale piacere non corrisponde però al piacere cosiddetto “consumatorio”, a cui siamo abituati ad associare il piacere, ma corrisponde piuttosto a

⁹ «L'omeostasi si riferisce al processo in virtù del quale la tendenza della materia a una deriva verso il disordine è contrastata per conservare l'ordine: a un nuovo livello però, quello permesso dallo stato stazionario più efficiente.» (ivi, p. 48)

un “desiderio appetitivo gratificante”, una bramosia anticipatoria, che inizialmente è senza oggetto, dove i comportamenti consumatori presuppongono un oggetto¹⁰.

Si tratta di quel particolare piacere che spinge ad esplorare ciò che non si conosce ancora, e che noi tutti abbiamo spesso provato. Quel piacere che il fisico Richard Feynman (1999) definisce *Il piacere di scoprire*, istinto primitivo che chiunque abbia osservato il movimento di un neonato alla prima poppata può riconoscere.

Quanto agli altri sistemi, il sistema di cura e quello di panico/sofferenza sono collegati tra di loro, e rappresentano quel sentimento di protezione che suscitano i cuccioli negli adulti e il reciproco bisogno dei cuccioli di dipendere dall’adulto.

Il bisogno di cura e il bisogno di essere accuditi è stato affrontato da diversi autori¹¹, e sappiamo bene quanto sia importante che vi sia una buona o sufficientemente buona corrispondenza tra chi si prende cura e chi di cura ha bisogno. L’assunto di base bioniano di dipendenza sembra essere chiaramente collegato a questi due sistemi.

Il sistema di rabbia e di quello di paura vengono attivati in reazione a un oggetto esterno sentito come ostile, frustrante (rabbia) o invece minaccioso e pericoloso (paura, che genera comportamenti di freezing o di fuga); a questi sistemi può essere collegato l’assunto di base di attacco/ fuga.

Il sistema del desiderio sessuale, che attiva determinati comportamenti motori non volontari, è stato associato alla libido stessa. Ma le reazioni sessuali umane coinvolgono anche altri sistemi e circuiti e, diversamente dagli altri animali, non sono collegate a un periodo di estro: questo ci dovrebbe rendere cauti rispetto a prospettive teoriche difficili da controllare in termini neurologici. Sistema di gioco: il gioco - e si intende il gioco spontaneo- il cui impulso non è appreso, è caratteristico di tutti i mammiferi e, come ci ha insegnato Winnicott¹², ha una importante funzione nella costruzione di un rapporto creativo con la realtà. E la mancanza della libertà di giocare può causare gravi danni, come ha ripetutamente segnalato Panksepp.¹³

Naturam expelles furca, tamen usque recurret

Tornando a parlare di disagio e di malessere, non possiamo dimenticare che la storia umana è stata più volte attraversata da crisi drammatiche, talvolta generando una maggiore consapevolezza

¹⁰ «Uno dei sistemi emotivo-istintivi più importanti del cervello è quello che consente agli animali di cercare, trovare e acquisire tutte le risorse necessarie alla sopravvivenza. L’attivazione di questo sistema della RICERCA genera tutte le tipologie di comportamento di avvicinamento, ma fa anche sentirsi bene in un modo speciale. Non si tratta di quel genere di piacere che sperimentiamo quando consumiamo un pasto gustoso e non è neppure la soddisfazione che proviamo dopo averlo fatto. Piuttosto, fornisce quel genere di anticipazione eccitata ed euforica che si presenta nella attesa di mangiare quel pasto.» (Panksepp, Biven, 2012, p. 103)

¹¹ citiamo tra i più noti Harlow, Winnicott, Bowlby, Spitz....

¹²«[...] il gioco è un’esperienza, che è sempre un’esperienza creativa, e un’esperienza che si svolge nel continuum spazio-temporale, una forma fondamentale di vita.» (Winnicott, 1971, p.172)

¹³ Panksepp, 2007; Panksepp, Biven, 2012

talvolta sfociando nella distruttività. Potremmo cercare di leggerne il trascorrere in termini di ripetuti tentativi del pensiero razionale di padroneggiare, con alterne vicende, i comportamenti istintivi, le pulsioni; perché, come è noto, "Puoi scacciare la natura con la forza, tuttavia tornerà sempre" (Orazio, *Epist.* I, 10, 24), le pulsioni non possono essere rimosse, dominate o negate ma solamente educate da un intelletto che sia però in grado di riconoscerle.

Da sempre la nostra specie, la "razza" umana - noi tutti siamo quei Cro-Magnon che decoravano le grotte di Lascaux - si è mossa alla ricerca dell'ambiente migliore in cui vivere, e il nuovo ambiente, più favorevole di quello da cui ci si sia allontanati, di solito è già abitato. Ovvero, ci si ritrova a dover competere per le risorse. Posto che per la propria sopravvivenza è per lo più indispensabile appartenere ad un gruppo più o meno ampio, non sempre l'insediarsi di una popolazione in un luogo corrispondeva a un armonioso e pacifico mescolarsi; il più delle volte consisteva nel riuscire ad espellere o sterminare o sottomettere la popolazione autoctona. I Padri Pellegrini ringraziarono l'Eterno per avere trovato nel Nuovo Mondo un territorio fertile e disabitato per cui non doversi battere: infatti la popolazione locale era già stata sterminata, dalle malattie. E un tempo era scontato e lecito impadronirsi del territorio altrui, e il saccheggio, la pirateria, l'eliminazione del nemico, ridurre in schiavitù l'altro, che era totalmente "Altro" rispetto a "Noi".

Questa caratteristica di "predatore" dell'essere umano non veniva mascherata più di tanto. Ma via via che il pensiero logico razionale individuava incoerenze, via via che l'Altro diventava non così Diverso, se da un lato si cercava di temperare un comportamento "bestiale", con l'elaborazione di progetti articolati e più efficaci - come il commercio, meno costoso e più redditizio - dall'altro lato si riusciva a sostenere, con l'uso di pretesti plausibili, una giustificazione non del solo impulso predatorio, ma anche di avidità, odio e vendetta, che sono processi terziari. Gli altri animali predatori, una volta appagato il bisogno, sono in uno stato di inattività, finché i recettori del bisogno non si attivano nuovamente. Il rapimento di Elena a giustificazione della guerra di Troia è stato uno di questi pretesti, ma in tempi più recenti non ci si è vergognati di sostenere l'esistenza di inesistenti armi di distruzione di massa per nascondere scopi meno nobili.

Si trovavano anche altre soluzioni, più durature; per esempio cercando di fondare un Impero, e ottenere in questo modo, per esempio attraverso un sistema di tasse, un certo livello di benessere generale, e in più lusso e ricchezze per alcuni, e risorse tali da poter rendere magnifica la capitale dell'Impero.

L'intelletto al lavoro

Per fondare un Impero è necessaria la sottomissione di un buon numero di popolazioni e, in quanto conseguente, l'aggressione dell'altro diveniva strumento in qualche modo legittimato, non più solamente manifestazione di aggressività predatoria. In cambio della loro sottomissione si offrivano alle popolazioni lunghi periodi di pace, mentre con chi non intendeva sottomettersi si passava a violenza e distruzione, che in quest'ottica divenivano legittime.

I Grandi Imperi furono capaci di organizzare gruppi di lavoro complessi per la gestione del potere, ma seppero anche interpretare e rispondere a sentimenti di base presenti nella popolazione, come il bisogno di dipendenza, e anche a questo è legata la loro potenza.

È noto che la potenza dell'Impero Romano era basata su di un formidabile "gruppo di lavoro specializzato", l'esercito, che da un lato rispondeva a quella bramosia predatoria e alla dominanza¹⁴ che caratterizzavano la cultura di Roma (come risulta ben chiaro dalle sue stesse origini), dall'altro lato assicurava alle popolazioni sottomesse protezione certa da altri possibili invasori e quindi un lungo periodo di pace.

Si è detto che il gruppo in assunto di base di attacco e fuga è profondamente anti intellettuale, ma i sicuramente rozzi romani, più che essere portatori di ideali o ideologie, erano capaci di esame della realtà. Posto che dovesse essere ben chiaro chi era il dominatore e quali sarebbero state le conseguenze per i ribelli, il multi-etnico impero romano lasciava ampi spazi di libertà.

Al contrario, una idealizzazione narcisistica del proprio sé gruppale e delle proprie doti intellettuali o morali non può che portare a una incapacità di comprendere i sentimenti di base attivi in una popolazione, anche la propria, con conseguenze nefaste.

Per meglio comprendere quanto abbiamo detto, scegliamo un esempio per il quale possiamo contare su un dettagliato resoconto: *La Guerra del Peloponneso* narrate da Tucidide.

Le guerre del Peloponneso furono precedute dalle *Guerre Persiane*. Il progetto dell'impero persiano di espandersi sottomettendo la Grecia si concluse nel 480 A.C. con la sconfitta dei Persiani nella battaglia di Salamina. Dal punto di vista delle dinamiche di gruppo potremmo dire che proporre sottomissione agli individualisti Greci, facendo leva sul bisogno di dipendenza, era veramente un azzardo.

Come sappiamo dai racconti di Erodoto e Senofonte l'assunto di base di dipendenza dominava la cultura dell'impero persiano, in cui il Re era divinizzato, alla quale i sudditi obbedivano in modo totale¹⁵. Anche l'esercito rispondeva a questa mentalità: in battaglia contavano i grandi numeri, con i soldati spinti avanti a scudisciate, e anche gli Immortali, l'élite dell'esercito, era composto da un gruppo in cui ogni caduto poteva e doveva essere sostituito da un altro, e nessuno era individuo per sé.

Non così per i Greci, che abitavano una stessa patria, avevano stessa lingua e stessa cultura ma che erano pronti ad opporsi gli uni agli altri. Nel combattere come nel gareggiare tenevano in massimo conto onore e gloria personali. Possiamo supporre con buona approssimazione che l'assunto di base dominante nella popolazione greca fosse quello di Me-ness, assunto che rappresenta, come abbiamo detto, anche una paura o il rifiuto di cadere nella dipendenza.

Dobbiamo però osservare che questo assunto di base «[...] può essere lo spazio mentale temporaneo di cui abbiamo bisogno per essere fuori dal mondo per recuperare mentalmente e

¹⁴ non sono ancora chiari i meccanismi della dominanza sociale, che caratterizza il comportamento dei maschi adulti, ma anche molti dei giochi spontanei in cui si impegnano i cuccioli e i bambini.

¹⁵ sia Erodoto (Le storie) che Senofonte (Anabasi) descrivono con un certo stupore il rapporto di dipendenza che vi è con il leader del gruppo: come ad esempio quando i dignitari di Ciro si gettarono nella mota come un sol uomo per liberare i carri impantanati, incuranti del proprio ricco abbigliamento. (Senofonte, Anabasi, V, 8)

spiritualmente, in modo da poter riesplorare le realtà esterne senza memoria, desiderio o il desiderio che esse siano diverse da quelle che sono. » (Lawrence et al., 1996, p. 16)

La capacità di ritirarsi in sé stessi come individui e di isolarsi, può essere una grande risorsa se questo corrisponde a un ritiro temporaneo che permette lo sviluppo di un pensiero riflessivo; potrebbe quindi essere un'esperienza culturale di transizione. E infatti se pensiamo alla Grecia, allo splendore dell'epoca di Pericle, subito andiamo alla incredibile produzione intellettuale, con il fiorire di arti e scienze, che senza dubbio per svilupparsi necessitano della possibilità di fruire di uno spazio mentale protetto e riservato.

Ma quando pensiamo ad Atene come alle radici della nostra Civiltà e della Democrazia, facilmente dimentichiamo altri aspetti, più oscuri. La democrazia di Atene, infatti, non è la democrazia rappresentativa come la intendiamo noi: escludeva dalla parola, dal voto e anche dall'aver proprietà chi non era maschio, libero e i cui genitori non fossero entrambi Ateniesi, e talvolta poteva assumere l'aspetto di un egualitarismo pseudodemocratico.

La Lega di Delo, nata durante le guerre persiane, era un patto tra *uguali* finalizzato a una difesa comune. Ma nel periodo successivo alla sconfitta dei persiani Pericle decise di trasferire ad Atene il tesoro dell'alleanza, che era conservato a Delo. Con il pretesto di mantenere la potenza della flotta ateniese, in realtà questa scelta aveva tutt'altro scopo. Atene si impadronì dei tributi necessari alla difesa comune e li trasformò in tributi dovuti e continuamente aumentati, che vennero utilizzati per la costruzione del Partenone e di altre opere d'arte con cui abbellire la città, per permettere ai cittadini di non pagare alcuna tassa, e per rendere sempre più potente il proprio esercito, che diventava necessario per piegare le riottose altre Polis a contribuire alla trasformazione di Atene in un Impero¹⁶.

Per cui quel "possiamo farlo quindi è giusto" di Atene, contro "gli Altri", che erano altri Greci, portò alla ribellione delle Polis, con la richiesta di aiuto a Sparta, e di conseguenza a guerre continue tra popolazioni della stessa cultura e lingua, che si trascinarono dal 431 al 404 a.C. e che terminarono poco dopo la spedizione contro Siracusa, con l'umiliante sconfitta di Atene e infine con l'impoverimento di tutta la Grecia.

Alla guerra contro Siracusa sono dedicati i libri VI e VII de *La Guerra del Peloponneso*. Dal punto di vista delle dinamiche di gruppo, è esemplare la pubblica discussione nell'Agorà sulla opportunità di portare o meno la guerra contro Siracusa, discussione che vide contrapporsi Alcibiade e Nicia.

La città di Segesta chiese aiuto ad Atene contro Siracusa, e Atene ne discusse in assemblea. Per Tucidide il vero motivo della scelta di portare la guerra a Siracusa era il desiderio di dominarla ed annetterla all'impero Ateniese, mentre "il nobile pretesto" era invece «[...] che volevano portare aiuto ai popoli uniti a loro per stirpe e agli alleati che avevano acquistato là.». (Tucidide, VI 6)

Mentre Nicia tentò di distogliere l'assemblea dal prendere una tale decisione, mostrando con chiarezza quale fosse la realtà, facendo notare, ad esempio, come non fosse cosa saggia "dividere in due la potenza di Atene" dato che, anche se dopo lunga guerra, i territori non erano certamente

¹⁶ nel libro V Tucidide riporta in forma di dialogo il dibattito tra Atene e i Meli, che furono sterminati, dialogo che mostra chiaramente le motivazioni ideologiche su cui era fondato l'imperialismo Ateniese (Tucidide, V, 84-113)

pacificati. Inoltre, anche nell'ipotesi di poter vincere Siracusa e i suoi alleati, sottomettere un territorio così lontano e particolarmente vasto non permetteva di illudersi di poterne avere poi il controllo. Senza pensare a quali sarebbero state le conseguenze per Atene in caso di sconfitta.

Alcibiade, con argomentazioni di tutt'altro genere, "calorosamente" spingeva alla spedizione, "desideroso di opporsi a Nicia", «E soprattutto smanioso di essere stratego e speranzoso di potere in tal modo conquistare la Sicilia e Cartagine e, insieme alla vittoria, di ottenere vantaggi personali in denaro e in fama.» (Tucidide, VI 15)

Bisogna dire che Alcibiade era un grande oratore e questa qualità era molto apprezzata in Atene, e il suo discorso era in linea con la grandiosità del personaggio.

Alcibiade ricordò ai cittadini la propria magnificenza (aveva portato sette carri ad Olimpia!). E Tucidide commenta che «[...] aveva aspirazioni troppo superiori a quanto consentissero le sue ricchezze.». Egli dava per certo il successo dell'impresa, puntando su onore e gloria che sarebbero ricaduti sulla città, e argomentando che una città che resti tranquilla finirà per consumarsi, dato che la pigrizia porta alla rovina, mentre essere costantemente "in lotta" fa guadagnare in esperienza e quindi capacità a difendersi. Era inoltre certo che anche i popoli della Sicilia si sarebbero uniti a loro.

Vedendo il successo del discorso di Alcibiade, Nicia cercò inutilmente di portare i suoi concittadini a scelte più ragionevoli e lo fece mostrando l'imponenza dei preparativi necessari alla spedizione: che però alimentarono le aspettative grandiose degli Ateniesi.

Non è difficile riconoscere in Alcibiade il leader narcisista, per il quale le altre persone non sono altro che oggetti da manipolare. Ma non è difficile immaginare che gli individui di un gruppo la cui attività prevalente sia in Me -ness possano immedesimarsi ciascuno nella potenza del proprio leader e che, pensando ai propri personali vantaggi, lo appoggino in toto. E così con grande entusiasmo partirono contro Siracusa.

Come finì la spedizione? Nel disastro annunciato da Nicia; ma i cittadini, in linea con quanto abbiamo detto, «[...] si adirarono con gli oratori [...] come se non l'avessero deciso essi stessi.» (ivi, VIII-1)

Conclusioni

Tornando al nostro tema, se il malessere è «la forma che la malattia assume nel comportamento e nell'esperienza, nel contesto di una particolare società.», come individuare la malattia, premessa indispensabile per poterla curare? E quali elementi possono essere la causa della malattia?

Si è detto che "il sonno della ragione genera mostri" ma, come ricorda Kaës ¹⁷, insieme a molti altri, non erano certo primitivi e incolti coloro che resero possibili le più terribili tragedie

¹⁷ «[...] tra gli istigatori delle crociate, ve n'erano di colti, e tra i teologi dell'inquisizione, i teorici del bolscevismo, i massacratori dei Kulaki e gli istigatori del Gulag non tutti erano illetterati; i grandi dignitari del nazismo veneravano Goethe, Mozart, Shakespeare, Racine, e il torturatore cambogiano di S21 era un uomo civilizzato, plasmato dalla cultura del paese dei diritti dell'uomo.» (Kaës, 2012, p. 30)

dell'umanità. In base a ciò che abbiamo esaminato, verrebbe da pensare che non il sonno della ragione possa generare mostri, ma la sua hybris, con la corrispondente svalutazione e sottovalutazione di tutto ciò che non sta nel proprio dominio. Se in origine il termine ideologia indicava una nuova scienza, il cui scopo era quello di studiare l'origine delle idee, in seguito il termine ha finito per indicare una idealizzazione di un insieme di affermazioni radicali intese per vere¹⁸, e la cosiddetta caduta delle ideologie potrebbe rappresentare il disvelamento di un inganno. L'idealizzazione dell'intelletto, e quella capacità specificamente umana che è la possibilità di mentire a se stessi e agli altri, ha aperto molte volte la porta a leader certamente capaci, per patologia personale oppure più furbescamente, di rispondere ai bisogni profondi della popolazione. Leader capaci di cogliere gli "umori viscerali" e a questi rispondere seduttivamente, indirizzando le attività mentali inconsce su obiettivi precisi, rendendo il popolo passivo e dipendente da sé, indicando nemici su cui indirizzare la rabbia e la paura¹⁹, e soprattutto coinvolgendolo in una grande collettiva bugia autoalimentante che, si sa, porta alla distruzione²⁰. L'indubbiamente dotato Alcibiade, pronto a cambiare casacca secondo la propria convenienza, badava solo ai propri interessi, senza riguardo per nessuno, ma gli Ateniesi lo seguirono entusiasti e entusiasti andarono verso la propria rovina.

Bibliografia

Baricco A. (2018) *The Game*. Einaudi, Torino

Bion W. R. (1961) *Esperienze nei gruppi*. Tr.it (1971) Armando, Roma.

Bion W.R. (1962) *Apprendere dall'esperienza*. Tr.it (1972) Armando, Roma.

Bion W.R. (1970) *Attenzione e interpretazione*. Tr.it (1973) Armando, Roma.

Bollas C. (2018) *L'età dello smarrimento*. Tr.it (2018) Cortina, Milano.

Damasio A.R. (1994) *L'errore di Cartesio, emozioni, ragione e cervello umano*. Tr.it (1995) Milano, Adelphi.

Damasio A.R. (1999) *Emozione e coscienza*, Tr.it (2000) Adelphi, Milano.

¹⁸ «[...] il termine ha tuttavia conservato un significato più specifico e ristretto, che viene utilizzato per indicare dottrine e movimenti politici precisi (comunismo, nazismo, fascismo), accomunati da alcune caratteristiche: la presenza di un retroterra teorico più o meno elaborato, che pretende di fornire una spiegazione esaustiva (e definitiva) dei processi storici e sociali; il tentativo di trasformare totalmente la società e l'uomo, secondo un preciso modello; l'intensa partecipazione emotiva dei militanti, spesso simile alla 'fede religiosa'; il ruolo-guida di un partito dotato di una ferrea e capillare organizzazione. » (Treccani, <http://www.treccani.it/enciclopedia/ideologia/>)

¹⁹ Ricordiamo che i sistemi affettivi che generano dispiacere sono rabbia, paura e panico/sofferenza, cui abbiamo messo in relazione gli assunti di base di attacco / fuga e di dipendenza

²⁰ «la bugia è specifica del rapporto tra una mente ospite e una mente parassita, e le distrugge entrambe. [...] L'invidia, la gelosia, e la possessività così suscitate costituiscono le controparti mentali degli elementi tossici presenti nel parassitismo fisico. Essi contribuiscono alla natura distruttiva della cultura che si sviluppa dallo sviluppo della bugia.» (Bion, 1970, p. 143)

- Damasio A.R. (2018) *Lo strano ordine delle cose. La vita, i sentimenti e la creazione della cultura*. Tr.it (2018) Adelphi, Milano.
- Dirac P.A.M., (2019) *La bellezza come metodo*. Cortina, Milano.
- Erodoto, *Le storie*. (1984) Rizzoli, Milano.
- Feynmann R. P. (1999) *Il piacere di scoprire*. Tr.it (2002) Adelphi, Milano.
- Freud S. (1920) *Al di là del principio di piacere*. In OSF (1989) vol. 9 Boringhieri, Torino.
- Freud S. (1929 [1930]) *Il disagio della Civiltà*, In OSF (1989) vol. 10 Boringhieri, Torino.
- Kaës R. (2012) *Il malessere*. Tr.it (2013) Borla, Roma.
- Lawrence W. G., Bain A., and Gould L. (1996) *The fifth basic assumption*. Free Associations, volume 6, part 1 (no. 37): 2855
- Panksepp J., Biven L. (2012) *Archeologia della mente. Origini neuroevolutive delle emozioni umane*. Tr.it (2014) Cortina, Milano.
- Panksepp J., *Can play diminish ADHD and facilitate the construction of the social Brain?*, J Can Child Adolesc Psychiatry 16:2 , May 2007 pg. 57
- Pines M, (1998) *Riflessioni circolari*. Tr.it (2000) Borla, Roma.
- Senofonte, *Anabasi*. (1964) Rizzoli, Milano.
- Tucidide, *La guerra del Peloponneso*. (1985) Rizzoli, Milano.
- Winnicott D. W. (1965) *Sviluppo affettivo e ambiente*. Tr.it (1970) Armando, Roma.
- Winnicott D.W. (1971) *Gioco e realtà*. Tr.it (1974) Armando, Roma.

Riassunto

In questo lavoro si propone una riflessione sul malessere nella società attuale dalla prospettiva degli assunti di base nei gruppi. Secondo Bion gli assunti di base corrispondono ad un'attività mentale che sorgerebbe da uno stato proto mentale in cui il fisico e mentale sono indifferenziati; questo significa che si tratta di un'attività di processo primario. Si è pensato perciò di esaminare le recenti acquisizioni della biologia, come già auspicato da Freud, in rapporto agli assunti di base. Poiché si fa riferimento a strutture sottocorticali, evolutivamente più antiche, si prende come esempio un episodio dell'età di Pericle, un periodo storico che può apparire cronologicamente lontano ma che, dal punto di vista dei circuiti affettivi di base, sentiamo molto vicino.

PAROLE CHIAVE: malessere, omeostasi, mente, assunti di base, sistemi affettivi di base,

Abstract *Uneasiness and malaise in the crisis of society*

In this paper we propose a reflection on the malaise in today's society, from the perspective of basic assumptions in groups. According to Bion, the basic assumptions correspond to a mental activity that would arise from a proto-mental state, in which the physical and mental are undifferentiated: i.e., this is a primary process activity. Therefore, as already desired by Freud, we have thought to examine the relationship between the basic assumptions and the recent acquisitions of biology. Since it refers to the subcortical structure, evolutionarily oldest, we takes as example

an episode of the age of Pericles; a historical period chronologically far, but that we feel close to us from the point of view of basic affective circuits.

KEY WORDS: Malaise, homeostasis, mind, basic assumptions, basic affective systems

Bianca Gallo

bianca_gallo@fastwebnet.it