

Dall'avventura alla sventura. Tempo e depressione

SILVIA PAGANI

Summary – FROM ADVENTURE TO MISFORTUNE. TIME AND DEPRESSION. The subjective perception of time is essential to understanding depression. On one hand, time could be considered as a language used by the individual to narrate his way of entering into contact with the world, life and change. On the other, depression is connected to an experience of real or affective loss, that conditions individual perception and representation of time, creating the fiction of misfortune in the mind of the depressed person. I will use these assumptions to show what time tells us about depression.

Keywords: TIME, DEPRESSION, LOST

I. *Il tempo come linguaggio*

Tempo e depressione. I due termini sono strettamente collegati. Quando si pensa alla depressione, infatti, emerge immediatamente l'immagine di una persona che, come un albero, è tenacemente radicata nel terreno del passato.

Ma che cos'è il tempo? Non è né una *realtà oggettiva e assoluta, né una cosa*. Ogni cultura, ma anche ogni *individuo*, ha una percezione propria, particolare del tempo. Non solo, la stessa persona può vivere la temporalità in modo diverso in momenti differenti della vita, se non della giornata. La non univocità del modo in cui pensiamo e viviamo il tempo ha portato la filosofia a elaborare la tesi del tempo come "costruzione simbolica", come una delle dimensioni organizzatrici dell'esperienza umana. *In altre parole, la mente crea il tempo soggettivo, ma a sua volta il tempo ordina la mente.*

Noi ordiniamo le nostre esperienze di vita attorno a particolari ritmi temporali e ne definiamo la struttura d'ordine, la velocità, la direzione, cioè ne costruiamo

forma e senso. In termini adleriani il *tempo soggettivo* è dunque una *finzione*. Ciò non significa che non ci sia una generale e generica percezione di temporalità esterna, dettata dai cicli del cosmo e dell'organismo, ma che l'esperienza temporale più significativa per la nostra esistenza sia interna, soggettiva.

Sergio Moravia è andato ancora più in là e ha definito il tempo un linguaggio: «Il tempo appare, in effetti, il modo in cui gli uomini *dicono* la loro esperienza secondo un certo ordine. Senza il tempo, se ci si pensa bene, non c'è discorso umano, o discorso *tra* uomini» (16, p. 208). Per parlare degli eventi, delle sensazioni, delle emozioni, delle esperienze, ma anche dei pensieri della nostra quotidianità o della nostra vita nella sua complessità abbiamo bisogno di collocarli in un tempo: “Ho pensato...”, “Sento...”, “Forse accadrà...”, “È successo...”, “In questo momento...”, “Allora...”, “Chissà se...”, “Spero che...”, “Sarà sempre...”, “Non starò mai...”*

Attraverso le “parole del tempo” noi riusciamo a comunicare a noi stessi e agli altri aspetti fondamentali del nostro essere, in particolare del nostro essere nel mondo. Il tempo diventa dunque una delle espressioni del linguaggio della mente. È significativo a questo proposito come molte delle espressioni più importanti della creatività umana parlino del tempo: *Essere e tempo* di Martin Heidegger, *Nel corso del tempo* di Wim Wenders, *Alla ricerca del tempo perduto* di Marcel Proust.

Ma se il tempo è un linguaggio, di che cosa parla? Sempre seguendo Moravia, il tempo parla dell'uomo. «Parla dell'uomo e del suo molteplice rapportarsi alle cose e agli eventi, a se stesso e agli altri uomini, alla vita e al suo divenire, al problema del “da dove” e del “verso dove” [...] e perché» (*Ibid.*, p. 209). Direi di più. Il tempo parla del singolo, di quella persona unica e indivisibile, del *suo* modo *soggettivo* di relazionarsi con il mondo delle cose e degli uomini, con se stesso, con la vita, con il divenire e la pro-gettazione. Con il problema di dare il *suo* senso, il significato e la direzione, al percorso della sua vita che parte dalla domanda “da dove vengo?” e arriva alla domanda “verso dove vado?” attraverso il “perché”. Ma anche con il problema di dare il suo senso al *suo* non essere, «sia al non-essere come semplicemente *ciò-che-non-è-più* o come *ciò-che-non-è-ancora*; sia al non-essere come insieme delle invisibili potenzialità che sembrano pulsare nell'esistente, pronte a liberarsi e a svilupparsi trasformando l'esistente medesimo; sia, almeno in certi casi, al non-essere sotto forma di *ulteriorità* o di *alterità assoluta*» (*Ivi*).

* Vorrei sottolineare come il *verbo* con tutte le sue possibili *coniugazioni temporali* sia l'elemento imprescindibile della struttura grammaticale del nostro linguaggio. Senza verbi non si raccontano storie. [N. d. A.]

Moravia per "alterità" intende l'essere non ancora immaginabile, ma possibile, che potrà *ad-venire*. Penso, tuttavia, che si possa dare anche un significato ulteriore, complementare. È quello dell'*alterità* intesa come *l'essere altro da te*, distinto e anche differente, attraverso cui incontrare i propri limiti, i propri confini, le proprie inferiorità, ma anche le proprie possibilità. Infatti, non si può essere *altro* se non s'incontra l'Altro, anche *scontrandosi* con lui. È il problema *dell'essere*, del *non essere* e del *divenire*, ponte tra il secondo e il primo, che Alfred Adler ha capito così profondamente quando parla di sentimento soggettivo d'inferiorità e di dinamismo finalista. E ancora è il rapporto tra il tempo e la mente che Adler sottolinea quando intuisce che la mente è un fenomeno temporale, paradossalmente lo spazio per il tempo, *il luogo di convergenza tra passato e presente e futuro* [1] in un continuo movimento trasformativo, che cambia l'essere, ma anche il non essere e le modalità del divenire.

II. Il tempo nella depressione: dalla parte della sventura

Comincerò con due rappresentazioni. La prima è quella di Glen Gabbard che descrive i soggetti con una "personalità depressiva" come individui affetti da *cronici* sentimenti di colpa e d'impotenza, con un'autostima *costantemente* bassa, la tendenza all'autopunizione, all'iper critica e alla rinuncia, una modalità relazionale di tipo dipendente accompagnata da sentimenti di disperazione per la convinzione che le cose *non cambieranno mai* [12].

La seconda è quella dell'Associazione degli psichiatri americani, che nel DSM IV [4] presenta, come manifestazioni associate al Disturbo Distimico e all'Episodio Depressivo Maggiore, profondi sentimenti di inadeguatezza, una *perdita* generale di interesse o di piacere, ritiro sociale e sentimenti di colpa o ruminazioni sul *passato*, sentimenti soggettivi di irritabilità o rabbia eccessiva e riduzione di attività, efficienza o produttività. In queste due descrizioni molte sono le "parole" che indicano, direttamente o indirettamente, significati temporali: "cronici", "costantemente", "mai" associato al futuro, "perdita", "passato". La percezione soggettiva del tempo sembra essere dunque un elemento essenziale nei vissuti depressivi. Questa è anche la convinzione della psichiatria fenomenologica che ha mostrato come nella frammentazione della continuità e dell'unitarietà del tempo nelle sue declinazioni statiche di *passato* isolato dal *presente* e ancor di più dal *futuro*, si possano individuare «l'essenza e il senso ultimo delle esperienze depressive» (7, p. 170).

Nella depressione, la rappresentazione del divenire, nel senso di *pro-gettazione* verso il futuro sembra inaridirsi, fino a prosciugare l'immagine dell'avvenire. Detto con il linguaggio poetico di Eugenio Borgna «l'orizzonte del passato risucchia ogni altro orizzonte temporale: il sentiero che si apre al futuro è sbarrato

nella dissoluzione della speranza, di ogni speranza» (*Ibid.*, p. 171). Ciò che resta, in superficie, è l'esclusiva rappresentazione del passato, invasiva e totalizzante, *onni-comprendiva* e *onni-potente*, e come tale *immobile e imm modificabile* come roccia: la discontinuità, la frattura, la separazione dal fluire lineare del tempo, ma anche l'isolamento dal mondo, dagli Altri, dal Sé creativo-protensivo, rappresentazione di quegli aspetti del Sé che portano a esplorare la realtà, a immaginare, a simbolizzare e a progettare "sempre-e-di nuovo" [8], in modo avventuroso, la propria esistenza.

È interessante notare come la rappresentazione del tempo fermo, chiuso, si coniughi spesso con l'immagine della solitudine, di uno spazio vuoto o stretto, impossibile da riempire, dove l'individuo si sente e si trova isolato, impotente a muoversi verso l'Altro o a incoraggiare il moto dell'Altro verso di sé. Questo legame tra *tempo, spazio e relazione* è particolarmente presente nella psichiatria individualpsicologica che sottolinea l'isolamento, la sfiducia del depresso in se stesso e nel mondo [23] e la rinuncia a progettare.

«L'astensionismo [...] scandisce una carenza d'azione, un appiattimento del pensiero e un ottundimento motorio, che connotano il correre del tempo con una simbologia di vuoto e desolazione» (21, p. 46). In questo *correre del tempo vuoto e desolante* sta il dramma del depresso. Un dramma costruito su uno spazio vuoto di relazioni, sulla percezione di una solitudine impossibile da riempire, che il tempo che corre inesorabilmente verso una fine desolante rende ancora più arido, «come se nulla fosse utile, come se ogni cosa dovesse finire male» (6, p. 356). Come se ci fosse solo impotenza, cui il depresso risponde con rabbia o rassegnazione. Egli è sempre in bilico tra le due, teso a sospendere il tempo o a illudersi di arrestarlo. Ma restare in questa illusione significa stare fuori dal tempo del vivere. Il progetto di vita del depresso, paradossalmente, è un *anti-progetto*: stare fuori dal tempo per rimanere al di qua del *tempo finito*, cioè del limite della finitudine umana e dunque della perdita e della morte. Il suo progetto è proteggersi da tutto ciò. Infatti, è il volto della perdita e della morte, reali o simboliche, che il depresso vede all'orizzonte e a cui tenta di sfuggire. È un volto che nella sua esistenza ha già incontrato, spesso *troppo presto* o *all'improvviso* e che è depositato come immagine indelebile al cuore del Sé, formando o deformando, a seconda delle risorse e delle possibilità del soggetto di mentalizzare, l'esperienza umana [15].

La correlazione tra depressione ed esperienze di perdita, è stata sottolineata da Sigmund Freud, che in *Lutto e melanconia* connette «la melanconia a una perdita oggettiva sottratta alla coscienza, a differenza del lutto in cui nulla di ciò che riguarda la perdita è inconscio» (11, p. 194). Anche la psichiatria individualpsicologica riconosce la validità della constatazione psicoanalitica [20, 22] e afferma che «l'avvio della depressione [...] può essere reattivo a reali situa-

zioni di perdita soprattutto affettiva. Quando le perdite si verificano durante l'infanzia, la depressione può improntare in modo duraturo lo stile di vita o giacere nella psiche come potenzialità di riserva, riattivata più tardi da fattori scatenanti» (21, p. 50).

La perdita, tuttavia, non è solo reale, ma anche «di affetto, protezione, garanzia di sicurezza» (22, p. 148). Ma sospendere il tempo nella realtà è impossibile, nella mente invece è attuabile rendendolo infinito e uno dei modi di sperimentare l'infinità è il movimento circolare, dove la fine si confonde con l'inizio. Nella depressione tutto è solo apparentemente immobile, in realtà il moto è senza sosta e senza limiti, ma invece di essere *pro-tensivo* verso qualcosa o qualcuno, è *circolare*, in continua ossessiva e schiavizzante ripetizione intorno al passato e narcisisticamente attorno al sé, per non scontrarsi con la paura, la tristezza e la rabbia. È un movimento senza direzione, non trasformativo, ma che stabilizza. Stare dentro un tempo circolare, chiuso, significa non rischiare mai di incontrare la perdita, intesa anche come la fine, il limite, la naturale inferiorità che invece il fluire lineare e aperto del tempo presuppone.

Come il tempo anche lo spazio mentale del depresso è chiuso, assorbito dal troppo pieno della memoria e dei ricordi che lasciano solo pochi spiragli di libertà all'immaginario utopico e al desiderio, pericolosamente proiettati verso il futuro. Paradossalmente nella depressione il futuro non è assente, ma fin troppo presente nella sua inesorabilità, nel suo percorso di avvicinamento alla fine. È allora da dimenticare, affogandolo nel mare della memoria, oppure da controllare, anticipandone i pericoli, o ancora da esorcizzare, affidandosi a formule magiche come: “Non accadrà mai...”, “Non ci riuscirò...”, “Sarà come sempre...”, “Non cambierà niente...”, “Non serve a niente...”. È un futuro senza immaginario, dunque senza speranza. Non è il futuro della destinazione, ancora da avvenire e divenire, è al contrario il futuro dell'immaginato, del destino già stabilito nel suo accadere, dove il tempo di vita «è un tempo senza transito [...] che si consuma senza lasciare residui» [28]. È il futuro della *s-ventura*, finzione rafforzata più rassicurante dell'*av-ventura*, immagine guida vitale, ma carica di incertezza. Dice Adler: «L'imperativo categorico della melanconia diviene: “Agisci, pensa e senti come se l'orribile destino che hai dipinto sul muro si sia già avverato o sia inevitabile”» (2, p. 221).

“Sventura” è il negativo di “ventura”, participio futuro neutro plurale del verbo latino “venire” e significa “le cose che verranno”. La ventura, dunque, si proietta nel futuro, ignoto ma portatore di speranza, di occasioni di crescita e conoscenza. Tutto può accadere, la *ventura* non è esente da rischi, ma è aperta all'immaginario fiducioso, all'incontro con il nuovo e la possibilità, che spinge verso il movimento in direzione e il tempo vissuto. La *ventura* è il “sempre-e-di nuovo” di Martin Buber che caratterizza l'esistere come incontro continuo e ogni volta

rinnovato e trasformativo con l'Altro, il mondo e la vita. «È così che ha inizio l'*avventura*, l'insieme delle azioni e dei pensieri che esplorano un ignoto ed esplorandolo cambiano il soggetto stesso di tali azioni e di tali pensieri, il cosiddetto protagonista. La difficoltà che diviene avventura prefigura la possibilità, anche remota, di un vantaggio, cioè di un cambiamento e di uno sviluppo vitale, ancorché ignoto e incerto» (24, p. 53).

Nell'*avventura* cresce l'“uomo cercante” di cui parla Robert Nozick [17], eternamente curioso perché mai concluso e consapevole della propria non autosufficienza. Nella *sventura*, invece, tutto è già accaduto e ha portato danno e dolore. Il futuro della *sventura* è dunque senza desiderio perché dominato dalla paura e dall'anticipazione in chiave pessimistica di ciò che l'avvenire potrà portare. Sempre Adler: «In ciascun caso, il sintomo o attacco del paziente significa che ha abbandonato il presente attraverso l'anticipazione, e la realtà attraverso l'empatia con il ruolo di una persona che sta già morendo» (2, p. 222).

L'ignoto perde le sue caratteristiche d'incertezza e di possibilità per trasformarsi in un noto chiuso dentro l'unica dimensione della certezza catastrofica. Da questo sconosciuto non si apprende, ci si difende. La rappresentazione di *sventura* può diventare allora rassicurante, come tutti i fondamentalismi totalizzanti. La *sventura*, infatti, è stabile, perché rimanda a qualcosa che si sa già, al contrario dell'*avventura*, che implica la capacità di tollerare le perturbazioni interne ed esterne, cioè una relativa instabilità e non conoscenza di sé e del mondo, senza le quali non c'è movimento progressivo.

Dice Adler parlando dei pessimisti-depressi: «[Essi] passano tutta la vita cercando di provare di essere colpiti dalla sfortuna e non riescono a portare a termine nulla di ciò che intraprendono. A volte sembrano compiacersi del proprio fallimento, come se questo derivasse da una forza soprannaturale [...]. Queste forme di esagerazione sono tipiche di chi si considera al centro dell'universo. [...] I pessimisti, infatti, pensano che le forze ostili trascurino gli altri per occuparsi esclusivamente di loro» (3, p. 199).

Simone Weil, partendo dalla sua esperienza personale, sostiene che la filosofia, in particolar modo, ha cercato di definire il concetto di *sventura*: «Nel campo della sofferenza, la *sventura* è una cosa a sé, specifica, irriducibile. È tutt'altra cosa che la semplice sofferenza. S'impadronisce dell'anima e le imprime in profondità un marchio suo proprio, il marchio della schiavitù» (27, p. 28). Per lei la *sventura* è la conseguenza di un avvenimento deflagrante, casualmente anonimo e indifferente, generatore di un dolore percepito come inestinguibile, che colpisce persone innocenti.

Per Weil, dunque, si ha *sventura* quando si è colpiti, senza colpa e in solitudine, dall'ingiustizia della casualità, che se inesplorata può rendere schiavi dell'in-comprensione, dell'impossibilità di trovare una ragione che spieghi il suo abbattersi. Perché ci sia sventura, nel senso dato da Weil, deve esserci anche una sofferenza "irriducibile", cioè che non scomparirà né si attenuerà, una sofferenza che non dà speranze, che diventa presenza costante della vita. Una sofferenza percepita come irrisolvibile, senza possibilità di soluzione e di ri-soluzione, che rischia di rendere schiavi del suo esistere, nel senso che paradossalmente può diventare anche una sofferenza irrinunciabile. Ma proprio per la sua irrinunciabilità il vissuto di sventura, se cristallizzato nel tempo, può trasformarsi anche in una forma di schiavizzazione dell'ambiente familiare e sociale circostante.

La *sventura*, dunque, non è solo un evento drammatico con determinate caratteristiche, ma è soprattutto una condizione psichica stazionaria e schiavizzante di paralisi del movimento propulsivo e del senso di destinazione. «Un altro effetto della sventura è quello di rendere l'anima sua complice, iniettandole a poco a poco il veleno dell'inerzia. Chiunque abbia provato la sventura abbastanza a lungo, instaura una certa complicità con essa» (*Ibid.*, p. 33). Chi entra in uno stato di sventura, se da un lato e in un primo momento si trova nella condizione passiva di subire una situazione e la schiavitù dei suoi vincoli, dall'altro mantiene attiva questa dimensione schiavizzante, stabilendo una complicità, un compiacimento, direbbe Adler, con l'inerzia come tentativo estremo di trovare stabilità e ordine, per fuggire il dolore, la paura e la rabbia o per controllarli. La *sventura* diventa allora l'unico mezzo per evitare altre tempeste del vivere e il perenne orbitare attorno al passato e al sé, è un modo per trovare scampo, per salvarsi dal *tempo rappresentato come destino*. Ma è una salvezza "fittizia". Così come è illusoria la progettualità del depresso, non assente come potrebbe apparire, ma anch'essa circolare, inerziale, tesa a proteggere al posto di esplorare, a stabilizzare invece di vivere in destinazione.

III. *Di che cosa parla il tempo nella depressione?*

Se il tempo è un linguaggio e se rappresenta il senso ultimo delle esperienze depressive, allora è necessario chiedersi: di che cosa parla il tempo nella depressione? La prima risposta generale è che il tempo narra il modo in cui la persona si relaziona con gli altri, la vita e il suo divenire, inteso anche come cambiamento. Racconta la strada già percorsa e indica la direzione verso cui sta andando. La seconda risposta più specifica è che il tempo nella depressione racconta una storia di perdita e di paura di nuove assenze. In sintesi, si può ipotizzare che il depresso venga da una perdita, reale o soggettivamente percepita, e vada verso la fuga o la sospensione dal tempo vissuto per salvarsi da altre perdite.

Egli, infatti, sembra potersi rappresentare solo due dimensioni temporali: il *passato* e il *futuro*. Il *presente* appare *assente*, quasi a sottolineare concretamente il vuoto, anche di rappresentazioni mentali, lasciato dalla Non presenza-Assenza dell'altro amato, che nell'esperienza del bambino orfano è concreta, mentre nell'esperienza del bambino maltrattato o del capro espiatorio si traduce in assenza o discontinua presenza d'affetto, comprensione, fiducia, in altre parole di *benevolenza*. Il presente vissuto è sostituito dall'*esistente*, un eterno e ripetitivo esistente, vuoto di novità e passione, che donano colore e calore al tempo dell'*esistenza*. Per la persona depressa c'è un "prima" e un "dopo", ma non un "ora". È dunque nella dialettica Presenza/Assenza che il depresso si muove, così come la memoria, struttura di senso e di comprensione fondamentale nella depressione, si costruisce tra il ricordo di un evento o di un significato e l'oblio di un altro [19]. Paradossalmente per il depresso è necessario il pieno asfissiante del prima e del suo ricordo per colmare il vuoto dell'ora, rappresentato non come uno spazio di libertà e di possibilità, da riempire in futuro con fiduciosa creatività, ma come vuoto senza confini di presenza incolmabile.

Il *tempo*, dunque. E la depressione. La prima domanda cui la rappresentazione soggettiva del tempo di un individuo risponde è: da dove viene la *sua* depressione? Qual è l'inizio della *sua* storia? Il Principio della nostra esistenza psicologica è la relazione con l'altro che ci fonda come persone. «All'inizio è la Relazione che è una categoria dell'essere, una disposizione ad accogliere; all'inizio è l'a priori della relazione, il *Tu innato*» (14, pp. 51-2). All'inizio è l'*av-ventura* della relazione con l'altro e poi con il mondo e la vita. L'uomo dunque è una trama di rapporti. Non solo sostanza, ma relazione. Lo ha detto Adler parlando di sentimento sociale, lo hanno detto Buber e Emmanuel Lévinas analizzando la relazione *Io-Tu*, lo dicono i risultati più recenti dell'*infant research*.

Il radicamento al passato, al ricordo, a ciò che è stato, ci dice, invece, che il "principio" dell'esperienza depressiva è la rottura, reale o soggettivamente percepita, della relazione con l'altro e con essa della fiducia di base [18], che si trasforma nel tempo in sfiducia in se stesso, negli altri e nella vita. Anche Adler descrive una sorta di sfiducia di base quando mostra come il comportamento del depresso prenda avvio da: «un punto di partenza fittizio ma che tuttavia racchiude tutta la psiche, una prospettiva melanconica che ha le sue radici nella vita psichica infantile, prospettiva secondo la quale la vita rassomiglia ad un gioco d'azzardo difficile e spaventoso in un mondo pieno di ostacoli, in cui la maggioranza degli uomini si dimostra ostile» (2, p. 219). La mancanza di fiducia porta come conseguenza l'isolamento. Ma senza relazione c'è solo paura e solitudine. E per superare la paura senza fiducia resta solo la rabbia. "Ho bisogno di sentirmi più forte della mia paura". Così sentono i bambini che spesso esprimono la depressione con irritazione, aggressività e scoppi d'ira, così percepiscono gli adulti che mascherano la loro rabbia con lamentele, oppositività, astensionismo, rivendicazioni.

Ma la relazione con l'altro si crea attraverso l'Esserci con *continuità* di due soggetti che si incontrano. Qui mi riferisco a una relazione a due, non per escludere rapporti più complessi, ma in quanto schema originario di tutti gli altri rapporti. Il sentimento sociale nasce nella relazione primaria per poi estendersi e diventare senso di comunità.

Ora, per esemplificare la relazione tra un Io e un Tu prenderò simbolicamente come matrice il rapporto tra genitore e bambino. Dalla parte del genitore, Esserci non è solo una questione di presenza fisica, ma prima di tutto di presenza costante nel tempo, attraverso una continuità di cura e di attenzione*. Esserci non implica solo occupare uno spazio, ma lasciare che il proprio tempo si riempi dell'altro nel *presente che segue il presente*. In Principio, infatti, c'è solo il presente, e la continuità si stabilisce sull'esserci nel presente. Non c'è memoria perché il passato non c'è ancora. *Non c'è futuro perché non c'è passato*. L'immaginario e l'apertura al mondo del possibile che caratterizzano il futuro con speranza non nascono nel vuoto, ma si strutturano sulla matrice creata dalle prime esperienze. Si può dunque ipotizzare che il modo di vivere il presente dell'inizio della relazione con il genitore dia forma alla mente del bambino e alla temporalità soggettiva in tutte e tre le declinazioni. In sintesi, si può immaginare, che *la forma della Relazione crei la struttura del tempo individuale*.

Come per il genitore esserci significa *avere in mente* il figlio, dove la continuità del tempo definisce anche la pienezza dello spazio mentale, così per il bambino, sentire di Esserci nella mente del genitore significa percepire la sua presenza nel tempo e poterla proiettare fiduciosamente nel futuro. All'"io ci sono", trasmesso dal genitore, corrisponde il "tu ci sei stato e allora tu ci sarai" nella mente del bambino, finzione vivificante e tranquillizzante, che apre alla creazione della finzione vitale fondamentale: la speranza. «Non adesso, domani. Qualcosa già è presente e nello stesso momento non lo è ancora. Questa è la speranza. Una prefigurazione che rimanda a qualcosa che contemporaneamente c'è e non c'è. La speranza si organizza in un progetto, in un progetto aperto, non definito in partenza, ma fondato sulla fiducia, perché altrimenti questa dilazione temporale non sarebbe sostenibile» (24, p. 50). La presenza continua del genitore contribuisce anche alla costruzione dell'altra finzione incoraggiante: la fiducia. All'"io ci sono" del genitore, infatti, si collega l'"io so di esserci nella tua mente", del bambino. Dal presente che segue il presente con continuità nasce allora la rappresentazione del passato e poi del futuro. *L'esserci dunque struttura il tempo*

* La continuità di cura e di attenzione ha a che vedere non solo con la tempestività delle cure fisiche del bambino, ma anche con la sintonizzazione con il suo sentire e il suo dire. Definire questo concetto comunque richiederebbe una riflessione a parte, che per ora rimando. [N. d. A.]

del futuro, del possibile, dell'avventura. Un futuro non prevedibile, ma neppure così imprevedibile. Un futuro fiducioso e aperto al rischio, ma anche alla possibilità. Un futuro da affrontare in compagnia dell'altro simbolicamente sempre presente: "tu ci sei-tu ci sarai".

E il Non-Esserci? Che cosa succede di fronte all'assenza reale del genitore o a una sua presenza discontinua, intervallata da assenze imprevedibili? Se si accetta che la modalità dell'entrare in relazione dia forma alla rappresentazione del tempo allora si può ipotizzare che anche il Non-Esserci strutturi il tempo, in particolare il futuro. Ma questa, al contrario della precedente, è la rappresentazione di un futuro altamente imprevedibile oppure troppo prevedibile sul lato drammatico dell'esistenza. È un futuro pericoloso, di sventura, senza speranza. Un futuro desertificato dalla paura e dalla solitudine. Un futuro da controllare, se non da fermare perché destino e come tale impossibilità di divenire e ancor prima di essere e di esserci.

Paradossalmente è allora il futuro al centro dell'attenzione e della tensione del depresso. La ripetizione circolare attorno al passato e al sé serve a fuggire l'imprevedibilità pericolosa del futuro, dell'altro e della vita. Il tempo nella depressione ci parla allora di un modo diffidente di relazionarsi agli altri, alla vita e al divenire. Afferma Adler: «L'anamnesi dei nostri malati ci mostra in modo molto chiaro che tutti i malinconici appartengono ad un tipo che non sa sinceramente attaccarsi a nulla, che si sente facilmente sradicato e che perde facilmente fiducia in se stesso e negli altri» (2, p. 217). Il tempo ci racconta di una sfiducia di base, nata dalla percezione di una discontinuità nella presenza dell'altro o di una sua totale assenza. Ciò che resta nella mente del depresso non è un fiducioso "tu ci sarai", ma una domanda "tu ci sarai?" che non ha mai risposta.

Solo un *compagno di viaggio terapeutico* con la *passione* per l'esistenza può trasformare questa domanda in una risposta certa, in un "principio speranza", che renda la vita non solo essere, ma divenire. È una "passione" per l'umano che non si spegne mai, rappresentata così intensamente da quella luce tenuta tenacemente accesa da Picasso sopra la crudezza e la desolazione di Guernica.

Bibliografia

1. ADLER, A. (1912), *Über den nervösen Charakter*, tr. it. *Il temperamento nervoso*, Astrolabio, Roma 1971.
2. ADLER, A. (1924), *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, tr. it. *La Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1992.
3. ADLER, A. (1927), *Menschenkenntnis*, tr. it. *La conoscenza dell'uomo*, Newton Compton, Roma 1994.
4. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (1995), DSM-IV. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, tr. it. DSM-IV, tr. it. *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*, Masson, Milano 1999.
5. ANGLÉSIO, A. (1998), La depressione, in SANFILIPPO, B. (a cura di), *Itinerari Adleriani*, Angeli, Milano.
6. ANSBACHER, H. L., ANSBACHER, R. R. (1956), *The Individual Psychology of Alfred Adler*, tr. it. *La Psicologia Individuale di Alfred Adler*, Martinelli, Firenze 1997.
7. BORGNA, E. (2001), *L'arcipelago delle emozioni*, Feltrinelli, Milano.
8. BUBER, M. (1929), *Ich und Du*, tr. fr. *Je et tu*, Auber, Paris.
9. FERRERO, A. (1995), *Insula Dulcamara. Studi di psicologia e psichiatria psicodinamica*, Centro Scientifico Editore, Torino.
10. FERRIGNO, G., PAGANI, P. L. (1997), L'immaginario fra presente, passato e futuro e la costanza dello stile di vita, *Il tempo e la memoria. Atti del 6° Congresso Nazionale. Marina di Massa, 20-22 ottobre 1995*, Milano: 175-183.
11. FREUD, S. (1915), Trauer und Melancholie, tr. it. Lutto e malinconia, in *La teoria psicoanalitica. Raccolta di scritti 1911-1938*, Boringhieri, Torino 1979: 191-209.
12. GABBARD, G., O. (1994), *Psychodynamic Psychiatry in Clinical Practice. The DSM-IV Edition*, tr. it. *Psichiatria psicodinamica. Nuova edizione basata sul DSM-IV*, Cortina, Milano 1995.
13. HILLMAN, J. (1983), *Healing Fiction*, tr. it. *Le finzioni che curano*, Cortina, Milano 1984.
14. LEVINAS, E. (1987), *Hors sujet*, Fata Morgana, Paris.
15. LINGIARDI, V. (2001), I am lost. Perdita e perdersi nella patologia borderline, *Setting*, Moretti & Vitali, Bergamo.
16. MORAVIA, S. (1999), *L'enigma dell'esistenza*, Feltrinelli, Milano.
17. NOZICK, R. (1981), *Philosophical Explanations*, tr. it. *Spiegazioni filosofiche*, Il Saggiatore, Milano 1987.
18. OREFICE, S. (2002), *La sfiducia e la diffidenza. Metodologia clinica per i casi difficili*, Cortina, Milano.
19. PAGANI, P. L., COPPI, P. (1997), Memoria e oblio: funzioni e finzioni nel pensiero antitetico, *Il tempo e la memoria. Atti del 6° Congresso Nazionale. Marina di Massa, 20-22 ottobre 1995*, Milano: 159-173.
20. PARENTI, F. (1983), *La Psicologia Individuale dopo Adler*, Astrolabio, Roma.
21. PARENTI, F., PAGANI, P. L. (1986), *Psichiatria dinamica*, Centro Scientifico Torinese, Torino.
22. PARENTI, F., PAGANI P. L. (1989), *Capire e vincere la depressione. La "protesta in grigio" dei nostri giorni*, De Agostini, Novara.

23. PARENTI, F., ROVERA, G. G., PAGANI, P. L., CASTELLO, F. (1975), *Dizionario Ragionato di Psicologia Individuale*, Cortina, Milano.
24. PELLIZZARI, G. (2002), *L'apprendista terapeuta. Riflessioni sul "mestiere" della psicoterapia*, Bollati Boringhieri, Torino.
25. WADDINGTON, C. H. (1977), *Tools for Thought*, tr. it. *Strumenti per pensare*, Mondadori, Milano 1977.
26. WEIL, S. (1970), *Cahiers I*, tr. it. *Quaderni I*, Adelphi, Milano 2000.
27. WEIL, S. (1998), *Il chicco di melagrana*, San Paolo, Milano.
28. ZAMBRANO, M. (1992), *I beati*, Feltrinelli, Milano.

Silvia Pagani
Via Maroncelli, 13
I-20154 Milano
e-mail: sipagani@katamail.com