

# UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia  
Applicata

Corso di Laurea Magistrale in Psicologia Clinico-Dinamica



Tesi di Laurea Magistrale

*Rileggere il vissuto doloroso e traumatico attraverso Henri Bergson:  
durata, azione, linguaggio.*

*Re-reading painful and traumatic experiences through Henri Bergson:  
duration, action and language.*

*Relatore:*

Prof.ssa Ilaria Malaguti

*Laureanda:* Martina Marengoni

*Matricola:* 2017320

Anno Accademico 2021-2022

## *Indice*

<b><i>Introduzione</i></b> .....	4
<b><i>Capitolo I: Bergson: introduzione alla sua filosofia, focus sull'idea di durata, memoria e azione</i></b> .....	7
1.1. Alcune note biografiche e inquadramento filosofico del Bergson .....	7
1.2 Metodi di indagine bergsoniana: archeologia e “la terza opzione.....	9
1.3. L’abbandono del positivismo .....	10
1.4. Durata e qualità.....	13
1.5. Materia e Memoria .....	17
1.5.1. <i>Immagine</i> .....	17
1.5.2. <i>Memoria</i> .....	19
1.5.2.1 “... e tutti insieme corrono alla porta che si è socchiusa” .....	21
1.5.2.2. <i>Inconscio: tra Bergson e Freud</i> .....	23
1.6. Percezione e affezione .....	25
1.7. Contributi bergsoniani alla psicologia.....	28
1.7.1. <i>Riscoperta della qualità</i> .....	28
1.7.2. <i>Uso del linguaggio</i> .....	33
<b><i>Capitolo II: Temporalità</i></b> .....	37
2.1. Sul ruolo della temporalità nella concettualizzazione dei disturbi psichiatrici .....	37
2.2. Il contributo di Minkowski.....	39
2.2.1. <i>Depressione</i> .....	42
2.2.2. <i>Schizofrenia</i> .....	45

2.2.3. <i>Disturbo borderline</i> .....	48
<b>Capitolo III: Per una teoria bergsoniana del trauma</b> .....	<b>54</b>
3.1. Trauma come vertigine dell'assoluta novità.....	54
3.2. Incapacità di accogliere .....	56
3.3. Trauma durevole.....	68
<b>Bibliografia</b> .....	<b>62</b>

## *Introduzione*

Nel presente elaborato mi concentrerò su alcuni aspetti del vissuto di sofferenza psichica, in particolare quello della temporalità, utilizzando come spunto le idee di Henri Bergson, celebre filosofo francese vissuto a cavallo tra la fine del XIX e l'inizio del XX secolo. Per farlo comincerò fornendo una breve disamina della produzione filosofica del Bergson, nonché del suo metodo di lavoro. Mi sono concentrata in particolare sul concetto di durata, che rappresenta secondo il filosofo il modo d'essere della coscienza: perpetuo divenire e dominio della qualità, non soggetto alle regole del tempo d'orologio, né a quelle dello spazio. Bergson, presentando la durata, mi ha permesso di riflettere e di calarmi in una dimensione – il vissuto temporale – difficile da studiare. Studiando la durata, che può essere intesa come tempo vissuto intimamente da ognuno di noi, mi sono infatti interrogata su come una persona sofferente a livello psichico viva il proprio tempo: i minuti, le ore, i giorni, passano più velocemente o più lentamente quando si soffre? Come ci si sente in un momento acuto di sofferenza? Il tempo pare rimanere immobile o il suo scorrere ci pesa addosso come un macigno? Si vede il futuro o si rimane incastrati nel passato? E cosa cambia tra tutte le varie tipologie di sofferenza psicologica? Il Tempo è nostro padrone anche in situazioni di benessere, ma nei momenti di sofferenza la sua importanza diventa schiacciante: fa una bella differenza percepirlo come spietato tiranno o alleato nella speranza.

Nel primo capitolo, proporrò anche un'analisi sull'uso del linguaggio nelle espressioni temporali, nel quale risulta essere predominante un isomorfismo tra espressioni spaziali e temporali, e una rivalutazione della dimensione qualitativa nella concettualizzazione di disturbi psichiatrici. Per quanto riguarda il primo punto, Bergson non era

ovviamente un linguista; tuttavia, nota una modalità molto interessante di uso del linguaggio riferito alla temporalità: noi parliamo del tempo alla stessa maniera di cui parliamo dello spazio. Ciò significa che, anche linguisticamente, applichiamo regole spaziali per parlare di ciò che, nei suoi strati più profondi, è refrattario a ogni tipo di spazialità, ossia la durata. Proprio per questo motivo, secondo Bergson, il nostro linguaggio è limitato: non possediamo parole per esprimere compiutamente ciò che è recondito in noi. Invero, esistono toni differenti della durata: nei suoi strati più profondi è pura qualità, mentre in superficie essa si avvicina al modo d'essere delle cose esterne, spaziali. Proprio in riferimento alla qualità, intesa come modo d'essere delle cose dello spirito, proporrò una riflessione critica circa il fatto che nel diagnosticare in psicologia molto spesso si trascura la dimensione qualitativa, che invece è alla base di tutta l'esperienza umana e che è anche la prima e più importante caratteristica della durata.

Nel secondo capitolo, infatti, procederò a descrivere la temporalità vissuta caratteristica di diverse patologie psichiche, tra cui depressione, schizofrenia e disturbo di personalità borderline. Ho proposto queste tre patologie come esemplificative, ma naturalmente ci si può interrogare sul vissuto temporale dell'Altro qualsiasi sia il suo stato di disagio psichico. Ciò soprattutto nel tentativo di avvicinarsi al modo di "essere nel tempo" della persona che abbiamo di fronte, elemento che non può che aprirci la strada verso la comprensione della stessa. I maggiori contributi in questo capitolo sono stati forniti dai lavori di Eugène Minkowski, fenomenologo franco-russo, e Thomas Fuchs, psichiatra e fenomenologo tedesco, entrambi fini conoscitori dell'opera bergsoniana.

Nel terzo capitolo, infine, proporrò una plausibile teoria bergsoniana del trauma. Plausibile poiché Bergson non ha mai trattato esplicitamente l'argomento. Tuttavia, pur cercando di evitare una trasposizione impropria delle sue idee, ritengo che attraverso la

teoria del rapporto tra memoria e corpo sia possibile giungere ad una teoria della genesi e delle conseguenze del trauma. Non sono stata l'unica a pensarlo, e infatti presenterò anche il lavoro di Hannah Bacon, studiosa che sostiene si possa introdurre una sorta di nuova etichetta diagnostica: quella di “trauma durevole”, in cui la dimensione della durata della coscienza entra in primo piano.

Le idee di Bergson, tra tutti i filosofi che ho studiato quest'anno, mi sono sembrate tra le più interessanti e pertinenti rispetto alla mia futura professione. E, infatti, ho pensato al presente scritto perché si presentasse come una contaminazione tra psicologia e filosofia. Ritengo che per diventare un bravo psicologo, e poi psicoterapeuta, sia necessario continuare a formarsi e ascoltare voci autorevoli provenienti da ogni disciplina. D'altronde, se il nostro oggetto di studio è la psiche umana, esso è tanto vasto che è necessario avere una mente aperta e flessibile alle influenze di altre discipline. Inoltre, come afferma Minkowski: “è impossibile in psicologia sottrarsi al pericolo filosofico, se pericolo vi è. La psicologia e la psichiatria non possono fare a meno della filosofia” (1926, p.555), per lo meno finché la psicologia ha come obiettivo quello di raggiungere i più segreti misteri dell'animo umano. E ancora Minkowski: “La psicologia, la psicopatologia hanno solo da guadagnare nel contatto con la filosofia, poiché tutta la vera filosofia è un'inesauribile fonte di osservazioni e conoscenze psicologiche” (ibidem). È questo il senso che io do al mestiere di psicologa, ed è per questo motivo che ho scelto di incentrare il mio lavoro di tesi magistrale sui lavori di Bergson, il quale tratta di questioni ibride, a cavallo tra psicologia e filosofia, con una finezza e un ingegno tali che non credo si possa fare a meno di tentarne la conoscenza.

## *Capitolo I*

### *Bergson: introduzione alla sua filosofia, focus sulle idee di durata, memoria e azione*

#### 1.1. Alcune note biografiche e inquadramento filosofico del Bergson

Henri Bergson (Parigi 1859 – ivi 1941) è stato uno dei più rivoluzionari pensatori del suo tempo. Fu professore di filosofia al *College de France* dal 1910 al 1924. Nel 1928 gli fu conferito il premio Nobel per la letteratura. Fu membro dell'*Academie Francaise* e rappresentante della Francia alla Società delle Nazioni. Il suo primo scritto è il saggio presentato come tesi di dottorato alla Sorbona: “Saggio sui dati immediati di coscienza” (1889). Seguono poi “Materia e Memoria” (1896) e “L’evoluzione creatrice” (1907). Tra le altre opere ricordiamo “Il riso” (1900), “L’energia spirituale” (1919), “Durata e simultaneità” (1922), “Il pensiero e il movente” (1934).

Bergson viene tradizionalmente riconosciuto come esponente dello spiritualismo francese<sup>1</sup>, corrente filosofica che nasce tra la fine del XIX e l’inizio del XX secolo in antitesi rispetto a positivismo e materialismo. Il positivismo è stato un movimento culturale di larga diffusione in Europa, la cui genesi si rintraccia nelle pagine dell’opera di August Comte “*Discours sur l’esprit positif*”<sup>2</sup> del 1844. Nell’opera, Comte elenca le accezioni con cui si deve intendere il termine “positivo”: reale, utile, certo, preciso. Un positivista considerava gli enti naturali come unico oggetto passibile di indagine scientifica e il metodo scientifico come unico metodo valido e praticabile. Tutte le discipline, anche quelle non prettamente scientifiche, avrebbero dovuto adattarsi al metodo della scienza. Persino la filosofia avrebbe dovuto concentrarsi su ricerche accessibili

---

<sup>1</sup> Rimando all’opera “*Le spiritualisme de Bergson*” (Vieillard-Baron, J. L. (2020), Paris: Hermann) per una trattazione più approfondita del tema.

<sup>2</sup> Trad. It.: “*Discorso sullo spirito positivo*”.

all'intelligenza umana, escludendo la metafisica, con intento pragmatico e chiarificatore. L'atteggiamento positivo fu alimentato anche dalle rivoluzioni industriali, e dagli straordinari progressi della scienza e della tecnica che proprio in quel periodo facevano sperare in un futuro prospero per la società europea. Tuttavia, all'inizio del Novecento, la romantica visione della storia umana come perpetuo progresso cominciò a sgretolarsi, per poi implodere definitivamente con lo scoppio delle due Guerre Mondiali. Ben prima, alcuni pensatori avevano cominciato a contestare i fondamenti del positivismo: la garanzia che l'uomo avrebbe continuato a evolvere, che il metodo scientifico fosse l'unica fonte di conoscenza attendibile, che tutta la realtà fosse governata da leggi matematiche. In polemica con la scienza positivista, lo spiritualismo porta alla ribalta un oggetto non nuovo, ma di cui si erano perse le tracce: l'*esprit*, termine che in italiano traduce sia "mente" che "spirito". Bergson può essere considerato uno spiritualista nella misura in cui egli tratta dello spirito, o soffio vitale. Tuttavia, contemporaneamente si differenzia dallo spiritualismo:

“il grande errore delle dottrine spiritualistiche è stato quello di credere che isolando la vita spirituale da tutto il resto, sospendendola nello spazio più alto possibile sopra la terra, la mettessero con ciò al riparo di ogni attentato: come se con ciò non l'avessero soltanto esposta a essere scambiata per l'effetto di un miraggio.” (Bergson, 1991 [1907], p.291).

Dunque, le dottrine spiritualistiche avevano tentato di ridurre il mondo materiale a un fatto di coscienza, ricadendo nella tentazione riduzionista che aveva caratterizzato anche positivismo e materialismo. Dal canto suo, Bergson intende invece raccontare della coscienza tenendo presente l'esistenza del corpo e dell'universo materiale, per ricondurla così alla sua esistenza concreta.

## 1.2. Metodi di indagine bergsoniana: archeologia e “la terza opzione”

Secondo Bergson ci sono due modi di conoscere: girare intorno alla cosa, oppure entrare in essa (2012 [1934]). Conoscere la cosa girandoci intorno significa implicitamente ritenersi separato, distante da essa. È un atteggiamento che consente di acquisire punti di vista diversi, e una certa esteriorità è necessaria al vedere. Da qui nasce la prospettiva, e ogni cosa può essere osservata da prospettive diverse, infatti. Ma noi, in realtà, siamo presso le cose, anzi siamo in esse. Dunque, non possiamo prescindere dal calarvici dentro, non possiamo parlare di nulla da una certa distanza. Non siamo stranieri di nulla a questo mondo. E proprio per questo Bergson parla dal di dentro delle cose: il suo metodo consiste nel calarsi entro una questione, facendone una sorta di archeologia (Leoni, 2021). Dopo attenti scavi, una volta portata in superficie la preziosa gemma, il passo successivo è de-costruirla e ri-costruirla in una maniera inedita. Così, egli riesce a tracciare nuove geometrie di pensiero, aprendo nuovi scorci, ricomponendo fratture e fratturando paradigmi. E un problema antico come la filosofia stessa, l'unione tra corpo e anima, può acquisire una lettura diversa. Grazie a questa peculiare metodologia, Bergson è stato in grado di approfondire aspetti della realtà che sfuggono per loro natura alla sperimentazione scientifica. La scienza non trova limiti di estensione nella sua conoscenza del reale, ma trova limiti di qualità, cioè non riesce a rendere conto del reale in tutti i suoi aspetti. Bergson si propone proprio di entrare in quelle dimensioni del reale che la scienza lascia fuori: memoria, coscienza, libertà, azione.

Bergson combatte sempre su due fronti. Lo capiamo dai titoli delle sue opere, composti, per la maggior parte, di due parole, bilanciate dalla congiunzione *e*. Fa eccezione “L’evoluzione creatrice”, ma il “Saggio sui dati immediati della coscienza”, il cui titolo originario era “*Temps et liberté*”, e poi “Materia e Memoria”, “Durata e

Simultaneità”, “Pensiero e movimento”, e infine “Le due fonti della morale e della religione” confermano questa osservazione. Dunque, pare che Bergson si occupi di contrapposizioni, e che la sua modalità di esporre sia quella del procedere per confronto. In realtà, egli comincia con l’attaccare una delle due fazioni, ma non vuole con questo accettare la posizione del suo avversario. Grazie alla sua archeologica capacità di argomentare, si squaderna una terza opzione, che non è paragonabile alla sintesi tra due idee opposte della dialettica hegeliana: è altro a livello di qualità, è uno sviluppo inaspettato. È l’apertura di un nuovo spazio. In “*Matière et mémoire*”, Bergson prende posizione “insieme contro i monisti e gli spiritualisti volgari, contro realisti e idealisti, contro materialisti e spiritualisti, nominalisti e concettualisti, empiristi e dogmatici” (Mathieu, 1971, p. 17). Il fatto di partire da un *due* permette a Bergson di mostrare che, alla fin fine, non c’è una reale contrapposizione tra i due contendenti, ma che entrambi derivano dallo stesso presupposto.

### 1.3. L’abbandono del positivismo

Nella prefazione alla settima edizione di “*Materia e Memoria*”, Bergson afferma:

“Questo libro afferma la realtà dello spirito, la realtà della materia e tenta di determinare il rapporto tra l’uno e l’altra attraverso un esempio preciso, quello della memoria. È dunque nettamente dualista. Ma, d’altra parte, considera in modo tale il corpo e lo spirito che spera di attenuare di molto, se non di eliminare, le difficoltà teoriche che il dualismo ha sempre sollevato” (1996 [1886], p.5).

Obiettivo di Bergson è, dunque, quello di superare l’ottica dualista con la quale solitamente si intendono anima e corpo. L’esistenza e la conciliazione tra anima e corpo sono problemi antichi quanto la filosofia stessa. Varie tradizioni di pensiero, sempre in

contrapposizione tra loro, hanno tentato di risolvere la questione. In epoca moderna, è Cartesio a farsi avanti: nelle “Meditazioni Metafisiche”, dopo essersi riconosciuto esistente in quanto cogito, egli afferma:

“E per quanto forse io abbia un corpo, che è a me unito molto strettamente, poiché però da un lato ho un’idea chiara e distinta di me stesso, in quanto sono soltanto una cosa pensante, non estesa, e dall’altro lato ho un’idea distinta del corpo, in quanto è soltanto una cosa estesa e non pensante, è certo che io sia effettivamente distinto dal mio corpo, e che possa esistere senza di esso” (2007 [1641], p.269).

Queste parole sanciscono l’esistenza indubitabile e contemporaneamente la differenza insanabile tra *res cogitans*, ossia l’anima, e *res extensa*, ossia il corpo. Il filosofo descrive queste due sostanze per opposizione: all’anima compete la conoscenza della verità, al corpo competono le sensazioni; l’anima è inestensiva, sostanza pensante che vuole, che sente e che intende (ivi), il corpo invece è una macchina, estesa e sottoposta alle leggi della natura. Successivamente, Cartesio arrivò ad affermare che anima e corpo si troverebbero intimamente in contatto tra di loro, saldate insieme in un organo particolare: la ghiandola pineale. Dalle conclusioni di Cartesio, risulta che anima e corpo indubbiamente esistono, che indubbiamente collaborano, ma anche che indubbiamente sono incommensurabili. Bergson dissente proprio questo punto: l’indimostrabilità dell’unione di mente e corpo deriva dal metodo che Cartesio ha usato, ossia il metodo dell’analisi, proprio del razionalismo. Analizzare significa scomporre un tutto in diverse parti, prevalentemente a scopo di studio. Bergson, al contrario, non intende scomporre, bensì innestare: corpo e anima, materia e memoria sono due poli di un continuum solo idealmente raggiungibili. L’immagine della polarità è la più vicina al concetto della dualità bergsoniana: due poli opposti da una forza, che lavorano e creano una tensione. Comunque, siccome Cartesio

non è riuscito a dimostrare l'unione tra corpo e mente con il metodo dell'analisi, Bergson propone un nuovo metodo, qualitativo e non più quantitativo: il metodo della durata.

Bergson era stato, in gioventù, attirato dalla filosofia spenceriana, che prometteva di estendere a tutti i campi del sapere la certezza scientifica (Mathieu, 1971). Infatti, durante gli studi liceali, si era distinto per la sua passione nei confronti delle scienze, ed era stato attirato dalle promesse del positivismo. Tuttavia, lo stesso Bergson scrive nel 1934 di essersi reso conto con sorpresa che “il Tempo reale sfugge alle matematiche” (p.2)<sup>3</sup>. La realtà del tempo è indubitabile: è un fatto che si presenta immediatamente alla coscienza. Sebbene la meccanica spieghi alcuni movimenti che noi riconduciamo al susseguirsi del tempo, l'intervallo di tempo come tale sfugge ai suoi criteri esplicativi. Immaginiamo un orologio che ticchetta incessante il passare dei secondi, oppure una catena i cui anelli si susseguono ma senza penetrarsi: stiamo parlando del tempo usuale, ordinato e preciso, spazializzato e misurabile. Esso è costituito da una sequenza di momenti sempre uguali, è un tempo che non parla di chi lo vive, ma che imbriglia le vite di tutti. Questo è il “tempo” della fisica, una relazione spaziale, una *posizione*, ad esempio delle lancette sul quadrante. Immaginiamo invece di dover stabilire le tempistiche precise di un sentimento, di un ricordo, di una sfumatura. Oppure: immaginiamo di dover trascorrere un'ora in compagnia della persona che amiamo o un'ora impegnati a studiare la materia che meno ci piace. Il tempo trascorso è matematicamente lo stesso: sessanta minuti; ma senza dubbio il tempo vissuto è incredibilmente diverso. Quest'ultimo, infatti, non potrebbe essere accelerato né rallentato a piacimento, altrimenti la nostra coscienza ne risulterebbe alterata. Sono state proprio queste considerazioni a indurre Bergson ad abbandonare

---

<sup>3</sup> Come citato da Mathieu, op. cit.

definitivamente il positivismo, il quale perseguiva il suo ideale conoscitivo cercando di modellare tutto il sapere sul modello scientifico, dimenticandosi che esiste tutto un ordine della realtà che sfugge, per sua natura, ad una conoscenza di tipo matematico. Si tratta dell'ordine della realtà che dura nel tempo, la nostra coscienza in particolare e, infatti, “uno dei caratteri essenziali dello spirito è quello di non essere suscettibile di misurazione” (Bergson, 1991 [1907], p.54). A partire da queste intuizioni, Bergson mette da parte la quantità, concetto su cui si basa qualsiasi interpretazione matematica del reale, e assume la qualità.

#### 1.4. Durata e qualità

Nel “Saggio sui dati immediati della coscienza”, sempre con la sua usuale forma argomentativa – due principi puri, opposti, si fondono dando luogo ad un oggetto inedito – il filosofo contrappone prima quantità e qualità, poi spazio e durata. Mentre quantità e spazio caratterizzano gli oggetti propri delle scienze matematiche, qualità e durata sono caratteristici di tutto ciò che non è matematizzabile: la coscienza, il vissuto interiore. Ove il carattere essenziale dello spazio è l'esteriorità reciproca degli elementi che lo compongono, per cui ogni ente che occupa un determinato spazio si differenzia dagli altri enti proprio perché occupa una posizione sua e diversa dalle altre, la durata rappresenta la “non-esteriorità, il compenetrarsi reciproco di un elemento con l'altro” (Mathieu, 1971, p.48). La durata, come la intende Bergson, è proprio il “modo d'essere della coscienza, spogliato di ogni sovrastruttura intellettuale: la coscienza *dura* nel senso che è continuamente in divenire” (ivi). Egli la paragona al ricordo delle note di una melodia, che sono “mille elementi diversi che si fondono, si compenetrano senza contorni precisi” (Bergson,

1934, p.98)<sup>4</sup>. Nella durata passato, presente e futuro non sono momenti che è possibile disporre lungo una linea, ma si compenetrano tra loro, rosicchiano l'uno il territorio dell'altro, sono un tutt'uno. Proprio per questo, la coscienza è un mutamento incessante, una corrente continua e ininterrotta che fluisce senza tregua. Durare significa, nel linguaggio bergsoniano, modificarsi senza posa. Del resto, egli ci dice che gli stati di coscienza più profondi sono qualità pura: non hanno alcun rapporto con la quantità e si succedono senza distinguersi (Mathieu, 1971). Dunque, la durata non è la somma di una molteplicità di fatti psicologici: essa è un tutto inscindibile e le sue parti vorticano all'interno di una continuità. Non è possibile coglierle separatamente, se non compiendo la stessa operazione di chi esamina fotogramma per fotogramma una pellicola cinematografica. Ma, così come in un film le diverse immagini scorrono fluidamente e non sono distinguibili l'una dall'altra, allo stesso modo per cogliere la vera durata bisogna che ci sia continuità, ossia compenetrazione tra passato, presente e futuro. Se vogliamo cogliere il vissuto di coscienza in quanto tale, è necessario considerarlo come un tutt'uno fluido e *in fieri*.

Proprio nel "Saggio", Bergson aveva dimostrato come l'intera disputa tra idealismo e materialismo fosse derivata dal tentativo di intendere la vita della coscienza, che è movimento e durata, con schemi desunti dalla materia, che è estensione e immobilità. Non è possibile ridurre la durata della coscienza al tempo omogeneo di cui parla la scienza, costituito da istanti identici che si susseguono. Né è possibile parlare degli stati di coscienza con i riferimenti spaziali e geometrici propri degli oggetti della natura, che si separano e si escludono l'uno dall'altro. Gli stati di coscienza vorticano, mischiati tra di loro come se fossero gocce d'acqua in un fiume che continuamente scorre: non è

---

<sup>4</sup> Come citato da Mathieu, op. cit.

possibile comprendere dove ne cominci una e ne finisca un'altra. Caratteristico del tempo della coscienza è il mutamento, non una successione regolare di istanti omogenei. Uno degli errori propri anche della psicologia del tempo, secondo Bergson, è stato proprio quello di costringere ciò che non ha forma, ossia la durata reale, nelle maglie di un tempo spazializzato, geometrico e concettuale. Tuttavia, anche il filosofo nota che se descriviamo la durata utilizzando questi termini:

“un susseguirsi di fatti di coscienza che si organizzano tra loro, si compenetrano, in modo che potrebbero dare, ad un io che ignorasse lo spazio, il senso della pura durata: ma già adoperando la parola più, o parecchi abbiamo isolati quegli stati gli uni dagli altri, li abbiamo resi l'uno esterno all'altro, li abbiamo giustapposti, in una parola: sicché con l'espressione stessa a cui eravamo costretti a ricorrere tradivamo l'abitudine profondamente radicata di sviluppare il tempo in spazio” (Bergson, 1889, p.91)<sup>5</sup>.

Dunque, proprio nel descrivere la durata, l'abbiamo involontariamente spazializzata. Questo accade perché il nostro linguaggio è, in un certo senso, limitato: non ci permette di esprimerci se non attraverso lo spazio. Eppure, se noi provassimo ad eliminare qualsiasi riferimento spaziale dalla definizione di durata, la stessa verrebbe meno: se la concepissimo come un variare incessante di istanti che si susseguono, dovremmo poter identificare ciò che differenzia due momenti, altrimenti non potremmo nemmeno renderci conto che uno di essi è passato. Il fatto stesso che un momento non è l'altro ci obbliga a pensare che sia esterno all'altro. Un'altra definizione che causa problema riguarda il carattere di arricchimento continuo della durata, per cui essa cresce e si ingrossa come una palla di neve che rotola giù da una collina (Bergson, 1991 [1907]) ossia, nella durata ogni momento presente viene assunto e inglobato in quelli passati. Però, mentre l'ingrossarsi

---

<sup>5</sup> Come citato da Mathieu, op. cit.

della palla di neve è un aumento quantitativo, l'arricchirsi della durata, la quale è qualità pura, deve essere un progredire puramente qualitativo. Come possiamo concepire un arricchimento puramente qualitativo? Possiamo pensare allo svilupparsi di una sinfonia: ogni strumento suona le proprie note, che sono scomponibili e riconoscibili prese singolarmente, ma la sinfonia non può essere considerata semplicemente come la somma di tutte le note. Essa è altro, è un'unione, è qualità, non quantità. La nostra cultura ci ha abituati a pensare prevalentemente tramite quantità e spazio e se anche riuscissimo ad immaginare un mutamento puramente qualitativo, non potremmo esprimerlo compiutamente a parole.

Dunque, abbiamo detto che, teoricamente, la durata non ha nulla a che fare con lo spazio, poiché essa è pura qualità. Eppure, se così fosse veramente, essa sarebbe pura immanenza. Ma, come abbiamo già notato, Bergson non si limita opporre due elementi isolandoli, per cui rileva un "passaggio continuo e reale tra il modo d'essere della coscienza, ossia della durata, e quello delle cose, ossia lo spazio" (Mathieu, 1971, p.68). Ciò significa che ci sono modi differenti della vita mentale, i quali sono posti lungo un continuum. Ad una estremità vi sono gli strati più superficiali, contaminati dalle regole spaziali. L'io più superficiale "è un io la cui esistenza ha momenti distinti, i cui stati si staccano gli uni dagli altri, e si lasciano esprimere senza difficoltà in parole" (Bergson, 1889, p.103)<sup>6</sup>. In questo senso, il termine superficiale non va inteso come banale o semplice, bensì in opposizione al termine profondo; quindi, potremmo dire che si tratta di attività epidermiche, più vicine all'esterno. All'estremità opposta del continuum, negli strati più profondi dell'io, invece, non c'è spazio: tutti i pensieri si compenetrano e vi trova espressione la durata nella sua forma più pura. Infatti, laggiù non è possibile stabilire nessi causa

---

<sup>6</sup> Come citato da Mathieu, op. cit.

effetto, o di ordine temporale, oppure che l'Io sia indotto ad agire a causa di un certo sentimento, poiché questo presupporrebbe che sentimenti, ed emozioni fossero cose distinte, e invece fanno pare di un tutt'uno. Dunque, la durata si svolge a ritmi differenti: distendendosi, la durata si avvicina al modo d'essere delle cose materiali, concentrandosi, a quelle dello spirito (Bergson, 1996 [1896]). Il susseguirsi di stati di tensione e rilassamento della durata misura il grado di attenzione alla vita della coscienza. Sostanzialmente, essendo impossibile a Bergson negare in maniera assoluta la spazialità all'interno della nostra vita mentale, egli stabilisce l'esistenza di un continuum di modi d'essere: ai due poli pone il modo d'essere della spazialità e la sua assoluta negazione. Gli strati più superficiali del nostro spirito si avvicinano all'esteriorità, mentre quelli più profondi vi sfuggono e la negano completamente. Chiunque tentasse di descrivere la vita mentale in maniera differente, non ne darebbe altro che un'imitazione intellettuale, "artificiale" (Bergson, 2019, p.327). La dottrina della contrazione della durata ha sapore rivoluzionario: per la prima volta in filosofia si parla dell'esistenza di modi differenti di vita mentale.

## 1.5. Materia e Memoria

### *1.5.1. Immagine*

Con "Materia e Memoria", Bergson propone una rilettura del problema dell'unione tra mente e corpo. Innanzitutto, egli intende di garantire l'eccedenza della coscienza rispetto alla struttura fisiologica che la rende possibile: il cervello. Come ci riesce? Introducendo il concetto di immagine:

“Per noi la materia è un insieme di immagini. E con immagine intendiamo una certa esistenza che è più di ciò che l'idealista chiama una rappresentazione, ma meno di ciò

che il realista chiama una cosa, -un'esistenza situata a metà strada tra la cosa e la rappresentazione.” (Bergson, 1996 [1896], p.5)

Bergson intende parlare di materia a partire dalla concezione di senso comune. Critica, dunque, gli idealisti, rifiutando il presupposto che la rappresentazione debba essere per forza rappresentazione di qualcosa, ma anche i realisti, che tentano di spiegare come nascano le rappresentazioni. Tutto è immagine: il mondo, i suoi oggetti, noi stessi. Anche il nostro cervello è un'immagine, pertanto non può essere la sede della creazione delle rappresentazioni. Le immagini non si trovano l'una accanto all'altra, statiche: esse agiscono e reagiscono sulle altre, secondo delle leggi costanti, che chiamiamo leggi di natura. Quando noi pensiamo ad un'immagine, la pensiamo come un oggetto, qualcosa di statico e passivo. Le immagini di Bergson, invece, “sono atti, piuttosto che oggetti” (Mathieu, 1971, p.83). Il mondo è, dunque, una serie di immagini che sono in costante azione e reazione l'una rispetto all'altra.

“Tra la moltitudine di immagini, ce n'è una che risalta su tutte le altre per il fatto che non la conosco soltanto dall'esterno, ma anche dall'interno: è il mio corpo” (Bergson, 1996 [1896], p.11). Le immagini esterne influiscono sul mio corpo, gli trasmettono del movimento. A sua volta il corpo influisce sulle immagini esterne, restituendogli del movimento. Il corpo è, dunque, un'immagine che agisce come le altre immagini, con l'unica differenza che esso sembra scegliere quale azione compiere. In generale, un'immagine qualunque influenza le altre immagini in modo determinato, calcolabile in base alle leggi di natura. Ad esempio, se afferriamo una matita, alziamo il braccio e poi apriamo la mano, essa cadrà a terra a causa di una legge naturale: la forza di gravità. Siccome la matita non deve e non può scegliere, l'azione necessaria, ossia la caduta, si compirà da sola quando sarà giunta la sua ora. Al contrario, la funzione del nostro corpo è di decidersi tra diverse

azioni possibili: la sua specificità consiste nel poter scegliere cosa ricevere e cosa restituire. In questo senso, il corpo è un centro d'azione. Per poter scegliere, il corpo si avvale della memoria: non esiste percezione che non sia impregnata di ricordi, anzi ogni percezione è in realtà un amalgama di passato e presente, un'evocazione, una risonanza. La memoria rappresenta il principale apporto della coscienza individuale alla percezione, nonché la condizione di possibilità di ogni percezione nascente: se non avessimo memoria, infatti, il nostro corpo non saprebbe scegliere come agire.

### *1.5.2. Memoria*

Il ricordo è proprio il punto di intersezione tra spirito e materia, sa unire sostanze che sembravano essere inconciliabili. Come va concepita, dunque, la memoria? Innanzitutto, ci dice Bergson, “una coscienza che sempre finisce e ricomincia, è incoscienza” (ivi, p.130). Per far *durare* la coscienza è necessario che, da un lato, essa conservi nel tempo, ma anche che al suo interno essa sia in continuo mutamento. Questa apparente contraddizione viene risolta se ripensiamo al fatto che la nostra vita mentale si svolge a ritmi differenti: alcuni più vicini all'esterno, alla spazialità, e altre più intimi, pura qualità. Bergson individua due tipi di memoria: la memoria del corpo, che si forma nei meccanismi motori, e la memoria pura, che è rappresentata dai ricordi puri di un determinato evento. Delle due memorie, la memoria pura registra sotto forma di “ricordo-immagine” tutto ciò che ci succede. Senza secondi fini di utilità o di applicazione pratica, immagazzina i ricordi soltanto per effetto di una necessità naturale. Per essa diventa possibile riconoscimento di una percezione già provata; in essa ci rifugiamo tutte le volte che risaliamo il pendio della nostra vita passata alla ricerca di un ricordo. La memoria-pura ha anche un'altra funzione, oltre alla conservazione integrale del passato: non solo inerisce

frammenti di passato nel presente; ma contrae anche in un'unica intuizione diversi momenti della durata. In tal modo, i ricordi "divengono un unico stato di coscienza, subendo una profonda trasformazione qualitativa" (Mathieu, 1971, p. 117). La teoria della contrazione della durata ci permette di spiegare da cosa dipendano i differenti toni di vita mentale di cui abbiamo parlato in precedenza: dalla maggiore o minore contrazione della durata. Non si tratta di una somma, perché la durata non rimane quel che era, ma si trasformando vita ad una serie di strati diversi, alcuni più tesi e altri meno tesi. L'unione concreta di questi diversi livelli di durata è, senza dubbio, il nostro spirito.

La memoria del corpo, invece, non raffigura il passato, ma lo mette in atto sotto forma di meccanismi motori, prolungandone l'effetto nel momento presente. Dunque, per il tramite corporeo è possibile attualizzare un ricordo: si rende così evidente il legame tra corpo e mente. Tale nodo si stringe ulteriormente quando Bergson afferma che è proprio il corpo, in virtù delle necessità del momento presente, a selezionare il ricordo più utile per la scelta che deve compiere. Per principio, infatti, il presente spiazza il passato. Tuttavia, con il termine "presente" non bisogna intendere un momento posizionato sulla linea temporale, preceduto dal passato e seguito dal futuro: per Bergson il presente sconfinava contemporaneamente sul passato e sul futuro. Sul passato, perché il momento in cui parlo è già lontano da me; sul futuro perché è al futuro che questo movimento è rivolto. Ogni istante presente è già passato e ogni istante futuro è già presente. Bisogna dunque, che lo stato psicologico che chiamo il mio presente sia contemporaneamente una percezione dell'immediato passato e una determinazione dell'immediato futuro. Tuttavia, tra passato e presente c'è una differenza, secondo Bergson: il passato è essenzialmente impotente, mentre l'essenza del presente è l'agire. Come abbiamo detto, infatti, è soltanto tramite il corpo - centro d'azione - che è possibile rievocare e attualizzare un ricordo, il quale nel

suo stato puro rimane impotente. Il presente chiama il passato: se quest'ultimo non risulta utile, non viene evocato.

*1.5.2.1. "... e tutti insieme corrono alla porta che si è socchiusa"*

Il passato ha un'influenza decisiva sul momento attuale e, infatti: "la nostra vita psicologica passata, tutta intera, condiziona il nostro stato presente, senza determinarlo in modo necessario" (Bergson, 1996 [1896], p.125). A questo punto, ci si potrebbe chiedere: tutti i ricordi del passato che non vengono illuminati dalla coscienza del momento presente, spariscono? Cessano di esistere? O si conservano da qualche parte, in attesa di essere evocati? Si tratta di questioni fallaci, che ci portano fuori strada. Infatti, non ci si chiede "dove esiste il mondo?", perché non si ha difficoltà ad ammettere che il mondo esiste; eppure, ci si chiede invece dove si conservino i ricordi. Per Bergson, questa domanda deriva dalla "ossessione delle immagini tratte dallo spazio" (ibidem): il ricordo deve essere per forza *in* qualcosa. Egli risponderà alla domanda "dove si conservano i ricordi?" soltanto per esigenza ingenua di senso comune, e risponde che essi si trovano nello spirito. Una tale vaghezza, solo apparente, deriva dal fatto che non c'è fatto più immediato, per l'uomo di senso comune, che il ricordo è dentro di sé. Bergson afferma inoltre che:

"in campo psicologico, coscienza non sarebbe sinonimo di esistenza, ma soltanto di azione reale e di efficacia immediata, e trovandosi così limitata l'estensione di questo termine, si farebbe meno fatica a raffigurarsi uno stato psicologico inconscio, cioè insomma, impotente" (ivi, p. 120).

Dunque, se la coscienza è azione, ossia è *ciò che si fa* nel presente, l'inconscio è passato, ossia ciò che è impotente. Tuttavia, l'incoscienza dei ricordi esiste di fatto e non di

diritto. Infatti, è soltanto grazie all'attività inibitrice della memoria che la totalità dei nostri ricordi non si riversa verso la luce della coscienza, dunque che essi rimangono incoscienti. Bergson propone a tale proposito un'immagine molto suggestiva, paragonando i ricordi quasi a delle anime defunte sulla porta dell'Ade, che “si levano, si agitano, eseguono, nella notte dell'inconscio, un'immensa danza macabra. E, tutti insieme, corrono alla porta che si è socchiusa” (Bergson, 1919, p. 95-96)<sup>7</sup>. Questo accade perché la memoria, cerca costantemente di inserire nella percezione presente il maggior numero possibile di ricordi del passato. Ma allora, l'impotenza o incoscienza del ricordo-puro non può che derivare dal fatto che la totalità dei nostri ricordi non potrà mai arrivare alla luce della coscienza. Infatti, il criterio di scelta dei ricordi è quello dell'utilità: soltanto i ricordi più utili all'azione del momento presente vengono evocati. Per cui,

“i nostri ricordi, in quanto passati, sono altrettanti pesi morti che trasciniamo con noi e di cui preferiamo fingere di esserci sbarazzati. Lo stesso istinto, in virtù del quale apriamo indefinitamente davanti a noi lo spazio, fa sì che chiudiamo dietro di noi il tempo via via che scorre” (Bergson, 1996 [1896], p.122).

Secondo Bergson, così come noi non possiamo percepire la totalità delle immagini presenti nel mondo, eppure non dubitiamo che esistano, così non possiamo percepire la totalità dei ricordi presenti nel nostro inconscio, e dunque non dovremmo dubitare che esistano. Il lavoro della memoria è incessante, poiché se ci si pensa il presente consiste, in gran parte, nel passato immediato. Ogni istante sguscia via immediatamente e infatti: “per quanto istantanea, la nostra percezione consiste in un'incalcolabile moltitudine di elementi ricordati e, a dire il vero, ogni percezione è già memoria.” (Bergson, 1889-1896, p. 257).

---

<sup>7</sup> Come citato da V. Mathieu, op. cit.

“Noi percepiamo, praticamente, soltanto il passato, essendo il puro presente l’inafferrabile progresso del passato che rode il futuro. La coscienza, dal canto suo, illumina in ogni momento con il suo bagliore questa immediata parte del passato che, proteso sul futuro, lavora per realizzarlo e per annetterlo... È in questa parte della nostra storia che restiamo collocati in virtù della legge fondamentale della vita, che è una legge d’azione: da qui la difficoltà che proviamo nel concepire dei ricordi che si conserverebbero nell’ombra.” (ivi, p.127).

La nostra difficoltà ad ammettere l’integrale sopravvivenza del passato dipende, dunque, dall’orientamento della nostra vita psicologica a guardare verso il futuro. Proprio per questo motivo nella nostra vita interiore ci sembra reale solo ciò che è presente; il resto sembra impotente. E “allora, quando un ricordo ricompare alla coscienza ci fa l’effetto di un redivivo del quale bisognerebbe spiegare la misteriosa apparizione attraverso cause speciali” (ivi, p. 123). In realtà, in ogni momento, noi ci portiamo dietro tutta la nostra vita passata, come un bagaglio pesante di cui non ci si può sbarazzare. Bergson ci dice anche di più:

“il nostro carattere, sempre presente in tutte le nostre decisioni, è proprio la sintesi attuale di tutti i nostri stati passati. Sotto questa forma condensata, la nostra antecedente vita psicologica esiste per noi anche di più del mondo esterno, di cui percepiamo sempre e soltanto una piccolissima parte, mentre al contrario utilizziamo la totalità della nostra esperienza vissuta” (ibidem).

#### *1.5.2.2. Inconscio: tra Bergson e Freud*

A questo punto vorrei introdurre una breve riflessione circa il tema dell’inconscio, attraverso un confronto tra Bergson e Freud. Sappiamo che Bergson non ignorava

l'esistenza della psicoanalisi - probabilmente aveva anche letto qualcuna delle opere freudiane – e, pertanto, la sua lettura sul tema potrebbe aprire ad una nuova ermeneutica dell'inconscio. Innanzitutto, possiamo dire che Freud si avvicina allo studio della psiche umana con intento scientifico e di ricerca. Egli, infatti, aveva una formazione medica e psichiatrica. Bergson, al contrario, adotta un metodo che si confà maggiormente ad un filosofo. Freud aveva utilizzato dapprima il termine inconscio in modo descrittivo, includendovi ciò che rimane temporaneamente latente. Successivamente “la concezione dinamica del processo di rimozione rese tuttavia necessario conferire all'inconscio un significato sistematico, per modo che l'inconscio fu equiparato col rimosso” (Freud, 2000, p. 467). Più precisamente, pur non essendo l'inconscio costituito esclusivamente da contenuti rimossi, ogni contenuto rimosso è inconscio. E tutto ciò che viene rimosso dalle difese dell'Io si trova nell'*Es*. L'*Es* diventa, dunque, “il grande serbatoio della libido” (ivi, p.493). Il termine *Es*, pronome neutro di lingua tedesca, designa una forza estranea, che si contrappone all'Io in cui la persona si riconosce, evocando in un certo senso il carattere impersonale dei bisogni pulsionali. Si tratta di una forza impersonale perché quando i suoi emissari giungono alla coscienza, non vengono riconosciuti, appaiono come non-proprie. Per questo, per farsi notare hanno bisogno di tramutarsi in sintomo. Bergson invece ritiene che ciò di cui al momento non siamo consapevoli non sia stato dimenticato, né tantomeno rimosso e gettato nell'inconscio. Semplicemente, non ci è utile, per ora: la nostra coscienza, infatti, “accetta in ogni istante l'utile e respinge momentaneamente il superfluo. Sempre tesa verso l'azione, essa può materializzare, delle nostre vecchie percezioni, soltanto quelle che si organizzano con la percezione presente per concorrere alla decisione finale” (Bergson, 1996 [1896], p.124). Inoltre, ciò che viene definito inconscio nel linguaggio bergsoniano rimanda a ciò che è conservato integralmente nella memoria: ossia

la totalità dei nostri ricordi. Non ha a che fare con ciò che rinneghiamo – o rimuoviamo - in quanto malvagio, perverso o imbarazzante; o meglio, ha a che fare con questi elementi della nostra vita - se ve ne sono stati - ma non soltanto. In ogni azione che compiamo ci siamo noi, totalmente, sempre. Inoltre, l'*Es* è ostracizzato dalle altre componenti dell'apparato psichico, le quali vogliono impedirne l'affioramento alla coscienza. Questo perché, mentre l'*Es* risponde esclusivamente al principio di piacere, l'*Io* risponde al principio di realtà. Si sottintende, dunque, che una persona che vivesse esclusivamente nel dominio dell'*Es* sarebbe ingestibile, una furia, volta all'appagamento di un piacere immediato e animalesco. Comunque, la lotta di per sé sarebbe impari – Io, Super-Io e società tutti uniti contro l'*Es* – e perciò il risultato praticamente certo: la sua inibizione. Se non fosse che esso non si arrende mai, è un subdolo avversario che conosce vari sotterfugi per riuscire a scaricare le proprie energie tramite una serie di pulsioni libidiche. Ciò che è inconscio in Bergson, invece, non è rinchiuso nelle profondità della psiche, ma ogni tanto qualche parte di esso – quella più utile – viene richiamata in superficie e attualizzata per il tramite corporeo. In un certo senso, dunque il suo carceriere è più magnanimo. Anche se tra la coscienza del momento presente e l'inconscio latente si tiene veramente una lotta impari: ciò che non viene richiamato alla coscienza non ha alcuna possibilità di sfuggire al carcere della latenza. Inoltre, ciò che è inconscio in Bergson non viene descritto in termini valoriali negativi, né si dice essere il contenitore di elementi prevalentemente perversi e dannosi per la sopravvivenza dell'*Io*.

#### 1.6. Percezione e affezione

Sarà ora utile introdurre brevemente il concetto di percezione bergsoniana, alla quale collegheremo poi il tema dell'affezione. La percezione è, per Bergson, l'azione

possibile del corpo sulle immagini (ivi). Abbiamo detto che ciò che caratterizza tale azione è la scelta, ossia l'eliminazione di ciò che non riguarda i nostri bisogni. Dunque, percepire coscientemente significa scegliere. In questo senso, Bergson si distacca da una certa tradizione filosofica che definisce la percezione come una fotografia della realtà. In realtà, essa non è altro che la misura della possibile azione che il corpo può esercitare su una determinata immagine. Infatti, notiamo che la forma, il colore e persino la dimensione degli oggetti si modificano a seconda che il corpo si avvicini o si allontani da loro - basta pensare alla regola della prospettiva.

La possibilità di ogni azione è, dunque, determinata dalla maggiore o minore lontananza dall'oggetto, così che lo spazio misura la prossimità di una minaccia e fornisce lo schema del prossimo futuro. E, siccome questo futuro deve scorrere indefinitamente, lo spazio che lo simboleggia ha come proprietà di restare, nella sua immobilità, indefinitamente aperto. In questa vastità l'unica regola è l'indeterminazione: siccome immenso è lo spazio attraverso cui il nostro corpo può spostarsi, indefinite saranno le nostre possibilità di scelta. E viceversa, indefinite saranno anche le possibilità di azione delle cose su di noi. Non solo: più grande è la potenza di azione del corpo e maggiore è il campo che la percezione abbraccia. Ma tanto più si riduce la distanza tra un oggetto e il nostro corpo, tanto più il pericolo diventa urgente. Del resto, afferma Bergson "la nostra rappresentazione delle cose nascerebbe proprio dal fatto che esse vengono a riflettersi contro la nostra libertà" (ivi, p.29).

Può accadere, infatti, mentre ci muoviamo tra altre immagini, che il contatto con una di esse ci provochi dolore. Immaginiamo, ad esempio, di camminare senza guardare dove stiamo andando e che di fronte a noi si trovi un albero. Se continuiamo a camminare senza accorgerci dell'ostacolo, la distanza tra noi e l'albero diminuirà, fino a che le nostre

“immagini” si scontreranno. E, presumibilmente, proveremo dolore. Secondo Bergson, “non c’è quasi nessuna percezione che non possa, per un accrescimento dell’azione del suo oggetto sul nostro corpo, diventare affezione e, più particolarmente, dolore” (ivi, p.42). Per chiarire meglio questo concetto, Bergson fa l’esempio dello spillo: immaginiamo di appoggiare la punta di uno spillo su un dito: maggiore sarà la pressione esercitata dallo spillo sulla carne, maggiore sarà il dolore da noi provato. A tale proposito, solitamente il dolore viene descritto con un’equazione i cui termini sono quantitativi: maggiore è la forza o la pressione esercitata su un determinato corpo, maggiore sarà la sofferenza provata. Tuttavia, il dolore non è dicibile. Nella nostra lingua disponiamo di tanti aggettivi per descriverlo: pulsante, intermittente, sordo, lancinante, insopportabile, ecc. Eppure, quando patiamo un dolore fisico, qualsiasi aggettivo risulta inadeguato, non può spiegare completamente all’altro cosa stiamo provando. E ciò vale ancora di più per la sofferenza psichica, che è persino meno tangibile di quella fisica. Per cui, se perlomeno possiamo vedere che una persona si è “fatta male”, non possiamo sicuramente vedere che una persona è “triste” o “depressa”. Né ella ci può descrivere *quanto* è depressa o triste. Il dolore è un’esperienza strettamente solitaria e personale, a ben vedere. In questo senso, lo si può paragonare alla durata: così come la nostra coscienza dura in una modalità che sfugge alle definizioni concettuali, così la sofferenza provata sfugge alla parola e al tentativo di misurazione. Certo, è sempre possibile chiedere ad una donna quanto sta soffrendo, ad esempio su una scala da 1 a 10, la morte del marito. Ma bisogna essere consapevoli che il numero che tal persona ci indicherà sarà un’approssimazione artificiale: si sta cercando di misurare qualcosa che non appartiene al campo della misurabilità. Perfino Cartesio, nelle Meditazioni Metafisiche scrive:

“cosa può esserci di più interiore del dolore? Eppure, ho sentito talora da coloro, ai quali era stata recisa una gamba o un braccio, che sembrava loro quale volta di sentire ancora dolore in quella parte del corpo della quale erano privi; pertanto, anche in me non sembrava che fosse del tutto certo che mi facesse male una delle membra, per quanto fosse lì che sentivo dolore” (Descartes, 2007 [1641], p. 265).

Bergson, dal canto suo, afferma che “se la percezione misura il potere riflettente del corpo, l’affezione ne misura il potere assorbente” (Bergson, 1996 [1896], p.45). Secondo il filosofo, il dolore si sviluppa quando, al posto che accogliere, si respinge l’eccitazione proveniente dalle immagini esterne. “Accogliere” e “respingere” sono azioni. Dunque, Bergson riesce ad attribuire al corpo un ruolo attivo persino nella percezione del dolore.

## 1.7. Contributi bergsoniani alla psicologia

### *1.7.1. Riscoperta della qualità*

Obiettivo di questo paragrafo è la possibilità di un nuovo sguardo. La filosofia, che sovente si ritiene non avere utili applicazioni pratiche, soprattutto nella possibilità di trattamento di persone che soffrono, può invece avvicinarci alla comprensione di quella sofferenza in maniera più profonda. In particolare, Bergson è di grande ispirazione per lo sviluppo di un pensiero alternativo circa il tema della qualità in quanto dimensione fondamentale della vita mentale. Chi svolge professioni di cura, come quella di psicologo, sa che giungerà a incontrare l’Altro in un momento di sofferenza. La sofferenza psichica è, invero, di uno dei nodi più fragili, intimi e sibillini dell’animo umano. E se è difficile, a volte, spiegare a parole il dolore, ancora più difficile è comprendere a pieno e prendersi cura della sofferenza dell’altro. Proprio per questo la formazione di uno psicoterapeuta è

lunga e tortuosa: il dolore psichico non si esprime in forme riconoscibili a priori, né tantomeno si può misurare precisamente. Perciò se, da un lato, è utile e inevitabile avvicinarsi alla sofferenza del paziente utilizzando metodi quantitativi, senza i quali non avremmo alcun appiglio metodologico o funzionale, dall'altro ritengo sia necessario, per non snaturare l'esperienza dell'Altro, mantenere sempre uno sguardo sulla dimensione della qualità. Infatti, dice Bergson, esistono toni differenti della vita mentale: i più profondi raggiungono le caratteristiche della pura durata e dunque sfuggono alle regole spaziali; i più superficiali, al contrario, ne sono sempre più contaminati. Oltre a ciò, sappiamo che “uno dei caratteri essenziali dello spirito è quello di non essere suscettibile di misurazione” (Bergson, 1991 [1907], p.54). Ritengo in questo senso che un'esperienza così intima e privata come quella del dolore non possa essere compresa esclusivamente sul piano “superficiale” - termine che va inteso in senso bergsoniano come vicino all'esterno e alle dimensioni della spazialità. Altrimenti, ci perderemmo una preziosa parte di ciò che caratterizza l'esperienza umana. Va considerato, in ogni caso, che Bergson, vissuto più di un secolo fa, sicuramente non conosceva la psicologia per come la conosciamo noi oggi e, dunque, le sue riflessioni in merito devono essere debitamente contestualizzate. Tuttavia, le sue analisi sulla qualità e sulla durata sono di utilità inequivocabilmente attuale. Inoltre, nonostante i progressi indiscussi compiuti dalla disciplina psicologica, l'intento con cui riprendo la nozione di qualità è di ribadire l'eccedenza della persona, e in particolare dell'esperienza di sofferenza della persona, rispetto alle categorie quantitative con le quali la si studia. Così facendo ovviamente, non voglio sancire l'esistenza di un enigma irrisolvibile o dichiarare impossibile la comprensione dell'altro, bensì ricordare che esistono altri modi, che la comprensione non può avvenire senza tenere conto dell'eccedenza del nostro “spirito” inteso *à la* Bergson.

Per tenere debitamente conto della dimensione qualitativa quando ci si trova di fronte ad un paziente è necessario non fermarsi alla diagnosi, che possiamo porre esclusivamente facendo riferimento a criteri quantitativi, bensì andare oltre e guardare alla persona nella sua totalità. Questo discorso si può applicare a qualsiasi diagnosi e di conseguenza a qualsiasi paziente ci si trovi di fronte. Non potendo analizzare tutti i quadri diagnostici apponibili, prenderò ad esempio il “Disturbo da lutto complicato” (Prigerson, Boelen, Xu, Smith & Maciejewski, 2021) che verrà introdotto nella nuova edizione del DSM-5-TR<sup>8</sup>, in quanto casistica secondo me esemplare. Nonostante il lutto sia un’esperienza umana universale, privata, culturale e il cui esito dipende da dinamiche intra e interpersonali non definibili a priori, alcune reazioni al lutto paiono essere “severe, disabilitanti e durare oltre le normali aspettative” (Lombardo et al., 2014, p.96). Dunque, in alcuni casi il dolore può essere talmente forte e inabilitante da essere considerato a tutti gli effetti una malattia. Il lutto complicato viene definito, infatti, come “un prolungamento del normale processo del lutto che produce effetti negativi sulla salute fisica e mentale, influenzando fortemente la qualità della vita dei soggetti e dei loro familiari” (ibidem). Il percorso logico che ha portato all’identificazione di tale disturbo parte dalla definizione di “lutto normale” e “lutto complicato” (ivi). Innanzitutto, il lutto è un processo che non prevede un andamento regolare; tuttavia, il cosiddetto “lutto normale” pare essere caratterizzato da due fasi: il “lutto acuto” e il “lutto integrato” (ivi). La fase di lutto acuto si verifica immediatamente dopo la perdita della persona cara

“...e può essere caratterizzata da un’intensa esperienza di sofferenza ... accompagnata da emozioni quali: profonda tristezza accompagnata da crisi di pianto, disforia, intensa preoccupazione associata al ricordo della persona deceduta, disturbi

---

<sup>8</sup> In italiano si traduce con *Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali-5, Test-Revised*.

neurovegetativi, difficoltà di concentrazione, disinteresse nei confronti dei rapporti sociali e delle normali attività quotidiane.” (ivi, p.108)

La fase di “lutto integrato”, invece, è quella in cui la sofferenza si attenua, colui che è morto viene ricordato con maggiore facilità e la persona ricomincia a svolgere le sue normali attività. Solitamente, “il lutto non complicato evolve spontaneamente verso la risoluzione entro un anno dalla morte” (ibidem). Al contrario, il lutto complicato dura almeno 14 mesi. Dunque, uno dei criteri fondamentali per porre la diagnosi risiede nella tempistica della reazione luttuosa. Comunque, una diagnosi di questo tipo può essere utile al paziente, nel permettergli di accedere a cure appropriate, o anche nella misura in cui, in un certo senso, si riconosce e legittima la sua sofferenza. Tuttavia, non possiamo fermarci ad essa: cosa avremo capito della persona che abbiamo di fronte, una volta posta tale diagnosi, oltre al fatto che soffre in maniera “eccessiva”? Non solo, ma la stessa definizione di “lutto normale” presuppone che il dolore psichico sia completamente suscettibile di misurazione. Ma come sappiamo, ci sono tensioni differenti nella nostra vita mentale e quelle più profonde sfuggono ad ogni misura perché sono durate, ossia mutamento e pura qualità, e non possono essere soggette alle dinamiche spaziali. Se seguiamo l’impostazione bergsoniana, la misura si applica esclusivamente alle parti più superficiali della nostra vita interiore. A tal proposito, riprendo alcuni criteri per la diagnosi di “Disturbo da Lutto Complicato”: “desiderio della persona amata ... emozioni dolorose ... senso di incredulità riguardante la morte” (ivi, p. 109). Il desiderio, l’emozione e l’incredulità sono dimensioni psichiche. Come si fa a misurarli, a capire se sono eccessivi, scarsi o inadeguati rispetto alla situazione? Possiamo affidarci al racconto dell’altro, ma sappiamo che il linguaggio ci permette di esprimerci prevalentemente attraverso lo spazio. Perlopiù, infatti, ci esprimiamo tramite concetti, ma i concetti sono fissi e immutabili,

mentre la durata è un continuo divenire. Inoltre, non possiamo dire compiutamente il dolore: possiamo usare tutti i termini di cui la nostra lingua dispone, ma ci troveremo sempre a mancare un aspetto, quello più profondo. Ricordiamo, infatti, che nei meandri più intimi della nostra psiche tutto sfugge alle regole spaziali. Un numero può descrivere, dunque, realmente tutte le sfumature della sofferenza che stiamo provando? Oppure, possiamo definirla una buona approssimazione? Se si trattasse di un'entità misurabile, probabilmente sì. Ma come abbiamo precedentemente affermato, il dolore non è né misurabile, né completamente dicibile. E, a questo punto, possiamo applicare l'aggettivo normale, che è di derivazione statistica, ad un'esperienza che non è completamente matematizzabile? Pur essendo necessario per chi lavora con persone sofferenti avere dei punti di riferimento, anche solo per raccapezzarsi all'interno della vastità delle esperienze umane, non possiamo fare a meno di notare che "normalizzando" si perde una parte della complessità che caratterizza l'esperienza umana. Seppure la norma, la media e altri concetti statistici siano utili per fare ricerca, bisogna essere consapevoli che una parte dell'esperienza del dolore sfuggirà sempre dalle mani della statistica, come sabbia che scorre tra le dita. Dunque, prendendo spunto da Bergson, è necessario tenere a mente che ciò che è durata e fluido divenire andrà sempre oltre ogni nostro tentativo di misurazione. Questa eccedenza qualitativa è preziosa, ci rende quello che siamo. Ed è importante, ancor più per uno psicologo, partire da questo presupposto e cercare continuamente nuovi modi per accostarsi a ciò che rimane nascosto nel profondo dell'altro.

### *1.7.2. Uso del linguaggio*

Oltre alla necessità di tenere la qualità come stella polare nel lavoro psicologico, la filosofia bergsoniana viene in aiuto alla professione psicologica anche facendoci

riflettere sull'uso del linguaggio. In particolare, sull'uso del linguaggio in riferimento alla temporalità. La psicologia in tutte le sue declinazioni si fonda sull'uso della parola. La psicoanalisi cura attraverso la parola (Borch-Jacobsen, 1900) ed è attraverso le parole dette – o non dette – dal paziente, intese come elemento simbolico e fortemente comunicativo, che possiamo avvicinarci alla sua dimensione interiore. Non solo, molto spesso è attraverso il linguaggio che possiamo trasformare la configurazione di realtà che ci circonda (Wittgenstein, 1922; Austin, 1962). In questo breve paragrafo intendo introdurre una riflessione sul fatto che, a partire dal presupposto che il linguaggio non si adatta al pensiero ma al contrario lo produce (Austin, 1962) il modo in cui culturalmente siamo portati a parlare dello scorrere del tempo influenza anche il nostro vissuto dello stesso. Bergson, anche qui, aveva anticipato molti dei contemporanei, rendendosi conto che noi non parliamo del tempo in maniera “neutra”, ma utilizziamo espressioni che derivano dal dominio spaziale: “... sicché con l’espressione stessa a cui eravamo costretti a ricorrere tradivamo l’abitudine profondamente radicata di sviluppare il tempo in spazio”<sup>9</sup> (Bergson, 1889, p.91). Dunque, pare che il linguaggio per sua natura tenda a esprimere il tempo nei modi dello spazio. Bergson lo afferma nel 1889, e sappiamo che la sua lingua madre era il francese. Ci si chiederà, dunque, questa sua affermazione è stata dimostrata? A quanto pare, per certe lingue sì: la linguista Lera Boroditsky, nell’articolo “*Language and the construction of time through space*” (2018), ha dimostrato che in culture diverse si parla e si pensa del tempo in maniera differente. Ad esempio, persone che parlano prevalentemente inglese si riferiscono al tempo utilizzando metafore spaziali che rimandano all’orizzontalità, mentre coloro che parlano cinese mandarino descrivono il tempo in termini di verticalità. Per cui, eventi precedenti si trovano “in alto”, ed eventi successivi “in

---

<sup>9</sup> Come citato da Mathieu, op. cit.

basso” (Boroditsky, 2018): Nelle sue ricerche, Boroditsky ha più volte dimostrato come persone appartenenti a differenti culture si differenzino in base al modo di parlare e conseguentemente di pensare al tempo: statico o dinamico, limitato o senza fine, orizzontale o verticale, eccetera. Tuttavia, nota l’autrice, pare che, la maggior parte delle culture si riferisca al tempo utilizzando metafore spaziali, che fanno riferimento al concetto di “linea del tempo”, basata su calendari e orologi. Oltre che in inglese, e in cinese mandarino, anche in italiano si usano spesso metafore spaziali per parlare del tempo, e probabilmente si tratta di un’abitudine dal retaggio latino (Short, 2016). Infatti, in latino convenzionalmente le relazioni temporali erano strutturate su un insieme di “corrispondenze concettuali secondo cui prima è sopra e dopo è sotto” (ivi, p.388), ad esempio. Anche nell’italiano moderno “lo spazio è il dominio di origine per la comprensione e interpretazione del tempo” (Malinowska, 2010, p.46). Secondo Malinowska a dimostrazione di ciò è stato rilevato un “isomorfismo sintattico e semantico tra le espressioni spaziali e temporali” (ivi, p.45): sostanzialmente, utilizziamo le stesse espressioni linguistiche per parlare sia del tempo che dello spazio. Ad esempio, infatti, si dice: “ho completato l’esercizio in un’ora” e “siamo andati a mangiare in un bar”. Nella prima frase la preposizione semplice “in” svolge la funzione di contenitore temporale, così come nella seconda di contenitore spaziale. O, ancora: “mangiamo alle otto” e “mangiamo alle panchine”, dove la preposizione “a” svolge la stessa funzione: fornisce una localizzazione, nel primo caso temporale, e nel secondo spaziale.<sup>10</sup> Dunque, la metaforizzazione del tempo nella nostra lingua “avviene in seguito alla proiezione del modello dello spazio su quello del tempo, quindi, un dominio accessibile percettivamente serve da modello cognitivo per un ambito astratto come il tempo e ne rende possibile la comprensione.” (ivi, p.46)

---

<sup>10</sup> Ho estrapolato questi esempi dall’articolo di Malinowska, M., op. cit.

Ovviamente, Bergson non era un linguista e non ha mai parlato del linguaggio in riferimento alla sua funzione psicologica, perciò spero di non stiracchiare eccessivamente il suo pensiero, ma ritengo che sia interessante per uno psicologo riflettere su questo punto. Se seguiamo l'impostazione bergsoniana, infatti, non possiamo fare a meno di notare che le metafore spaziali, con cui solitamente rappresentiamo il tempo, involontariamente ci limitano: siamo portati a parlarne come se fosse un'entità accessibile e concreta, ma - con Bergson - abbiamo già affermato che, seppure esista un tempo di questo tipo, esiste anche una dimensione totalmente refrattaria ad ogni tipologia di contenimento: la durata. A questa dimensione noi non possiamo riferirci con richiami spaziali, altrimenti ne otterremo un'immagine quantomeno parziale. Va tenuto a mente, infatti, che la durata è priva di coordinate: "è quanto troviamo nel profondo di noi stessi, quando guardiamo noi stessi, quando ci lasciamo vivere dalla vita cosciente, dalla vita interiore" (Bergson, 2019, p.130). Comunque, è evidente che non si creerebbe nessun'*impasse* nel continuare a utilizzare metafore spaziali per descrivere un proprio spostamento dal punto A al punto B, ad esempio. Eppure, nell'ambito dei discorsi sulle nostre più profonde e più intime verità, si crea una certa difficoltà: gli strati più profondi della durata sfuggono a qualsiasi contatto con le regole spaziali e dunque non potranno mai essere espressi compiutamente attraverso le parole che conosciamo. Da ciò ne deriva che il nostro linguaggio è inesorabilmente limitato: ci illudiamo non appena proviamo a dire qualsiasi su di noi, di aver detto tutto il possibile. Non è così: c'è sempre una sfumatura che ci si sottrae. Io credo che l'infinita eccedenza dello spirito rispetto al linguaggio sia una dimensione importante e fondamentale dell'animo umano: permette di eludere le varie concettualizzazioni e categorizzazioni che dell'uomo si sono fatte nel corso della storia e ci rassicura che ci sarà sempre una parte di noi profonda e privata, in un certo senso. C'è qualcosa di

me che nemmeno io so dire, il mio mistero va oltre ogni tentativo di indagine. Dall'altro lato, sancire la totale incomunicabilità dei nostri pensieri non permetterebbe nessun tipo di comprensione reciproca. Voglio perciò riprendere il limite intrinseco del linguaggio come stimolo per cercare altri modi, altri termini, altre metaforizzazioni. Per non fermarsi di fronte all'isomorfismo linguistico tra tempo e spazio, soprattutto in quanto psicologi o psicoterapeuti, in quanto la nostra professione richiede la volontà di formarsi continuamente al fine di scoprire inedite strade verso la comprensione dell'Altro.

## *Capitolo II*

### *Temporalità*

La dimensione della temporalità è fondamentale per l'uomo. Il tempo rappresenta l'orizzonte entro il quale ci muoviamo, ciò che infine limita le nostre possibilità. Così come abbiamo bisogno di coordinate per muoverci nello spazio, allo stesso modo cerchiamo coordinate per muoverci nel tempo. Per questo lo misuriamo: calendari, orologi, cronometri e clessidre. Se seguiamo la distinzione proposta da Bergson, tra tempo della scienza e tempo vissuto, quest'ultimo è diverso per ognuno di noi. Caso particolare è quello di chi soffre, che sia a livello fisico o mentale. In questo capitolo mi propongo di indagare la dimensione del vissuto temporale nel caso di sofferenza psichica, mantenendo come punto di riferimento i concetti di memoria e durata.

#### 2.1. Sul ruolo della temporalità nella concettualizzazione dei disturbi psichiatrici

A partire dal XX secolo, la nozione di vissuto temporale entra a far parte dell'indagine psicologica, della speculazione filosofica e della narrativa. Già all'inizio del Novecento, lo psichiatra Adolf Meyer propose il concetto di "tempo psicologico" (1912), che corrisponde al tempo vissuto, sostenendo che esso fosse primario rispetto ai modelli cognitivi e meccanici del tempo. Successivamente, grazie alle riflessioni di filosofi come Henri Bergson, Edmund Husserl e Martin Heidegger, psichiatri e psicologi confermarono inequivocabilmente l'unicità della natura psichica del tempo della coscienza. Seguendo l'impostazione dell'articolo "*Psychopathologies of time: defining mental illness in early 20<sup>th</sup>-century psychiatry*" di Fryxell (2019), comincerò col delineare il taglio dominante in psichiatria circa il tema del vissuto temporale tra la fine del XIX e l'inizio del XX secolo.

Dunque, già partire dalla fine del XIX secolo, gli psicologi clinici avevano iniziato a trattare e analizzare i disturbi mentali sulla base di “aberrazioni in ciò che si supposeva fossero le normali esperienze temporali” (ivi, p.6), con particolare concentrazione sulla memoria. Le teorie sul malfunzionamento della memoria nei pazienti psichiatrici derivano principalmente dalle teorie sul trauma sviluppate da Sigmund Freud, secondo il quale a seguito di un evento dirompente, che il soggetto non riesce ad elaborare, si crea una frattura nella psiche. Quando si verifica un “trauma”, infatti, inequivocabilmente il tempo si divide in un “prima” e un “dopo” per il soggetto. Comunque, in generale le indagini di Freud si concentrano sui buchi di trama nella storia del soggetto, dovuti ad una disfunzione della memoria, e si basano sulla credenza fondamentale che i disturbi psicologici derivino da una qualche sorta di anormalità nel ricordo dei momenti del passato. Una memoria normale, invece, sarebbe definita dall’abilità di inserire ricordi del passato nel momento presente, rimanendo però sempre orientati al futuro. Dunque, l’abilità di adattare la propria coscienza alla cornice temporale del mondo esterno, ossia di designarla linearmente seguendo le tre dimensioni di passato, presente e futuro, risulta essere un requisito implicito della normalità psicologica (Nilsson, 1920; Harrison, 1934). Se Freud ritiene che l’anormalità temporale riscontrata nei pazienti psichiatrici sia dovuta ad una disfunzione nella dimensione del passato, tra coloro che ritengono la malattia mentale come espressione di una malformazione del presente troviamo Pierre Janet<sup>11</sup>, secondo il quale le psicosi sarebbero dovute ad una relazione anormale nei confronti del presente. Questa conclusione deriva da sue osservazioni svolte su pazienti psicotici, molti dei quali ritenevano che il momento presente fosse irreali o comunque vi si orientavano in maniera anormale. Ad esempio, Janet racconta di una paziente schizofrenica di nome Madeleine,

---

<sup>11</sup> Pierre Janet (1859-1947) è stato un neurologo e psichiatra francese.

la quale profetizzava ogni giorno una catastrofica distruzione della città di Parigi. Tuttavia, ella non era in grado di differenziare presente e futuro nei suoi discorsi: se le si chiedeva quando la catastrofe avrebbe avuto luogo, non era in grado di stabilirlo precisamente (Janet, 1928). Inoltre, pazienti affetti da melancolia non erano in grado di seguire i sistemi di datazione comuni, ma abitavano un presente fittizio creato nel passato e richiamato alla memoria tramite il ricordo (ivi, p.338)<sup>12</sup>. Janet concluse, dunque, che i confini tra passato, presente e futuro fossero offuscati nella malattia mentale, e arrivassero a perdere ogni valore nella misura in cui il tempo presente "non esiste più" (ivi, p. 339). Questa elisione temporale darebbe vita ai "deliri" tipici dei pazienti psicotici. Inoltre, comprendendo come i pazienti "localizzavano" i ricordi nel presente, sosteneva Janet, gli psichiatri potevano comprendere la temporalità delle idee dei loro pazienti e quindi far luce sull'eziologia delle loro malattie mentali. Altri studiosi, come ad esempio i fenomenologi, invece, ritengono che le malattie mentali siano "causate da una impossibilità a concepire il futuro all'interno della cornice esterna fornita dal tempo di orologio" (Fryxell, 2019, p.8).

## 2.2. Il contributo di Minkowski

Tra i fenomenologi che si sono occupati del vissuto temporale troviamo Eugene Minkowski<sup>13</sup>, il quale:

“ispirato dal concetto di durata bergsoniana, che sottolinea l'incongruenza tra l'esperienza intuitiva del tempo da parte dell'uomo e la sua tendenza a spazializzare il tempo all'esterno, rappresentandolo cognitivamente come un orologio, un calendario o

---

<sup>12</sup> Come citato da Fryxell, op. cit.

<sup>13</sup> Minkowski, E. (1855-1972) è stato uno psichiatra e fenomenologo franco-russo.

una linea del tempo, conferma che vi è una differenza irreparabile tra come l'uomo descrive il tempo e come lo vive" (Fryxell, 2019, p.4).

Secondo Minkowski, culturalmente noi occidentali viviamo una continua oscillazione tra la rappresentazione lineare della temporalità e la caoticità dell'esperienza corporea. Siamo, infatti, abituati a rappresentarci il tempo come una linea. In questo modo però non siamo in grado di dare conto di tutti quei fenomeni temporali che sgusciano tra le maglie del tempo spazializzato. Ad esempio, non siamo in grado di rendere conto delle sfumature temporali vissute da una persona che soffre di patologia psichica. Per questo motivo Minkowski prende spunto da Bergson, cioè si interessa alla metafisica del tempo vissuto, o *temps vécu*. Egli, inoltre, elogia Bergson per aver esteso l'interesse della filosofia a territori in cui essa non era mai arrivata. Infatti, una commistione tra filosofia e psicologia è necessaria per avvicinarsi intimamente al vissuto di coloro che soffrono di una malattia mentale.

Come già affermato, ci sono due modi di intendere la durata: il modo usuale, che rappresenta il tempo di orologio, e il modo vissuto, che corrisponde alla durata più intima, che scorre indefinitamente in ognuno di noi. Secondo Minkowski, gli individui sani sono portatori, contemporaneamente, di entrambe le modalità di intendere il tempo: *l'Ichzeit*, ossia la durata, e il *Weltzeit*, ossia il tempo spazializzato, coesistono (Klien, 1917) e scorrono in parallelo. Combinandosi, producono la nostra percezione del tempo, che è un tutto integro. In questo tutto, la durata risulta sintetizzata all'interno della cornice del tempo della scienza che regola il mondo (ivi, p.309)<sup>14</sup>, poiché l'essere collocati all'interno del tempo d'orologio è necessario per vivere nel mondo, insieme alle altre persone; anche il *Weltzeit* è di importanza secondaria rispetto alla durata intimamente vissuta. Infatti, "il

---

<sup>14</sup> Come citato da Fryxell, op. cit.

nostro corpo è sensibile alle influenze del mondo esterno, e dunque alle regole meccaniche e spaziali, poiché in questo modo risulta possibile per noi interagire con gli altri” (Sonnerman, 1954, p.295). Minkowski, inoltre, spiega che noi percepiamo il tempo “sia in modo stabile, attraverso il tempo d’orologio, sia in modo dinamico nella durata. Dunque, la percezione del tempo è un processo duplice: extra-psichico e intra-psichico” (Minkowski, 1970 [1933], p. XXIV)

Sulla base di queste premesse, chi soffre a livello psichico, come vive il tempo? Il tempo di chi è malato si incastra, oppure corre più velocemente? Minkowski propone l’idea che le psicosi siano prodotte da una frattura all’interno della sintesi tra *Ichzeit* e *Weltzeit*, con il risultato di una difficoltà di orientamento al futuro, che porta i pazienti a dover compensare con deliri (ivi, p.24). Sostanzialmente, per Minkowski, una concezione “sana” del tempo è quella che, unendo *temps vécu* e tempo d’orologio, è fluidamente orientata verso il futuro: in altre parole, “l’esperienza del tempo come divenire costante orientato verso un futuro aperto caratterizza un’esistenza sana” (Urfer, 2001, p.280). Dunque, le persone sane sono in grado di orientare il proprio presente verso il futuro, tenendo debitamente conto dei limiti forniti dal tempo della scienza, espressi tramite calendari, orologi, eccetera. Minkowski chiama questa capacità “sintonia”. Al contrario, le personalità schizoidi sono incapaci di risuonare rispetto ai confini spaziotemporali proposti dal mondo esterno e, dunque, vivono una desincronizzazione rispetto alla società e al suo tempo (Minkowski, 1970 [1933]). Adattarsi alla società e al proprio contesto è necessario non solo per raggiungere i propri obiettivi, ma anche per realizzare Sé stessi. A tal proposito, Minkowski afferma che soltanto rimanendo aperti alla dimensione del futuro è possibile affermare sé stessi in quanto esseri viventi, sperimentando il proprio divenire assieme allo scorrere del tempo. In questo senso, il filosofo riprende il concetto di “*èlan*

*vital*”, o slancio vitale, presentato da Bergson: le patologie psichiatriche sono caratterizzate dall'impossibilità di armonizzare il proprio slancio vitale con la realtà esterna a causa di una fissazione in una delle tre dimensioni temporali – passato, presente o futuro. Chi soffre di questa patologia rimane fermo invece di seguire il flusso, oppure risultano incapace di conciliare *Ichzeit* e *Welzeit*.

Dunque, ogni patologia psichiatrica è caratterizzata dalla propria disfunzione temporale, secondo Minkowski. Ma, prima di procedere con la descrizione del vissuto temporale nella depressione, nella schizofrenia, e nel disturbo borderline vorrei precisare un punto. Abbiamo precedentemente affermato che, per risolvere il problema dell'immanenza della durata così come presentata nel “Saggio sui dati immediati della coscienza”, Bergson era arrivato ad affermare che esistono toni differenti nella nostra vita mentale e che gli strati più profondi della nostra psiche sfuggono completamente alle regole spaziali. E anche Minkowski ritiene che gli aspetti più importanti della vita psichica siano irrazionali e dunque non quantificabili (ivi, pp. xix-xx). Soltanto ciò che sta in superficie viene contaminato dal tempo della scienza e dunque può essere osservato con strumenti ad esso affini. Inoltre, egli non propone una diagnosi sulla base di una esperienza temporale “anormale”, ma al contrario, ci permette di avvicinarci al vissuto temporale dell'individuo.

### *2.2.1. Depressione*

Secondo diversi autori, i pazienti depressi vivono un tempo rallentato, come se il loro orologio interno procedesse ad una velocità più lenta rispetto a quella delle altre persone (Gil & Droit-Violet, 2008). Già Blondel aveva notato come, in depressione, si perdesse la nozione del tempo. Rispetto ad un suo paziente, Charles, gravemente

depresso, egli dice: “Charles aveva perso la nozione del tempo: notte, giorno, ieri, oggi, domani, erano infinitamente identici” (Blondel, 1934, pp.45-216)<sup>15</sup>. Era come se il tempo fosse una massa indefinita, in cui ogni giorno era identico al precedente. Minkowski (1970 [1933]) ritiene che nella depressione *l’Ichzeit* sia estremamente rallentato, quasi ridotto all’immobilità. Per questo, il paziente sente di vivere in stasi, immobile nel tempo. Seppur i depressi siano in grado di avvertire il passare del tempo, essi non riescono a seguirne il movimento. Uno dei pazienti di Minkowski affermò:

“Io esisto nel presente soltanto come idea, né sentimentalmente, né emotivamente. Sono ossessionato dal passato. Le immagini del mio passato scorrono come le scene di un cinema, ma non le allego al presente; le osservo come uno spettatore...Spesso c’è in me una sorta di passaggio degli eventi passati. Vivo completamente gli eventi passati, come se fossero presenti. È un mezzo sogno del passato. . .In me si verifica una continua progressione del passato.” (ivi, p.335)

Si verifica, dunque, un malfunzionamento nella durata vissuta, un’inabilità a vivere contemporaneamente nel presente e guardare al futuro. Il risultato è una dissociazione tra le tre dimensioni temporali, così come una deformazione della memoria che si impone sul presente, al punto quasi da usurparne il posto (ivi). Con Bergson avevamo già affermato che la memoria pura, che registra instancabilmente tutto ciò che accade, può attualizzarsi soltanto con l’approvazione del corpo, che nel compiere una scelta seleziona i ricordi più utili a orientarlo nel momento presente. Sappiamo anche che la memoria pura, dunque tutto il nostro passato, è sempre presente in noi, come un bagaglio pesante che ci trasciniamo dietro. In condizioni normali, questa memoria, il nostro passato, non invade il momento presente: soltanto una piccola parte arriva in superficie. In

---

<sup>15</sup> Come citato da Fryxell, A. in op. cit.

depressione, invece, seguendo le direttive di Minkowski, i cancelli della memoria sono completamente aperti: si verifica un'inondazione del passato, tanto che la persona perde il proprio naturale orientamento verso il futuro.

Nella depressione, dunque, la struttura di base dello spazio e del tempo risulta alterata, in modo tale che anche il rapporto del paziente con il mondo, ossia con il *Weltzeit*, è irrevocabilmente difettoso: *Ichzeit e Weltzeit* vengono percepiti come un tutto statico, monolitico. Coloro che soffrono di depressione non riescono a percepire il movimento del tempo, né al proprio interno, né all'esterno. Incapaci di distinguere il passato dal presente o dal futuro, i pazienti depressi affermano di non poterli nemmeno immaginare, poiché tutto sembra essere vuoto (Fryxell, 2019). "L'intera giornata sembra sempre esattamente la stessa per me. Se guardo l'orologio non significa niente": così si descrive un paziente depresso di Lewis (1927, p.611).

I clinici concludono che la sintesi o integrazione del tempo personale con quello d'orologio sembra aver fallito nei pazienti depressi (Straus, 1947, p.257). Incapaci di vivere il presente come una continuazione del passato, come aveva suggerito Bergson, la temporalità del depressivo "è rimasta indietro rispetto al *Weltzeit*" (ibidem). Inoltre, i pazienti depressi sembrano soffrire di una patologia del divenire: l'orizzonte verso cui sono solitamente orientati non è il futuro, bensì il passato. Il futuro sembra essere troppo remoto per essere concepibile (Janet, 1928). Parlando il linguaggio della durata bergsoniana, possiamo concludere che per i pazienti depressi il flusso del tempo si presenta come omogeneo, privo di qualsiasi interruzione o differenziazione, per cui essi non riescono a immaginarsi una progressione, né tantomeno una fine. Di fronte ad una immobilità costante, ad un presente capzioso che si prolunga all'infinito, perdono la speranza di futuro. Soggettivamente, i depressi si sentono travolgere dal passato e, ancor più

preoccupante, “alcuni sembrano diffidare della misurazione del tempo oggettivo, osservando gli orologi come meccanismi deformati o affermando che le lancette dell'orologio si muovevano all'indietro” (Straus, 1947, pp.255-256). Questa contrazione dell'*Ichzeit* è accompagnata dall'incapacità di conciliarlo con il *Weltzeit*. Per cui, di fronte ad un eterno presente immobile, non è possibile rivolgersi al futuro: se tutto rimane sempre uguale, non può esistere cambiamento, né progresso. Chi soffre di depressione si ritrova fermo in un'atmosfera di immobilità vacua.

### 2.2.2. Schizofrenia

Per compiere una diagnosi di schizofrenia è necessario che siano presenti “due o più sei seguenti sintomi, ciascuno presente per una parte di tempo significativa durante un periodo di 1 mese (o meno se trattati efficacemente). Almeno uno di questi sintomi deve essere: 1) deliri; 2) allucinazioni; 3) eloquio disorganizzato; 4) comportamento grossolanamente disorganizzato o catatonico; 5) sintomi negativi” (American Psychiatric Association, 2013, p.115).

Come si caratterizza il vissuto temporale di questi pazienti? A differenza della depressione, che, come abbiamo detto, è qualificata da un'intensificazione del "passato" e dall'incapacità di concepire un futuro aperto, nella patologia schizofrenica si verifica una perdita del contatto vitale con la realtà, espressa attraverso sentimenti di immobilità e una continua morbosa riflessione sul *Weltzeit*, che viene percepito come irrealo o insensato (Fryxell, 2019, p.18). Come i depressi, anche gli schizofrenici sperimentano una sorta di immobilità nel tempo vissuto e non sono in grado di contemplare possibili futuri. Per questi ultimi, tuttavia, il presente risulta iperaccelerato o senza significato, *Sinnlos* come definito da Fischer (1929). Un paziente di Minkowski a tale proposito dichiarò che

l'orologio non aveva "nulla" da dirgli e gli chiese come avrebbe dovuto relazionarsi con esso quando sentiva che il tempo stesse andando indietro, ripetendosi ancora e ancora (Minkowski, 1970 [1933]). Dunque, probabilmente a causa dei deliri e delle allucinazioni di cui sono vittime, questi pazienti faticano a fidarsi del tempo di orologio, lo percepiscono come fasullo. Si appoggiano, perciò, sul proprio tempo vissuto, che però viene percepito come immobile. Incapaci di immaginare passato, presente o futuro, sentono se stessi e il tempo come "immobili".

“Io amo gli oggetti immutabili, cose che sono sempre qui e che non cambiano mai... Il passato è un precipizio. Il futuro è la montagna. Perciò ho concepito l'idea di mettere un giorno “cuscinetto” tra passato e futuro. Per tutto quel giorno non farò nulla” (ivi, p.279).

Questo paziente di Minkowski ci aiuta a comprendere il desiderio di immobilità che caratterizza il vissuto di questi pazienti. Bisogna considerare anche che molti pazienti schizofrenici vivono intensi sentimenti di paura. Alcune delle allucinazioni che vivono, infatti, sono terribili. Probabilmente, il sentimento di immobilità del tempo serve a loro come protezione contro le terribili visioni che sperimentano. Minkowski (1970 [1933]). teorizzò che l'immobilità e l'iper-razionalizzazione del tempo manifestate dagli schizofrenici derivassero proprio dalla loro incapacità di percepire o sentire una connessione vitale con il proprio ambiente e con gli altri. Mentre nella vita quotidiana la misurazione e l'osservanza delle regole temporali sono una normale abitudine, in questa patologia l'attenzione morbosa riservata al tempo ha una sorta di funzione di controllo. Laddove in depressione il tempo pare rimanere inesorabilmente fermo, nella schizofrenia vi si ripone un'attenzione particolare, poiché non si riesce a comprenderlo. Infatti, mentre nella depressione mancava l'esperienza del tempo nelle sue tre dimensioni, nella schizofrenia

manca il concetto stesso di tempo. Che sia il tempo vissuto o il tempo spazializzato, il paziente schizofrenico non riesce a concepirlo: “i pazienti non credevano alla realtà di nessuna forma temporale, che fosse la durata interna o il tempo d’orologio ed erano particolarmente inclini a dubitare della verità del tempo per come era misurato in clinica o in ospedale” (Fryxell, 2019).

I pazienti schizofrenici mostrano, dunque, una sorprendente inabilità a mantenere e sincronizzare parallelamente gli schemi del tempo vissuto e del tempo oggettivo, sentendosi schiacciati in quest'ultimo. A tal proposito, Ludwig Binswanger identifica due modi di "essere-nel-mondo" per gli schizofrenici: un senso di stasi nel presente e uno spavento sensoriale, quando determinati pensieri e azioni li stimolano a livello delirante (Binswanger, 1978). Nessuna delle due sensazioni è conciliabile con l'esperienza del tempo vissuto che scorre in modo multidirezionale, né del *Weltzeit* che è lineare-progressivo (Minkowski, 1970 [1933]). Questa scissione paralizzante nell'esperienza temporale produce una sensazione di stasi più intensa di quella esibita nella depressione.

Il disturbo del concetto di tempo si riverbera nell’idea di un tempo reversibile, che può ricominciare in ogni momento. Questo continuo ricominciare non viene, però, fissato nei ricordi e, perciò, è impossibile per questi pazienti avere un passato. Inoltre, essi non possiedono una scala temporale interna a cui fare riferimento; perciò, sono essere convinti di riuscire a compiere imprese fantastiche (ibidem). Inoltre, molti pazienti schizofrenici affermano di avere capacità profetiche e talenti divinatori. Pensano di poter vedere il futuro prima di tutte le altre persone, di essere messaggeri di mondi lontani, oppure si presentano come la figura chiave nella creazione di una nuova epoca. Probabilmente questi deliri sono risultato dell’incredulità dimostrata nei confronti del momento presente:

siccome non credono al *Weltzeit* e alla sua progressione lineare, se ne immaginano no un'alternativa.

Per concludere, la rottura nella percezione del tempo pare essere estrema nei pazienti schizofrenici, anche rispetto a quella riscontrata nella patologia depressiva. Il tempo, infatti, assume le connotazioni di un presente maligno, che impedisce la percezione della durata o del divenire; ostacola la sintesi di *Ichzeit* e *Weltzeit*; e induce un razionalismo morboso o un'ossessione per i sistemi di cronometraggio quantitativo, sia interni che esterni.

### 2.2.3. *Disturbo borderline*

Per caratterizzare il vissuto temporale del disturbo borderline, farò riferimento prevalentemente ai lavori di Thomas Fuchs, uno dei più importanti esponenti della psicopatologia fenomenologica in campo internazionale. Nel DSM-5 il disturbo borderline di personalità viene descritto come un “pattern caratterizzato da instabilità delle relazioni interpersonali, dell'immagine di sé e degli affetti, e da marcata impulsività” (American Psychiatric Association, 2013, p.747). Gli individui con disturbo borderline presentano un'alterazione dell'identità, caratterizzata da un'immagine di sé instabile e frammentata, nonché una marcata reattività dell'umore. A ciò si collegano sentimenti cronici di vuoto: tali pazienti si annoiano facilmente e sono costantemente alla ricerca di nuovi stimoli. Nancy McWilliams (2012) descrive l'organizzazione di personalità borderline come caratterizzata da un'importante frammentazione identitaria: questi pazienti non sono in grado di descriversi, non sanno chi sono. Anche se nella maggior parte dei casi l'esame di realtà rimane inalterato, coloro che rientrano nello stile borderline non dispongono di

coordinate per ritrovare se stessi, e reagiscono con rabbia soprattutto nei confronti degli altri.

Secondo Fuchs, centrale nel disturbo borderline è la dimensione dell'identità narrativa. All'interno dell'ampio spettro delle teorie sull'identità personale, vi sono le cosiddette teorie narrative, accomunate dal ritenere che l'identità della persona si esprima in forma narrativa (Schechtman, 1996, p.96). In linea generale, la teoria narrativa sostiene l'esistenza di una certa relazione tra esperienza umana e racconto, e tra narrazione e costituzione del sé. Paul Ricoeur, filosofo francese e uno dei più grandi esponenti della filosofia ermeneutica, definisce l'identità narrativa come il tipo di identità si ha accesso grazie alla mediazione della funzione narrativa (Ricoeur, 1991). La funzione narrativa, d'altro canto, rappresenta la capacità di raccontare in modo coerente gli avvenimenti della propria esistenza. Facendo un passo indietro, sul termine identità si sovrappongono due significati distinti: in latino, infatti, identico si traduce con *idem* e *ipse*. *Idem* è sinonimo di "estremamente simile, analogo. Il medesimo, o meglio ancora l'uguaglianza, implica una qualsiasi forma di immutabilità nel tempo" (ivi, p.93). *Ipsè*, invece, "si lega al concetto di ipseità, di un se stesso. Un individuo è identico a se stesso" (ibidem). Ricoeur si chiede come sia possibile legare assieme questi due concetti di identità, che sono in apparenza contrastanti. Infatti, la medesimezza implica che vi sia nell'identità della persona un qualche nucleo immutabile, che permette di riconoscerla come analoga a sé stessa nel corso del tempo. Per quanto riguarda l'ipseità, invece, "tutta l'esperienza umana testimonia contro questa permanenza di un elemento costitutivo della persona: nell'esperienza interiore, nulla sfugge al cambiamento" (ivi, p.94). Dunque, come è possibile percepire la medesimezza dell'individuo, se al suo interno, tutto cambia continuamente? Perché diamo un nome proprio alla persona che, dalla nascita alla morte subisce così tanti

cambiamenti? (Corsi, 2007). Per Ricoeur la soluzione “non può che essere narrativa” (Ricoeur, 1998, p.375). L’identità è narrativa nel senso che il Sé si costruisce come un racconto: ci sono i personaggi e c’è l’intreccio degli eventi, che si sviluppa secondo una logica. L’intreccio “rappresenta uno specifico modello di connessione tra eventi: consente di integrare variabilità, discontinuità e instabilità all’interno della permanenza del tempo” (ivi, p.129). Dunque, percependo la propria storia come costruita secondo le regole di un racconto, si riesce ad integrare il cambiamento incessante con l’identità della persona. I personaggi della storia acquisiscono un’identità poiché, come predisposto nell’intreccio, compiono delle azioni, per cui gli vengono attribuiti dei predicati psichici e fisici: “Il racconto costruisce l’identità del personaggio, che può esser chiamata la sua identità narrativa, costruendo quella della storia raccontata. L’identità della storia fa l’identità del personaggio” (Ricoeur, 1993, pp.239-240). Secondo Ricoeur, intendere la vita umana come un’unità narrativa consente di compendiare sia la persistenza sia il cambiamento dell’identità, senza che l’una prenda il sopravvento sull’altro. Per cui, “mentre la medesimezza indica la permanenza del “che cosa”, ovvero del carattere del soggetto, attraverso il tempo, l’ipseità, invece, è legata agli aspetti diacronici dell’identità, è una forma attiva di permanenza nel tempo” (Vendra, 2016, p.3).

In questa sede, ciò che interessa è l’identità narrativa, per come proposta da Ricoeur, possiede risonanze con le idee bergsoniane.<sup>16</sup> Infatti, l’identità narrativa implica una continuità tra passato, presente e futuro, nonché la capacità di legare coerentemente nella propria storia eventi contraddittori. E, come precedentemente affermato, Bergson noi questa capacità la possediamo perché la nostra coscienza *dura* grazie alla memoria.

---

<sup>16</sup> Per un maggiore approfondimento del concetto di identità narrativa per come sviluppato da Ricoeur, rimando alla lettura di “Tempo e Racconto” e dell’articolo “L’identità Narrativa”.

Tuttavia, sappiamo anche che la durata è pura qualità e continuo mutamento. Il paradosso della conciliazione tra conservazione e mutamento incessante viene risolto da Bergson introducendo il concetto di “ritmo” della durata: sappiamo, infatti, che la nostra vita mentale si svolge a ritmi differenti, alcuni più vicini al ritmo dello spazio esterno, e altri più intimi, pura qualità. Dunque, mentre la nostra memoria ci permette di conservare integralmente il passato, per cui il nostro carattere è sempre presente in ogni decisione che prendiamo, e ci avvicina così alla dimensione della medesimezza, la durata che caratterizza gli strati più profondi della coscienza rappresenta la dimensione di ipseità, poiché *laggiù* tutto è mutamento, nulla rimane uguale a sé stesso. Infatti, per un essere umano “esistere è cambiare, cambiare è maturare e maturare è creare se stessi infinitamente” (Bergson, 1907 [1991], p.496). Interessante a questo proposito è l’articolo “*Time, self and meaning in the works of Henri Bergson, Maurice Merleau-Ponty and Paul Ricoeur*” di Muldoon (1991), in cui vengono poste a confronto le idee su tempo e identità dei tre autori e ne vengono esplorate più che altro le differenze.

Tornando alle considerazioni di Fuchs, invece, i pazienti borderline sarebbero caratterizzati da una sorta di deficit nell’identità narrativa, da cui deriva una scissione temporale del sé. La frammentazione temporale evita la necessità di tollerare l’ambiguità minacciosa e l’incertezza delle relazioni interpersonali. Il prezzo, tuttavia, consiste in un sentimento cronico di vuoto interiore, causato dall’incapacità di integrare passato e futuro nel presente e di stabilire così un coerente senso di identità (Fuchs, 2007). Come abbiamo affermato in precedenza, il disturbo borderline è caratterizzato da impulsività e disregolazione degli affetti. Da ciò deriva che questi pazienti sono altamente imprevedibili e soggetti a cambi di umore repentini. Inoltre, molti dei comportamenti che adottano, come *binge-eating*, shopping compulsivo, autolesionismo e scoppi di ira incontrollati sono

proprio frutto della loro incapacità di controllarsi. Più è forte il loro stato d'animo in un momento, più veloce sarà il passaggio allo stato opposto (ivi). Eppure, ogni volta sono totalmente identificati con il loro stato mentale momentaneo, incapaci di prendere distanza dalla situazione presente. Di conseguenza, sono dilaniati da impulsi contrastanti, da cui derivano esplosioni di rabbia e aggressività, alimentazione compulsiva, dipendenza, automutilazione e così via. Possono anche essere curiosi, costantemente alla ricerca di novità, ma non hanno pazienza, cercando disperatamente soddisfazioni o ricompense immediate.

Di conseguenza, i pazienti non sono in grado di attingere alle esperienze del passato per determinare il proprio futuro: non si sentono padroni delle proprie azioni, poiché ogni volta che cambiano idea, cambiano anche la propria identità. Da ciò deriva la frammentazione identitaria di cui soffrono: preda di impulsi sempre diversi e sempre dirompenti, non sanno più ricordare chi sono.

“Gli individui borderline esibiscono così una caratteristica struttura temporale: sono solo ciò che stanno vivendo in questo momento, in un presente spesso intenso; eppure, vuoto e piatto; poiché questo presente può essere vissuto solo passivamente, non come risultato della propria progettazione e volontà.” (ivi, p.381)

Sono intrappolati nel momento presente: come in una gabbia dorata, la felicità che provano è soltanto effimera, poiché il loro presente transitorio non ha profondità. Per riempire il vuoto cercano piaceri momentanei, fremiti ed estasi, trasformando la vita in una serie sconnessa di eventi fugaci invece che in una storia (ivi). Questo costante tentativo dell'individuo borderline di creare un "mondo di feste" è stato definito da Bin Kimura come una temporalità "*intra-festum*" (Kimura, 1992).

Dunque, per dirlo con Ricoeur, i pazienti borderline un deficit nella funzione narrativa: sono incapaci di raccontare e di raccontarsi, in maniera logica e coerente, poiché per loro ogni momento è un guizzo improvviso che non ha nessun collegamento né con quello precedente, né col successivo. Per dirlo con Minkowski, invece, nell'*Ichzeit* dei pazienti borderline vi è un'eccessiva presenza del presente, che spiazza passato e futuro, e non segue le regole del *Weltzeit*. Per dirlo nella lingua bergsoniana, invece, a questi pazienti manca l'apporto della memoria nella costruzione delle scelte nel presente. Infatti, la memoria aiuta il corpo a scegliere, attualizzando solamente i ricordi che risultano essere utili al momento presente. Nella patologia borderline, invece, la scelta viene compiuta così impulsivamente, che la memoria non agisce, viene tenuta silente. Dunque, questi pazienti non riconoscono di avere un passato a cui fare riferimento: ma, se manca il passato, che futuro possiamo costruire? Infatti, seppure per Bergson passato, presente e futuro non siano momenti disposti lungo una linea, ma istanti che si compenetrano tra loro – ricordiamo che ogni momento presente è già passato ed è contemporaneamente rivolto verso il futuro – è anche vero che non è possibile per la coscienza *durare* senza possedere memoria. Potremmo dire che i pazienti borderline si trovano rinchiusi al livello più profondo della durata, un livello di cui normalmente non siamo consapevoli. Vivono la pura durata, ma non hanno la possibilità di accedere agli strati di coscienza più vicini al *Weltzeit*.

## *Capitolo III*

### *Per una teoria bergsoniana del trauma*

#### 3.1. Trauma come vertigine dell'assoluta novità

In quest'ultimo capitolo intendo proporre un'alternativa, non screditare né sancire verità inviolabili. Come oramai spero di aver dimostrato, la filosofia di Bergson possiede un'utilità molto preziosa per la comprensione del vissuto di sofferenza psichica, in particolare in relazione alla dimensione della temporalità. Ritengo anche che il Bergson possa fornirci uno spunto raro per comprendere come nasca un trauma e quali caratteristiche abbia. Seppur non abbia mai fornito una definizione compiuta di trauma, facendo riferimento alle definizioni di percezione e affezione proposte da Bergson possiamo ricavarne un'idea. Per il filosofo, la percezione è l'azione possibile del nostro corpo sulle altre immagini. Come precedentemente affermato, lo spazio misura la nostra possibilità di azione sulle cose: minore è la distanza tra un'immagine e il nostro corpo, maggiore sarà la possibilità che esse interagiscano. Questa interazione può essere sia positiva che negativa, a seconda delle caratteristiche delle immagini con cui ci rapportiamo. Lo spazio, dunque, misura anche la distanza da una possibile minaccia. Jones (2016) sostiene che, quando si avvicina un'immagine minacciosa, insieme alla percezione di un pericolo lontano emerge già una moderata sensazione di paura. Tuttavia, finché il pericolo rimane distante, la tensione affettiva rimane relativamente bassa e la percezione continua lungo il suo corso normale. Ma, man mano che la distanza si riduce, mentre percepiamo una minaccia che si muove verso di noi, la percezione inizia a cedere all'affetto e ci sentiamo spaventati. In questo momento di pericolo, è come se tutta l'attività del pensiero si contraesse in un'unica domanda: “sono pronto per questo?” (ivi, p.263). Se ci trovassimo di

fronte ad una minaccia già affrontata, probabilmente la risposta alla domanda sarebbe affermativa. A quel punto, seguendo l'impostazione bergsoniana, la memoria aiuterebbe il corpo a compiere una scelta, presentandogli i ricordi più utili a integrare il momento presente. Se, tuttavia, il pericolo fosse totalmente inedito, mai sperimentato prima d'ora, si rischierebbe di rimanere bloccati senza sapere come agire. A questo punto, allora, si creerebbe una sensazione di panico che rappresenta il tono affettivo predominante prima del contatto. È il momento in cui memoria e azione iniziano a crollare caoticamente l'uno sull'altro, sotto la tensione costringente della richiesta di agire (ivi). Poiché questa tensione prevale sulla richiesta di azione, il panico porta ad un sentimento di impotenza di fronte alla totale novità della situazione attuale. In realtà, il panico indica “la chiusura troppo rapida della finestra entro la quale si potrebbe formulare una risposta alla minaccia presente e, di conseguenza, una crescente incapacità di coordinare le immagini della memoria con le esigenze del presente” (ivi, p.263).

Secondo Jones, inoltre, nella totale impotenza di fronte all'evento si rinuncia all'azione, e questa rassegnazione consente alla pura memoria di inondare la coscienza con tutti i propri ricordi (ivi). Questo potrebbe spiegare la sensazione di coloro che, avendo vissuto esperienze di premorte, affermano di essersi visti passare tutta la vita davanti agli occhi. L'affetto del panico, comunque, deriverebbe dal confronto con un evento mai sperimentato prima, poiché la totale novità impedisce al corpo di trovare un appiglio nella memoria e dunque di agire. È la qualità eccessiva, straripante e priva di coordinate a creare il panico. Inoltre, nel momento in cui si presenta una minaccia inedita “appare all'io superficiale un'insuperabile sproporzione tra passato e presente che minaccia di spezzare il movimento progressivo verso il futuro, cioè non c'è niente nella memoria che possa venire in mio aiuto in un simile incontro” (ivi, p.264).

Il grado di sproporzione tra passato e presente è misura dell'anomalia di un'esperienza. La vita quotidiana, lungi dall'essere segnata da questa estraneità, si rivela piuttosto nella familiarità, come già Bergson aveva affermato in *"Matière et mémoire"* (1996 [1896]). Il ricordo genera un'abitudine, che si acquisisce attraverso la ripetizione di uno stesso sforzo. Ripetere un gesto quotidianamente è permanenza del passato. Nel momento del panico, invece, il corpo si blocca nel percepire il fallimento della memoria, finora sempre corsa in suo aiuto, ed "è preso dalla vertigine del puro presente" (Jones, 2016, p.264). Ciò equivale a una rottura nel rapporto tra la memoria e il corpo, che potrebbe fornire le basi per una concezione bergsoniana del trauma. Secondo Jones, infatti, ad essere traumatica sarebbe proprio la radicale sproporzione tra il corpo e la memoria, la quale fino a quel momento non aveva mai fallito ed ora si rivela insufficiente e ci lascia privi di coordinate e in preda ad una fortissima affettività negativa.

### 3.2. Incapacità di accogliere

Un altro aspetto del vissuto traumatico, oltre alla sensazione di paralisi e di incapacità di agire di fronte all'assoluta novità, è la presenza di un dolore, che sia fisico o psichico, spesso soverchiante. Bergson ci dice una cosa molto interessante sul dolore: "se la percezione misura il potere riflettente del corpo, l'affezione ne misura il potere assorbente" (Bergson, 1996 [1896], p.45). Già in precedenza abbiamo affermato che il dolore non può essere inteso esclusivamente in maniera quantitativa, poiché nei suoi strati più profondi esso non è dicibile, è esperienza solipsistica del soggetto. In particolare, secondo il filosofo, "il dolore ... non è altro che uno sforzo dell'elemento leso per rimettere a posto le cose. Ogni dolore deve dunque consistere in uno sforzo, e in uno sforzo impotente." (ivi, p.44). Ricordiamo a tale proposito che, secondo Bergson, caratteristica principale del

nostro corpo è che esso sembra scegliere quale azione compiere: "... l'azione, cioè la facoltà che abbiamo di operare dei cambiamenti nelle cose, facoltà attestata dalla coscienza e verso la quale sembrano convergere tutte le potenze del corpo organizzato" (ivi, p.51). Dunque, l'agire è un elemento fondamentale. Rispetto a ciò "il momento preciso in cui il dolore interviene: è quando la parte interessata dell'organismo, al posto di accogliere l'eccitazione, la respinge" (ivi, p.45). "Accogliere" e "respingere" sono azioni e, in questo modo, Bergson riesce a rendere il corpo agente attivo anche nella percezione del dolore, azione che viene solitamente intesa in senso passivo. Ci si potrebbe chiedere, a questo punto, come mai il corpo respinga quella determinata eccitazione, e dunque soffra, al posto che accoglierla. Possiamo ipotizzare che alla presenza di un puro presente, privo di connessioni col passato come è la situazione traumatica, il corpo non riesca a scegliere tempestivamente e rimanga in un certo senso "paralizzato", in preda alla vertigine del puro presente. Senza l'apporto della memoria non possiamo compiere alcun movimento. Dunque, in una situazione in cui memoria e corpo collassano l'uno sull'altro, sarebbe inevitabile rimanere passivi di fronte allo scorrere degli eventi.

La collaborazione tra memoria e corpo rimanda alla nozione di "attenzione alla vita", che appare nella prefazione alla VII edizione di *Materia e Memoria* del 1911: "Ci sono, insomma, toni differenti della vita mentale, e la nostra vita psicologica può svolgersi a differenti altezze, ora più vicina, ora più lontana dall'azione, secondo il grado della nostra attenzione alla vita" (p.9). Il concetto di "attenzione alla vita" non fa riferimento al tipo di attenzione normalmente studiata in psicologia, ma è un fenomeno comunque caratteristico di tutto il genere umano, che ci consente di adattarci alle esigenze del mondo esterno (Lapoujade, 2005). In generale, la si può definire come una tensione costante e adattativa, che richiede il lavoro coordinato di memoria e corpo: da un lato, lo stato

sensorio-motorio orienta la memoria, dall'altro la memoria, insieme alla totalità del nostro passato, aiuta il corpo nel prendere decisioni quotidiane. Il grado di attenzione che poniamo alla vita ci rende più o meno adattati al mondo esterno. Perciò, possiamo concludere, insieme a Bergson che:

“Ciò che solitamente viene considerata come un'alterazione della stessa vita psicologica, un disordine interiore, una malattia della personalità, dal nostro punto di vista ci appare come un allentamento o un pervertimento della solidarietà che lega questa vita psicologica alla sua concomitante dimensione motoria, un'alterazione o una diminuzione della nostra attenzione alla vita esterna.” (1996 [1896] p.10)

Seguendo questa impostazione, potremmo affermare che la frattura improvvisa tra memoria e dimensione motoria, che si verifica nei momenti di panico, ci porta a provare il minor grado possibile di attenzione alla vita. In questo senso, dunque, in quei momenti non siamo per niente adattati, anzi. In una simile situazione, il nostro corpo non si trova nella condizione di poter scegliere se “accogliere” l'eccitazione che sta ricevendo, e dunque automaticamente si chiude e la respinge. A quel punto noi proviamo dolore.

### 3.3. Trauma durevole

Tenendo a mente quanto affermato nei paragrafi precedenti, dunque considerando il trauma come vertigine del puro presente e incapacità di accogliere l'eccitazione inedita, è possibile rapportarsi alla definizione di Disturbo da Stress Post-Traumatico fornita dal DSM-5 in una maniera differente. Ancora una volta, infatti, Bergson, pur non essendo un filosofo contemporaneo, fornisce spunti per allargare lo sguardo su questioni squisitamente attuali. Comunque, il “Disturbo da Stress Post-Traumatico” rientra nella categoria dei “Disturbi correlati a eventi traumatici e stressanti”, di cui fanno parte “tutti quei

disturbi in cui l'esposizione ad un evento traumatico o stressante è elencata esplicitamente come criterio diagnostico" (American Psychiatric Association, 2013, p.307). Per diagnosticare un "Disturbo da stress post-traumatico" è necessario, dunque, che all'esposizione diretta o indiretta ad un evento traumatico segua una serie di sintomi intrusivi, come ad esempio ricordi o sogni ricorrenti sull'evento; che si tenti inoltre di evitare in seguito tutti gli stimoli legati all'evento e che si verificano alterazioni negative di pensieri ed emozioni legate ad esso, ma anche a livello dello stato fisiologico, come ad esempio nella qualità del sonno (ivi, p. 314-315). Un trauma, invece, viene definito:

"come un'esperienza psichica e/o fisica dolorosa che ha significativi effetti dannosi a lungo termine, nei termini di un turbamento del proprio modo di vivere abituale, dell'esperienza fisica e psichica di sicurezza, benessere, integrità e ostacola le proprie capacità e possibilità in modo cruciale anche per altri aspetti" (Bacon, in press, p.5).

Il "Disturbo da Stress Post-Traumatico" fu definito "disturbo" per la prima volta nel 1980, quando venne inserito nel DSM-III. All'epoca, l'APA (*American Psychological Association*) pensò di creare una categoria diagnostica che potesse aiutare i reduci della guerra del Vietnam a ricevere le cure psicologiche e mediche necessarie una volta tornati a casa. Già in precedenza, comunque, era noto l'effetto disturbante della guerra sulla mente dei soldati, tanto che durante la Prima Guerra Mondiale si parlava di già psicosi traumatica o "*shell-shock syndrome*". Il Disturbo da Stress Post-Traumatico è stato modellato proprio sulla base dell'osservazione dei sintomi presentati dai soldati sopravvissuti. E, ancora oggi, nonostante varie revisioni, i criteri diagnostici si ispirano alla sua primissima definizione. A tale proposito, Bacon (op. cit.) critica il fatto che, seppure oggi si riconosca che diverse esperienze possano essere traumatiche, soltanto ciò che si avvicina all'esperienza dei veterani di guerra viene definito Disturbo da Stress Post-

Traumatico. A fare problema secondo l'autrice è il fatto che l'esperienza di guerra del soldato è specifica, per cui non ha senso renderla modello per tutti i traumi. Inoltre, la guerra possiede specifici orizzonti temporali e spaziali, ed è un'esperienza separata dalla quotidianità: è traumatica nella misura in cui traccia un confine tra ciò che era prima, dunque la vita quotidiana e normale, e ciò che sarà dopo. La definizione del "Disturbo da Stress Post-Traumatico" si basa proprio su una strutturazione lineare del tempo: si verifica un evento oggettivamente collocabile in un certo intervallo temporale, e dopo questo evento la persona mostra i sintomi precedentemente elencati. C'è, dunque, un prima e un dopo nell'esperienza traumatica e per questo motivo l'etichetta assegnata al disturbo comprende la parola "post".

Questa strutturazione lineare può essere utile per trattare con persone che hanno vissuto un'esperienza scioccante come può essere l'aver partecipato ad una guerra, ma non è pertinente a esperienze traumatiche meno chiare. Il codice linguistico con cui generalmente parliamo del dolore psichico o fisico implica una sequenza di eventi lineare: c'è uno stato di omeostasi, succede qualcosa che perturba tale stato, si prova dolore, successivamente si guarisce e si torna a stare bene. Tuttavia, esistono forme di sofferenza croniche che resistono a questa forma narrativa. Il tempo, organizzato in modo ordinato in evento pre-traumatico, evento traumatico ed esibizione post-traumatica dei sintomi, non ci permette di comprendere quelle esperienze di dolore che invece non sono lineari, ma amorfe, croniche o fluttuanti (Bacon, op. cit.). Inoltre, proprio come non tutti vivono il trauma allo stesso modo, non tutti vivono il tempo allo stesso modo. Parte del motivo per cui il "Disturbo Da Stress Post-Traumatico" è una definizione ristretta che si basa su un'esperienza del tempo lineare, mentre sappiamo che ad essere lineare è soltanto il tempo d'orologio, o *Weltzeit*. Ma, nella durata vissuta, o *Ichzeit*, un minuto non equivale ad un

altro: passato, presente e futuro si compenetrano e sono indistinguibili l'uno dall'altro. La memoria testimonia questa sovrapposizione e fusione dei confini temporali: sappiamo che essa interviene ad informare il corpo sull'azione da compiere nel presente, per cui essa esiste palpabilmente, non è solo una percezione passata. Passato e presente sono così invischiati che spesso una percezione è già memoria. Proprio per superare le impasse che, secondo Bacon, sono presenti all'interno dell'attuale definizione di "Disturbo da Stress Post-Traumatico", ella propone la nozione di "trauma durevole" (Bacon, op. cit.). Dunque, quando ci si confronta con una tipologia di esperienza "traumatica", non possiamo prescindere dal considerare quanto appena affermato, se si vuole arrivare a comprendere più profondamente l'esperienza del soggetto.

## ***Bibliografia***

American Psychiatric Association (2000). *DSM-IV-TR. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, Text Revision*. Washington D.C. (Tr. it.: *DSM-IV-TR. Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali, Text Revision*. Masson, Milano, 2004).

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, DSM-5*. Arlington, VA. (Tr. it.: *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali, Quinta edizione, DSM-5*. Raffaello Cortina Editore, Milano, 2014).

Austin, J. L. (1962). *How to do things with words*. Oxford: Oxford University Press.

Bacon, H. (in press). Durational Trauma. *Phylosophy & Trauma*. <https://hannahbacon.com.files.wordpress.com/2019/11/hannah-bacon-durational-trauma-writing-sample.pdf>

Bergson, H. (1889-1896). *Saggio sulla relazione del corpo allo spirito*, in H. Bergson, *Opere*. di F. Sossi, (a cura di), P. A. Rovatti, Milano: Mondadori.

Bergson, H. (1889). *Essai sur le données immédiates de la conscience*, in *Oeuvres*, Paris: Presses Universitaires de France.

Bergson, H. (1896). *Matière et mémoire: Essai sur la relation du corps à l'esprit*. Paris: Félix Alcàn (trad. It. *Materia e memoria: Saggio sulla relazione tra il corpo e lo spirito*, Laterza, Bari, 1996)

Bergson, H. (1907). *L'évolution créatrice*. Paris: Félix Alcàn (trad. it. *L'evoluzione creatrice*, Rizzoli, Milano, 1991)

Bergson, H. (1919). *L'énergie spirituelle*, Paris: Félix Alcàn.

- Bergson, H. (1934). *Introduction à la métaphysique* Paris: Félix Alcan (trad. it. Introduzione alla metafisica, Orthotes, Napoli, 2012).
- Bergson, H. (1934). *La pensée e le mouvant*. Paris: Felix Alcan.
- Bergson, H. (2019), *Storia dell'idea di tempo: Corso al Collège de France 1902-1903*, Milano: Mimesis.
- Blondel, C. (1934). *La conscience morbide: Essai de psychopathologie général*, Paris: Félix Alcan.
- Borch-Jacobsen, M. (1990). Talking cure. *Psychoanalysis and Literature*, 12(1/2), 31-56. <https://www.jstor.org/stable/43974459>.
- Boroditsky, L. (2018). Language and the construction of time through space. *Trends in neurosciences*, 41(10), 651-653. <https://doi.org/10.1016/j.tins.2018.08.004>
- Comte, A. (1844). *Discours sur l'esprit positif*. Paris: Carillan-Goeury et C. Dalmont. (trad. It, a cura di Negri, A. (2003). *Discorso sullo spirito positivo*. Roma-Bari: Laterza).
- Corsi, S. (2007), *Identità personale e identità narrativa: Paul Ricoeur critico di Derek Parfit*. Tesi di laurea specialistica, consultata in: [https://thesis.unipd.it/bitstream/20.500.12608/12898/1/tesi\\_Corsi.pdf](https://thesis.unipd.it/bitstream/20.500.12608/12898/1/tesi_Corsi.pdf)
- Descartes, R. (1641), *Meditationes de Prima Philosophia, in qua Dei existentia et animae immortalitas demonstrator*. Paris (trad. it. *Meditazioni metafisiche*, Bompiani, Milano, 2007).
- Fischer, F. (1929). Zeitstruktur und Schizophrenie. *Zeitschrift fuer die gesamte Neurologie und Psychiatrie*, 121(1), 544–74. DOI: 10.1007/978-3-642-85079-0\_8
- Freud, S. (2000). *Opere (Vol 9): L'io, l'Es e altri scritti (1917-1923)*. Torino: Bollati Boringhieri.

- Fryxell, A. (2019). Psychopathologies of time: defining mental illness in early 20th-century psychiatry. *History of the human sciences*, 32(2), 3-31. <https://doi.org/10.1177/0952695119843727>
- Fuchs, T. (2007). Fragmented Selves: Temporality and Identity in Borderline Personality Disorder. *Psychopathology*, 40, 379-387, DOI: <http://dx.doi.org/10.1159%2F000106468>
- Gil, S. & Droit-Violet, S. (2008). Time perception, Depression and Sadness. *Behavioral Processes*, 80(2), 169-176. <https://doi.org/10.1016/j.beproc.2008.11.012>
- Harrison, M. L. (1934). The Nature and Development of Concepts of Time Among Young Children. *Elementary School Journal*, 34(7), 507-514. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1086/457061>
- Janet, P. (1928). *L'évolution de la mémoire et de la notion du temps. Compte-rendu intégral des conférences d'après les notes sténographiques*, Paris: A. Chahine.
- Jones, T. A. (2016). A bergsonian challenge to psychophysics. *International Journal of Philosophy and Theology*, 77(4-5), 252-272. DOI: 10.1080/21692327.2016.1252277
- Kimura, B. (1992). *Ecrits de psychopathologie phénoménologique*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Klien, H. (1917). *Beitrag zur Psychopathologie und Psychologie des Zeitsinns [A Contribution to the Psychopathology and Psychology of the Time-Sense]*. Leipzig: Wilhelm Engelmann.
- Lapoujade, D. (2005). *Deleuze. I movimenti aberranti*. Milano: Mimesis.
- Leoni, F. (2021). *Henri Bergson: segni di vita*. Milano: Feltrinelli.
- Lewis, W. (1927). *Time and Western Man*. London: Chatto and Windus.

- Lombardo, L., Lai, C., Luciani, M., Morelli, E., Buttinelli, E., Aceto, P., ... & Penco, I. (2014). Eventi di perdita e lutto complicato: Verso una definizione di disturbo da sofferenza prolungata per il DSM-5. *Rivista di Psichiatria*, 49(3), 106-114. doi 10.1708/1551.16903
- Malinowska, M. (2010). Sull'isomorfismo di espressioni spaziali e temporali in italiano. *Kwartalnik Neofilologiczny*, 57(1), p. 45-56. Consultato da <http://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.4e2efe08-7875-32bc-8a6c-bcddbc91edb6>
- Mathieu, V. (1971). *Bergson, Il profondo e la sua espressione*. Napoli: Guida Editori.
- McWilliams, N. (2012). *La diagnosi psicoanalitica*. Roma: Astrolabio.
- Meyer, A. (1912). General Reviews and Summaries: Pathopsychology and Psychopathology. *Psychological Bulletin*, 9(4), 129-45. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0074487>
- Minkowski, E. (1970). *Lived Time: Phenomenological and Psychopathological Studies*. Evanston: Northwestern University Press (Opera originale "*Le temps vécu: Études phènomènologiques et psychopathologiques*", 1933, Paris: J.L.L. D'Atrey).
- Muldoon, M. (1991). Time, self and meaning in the works of Henri Bergson, Maurice Merleau-Ponty and Paul Ricoeur. *Philosophy Today*, 35(3), 254-286, [https://philpapers.org/go.pl?id=MULTSA-2&prox-yId=&u=https%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.5840%2Fphiltoday199135313](https://philpapers.org/go.pl?id=MULTSA-2&proxyId=&u=https%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.5840%2Fphiltoday199135313)
- Nilsson, M. P. (1920). *Primitive Time Reckoning: A Study in the Origins and First Development of the Art of Counting Time Among the Primitive and Early Culture Peoples*. CWK: Gleerup.

- Prigerson, H. G., Boelen, P. A., Xu, J., Smith, K. V., & Maciejewski, P. K. (2021). Validation of the new DSM-5-TR criteria for prolonged grief disorder and the PG-13-Revised (PG-13-R) scale. *World Psychiatry*, 20(1), 96-106. DOI: 10.1002/wps.20823
- Ricoeur, P. (1991). L'identità narrativa. *Revue des sciences humaines*, 221, 35-47; trad. It. A cura di Anna Baldini. <https://www.dsu.univr.it/documenti/Avviso/all/all104454.pdf>
- Ricoeur, P. (1993a). *Sé come un altro*, a cura di D. Iannotta. Milano: Jaca Book.
- Ricoeur, P. [1988a]. *Il tempo raccontato. Tempo e racconto, volume 3*, a cura di G. Grampa. Milano: Jaca Book.
- Schechtman, M. (1996). *The constitution of selves*. New York: Cornell University Press.
- Short, W. M. (2016). Spatial Metaphors of Time in Roman Culture. *Classical World*, 109(3), 381-412. Consultato da <https://www.jstor.org/stable/44509052>.
- Sonnerman, U. (1954), *Existence and Therapy: An Introduction to Phenomenological Psychology and Existential Analysis*. New York: Grune & Stratton.
- Straus, E. (1947). Disorders of Personal Time in Depressive States. *Southern Medical Journal*, 40(3), 254-259. DOI: 10.1097/00007611-194703000-00011
- Urfer, A. (2001). The phenomenology and psychopathology of schizophrenia: The views of Eugene Minkowski. *Phylosophy, Psychiatry & Psychology*, 8(4), 219-289. <https://doi.org/10.1353/ppp.2002.0029>
- Vendra C., M. C. (2016, marzo). Tempo e personalità. Giornate di ricerca dottorale e post-dottorale. *In circolo: Rivista di Filosofia e Culture*, 2, 1-4. <https://www.in-circolorivistafilosofica.it/wp-content/uploads/2017/05/Maria-Cristina-Numero-1.pdf>

Vieillard-Baron, J. L. (2020). *Le spiritualisme de Bergson*. Paris Hermann.

Wittgenstein, L. (1922). *Tractatus Logico Philosophicus*. New York: Harcourt, Brace & Company.