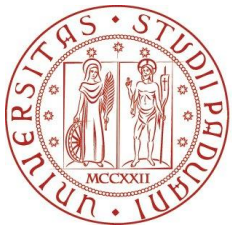

UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

Università degli Studi di Padova

Dipartimento di Scienze Storiche, Geografiche e dell'Antichità

Corso di Laurea in Storia

Trauma e Religione:
Analisi sull'Elaborazione del Passato e dei Ricordi

Relatore:

Ch.mo Prof. Rafael Gaune

Laureanda:

Stefana Lica

Matricola: 2077969

ANNO ACCADEMICO 2024/2025

Sommario

INTRODUZIONE **4**
CAPITOLO UNO: TRAUMA E RELIGIONE **8**
1.1 Cos'è il trauma? 8
1.2 Storia degli studi sul trauma 13
1.3 Cos'è la Religione? 17
1.4 Trauma e Religione 23
CAPITOLO DUE: PASSATO E RICORDI **29**
2.1 Ernesto de Martino 29
2.2 Presenza e crisi della presenza 30
2.3 Destorificazione mitico-rituale 36
2.4 Rielaborazione del passato e dei ricordi 42
CAPITOLO TRE: TRAUMA E SOCIETÀ CONTEMPORANEA **46**
3.1 State Repression and the Labor of Memory 46
3.2 L'era del "Dio è morto" 56
3.3 Guarire dal trauma 60
CONCLUSIONE **67**
BIBLIOGRAFIA **71**

INTRODUZIONE

La seguente tesi si pone l'obiettivo di analizzare, così com'è scritto nel titolo, il trauma, la religione e i ricordi e come questi tre elementi giungano a intrecciarsi l'un l'altro. Essi, infatti, uniti da un legame di dipendenza, in cui il trauma riesce a spiegare e a dar senso alla religione. A sua volta, la religione, si dimostra essenziale nel capire il modo di agire del trauma e come esso smuova le nostre vite. Inevitabilmente quindi, si giungerà ad analizzare anche il ruolo che il passato e i ricordi giocano in questo quadro, poiché è proprio tramite i ricordi e l'impatto che essi continuano ad attuare sulla vita dell'individuo nel momento presente, che si sviluppa il trauma. I ricordi e il passato, a loro volta, sono importanti, in quanto, vanno a costruire la nostra identità, chi siamo e definiscono il nostro agire nel mondo. Essi sono il nostro bagaglio di conoscenze, credenze ed esperienze che ci portiamo sulle spalle nel cammino di questa vita. Pertanto, nel momento in cui, come detto, i ricordi e il passato definiscono le nostre credenze e la percezione che ognuno di noi ha di sé e del mondo, quei ricordi non ancora elaborati, compresi o superati, a loro volta, giungono a impattare sulle nostre vite, definendone il corso.

La domanda di tesi, da cui prende avvio pure la mia ipotesi e le riflessioni analizzate nella tesi, sorge da una lezione a cui avevo preso parte nell'ultimo anno del mio corso di studi. L'argomento di tale lezione era incentrato sulle dittature degli ultimi decenni del Novecento nel Sud America, durante le quali, si constatò che uno dei lasciti di tale periodo consistette nella formazione di una generazione che aveva subito un trauma comune. Tale trauma generazionale sarebbe poi diventato un lascito per la generazione successiva. In quell'occasione ci si chiese, in maniera ipotetica, come una società, in cui un gruppo molto ampio di persone, che in maniera diretta o indiretta, erano entrate in contatto con lo stesso trauma, potessero superarlo e guarire da esso.

Questa tesi cerca quindi di rispondere a quel quesito, toccando la questione sia da un punto di vista storico-religioso, che da un lato più psicologico, cercando di dare voce a diversi pareri che si sono espressi in questo campo. Si riconoscerà il ruolo che la religione e la cultura hanno nell'aiutare l'individuo e la società a superare quei duri e oscuri

momenti che inevitabilmente finiamo per incontrare nella vita e che rischiano di diventare un blocco. Questa analisi storico-religiosa, si avvierà prendendo in esame gli studi effettuati da Ernesto de Martino, importante storico delle religioni italiano della prima metà del Novecento. Si prenderanno in esame anche quelle terapie che la società attuale mette a disposizione per l'individuo e in questo caso, verranno usate come fonti, le produzioni dei dottori Bessel van der Kolk e Gabor Matè. L'obiettivo finale consiste nel mostrare come entrambe le strade, sia la via culturale, che comprende la religione, che la via psicologica, servono, infatti, ad aiutare l'individuo a rielaborare il proprio passato traumatico.

L'interesse per tale tema, soggetto della tesi, si è formato col tempo durante gli anni universitari, frequentando i diversi corsi presenti nel mio piano di studi. Più volte, infatti, mi capitava di notare il continuo riemergere, in maniera lieve o pesante, di tali argomenti legati al trauma e ai ricordi e del loro impatto nella storia. Seguendo poi, diversi corsi storici-religiosi mi resi conto, ulteriormente, di come la cultura, in particolare la religione, fosse strettamente legata al trauma e ai ricordi e decisi di approfondire tale connessione.

La tesi sarà strutturata in tre capitoli: Nel primo capitolo si andranno a definire i concetti di "trauma" e di "religione", spiegando in maniera generale, cosa rappresentino e come sono state interpretate nel corso del tempo. L'ultima parte del capitolo verrà, invece, dedicata alla spiegazione dell'origine traumatica della religione. Verrà approfondito come la religione ebraica e cristiana nascano da grandi eventi traumatici. Allo stesso tempo, anticipando l'argomento del secondo capitolo, spiegherò come esse e molte altre religioni, cerchino di rispondere alle paure, ai dubbi e alle ansie che accompagnano l'uomo fin dall'inizio dei tempi. La religione verrà intesa come prodotto umano, scritta dalle persone per le persone stesse, con lo scopo di aiutarle nel percorso di vita.

Nel secondo capitolo invece mi concentrerò sulla figura di Ernesto De Martino che, come già accennato, fu un importante studioso italiano del '900. De Martino dedicò gran parte, se non tutta la sua produzione, allo studio del funzionamento del sistema magico-religioso. Tali sistemi religiosi, costituiti da una componente mitico-rituale, esistono con lo scopo di aiutare l'individuo a superare i difficili momenti che può incontrare nella vita. In particolare, si mostrerà come questa struttura magico-religiosa entri in azione nel momento in cui l'esserci dell'individuo, come presenza attiva nel mondo, nel momento presente, viene messa a repentaglio dagli eventi dirompenti e improvvisi che avvengono

nella vita. In questo capitolo, usando come fonti proprio la produzione di de Martino, si mostrerà come la religione, nata da eventi traumatici, interviene per preservare l'identità dell'individuo nel momento in cui essa rischia di cadere e frantumarsi. Si spiegherà come riesca, inoltre, a dare un senso e una spiegazione a quegli eventi, che in assenza di tali interpretazioni, finirebbero per diventare fonte di possibili ansie e dubbi, in cui l'individuo finirebbe per perdersi. In questo capitolo tutti quegli aspetti e tradizioni legati al sistema magioc-religioso, come il tarantismo, vengono studiate da un punto di vista psicologico e diventano, in tale visione, uno scudo contro le forze irrefrenabili della natura e della storia.

Nel terzo capitolo invece mi concentrerò sulla società attuale, una società in cui la religione, il più delle volte, non riesce più ad essere la risposta al trauma individuale o collettivo, in quanto ha perso la sua autorevolezza. In questa società però, il trauma viene riconosciuto e convalidato e anzi, ogni giorno vengono pubblicate sempre più prove nuove che dimostrano il profondo e delicato legame tra psiche, corpo e mondo. Pertanto, il giusto funzionamento dell'individuo avviene nel momento in cui si è in equilibrio con tutte le parti che compongono sé stessi. Il capitolo comincerà prendendo in esame il libro di Elisabeth Jelin *State Repression and the Labors of Memories*, che va ad analizzare il tema delle memorie e dell'elaborazione del passato e come esse continuino ad agire all'interno di una società, modellandola e foggiando gli individui che la abitano, proprio sulla base di quei ricordi. Il quadro entro cui si svolgono queste analisi è il Sud America, studiato negli anni successivi alle cruenti e repressive dittature che presero avvio e si conclusero negli ultimi decenni del Novecento, lasciando tante domande, quante incomprensioni. Jelin mostra come la memoria e il passato giungano a influenzare la società e l'individuo, decidendo le azioni nel presente e le programmazioni nel futuro e diventando, in ultima istanza, un testimone da passare alle generazioni successive.

La seconda parte del capitolo, invece, la dedicherò agli strumenti che la società offre per aiutare gli individui a superare e integrare nella propria vita quei ricordi che ci assalgono, senza lasciarci liberi e che ci impediscono di vivere la vita in connessione con sé stessi e il mondo, nel qui e ora. Tra i diversi percorsi descritti, mi soffermerò sui suggerimenti riportati dal dottor Gabor Matè in *Quando il corpo dice no: il costo dello stress nascosto*, consigli che potranno sembrare banali, ma contengono in sé una grande saggezza da cui partire per ritrovare una connessione con sé stessi e l'ambiente circostante, abbattendo le solite e isolanti create dal trauma.

CAPITOLO UNO: TRAUMA E RELIGIONE

1.1 Cos'è il trauma?

Come disse il medico Gabor Matè (2021) “Trauma in not the bad things that happens to you, but what happens inside you as a result of what happens to you.”[1]

Il trauma, considerato una malattia moderna, è una parola che deriva dal greco *τραῦμα (-ατος)* che significa “ferita” o “rottura” e indica la frattura dello stato psichico-fisico che una persona subisce a seguito di un’esperienza traumatica. Quando si parla di esperienza traumatica “ci si riferisce all’esperienza di sopraffazione che subisce un individuo da parte di uno stimolo eccessivo e straordinario, che lo rende privo di difese e incapace di reagire”.[2]

L'individuo infatti sperimenta uno shock tale da stravolgere in maniera definitiva il corso della propria vita. Uno degli aspetti che giunge a rompersi è la linearità del tempo cronologico legato ai nostri ricordi. Infatti, a differenza degli altri eventi passati, che entrano a far parte di un quadro cronologico abbastanza definito e lineare, in cui riusciamo a collocarli in un dato momento e in un dato spazio. Il ricordo legato a un evento traumatico, invece, esiste stando al di fuori dal nostro quadro cronologico interiore, divenendo un pensiero fisso e frammentato, che irrompe nel presente sottoforma di *flashback* o *trigger.*[3]

Quando si parla di *flashback* e *trigger* si va ad indicare tutti quegli stimoli con cui entriamo in contatto nel momento presente, che possono essere certi odori, certi suoni o tutto ciò che l’individuo traumatizzato ha provato durante l’evento traumatico. Questi stimoli, che si ritrovano nel presente, riportano alla memoria particolari del ricordo traumatico, senza dare un quadro completo di ciò che è stato. Quando il ricordo si ripresenta, la persona traumatizzata, finisce per sentirsi investita di nuovo dallo shock, dalla paura e dall’impotenza, come se stesse rivivendo il passato. Quindi, pur di proteggere il proprio io interiore, può arrivare a dissociarsi da sé stesso[4] e avviene, di conseguenza, che il ricordo rimanga costantemente presente nella memoria. Passato e presente non sono più bene delineati e definiti e l’individuo si trova impossibilitato a

[1] Benazzo, & Benazzo, *The Wisdom of Trauma,* 2021.
[2] Herbert, & Didonna, *Capire e superare il trauma cit.,* p. 17.
[3] Kolk, *il corpo accusa il colpo cit.*, p.9.
[4] *Ivi,* p. 29.

vivere appieno, in totale libertà e serenità la propria vita, come avveniva prima del trauma. Anzi, finisce per cambiare la propria vita quotidiana, in modo tale da permettersi di sopportare il peso di questi eventi traumatici e finendo per trasformare, su scale diverse, sia il corso della propria vita, che quella delle persone accanto a sé. Oppure, andando a influenzare significativamente il corso della storia o nella cultura.[5]

Cercare di vivere come se nulla fosse successo è qualcosa di altrettanto impossibile e anzi, più passa il tempo da quando il trauma è avvenuto, senza aver cercato di risolverlo, più il trauma stesso diventa un fardello insopportabile. A lungo andare, i ricordi traumatici diventano sempre più profondi, significativi e ossessivi, carichi sia di vergogna per come ci si è sentiti e cosa si è provato in quel dato momento, che di terrore e senso di impotenza, giungendo a mettere radici profonde dentro di noi.[6] In certi casi, per certe persone, il solo trovare parole per descrivere l'esperienza vissuta risulta difficile, se non impossibile. Quando non si riesce a parlare e a raccontare ciò che si è vissuto, rimane dentro di sé un "orrore inesprimibile"[7] bloccando la comunicazione con le altre persone. In particolare, con tutte quelle persone che non riescono a comprendere e a empatizzare con l'individuo in questione, perché non hanno sperimentato quell'esperienza traumatica.[8] A loro volta, la comunicazione con il mondo esterno viene bloccata anche dalle persone che vivono un'esperienza traumatica, poiché creano un muro attorno a sé stessi, che impedisce il contatto profondo con il mondo e gli esseri viventi, iniziando in primis con la propria famiglia.[9]

Vivere un'esperienza fortemente destabilizzante giunge anche ad attivare e a spegnere certe parti del cervello, impedendo una buona comunicazione tra le diverse aree cerebrali. Infatti, in uno studio effettuato da Scott L. Rauch[10], per osservare il modo di agire del cervello nel rivivere un *flashback*, si notò che avvenivano dei cambiamenti in tre aree principali: la corteccia prefrontale, in cui risiede l'area di Broca, la corteccia cingolata anteriore e l'amigdala.

[5] *Ivi,* p. 10.
[6] *Ivi,* p. 22.
[7] *Ivi,* p. 62.
[8] *Ivi,* p. 28.
[9] *Ivi,* p. 8.
[10] Per maggiori informazioni andare a vedere la sitografia.

La corteccia prefrontale è la zona dedicata al pensiero razionale, alla pianificazione, al *problem solving* e serve a tradurre in parole pensieri ed emozioni.[11] La corteccia cingolata anteriore invece si occupa delle regolazioni delle emozioni, aiutandoci a rispondere in maniera adeguata alle diverse situazioni che si presentano nel corso della vita, senza sentirci sopraffatti da esse. L'amigdala, dall'altro canto, si occupa delle emozioni, in particolare della paura. Essa si trova nella zona limbica, nota anche come cervello mammaliano, presente in tutti gli animali che vivono e allevano i loro piccoli assieme.[12] L'amigdala, quando percepisce la presenza di un pericolo immediato, si attiva mettendoci in uno stato di vigilanza, in modo tale da affrontare la situazione di pericolo. Pertanto, quando un trauma non è stato affrontato e superato giunge ad alterare il comportamento di tali zone, modificando anche il modo di rispondere agli eventi nel presente.

In una persona traumatizzata, queste tre zone, nel momento in cui rivivono certi *flashback* o certi *trigger,* si comportano in maniera insolita; nella corteccia prefrontale e nella corteccia cingolata anteriore si nota una ipoattivazione, mentre nell'amigdala persiste un'iperattivazione, nonostante l'assenza di pericolo nel presente.[13] Questo dimostra come, in una situazione avvenuta tanto tempo fa e che di fatto, al momento presente non rappresenta più una minaccia, nel caso in un si verifica un *flashback* o un *trigger* si riporta alla memoria l'esperienza passata ed essa appare nuovamente pericolosa.

Inoltre, in contrasto con la disattivazione dell'area di Broca, fondamentale per la produzione del linguaggio, che nel momento in cui rivive il trauma essa si spegne. L'area 19 di Brodmann, che si trova nella corteccia visiva, svolge il compito di gestire le immagini che entrano nel cervello. Nel momento in cui si sperimenta un *flashback* essa risulta invece attiva, come se l'evento traumatico stesse avvenendo in quello stesso momento e non fosse avvenuto e finito nel passato. [14]

L'amigdala attivandosi, anche quando il pericolo al momento è inesistente, porta al rilascio di ormoni dello stress nel corpo, il battito stesso del cuore accelera e si assiste all'innalzamento della pressione sanguigna. Questo comporta che il corpo si trovi in uno stato di vigilanza e tensione, come se si trovasse di fronte a una situazione di vita o di morte. Quindi in sostanza, quello che avviene nel cervello traumatizzato, quando si

[11] De Luca, Ligozzi, Toro, *Elaborare il trauma nel corpo e nella mente cit.,* p. 29.
[12] Der Kolk, *cit.,* p. 77.
[13] De Luca, Ligozzi, Toro, *cit.,* p. 5.
[14] *Ibidem.*

rivivono *flashback* o *trigger* è una profonda e incontrollata paura accompagnata da una forte mancanza di sicurezza.[15] Si ha inoltre, difficoltà nel pensare e nell'elaborare razionalmente le emozioni e la situazione che si sta vivendo nel momento attuale. Conseguentemente, vengono rilasciati nel corpo una grande quantità di ormoni dello stress, creando una forte ipervigilanza e mettendo il corpo in uno stato di attacco, fuga o congelamento. L'organismo bloccato in una modalità di sopravvivenza richiede, a sua volta, un massiccio uso di energie per sopprimere il terrore, per una situazione di pericolo non presente nel momento attuale.[16] La persona "inizia ad attraversare la propria esistenza in modo impoverito, avendo come scopo centrale, spesso a livello non cosciente, il non soccombere alla minaccia percepita".[17]

Inoltre, si nota anche una mancanza di comunicazione tra la parte sinistra e destra del cervello. La parte sinistra legata alla razionalità, all'ordine e al creare sequenze di ricordi ordinate, nel momento in cui si rivivono *trigger* o *flashback*, essa giunge a spegnersi. Invece, rimane attiva la parte destra del cervello, legata alle emozioni e all'empatia. Ciò comporta che nel momento in cui si rivive nella mente un evento traumatico passato, non si riesca a dare un senso logico a ciò che si è vissuto e a inserirlo in un contesto cronologico più ampio, ma rimane frammentato. Questa mancata comunicazione tra le due parti del cervello nel rielaborare l'evento traumatico, porta anche all'impossibilità di dare una spiegazione a ciò che è avvenuto in maniera concreta ed essenziale, possedendo il distacco necessario per vedere in tutta la sua integrità l'evento passato. [18]

Come già detto, tutto l'organismo è coinvolto nell'esperienza del trauma e tutte le parti ne risentono.[19] Stephen Porges propose la teoria polivagale, spiegando come il sistema nervoso autonomo risponda a un evento traumatico, attraversando tre stadi essenziali. Tramite questa teoria mostrò come i legami sociali siano essenziali nell'affrontare e superare eventi traumatici.

Il primo stadio, legato al *coinvolgimento sociale,* ci mostra come la prima azione che compie un individuo nel momento di bisogno, è chiedere aiuto alle persone accanto. Se manca questo intervento o l'individuo non ha nessuno a cui chiedere aiuto, si avvia la seconda fase legata all'*attacco-fuga,* in cui si attiva quella modalità di sopravvivenza che

[15] Der Kolk, *cit.,* p. 62.
[16] *cit.,* p. 75.
[17] De Luca, Ligozzi, Toro, *cit.,* p. 31.
[18] Der Kolk, *cit.,* p.65
[19] Benazzo, & Benazzo, *The Wisdom of Trauma,* 2021.

ci porta o ad attaccare la minaccia o a scappare in un posto sicuro. Se neppure questo stato riesce ad intervenire e a mettere fine alla situazione di pericolo e l'individuo si trova bloccato e impossibilitato a muoversi, ecco che subentra l'ultimo stadio: il *congelamento* o *collasso.* In questo caso, il cervello rettiliano, la parte più antica del cervello, per preservare le energie e permettere la sopravvivenza del sistema, paralizza il corpo. In quel momento, tutto smette di esistere, sia gli altri, che noi stessi e non si sente più nulla.[20] Questa teoria mostra come l'uomo è un animale sociale, che vive in gruppo e che ha bisogno del gruppo per sopravvivere; infatti, nel momento in cui si trova in pericolo, la prima azione che compie è chiedere aiuto agli individui attorno a sé. Proprio questo bisogno di contatto con gli altri individui, che permette di creare una comunità, si dimostra essenziale anche quando si tratta di "guarire" dal trauma.

Può avvenire anche, che il corpo stesso si abitui alla situazione di stress in cui si trova e anzi, proprio quelle emozioni forti diventino ciò di cui l'individuo sente di aver bisogno e questo lo spinge a ricercare situazioni ed eventi che producano, in sé, emozioni forti, in quanto, in assenza di esse, si sente vuoto o annoiato. Provando emozioni forti si vengono a rilasciare nel corpo sostanze simile all'endorfina, che danno l'illusoria sensazione di sollievo. [21]

Fortunatamente però, quello che qui può sembrare una voragine senza fondo o una continua caduta in discesa, in realtà presenta una via di uscita. Infatti, grazie agli studi moderni sono stati individuate, perfezionate e sviluppate diverse tecniche che permettono alle persone di recuperare il contatto con il mondo, con sé stessi e con il proprio corpo, ristabilendo quella fiducia e sicurezza che era andata distrutta con l'esperienza traumatica. Infatti, il corpo in primis, ha bisogno di capire che l'esperienza vissuta in passato appartiene al passato e, che ora, si trova in un presente sicuro, protetto e non ha più bisogno di mettere in atto certi meccanismi o protezioni.[22]

Ovviamente però, se siamo riusciti ad arrivare fino a questo punto nel capire come funziona il trauma, come ci influenza e abbiamo la possibilità di aiutare al meglio le persone ad affrontare i propri traumi e a vivere libere nel qui ed ora, lasciando gli eventi passati nel passato, è grazie anche agli studi e alle osservazioni fatte nel corso dei secoli

[20]De Luca, Ligozzi, Toro, *cit.,* p. 30.
[21]Der Kolk, *cit.,* p. 48.
[22] *Ivi.,* p. 93.

che hanno portato al riconoscimento dell'esistenza del *trauma*. Diamo quindi, uno sguardo alla storia degli studi sul trauma.

1.2 Storia degli studi sul trauma

A partire dal XIX secolo, con lo sviluppo della società industriale, presero avvio anche gli studi sul trauma psicologico. Questi studi iniziarono proprio assieme al simbolo di questa nuova società, la ferrovia, in cui gli incidenti erano soliti e comuni, lasciando molti operai con ferite sia fisiche, che psichici. Il primo ad interessarsi agli effetti psicologici che gli incidenti ferroviari provocavano agli operai, fu John Eric Erichsen. Egli scrisse un libro intitolato *On railway and other injuries of the nervus system* (1866), in cui trattava proprio tale questione, dedicando una buona parte del libro agli effetti psicologici immediati e a lungo termine degli operai.[23]

Notò infatti, come molti operai che aveva subito degli incidenti ferroviari soffrivano di ansia, incubi, irritabilità oppure avevano problemi di memoria. Questi sintomi descritti da Erichsen nel suo libro, che oggi prendono il nome di disturbi da stress post-traumatici, a lungo andare si rivelarono essenziali negli studi sul trauma effettuati da altri studiosi a venire. Erichsen decise, inoltre, di riunire questi sintomi sotto un denominativo la "railway-spine", cioè l'irritazione spinale.[24] A sua volta, questo termine, si rifaceva a quella medicina non ufficiale, con radici antiche, che usava parlare di "eccitamento del sistema nervoso" per curare le malattie psicosomatiche, cioè quelle malattie senza un'origine organica, ma proveniente da fattori psichici o emotivi. Questo termine fu poi sostituito con "irritazione spinale" e infine si arrivò all'irritazione spinale dovuta dalla ferrovia usata da Erichsen.

Nel 1883 Herbert Page, sempre sulla scia gli studi sugli incidenti delle ferrovie, coniò il termine "shock nervoso", per indicare un forte spavento provato dagli operai sul lavoro, che portava poi a disturbi nel sistema nervoso. Un anno più tardi, Strumpell introdusse il concetto di "trauma psichico" per indicare come un incidente violento potesse provocare delle rappresentazioni patogene. [25] Sempre su questa scia presero avvio anche gli studi effettuati da Jean Martin Charcot che si rivelarono essenziali, anche a distanza di anni,

[23] Bonomi, & Borgogno, *La Catastrofe e i suoi Simboli. Cit.,* p. 3.
[24] *Ivi.,* p. 4.
[25] Bonomi, *La psicologizzazione del trauma. Cit.,* p. 5.

influenzando Freud nello sviluppo delle teorie sull'inconscio. Charcot, infatti, introdusse il concetto di "isteria traumatica".[26]

All'epoca l'isteria, una forma di nevrosi, si considerava essere una malattia tipica delle donne, causato dal migrare dell'utero all'interno del corpo, che portava a convulsioni, allucinazioni o paralisi. Charcot, dimostrò come l'isteria fossero un fenomeno psichico, che pure gli uomini potevano sperimentare. Essa, infatti, era il risultato di un'idea provocata a seguito di un forte spavento.[27] Quest'idea, che faceva credere all'operaio di trovarsi in una situazione di pericolo, in cui la propria vita si trovasse a rischio, si insinuava profondamente nella memoria, diventando patogena e finendo per causare la paralisi, tipica appunto dell'isteria o dello stato ipnotico. Charcot dimostrò, quindi, due aspetti principali: primo, l'autosuggestione aveva un ruolo fondamentale nella formazione del trauma. Secondo, l'isteria traumatica poteva essere curata solo con la psicologia.[28]

Come detto, da tali idee prese spunto anche Freud, che all'epoca, assieme al collega Josef Breuer, aveva in cura molte pazienti che soffrivano di isteria. Assieme notarono come i sintomi fisici, quali ad esempio la paralisi, avevano origine da traumi psichici. Freud ritenne, quindi, che nell'isteria giocasse un ruolo importante la rimozione di alcuni ricordi dolorosi, da parte dell'individuo. Quando l'assimilazione e l'integrazione di tali ricordi, nella coscienza, veniva compromessa per svariati motivi, essi finivano in altro spazio della memoria, che non era più quello conscio, ma il subconscio della persona. Inizialmente, Freud, credette che tale materiale rimosso fosse di natura sessuale e questo lo portò a sviluppare la prima teoria della seduzione, in cui si sosteneva che la paziente, ancora bambina, fosse stata sedotta da un uomo molto più grande di lei. Successivamente decise di abbandonare tale teoria, poiché si rese conto che molte pazienti finivano per inventare le loro storie.[29]

Riprese la teoria del trauma con il libro *Introduzione alla psicoanalisi* (1915-17), che, influenzata dai recenti sviluppi politici, sociali e culturali, sosteneva come il trauma si formasse con l'irrompere di un brusco evento, che l'apparato psichico di un individuo non riusciva ad elaborare appieno. In conclusione, sia per Freud che per Charcot, il trauma

[26] *Ivi,* p.5.
[27] *Ibidem.*
[28] Bonomi, *La psicologizzazione del trauma. Cit.,* p. 7.
[29] *Ivi.,* p. 9.

era una malattia tipica di quelle persone che non erano abbastanza padrone di sé stesse e questo, invece di produrre una spiegazione e comprensione alla sofferenza delle persone, non fece altro che produrre stigmatizzazione e divisioni ulteriori tra gli individui.[30]

Importanti furono, poi, anche gli studi di Pierre Janet, allievo di Charcot e padre della moderna psicotraumatologia, cioè quella disciplina che studia gli effetti del trauma sulla psicologia dell'individuo durante lo sviluppo. Janet si rese conto che i sintomi isterico-traumatici, di cui si lamentavano i pazienti, non facevano parte di una "commedia", come molti pensavano, messa in atto dalle persone. Ma anzi, erano sintomi di una malattia vera e propria che andava a influenzare la mente, danneggiandone le diverse funzioni. Infatti, l'esperienza traumatica giungeva a compromettere la "sintesi personale", cioè la capacità dell'individuo di integrare il proprio vissuto, i propri ricordi o le percezioni in un'unica identità. Si notava così una disgregazione della coscienza, rappresentata dalla scissione di alcuni contenuti che divenivano inaccessibili e tutto ciò portava poi alla dissociazione dell'individuo.[31]

Con l'avvento della Prima Guerra Mondiale si poté notare ancora di più gli effetti del trauma sull'individuo, questo perché, la Prima Guerra Mondiale, fu considerata da molti un grande mattatoio, nella quale, i soldati, visti come carne da macello, furono mandati a morire nelle trincee. Il numero dei deceduti sia tra soldati, che tra civili fu molto alto e per non parlare, poi, dei feriti e i mutilati. Quelli che sopravvissero alla guerra rimasero profondamente traumatizzati diventando uomini distrutti.[32] Si iniziò quindi a parlare di "shock da combattimento", che veniva concepito come una forma di nevrosi e indicava un'incapacità di alcuni soldati semplici o sottoufficiali, di sopportare situazioni stressanti che altri, invece, riuscivano a sopportare perfettamente. Pertanto, i soldati venivano visti come codardi, trattati in maniera rozza e spediti nuovamente al fronte.[33]

Successivamente alla Seconda Guerra Mondiale, lo studio sul trauma prese un nuovo avvio. Si notarono, infatti, sintomi simili sia tra civili, soldati o persone che erano state nei campi di concentramento. Successivamente, con la guerra in Vietnam, ci si iniziò a interessare ancora di più alla condizione psichica dei soldati di ritorno dalla guerra. Iniziò, quindi, a svilupparsi il concetto di "sindrome del sopravvissuto" o "sindrome del

[30] Bonomi, & Borgogno, *Cit.,* p. 2.
[31] Bonomi, *cit.,* p.9.
[32] Bonomi, & Borgogno, *Cit.,* p. 10.
[33] *Ibidem.*

post-Vietnam" che comprendeva tutti quei sintomi che oggi sono racchiusi nella terminologia del PTSD. In tal modo, si andò prima di tutto a riconoscere l'esistenza di un problema persistente all'interno della società, specialmente in un gruppo di persone. In secondo luogo, permise a tale gruppo di ricevere un supporto finanziario mirato alla terapia. Più avanti, con le nuove edizioni del DSM, ad essere più precisi, con l'edizione del DMS 5, si riuscì a trasformare la "sindrome del post-Vietnam" in "sindrome da stress post-traumatico " (PTSD). Così facendo, molte più persone con casi di esperienze traumatiche, non solo quelle legate alla guerra, furono coinvolte.[34]

Si iniziò a parlare sempre di più di PTDS fino a diventare parte sia del linguaggio comune, che culturale, basti pensare al film *Rambo* (1982) in cui il protagonista stesso è un veterano, tormentato dai ricordi della guerra in Vietnam. Tutto questo portò a un cambiamento nella concezione del trauma psicologico. Finì, infatti, per perdere lo stigma che lo aveva accompagnato per molto tempo. Non si colpevolizzava più l'individuo di essere causa del suo malessere, ma si notò invece come l'ambiente e gli eventi irrompenti e improvvisi giungessero ad imporsi sull'individuo e lo portassero a sperimentare tutti quei sintomi che rientrano nella sindrome da stress post-traumatico.[35]

Grazie a tutto ciò, attualmente abbiamo una comprensione migliore del trauma. Sappiamo cos'è, come si sviluppa, che effetti ha sulle persone, che parti del nostro organismo influenza e soprattutto, come guarire dal trauma. Grazie a tutte queste informazioni, nella società attuale, riusciamo ad affrontare e a superare tutti quei tumulti interiori, che ci impediscono di vivere serenamente.

Ma, come facevano le persone a superare una situazione traumatica, in un periodo in cui il rischio di crisi era molto più grande e dannoso? Che mezzi usavano per superare gli eventi traumatici e come riuscivano a fare i conti con essi, quando non esisteva il concetto di "trauma psicologico"? Tra i diversi metodi usati, la religione ha avuto un ruolo di grande rilevanza e si dimostrò efficace nel rielaborare i contenuti traumatici e dare un significato, che spiegasse perché tali eventi spaventosi, che sfuggivano al controllo umano, fossero avvenuti. Prima però, vediamo che cosa si intende per religione.

[34] Carr, *Santa resilienza. Cit.,* p 240.
[35] *Ivi.,* p. 241.

1.3 Cos'è la Religione?

Dare una definizione esaustiva di religione non è facile, poiché comprende in sé molti aspetti e sfaccettature diverse, in quanto la religione stessa si ramifica in molti ambiti della vita umana e sociale. Carl G. Jung, infatti, considerava la religione come l'espressione della psicologia del popolo che l'ha prodotta.[36]

Si può dire per certo però, che la religione occupa un ruolo importante nella vita dell'individuo e della collettività. Contribuisce a costruire solidi legami sociali e culturali tra i diversi gruppi umani, basti pensare alla cerimonia del *Kula* e del *Potlacth* nelle isole del Pacifico. La religione cerca, anche, di dare un senso a fenomeni naturali, come l'alternarsi delle stagioni o l'apparire di un'eclissi, ma cerca anche di spiegare quei fenomeni che appaio inspiegabili, come la morte o la nascita.[37] In sostanza, la religione vuole rispondere a domande che, per certi versi, tutt'ora ci poniamo e così facendo si giungono a formare molte interpretazioni del mondo.

Vediamo ora il significato della parola *religione*. Essa deriva dal latino *religio,* che per i romani, da un lato, voleva indicare il legame stabile tra uomini e dèi, rappresentato dai vari culti che si svilupparono a Roma. Ma dall'altro lato, andava ad indicare il praticare bene i riti dei vari culti pubblici o privati, che componevano un aspetto importante della vita del buon cittadino romano.[38] Religione e Stato, per i romani, erano unite e la religione era comprese nella struttura politica. Di conseguenza, un buon cittadino, a sua volta era un pio e diligente religioso, che rispettava il culto degli antichi, il *mos maiorum*, le istituzioni pubbliche e pratica bene i riti ai propri dei.[39] In opposizione alla *religio* c'era la *superstitio*, che comprendeva tutti quei comportamenti e quegli aspetti, che impedivano al cittadino romano di praticare bene i riti. Poteva trattarsi di paura, preoccupazione o altro. Pertanto, l'individuo veniva visto con sospetto e diventava un corpo estraneo allo Stato, una persona empia.

Quindi, nel termine latino di *religio*, non si andava a riconoscere o a valorizzare troppo quella dimensione intima, a cui invece il cristianesimo dava importanza e continua tutt'ora ad esaltare. Si dava importanza invece all'esteriorità e al praticare bene i riti degli antichi e ciò costituiva il rischio di percepire gli dèi come figure lontane. Lucrezio stesso,

---

[36] Jung, *Psicologia e religione*, p.13
[37] Filoramo, *Che cos'è la religione,* p. 81
[38] *Ivi,* p. 86.
[39] Rupke, *A companion to Roman Religion,* p. 74.

nel *De Rerum Natura* scrisse "La natura degli dèi, sottile e di gran lunga lontana dai nostri sensi, a stento è percepibile dalla facoltà del pensiero" (vv 148-149). Nell'*Apologeticum* di Tertulliano ci sarà, infatti, un ribaltamento nel modo di interpretare *religio* e *superstitio.* Infatti, da un lato, la *vera religio* era rappresentata dal cristianesimo e dai cristiani, che venerano il vero e unico Dio. Dall'altro, la *falsa religio* rappresentata dalla religione politeistica romana, accusata di idolatria in quanto veneravano i falsi dei.[40] In questo ribaltamento, l'aspetto che prevarrà di più sarà quello legato all'intimità con Dio, che porta alla verità ultima.

Vediamo ora come si compone la religione. Ogni religione è composta da diverse parti: una sezione molto estesa dedicata ai racconti mitologici in cui troviamo i racconti cosmogonici, teologici, antropologici ed eziologici. I miti sono, secondo Jan Assman, un passato interiorizzato, in cui sono raccolti tutte le storie fondanti di un dato gruppo, ambientati in un'età primordiale e fuori dal tempo cronologico. Essi contengono norme comportamentali, idee o pensieri entro cui un gruppo si rispecchia e hanno il compito di spiegare tutto ciò che compone il presente.[41] Allo stesso tempo però, il momento presente è un'epoca che appartiene agli uomini ed entro cui, l'uomo, cerca di controllare l'azione del divino, impedendone l'irruzione nella storia, tramite i riti. Gli individui, con il loro agire, con le varie regole e i vari tabù, cercano di mantenere non solo il mondo, ma anche il cosmo, così com'è. Il presente diventa quindi un tempo monotono, in cui tutto è uguale e in cui non avviene nulla di significativo, come invece era avvenuto nelle origini. Come scrisse Assman (1992):

"Solo con gli dèi la storia comincia a farsi interessante. [...] Il tempo degli dèi è il tempo dei grandi avvenimenti, delle svolte e dei cambiamenti dai quali è derivato il mondo da come lo conosciamo da 12000 anni: questo è il tempo che può essere raccontato, poiché vi esiste qualcosa da raccontare. Tali racconti si chiamano miti, essi si riferiscono all'organicità sia del mondo sia dei meccanismi, dei riti e delle istituzioni che provvedono a che esso non svanisca di nuovo e devono perciò tenere lontani ulteriori cambiamenti e discontinuità."[42].

Nella religione esiste poi, una componente importante legata ai riti e alle feste gestito da un gruppo di persone ben definito, i sacerdoti, in uno spazio ben delimitato e circoscritto.

[40] Filoramo, *cit.,* p. 86.
[41] Assman, *La memoria culturale,* p. 51.
[42] *Ivi,* p. 47.

Questa componente è essenziale in quanto, tramite il rito e le feste, si afferma continuamente l'identità sia della comunità, che del singolo individuo e la propria appartenenza a un determinato gruppo sociale e culturale. Il momento del rito e della festa permettono di entrare, da un lato, in contatto con il tempo delle origini in cui l'azione mitica, riproposta nel rito, si svolse per la prima volta. Dall'altro lato, si rimane ancorati nel presente, in cui gli eventi narrati stanno avendo luogo. Tramite il canto, il ballo e tutte quelle azioni che avvengono durante questo momento particolare, viene trasmesso il sapere e l'identità della collettività.[43]

Una religione, oltre all'aspetto sociale e comunitario, è composta anche da uno spazio personale e intimo destinato al singolo individuo, in cui le sole parole, molto spesso, non bastano a descrivere ciò che il singolo sente quando entra in contatto con la sua divinità. Come scrisse Rudolf Otto in *The idea of holly:*

> The reader is invited to direct his mind to a moment of deeply-felt religious experience, as little as possible qualified by other forms of consciousness. Whoever cannot do this, whoever knows no such moments in his experience, is requested to read no further; for it is not easy to discuss questions of religious psychology with one who can recollect the emotions of his adolescence, the discomforts of indigestion, or, say, social feelings, but cannot recall any intrinsically religious feelings.[44]

Secondo Otto, infatti, l'esperienza religiosa può essere compresa solo da pochi individui. È un'esperienza intima, indescrivibile e magica, che non può essere trattata con l'approccio freddo e razionale dello studioso. Pertanto, molti esperti si sono arresi nel dare una definizione complessiva di religione, scegliendo invece di dedicarsi a descriverla dal punto di vista storico e come essa si è manifestata nel corso del tempo.

La religione possiede inoltre una componente sacrale, che supera e trascende la dimensione umana. Questa realtà cerca di apparire come la realtà fondatrice di tutto quanto anche sé, in verità, non è che un prodotto umano. Le religioni infatti "sono come una moneta che ha corso unicamente tra gli uomini e in funzione dei loro interessi, abituate come sono a intrecciare le loro danze con la storia umana fino a confondervisi".[45]

---

[43] Buttitta, *La memoria lunga, cit.,* p. 9.
[44] Otto, *The idea of Holly,* p. 9.
[45] Filoramo, *Che cos'è la religione,* p. 81.

Infatti, le diverse religioni entrano in contatto le une con le altre, comunicando e scambiando concetti, formule, conoscenze e tutto ciò che si può rivelare essenziale per un certo gruppo, in un dato luogo e tempo. Le religioni, quindi, riprendono, adattano e modificano nozioni, significati simbolici, immagini e molto altro, appartenenti a religioni di altri gruppi. Esso ha sia una valenza positiva, che negativa. Il sacro infatti, come sostiene Filoramo, è considerato un concetto universale, il fondamento di ogni religione e la base dell'esperienza religiosa. [46] Come disse Schleiermacher, citato da Giovanni Filoramo in *Che cos'è la religione "*L'idea di Dio senza la concezione del sacro non è religione". Rappresenta, inoltre, il legame tra un Dio e un aspetto della realtà naturale. Robert Smith, citato sempre da G. Filoramo, designa il sacro come:

> Ogni luogo e cosa che possiedono un'associazione naturale con il dio sono considerati – se è lecito prendere a prestito una metafora dall'elettricità – come carica di un'energia divina che è pronta ad ogni momento a scaricarsi fino a distruggere l'uomo che presuma di accostarvisi in modo indebito.[47]

L'individuo, infatti, vive quotidianamente immerso in una realtà profana e mondana e nel momento in cui si affaccia al divino, necessita di sottostare a tutta una serie di norme di purificazione, per eliminare o ridurre al minimo i residui profani presenti su di lui. Tutti questi passaggi sono essenziali, in quanto, l'enorme quantità di divino presente in quell'aspetto della realtà, finirebbe per annientarlo, se si avvicinasse indiscretamente.

Vediamo ora il significato della parola *sacro.* È una parola che proviene dal latino *sacer,* ma può anche rifarsi a *sanctus.* Infatti, entrambi i termini derivano dalla radice indoeuropea *sak*, che originariamente indicava una sanzione.[48] *Sacer* si riferisce a tutto ciò, inteso come un oggetto, una persona, un animale o un luogo, che viene sottratto dalla sfera umana, legata al profano, per entrare nella sfera divina. Questo termine andava anche ad indicare il luogo sacro circoscritto e cinto dalle mura, entro cui non si potevano commettere atti impuri, in quanto luogo riservato alla divinità. *Sacer*, andava ad indicare anche la condanna che ricevevano coloro che si macchiavano di crimini molto gravi e avveniva che, l'incriminato, venisse consacrato alla divinità. Tolto dalla sfera umana, il suo destino ora era affidato alla divinità. Pertanto, non facente più parte della comunità,

[46] Filoramo, *cit.,* p. 93.
[47] Filoramo, *Cit.,* p. 95.
[48] *Ivi,* p. 97.

non sottostava più neanche alle leggi che regolavano il comportamento umano e poteva essere ucciso impunemente da chiunque.[49]

Sacer quindi, andava ad indicare qualcosa o qualcuno che diventava di proprietà della divinità, uscendo dalla sfera umana. Rudolph Otto, descriverà il sacro, inteso come una realtà ontologica, che al tempo stesso viene percepito dall'uomo sia come *tremendum* che *fascinans.* In conclusione, si può dire che, per quanto riguarda la religione, in molti si sono espressi e hanno cercato di darle un significato e una spiegazione. Però, come sostenne lo studioso Émile Durkheim, in molti hanno scelto di studiarla dal punto di vista razionale, senza tenere conto dell'aspetto emozionale delle religioni. Infatti, il modo in cui l'individuo percepisce la religione è altrettanto essenziale nel capire come essa giunge ad aiutare l'individuo nella quotidianità e a spiegare come mai, fin dall'antichità ad oggi, l'uomo senta il bisogno di credere in qualcosa di più.[50]

La religione gioca un ruolo importante anche nella rielaborazione dei ricordi; infatti, la religione stessa esiste per conservare il passato e tenere assieme un dato popolo o gruppo sociale. Questo passato, tramandato di generazione in generazione, nasce quando avviene una significativa e primordiale rottura che ha portato alla realtà attuale, come la conosciamo oggi. Inoltre, la religione finisce inevitabilmente per organizzare il passato e il futuro.[51] I ricordi, infatti, giungono a comporre l'identità e la memoria collettiva di un dato gruppo o una data comunità. Ogni popolo, giunge a considerarsi il popolo eletto, il protagonista delle vicende storiche. A tal proposito si ricollega anche l'osservazione di Chaty Caruth (1996), nel libro *Unclaimd Experience,* a proposito del trauma legato alla morte:

> Il trauma consiste non solo nell'aver affrontato la morte ma, per la precisione, nell'essere sopravvissuti senza conoscerla; Ciò a cui si ritorna nei ricordi traumatici non è l'incomprensibilità della propria vicinanza alla morte, ma l'incomprensibilità stessa della propria sopravvivenza.[52]

Un popolo o una persona che sperimenta un evento traumatico e giunge a sopravvivere, a differenza di molti altri che finiscono per perire, inevitabilmente, giungono a domandarsi il perché della propria sopravvivenza. Si cerca un senso a tutto ciò e questo

[49] *Ivi,* p. 99.
[50] Durkheim, *Le forme elementari della vita religiosa,* p. 482
[51] Assman, *La memoria culturale*, p. 48-49
[52] Caruth, *unclaimd Experience,* p.68.

porta a credersi eletti, scelti da Dio tra tutti i popoli. La Torà stessa ne è esempio di ciò; per tutti i suoi libri, il popolo giudaico, cerca di giustificare sia la propria sopravvivenza, che i diversi cataclismi sperimentati, concludendo la propria elettività, rispetto agli altri popolo.[53]

Nel momento però in cui il passato e le tradizioni non vengono più ricordate, ma anzi, perdono d'importanza e sono abbandonate, tutto cambia e ha inizio la storia, fatta di cambiamenti e movimenti, in cui, le vicende dei singoli gruppi si mischiano e si collegano le une alle altre. Questo porta all'eliminazione di quell'elettività che un gruppo percepiva su di sé e, come disse lo studioso Carl Gustav Jung si "dà la coscienza in preda all'indeterminato e all'indeterminabile".[54]

Secondo Jung, infatti, la religione è una forma di protezione per l'uomo, fatta di dogmi, contro le possibili crisi che la vita, o il nostro inconscio, ci pongono davanti. Essa è capace di parlare all'animo umano, intesa come la parte più autentica e profonda di noi, ma anche la più pericolosa. Infatti, proprio lì sono racchiuse anche le nostre verità e paure più profonde, che mettiamo a tacere per adattarci ai costrutti sociali. Ogni tanto però, nel corso della vita, queste verità riemergono turbandoci nel profondo e causando quelle che, nella sua epoca, venivano definite isterie.[55] La religione, secondo Jung, riesce ad accogliere e a calmare queste verità irrompenti e spaventose dell'animo umano, attuando anche, in certi casi, un cambiamento significativo nella persona. La religione riesce in ciò poiché è un prodotto dell'animo umano e, di conseguenza, riesce a parlare agli altri animi umani. Il fedele, quindi, seguendo la religione sente dentro di sé una liberazione, una pace e una tranquillità spirituale e fisica che Jung descriveva così:

> l'esperienza religiosa è assoluta. [...] chi l'ha avuta possiede il gran tesoro di qualcosa che è divenuto per lui fonte di vita, di splendore, di pensiero e di bellezza e che ha donato nuovo splendore al mondo e al genere umano. Egli ha pistis e pace.[56]

[53] Carr, *Santa resilienza. Cit.,* p. 116.
[54] Jung, *Psicologia e religione,* p107.
[55] *Ivi,* p. 51.
[56] *Ivi,* p.106.

1.4 Trauma e Religione

Nell'*Agamennone,* Eschilo così scriveva:

Egli [Zeus] i mortali guida al pensiero,

egli ha stabilito la legge

della conoscenza mediante sofferenza [...]:

saggezza giunge a chi non la vuole.

Dono violento è questo, forse,

dagli dèi assisi sulla sacra tolda (vv.177-181).

L'uomo è condannato ad acquisire saggezza tramite la sofferenza e il dolore. Questa è l'antica verità che ci è arrivata fino ad oggi. Il dolore e la sofferenza accompagnano l'uomo fin dall'origine e il trauma, così come le esperienze traumatiche, esistono dall'inizio dei tempi, ancora prima che prendessero avvio gli studi sul trauma. La Bibbia, sia giudaica, che cristiana, così come il Corano e molti altri testi, quali ad esempio le tragedie greche antiche, sono arrivati fino a noi e possono essere interpretati come elaborazioni di queste esperienze traumatiche. All'interno di questi tesi, il dolore e la sofferenza hanno grande spazio e permettono alle persone, di tutto il mondo e di tutte le epoche, di ritrovarsi in quelle vicende, trovando la forza necessaria per superare le situazioni dolorose che si vivono quotidianamente.[57] Durkheim stesso sostenne quale fosse la funzione della religione:

> Farci agire, di aiutarci a vivere. Il fedele che ha comunicato con il suo dio [...] egli è un uomo che può di più. Egli sente in sé una forza maggiore sia per sopportare le difficoltà dell'esistenza sia per vincerle. Egli è sollevato al di sopra delle miserie umane perché è sollevato al di sopra della sua condizione di uomo; si crede salvo dal male, quale che sia, comunque, la forma in cui concepisce il male.[58]

[57] Carr, *Santa resilienza,* p. 12.
[58] Durkheim, *Le forme elementari della vita religiosa,* p. 482.

La religione aiuta l'individuo a trovare la forza necessaria per sopportare le difficoltà della vita e a superarle, creando quella certezza necessaria a spazzare via l'impotenza che si può percepire, ogni tanto, di fronte alle forze in atto nel mondo. Finiamo, inoltre, per ritrovarci nelle sofferenze, lontane, ma attuali allo stesso tempo, di antichi popoli e di persone che non esistono più. Queste sofferenze riescono ancora a parlarci e a dare senso a quella realtà che può risultare, in certi momenti tanto caotica, quanto cruda. Questo avviene poiché, nonostante cambi il modo in cui l'evento traumatico avviene, il dolore e la sofferenza rimane la stessa. Grazie alla *sintonia,* cioè quella forte connessione emotiva che ci permette di "sintonizzarci" con gli altri, comprendere i bisogni e gli stati emotivi dell'altro, riusciamo ad entrare in questo intimo contatto, che prescinde tempo e spazio e ci permette di trovare conforto.[59] Scrive David M. Carr a proposito di ciò:

> Per anni avevo visto croci: sulle chiese, sulle collane, sulla carta da lettere, lungo le autostrade, ma quella settimana dell'11 settembre a New York ne ebbi una comprensione nuova. [...] Per me divenne il segno del trauma, sì, ma non solo: del trauma affrontato da Dio accanto a noi. La croce, simbolo creato nel cuore del primo trauma cristiano, venne utilizzata in modo efficace da Walter Tennyson per portare conforto alla comunità presbiteriana di New York a seguito dell'11 settembre. Il sermone invitava l'assemblea a vedere Gesù Cristo, crocifisso dai Romani, come simbolo di un Dio traumatizzato, un Dio che era proprio accanto a loro nel momento in cui affrontavano e sopravvivevano al loro trauma.[60]

C'è un motivo quindi del perché le Bibbie, cristiana o giudaica, sono arrivate a noi, riuscendo a sopravvivere alla violenta e sanguinosa repressione romana: perché, nascono e si formano da grandi crisi. Sono state scritte da persone che capiscono il dolore, la sofferenza, lo smarrimento e l'impotenza che si prova davanti a certi eventi terribili e riescono a rompere, o anche solo, a far breccia nel muro che il trauma invece crea attorno a sé stessi. Questo muro, che col tempo rischia col diventare sempre più solido, impedisce di creare dei veri e profondi contatti con il mondo e gli esseri viventi che lo abitano.[61] Questi libri giungono in sostanza, a parlare all'animo umano e danno un senso alla realtà che l'uomo sperimenta, che può dimostrarsi certe volte tanto distruttiva, quando violenta.

[59] Maté, *Quando il corpo dice no,* p. 211.
[60] Carr, *Santa resilienza,* p.145-146.
[61] *Ivi,* p.226-227.

Come disse B. van der Kolk "L'esperienza del trauma è l'esperienza dell'abbandono di Dio, dell'esclusione dell'umanità."[62] Le scritture giudaiche o cristiane o anche il Corano vogliono invece dimostrare come Dio sia sempre presente, anche quando la vita va in frantumi ed è per questo che queste Scritture riescono tutt'ora a parlarci e ad essere comprese. Questo perché, il trauma continua ad essere un evento costante nella nostra vita, sperimentabile da tutti e l'unico modo per superarlo è dando voce a ciò che si prova, con l'aiuto degli altri.

Un esempio è ciò che avvenne nel 1996, durante la Truth and Reconciliation Commission in sud Africa, instituita a seguito della fine della politica legata all'apartheid, che comportava la segregazione razziale nel Sud Africa. Tali commissioni, condotte dall'arcivescovo Desmond Tutu assieme a Nelson Mandela, avevano l'obiettivo di promuovere un dialogo internazionale, che contribuisse alla guarigione dalle sofferenze sperimentate. Si creò quindi un contesto accompagnato sia da balli e da canti collettivi, in cui tutti gli individui partecipavano attivamente. Come scrisse il dottor Bessel van der Kolk, presente in tale occasione:

> I testimoni raccontavano indicibili atrocità, di cui erano stati vittime insieme alle loro famiglie. E, nel momento in cui l'emozione stava per sopraffarli, Tutu interrompeva la loro testimonianza e invitava il pubblico a pregare, cantare e ballare, in modo tale che i partecipanti potessero accogliere le loro lacrime senza collassare. Ciò permise ai partecipanti di poter oscillare "dentro e fuori" il proprio orrore, trovando le parole per descrivere ciò che era accaduto.[63]

Quello che si venne a creare rappresenta uno degli aspetti più importanti della religione: quello di unire assieme tutti. Sia coloro che hanno sofferto, in modo tale da permettere di dar voce al loro mondo interiore, alle loro emozioni, senza sopprimerle, ma anche coloro che non hanno vissuto questo tipo di dolore e non possono comprendere fino in fondo cosa prova l'altro. Così facendo, si permette la creazione di una rete sociale, che tiene tutti uniti.

La religione, infatti, cerca di integrare le diverse esperienze con i vissuti degli altri, annullando lo stato di isolamento che si verrebbe a creare a seguito del trauma, si forma così, una catena sociale di solidarietà che permette di avviare un processo di guarigione

[62] Der Kolk, *il corpo accusa il colpo,* p. 469.
[63]Der Kolk, *Cit.,* p. 467.

dal trauma collettivo, in cui si lascia andare l'esperienza, senza aggrapparsi ad essa.[64] Basti pensare anche alla terapia legata al teatro greco, o alle tragedie shakespeariane, che rimettono in atto e reinterpretano gli antichi racconti mitologici. Essi, tramite riti religiosi, danza e canto, creano una straordinaria emotività ed espressività, arrivando a coinvolgere emotivamente lo spettatore. Lo si rende partecipe sia nelle sofferenze rappresentate e, allo stesso tempo, lo si porta a trovare affinità con esperienze simili da sé stesso vissute, diventando, alla fine, terapeutico. Come disse Bryan Doerries, citato da van der Kolk in *Il corpo subisce il colpo,* a proposito dei veterani e della facilità con cui riesco ad entrare in connessione con le tragedie greche, disse: *"*Chiunque sia venuto in contatto con il dolore estremo, la sofferenza o la morte, non ha difficoltà a comprendere la tragedia greca. È una storia che testimonia appieno le esperienze dei veterani."[65]

Un esempio significativo in cui il dolore dell'uno, diventa uno specchio per il dolore dell'altro lo troviamo, ancora, nel mito di Orfeo, delle *Metamorfosi* di Ovidio. Il protagonista, arrivato davanti ai signori dell'Ade, intona un canto talmente dolce quanto struggente, raccontando dell'amata Euridice e della sua giovinezza rubata dal morso di una vipera. Cantando, riuscì a commuovere tutti i presenti e tale fu l'impatto emotivo sugli spettatori:

Mentre così si esprimeva, accompagnato dal suono della lira,
le anime esangui piangevano; Tantalo tralasciò d'afferrare
l'acqua che gli sfuggiva, la ruota d'Issìone s'arrestò stupita,
gli avvoltoi più non rosero il fegato a Tizio, deposero l'urna
le nipoti di Belo e tu, Sisifo, sedesti sul tuo macigno.
Si dice che alle Furie, commosse dal canto, per la prima volta
si bagnassero allora di lacrime le guance. Né ebbero cuore,
regina e re degli abissi, di opporre un rifiuto alla sua preghiera,
e chiamarono Euridice (vv. 1-77).

Tutti ascoltando il canto ne compresero il dolore e, in diverse versioni successive e più recenti, si raccontò, in particolare, di come Persefone ascoltando il canto di Orfeo, ricordò i momenti felici e lieti mentre correva libera tra i prati della Terra, prima che il suo rapimento avesse luogo. Ripensando alla sua giovinezza rubata pianse, acconsentendo a

[64] *Ibidem.*
[65] Der Kolk, *Cit.,* p. 466.

lasciare andare Euridice. Ascoltare un canto, osservare una scena teatrale o leggere un libro che narra vicende traumatiche avvenute millenni fa sono strumenti, a nostra disposizione, che ci permettono di dar voce a quel dolore interiore, che non è stato ancora superato e che chiede di essere espresso. Solo esprimendolo, convalidandolo e comprendendolo, si può fare il passo successivo di lasciarlo andare. La religione cerca proprio di aiutarci in questo percorso di liberazione.

Nelle religioni troviamo poi quei personaggi noti come "figure di ricordo".[66] Essi sono individui che diventano modelli contenenti gli atteggiamenti di una data comunità. Le loro biografie sviluppate successivamente, dopo svariato tempo dalla loro morte, si basano su ricordi decisivi tramandati all'interno del gruppo. Un esempio lo è Gesù visto come simbolo del messaggio salvifico, la cui crocifissione e la conseguente resurrezione rappresentano la via per ottenere la salvezza, che richiedeva di passare tramite la croce, cioè tramite il dolore. Stessa cosa vale per molte altre figure come Mosè oppure Abramo.[67] Queste narrazioni, come scrive David M. Carr:

> Hanno parlato alle persone sofferenti, le quali si ritrovano in Abramo e nei suoi figli, e guardano a un Dio che, almeno in teoria, si prende cura di loro anche nei traumi peggiori dell'esistenza e persino nei luoghi in cui i figli - la cosa più preziosa che può venire a mancare a qualunque genitore - sono perduti o minacciati. Ai Giudei e non solo [...] ha donato speranza, o almeno un fondamento per protestare.[68]

Prendendo poi, in esame il libro *The cross and the lynching tree* di James H. Cone (2011), si mostra l'interpretazione fatta dalla comunità afroamericana, a proposito della figura di Gesù. Infatti, durante il corso della loro cruda e dolorosa storia di schiavitù e discriminazione, riuscirono a trovare le parole e la forza per andare avanti usando, come riferimento, la figura di Gesù e la croce. Morire in croce, infatti, era una morte umiliante, ignobile ed estremamente dolorosa, così come l'essere impiccato ad un albero, punizione riservata a coloro considerati "reietti" della società, che all'epoca comprendeva le minoranze, i criminali o gli spregiudicati.[69] Sia Gesù, che la comunità afroamericana furono pubblicamente umiliati, soggetti a grandi umiliazioni e crudeltà e proprio questa

[66] Assman, *La memoria culturale,* p. 13.
[67] Carr, *Santa resilienza,* p. 160.
[68] *Ivi,* p. 103.
[69] Cohe, *The cross and the lyinching tree,* p. 31.

somiglianza nelle loro vicende permise a quella comunità di dare voce all'orrore indicibile che stava vivendo. Scrisse Cone a proposito di come la comunità nera interpretò la croce, simbolo cristiano, associandola alla loro sofferenza quotidiana e di come riuscì a trovare conforto e convalidazione nella sua sofferenza:

> Faith was the one thing white people could not control or take away. [...] Jusus' cross had given them an identity far more meaningful than the harm that white supremacy could do them. No matter what song they sang or what church they belonged to, they infused them with their own experience of suffering and transformed what they received into their own.[70]

La religione e i libri biblici, quindi, come sostiene David Carr, in *Santa resilienza. Le origini traumatiche della Bibbia* (2014) ebbero molto successo e si diffusero così tanto, principalmente per il fatto che questi libri furono forgiati nella sofferenza e nelle catastrofi, sotto dominazioni straniere, deportazioni ed esili, lasciando il segno del trauma. Nel corso del racconto biblico troviamo struggimento, smarrimento, autocolpevolizzazione. Ci si chiede, spesso se non in continuazione, come sarebbero andate le cose se tutti si fossero comportati in una determinata maniera e come sarebbe stato se quegli eventi non fossero mai avvenuti. È una storia imperfetta, dolorosa, incerta, piena di ostacoli, di inganni, ma accanto a tutto ciò è presente anche un messaggio di speranza. Infatti, quell'essere che viene identificato come Dio e che rappresenta anche tutta questa realtà, cammina accanto all'umanità, senza mai abbandonarla completamente.[71] Questo messaggio di speranza è importante, se non essenziale, poiché contribuisce a creare la rassicurazione che tutto è sotto controllo e il caos che si sperimenta fa parte di un piano più grande, così come il dolore è momentaneo.

[70] *Ivi,* p. 22.
[71] Carr, *Santa resilienza,* p. 230.

CAPITOLO DUE: PASSATO E RICORDI

2.1 Ernesto de Martino

Il secondo capitolo sarà in gran parte dedicato alla figura di Ernesto de Martino che fu un etnologo, filosofo e storico delle religioni italiano della prima metà del '900. Si affronteranno quei concetti, ampiamente sviluppati da de Martino durante tutto il corso della sua vita, legati alla "presenza" e alla conseguente "crisi della presenza". Essi saranno essenziali per questa tesi, in quanto ci aiutano a comprendere il radicato volere umano di "esserci" nel qui e ora, che si manifesta soprattutto quando sono sperimentate esperienze traumatiche. Questo volere, infatti, in tali situazioni rischia di entrare in crisi e di frammentarsi di fronte a quegli eventi che risultano insopportabili e traumatici. Si osserverà come la struttura magico-religiosa, studiata a fondo da de Martino, aiuti la "presenza" a persistere e a superare la crisi, riuscendo a riscattarsi.

Ernesto de Martino nacque a Napoli il 1° dicembre 1908. Si laureò con una tesi in storia delle religioni nel 1932 all'Università di Napoli sotto la guida di Adolfo Omodeo. Proprio durante gli anni universitari si avvicinò alla figura di Benedetto Croce, nel cui ambiente maturò il suo pensiero storico e da cui, col tempo, si distanziò sviluppando un suo pensiero proprio indipendente. Ebbe modo, inoltre, di seguire il corso di "Storia delle religioni comparate" di Raffaele Pettazzoni.

Nel 1941 pubblicò il primo libro *Naturalismo e storicismo nell'etnologia*, in cui esprimeva una critica alla ricerca etnologica classica e proponeva dei cambiamenti in tale campo.[72] Successivamente, a questa prima presa di posizione, seguì nel 1944-45 la ricerca etnologica compiuta nel suo secondo libro, *Il mondo magico,* che vide poi la luce nel 1948. Nel libro, i concetti che emergono sono quelli legati alla "presenza" e alla "crisi della presenza" e la reintegrazione culturale e istituzionale della "presenza" tramite la magia.[73]

Dopo una militanza tra le forze socialiste nel 1945, nel 1950 aderì al Partito Comunista Italiano (PCI) e assieme all'adesione politica, iniziò anche un interesse per l'aspetto magico-religioso della popolazione contadina nel Mezzogiorno. L'Italia Meridionale, che all'epoca era una delle zone più povere e arretrate d'Italia, presentava un tipo di religiosità

[72] Angelini, *Ernesto de Martino,* p. 15.
[73] *Ivi,* p. 29.

che mischiava credenze popolari, malefici, fatture e contro fatture assieme al cattolicesimo. [74] De Martino, in tale occasione, accompagnato da un equipe costituita sia da medici, che psicologi e psichiatri, diede avvio a diverse ricerche etnologiche nel Meridione, per studiare sul campo tale fenomeno religioso. Studiò come il sistema magico-religioso si strutturava e come andava ad impattare sulla vita dei singoli e della collettività. Il frutto di tali spedizioni fu la cosiddetta "trilogia meridionalista" composta da: *Morte e pianto rituale* (1958), *Sud e magia* (1959) e *La terra del rimorso* (1961).

Successivamente, nel 1959 divenne professore di ruolo di Storia delle Religioni presso l'Università di Cagliari. In questo periodo sviluppò i concetti chiave di "apocalissi culturali" e "miti escatologici". Tali studi, infatti, erano i risultati di riflessioni mosse dai dirompenti cambiamenti politici e internazionali, che stavano avvenendo negli anni '60. Essi furono successivamente integrati nel libro postumo *La fine del mondo. Contributo all'analisi delle apocalissi culturali* (1977).[75] Morì il 6 maggio 1965 a Roma.

2.2 Presenza e crisi della presenza

Uno dei concetti più importanti del pensiero di de Martino è proprio quello legato alla "presenza" e alla sua possibile crisi. De Martino iniziò a parlare di "presenza" nel libro *Il mondo magico* (1948). Essa veniva letta come la capacità dell'essere umano di "sapersi ed essere presente" nel mondo. Tale capacità però, come fa notare de Martino, rischia occasionalmente di essere compromessa a causa di certi eventi che lasciano un determinato impatto sull'individuo o sulla collettività. In tal caso, l'essere umano sperimenta la cosiddetta "crisi della presenza" rappresentata dalla "perdita del sé" e dalla "crisi della domesticità del mondo", sentendosi dominato dall'evento e impotente di fronte al mondo.[76]

Inizialmente de Martino prese in esame, nello studio sulla presenza, gruppi umani che, secondo lui, facevano parte di "culture primitive", ovvero quelle culture in cui gli individui non hanno ancora ben salda l'identità propria. Essa, infatti, davanti a semplici eventi che fuoriescono dalla vita quotidiana, tenderebbe ad andare in crisi e a portare

[74] *Ivi,* p. 52.
[75] Gallini, *La fine del mondo,* p. XLIII.
[76] Lesce, *La presenza alienata,* p. 179.

l'individuo allo sfogo di impulsi incontrollabili e irrazionali. Studiò anche, come la magia e la religione servissero a proteggere l'uomo da tali "crisi della presenza".[77]

La crisi della presenza si poteva manifestare in diversi modi: poteva succedere che, a seguito di un evento critico, "il soggetto, in luogo di udire o di vedere lo stormir delle foglie, diventa un albero le cui foglie sono agitate dal vento, in luogo di udire la parola diventa la parola che ode, ecc."[78] Oppure poteva succedere che "lo smarrimento della presenza assume un'altra forma: in occasione di emozioni inattese, di spavento, di angoscia davanti alla morte e simili, la vittima diventa preda di una tempesta di movimenti, di uno scatenamento di impulsi. La vittima salta senza sosta, afferra un'arma, corre all'impazzata, colpisce e uccide chiunque incontri sul proprio cammino, anche se si tratta del proprio padre."[79]

Nel *il Mondo Magico* (1948), de Martino mostra anche come la crisi della presenza venga percepita, dalla comunità o dal singolo, come azione di un'entità maligna sempre in atto a minacciare l'integrità dell'essere umano e del mondo stesso. La magia diventava, quindi, uno strumento capace di eliminare e superare tutto ciò di negativo possibile, che rischiava di causare la crisi. Tramite ciò, la persona del mondo magico riusciva a rielaborare la propria crisi, dando avvio al riscatto della presenza, che avveniva grazie alla magia e agli strumenti da essa forniti, che consentivano l'uscita dalla propria condizione di frammentazione psicologica.[80]

Nelle culture magiche, laddove l'aspetto magico gioca un importante ruolo, quelle condizioni che indicavano la frammentazione dell'io individuale o collettivo, venivano chiamate "latah dai Malesi, olon dai Tungusi, brunii dagli Yukagiri, amurak dagli Yalcuti, menkfiiti dai Koriaki, imu dagli Ainu."[81]

Scriveva de Martino:

> Se analizziamo lo stato *olon*, ravvisiamo, come suo carattere, una presenza che abdica senza compenso. Tutto accade come se una presenza fragile, non garantita, labile, non resistesse allo *choc* determinato da un particolare contenuto emozionante, non trovasse l'energia sufficiente per mantenersi presente ad esso,

[77] Marraffa & Bernardi, *Presenza e crisi della presenza. Cit*., p. 94.
[78] De Martino, *il mondo magico*, p.128.
[79] *Ivi*, p.129.
[80] Lesce, *cit*., p. 181.
[81] De Martino, *Il mondo magico*, p. 126.

> ricomprendendolo, riconoscendolo e padroneggiandolo in una rete di rapporti definiti.[82]

Lo stato *olon,* come pure gli altri stati, mostra come gli individui che lo subiscono, giungano a sperimentare "un'indiscriminata coinonia",[83] cioè, una fusione del proprio io con il mondo, che, di conseguenza, porta all'annullamento del proprio sé. La presenza, infatti, decade e così facendo, scompare anche la distinzione tra la propria coscienza e il mondo, trasformando l'individuo in un "eco del mondo".[84]

La presenza, quindi, subendo il negativo, lo esprime in quello che diventa il dramma della crisi della presenza, che rappresenta il rischio del non-esserci come presenza singola e attiva nel mondo. La magia, che interviene in tale situazione, diventa uno scudo di protezione, che affronta la crisi sul piano culturale, con l'obiettivo di superarla e trasformarla in qualcosa di controllabile, ribaltando la situazione. Infatti, se nello stato *olon* la "presenza" subisce una situazione che la paralizza e la domina, la "presenza" assieme alla magia, giunge ad affrontare la crisi, ritualizzandola e dominandola.[85]

Nel momento in cui il negativo finisce per mettere in crisi la "presenza", l'individuo inoltre giunge a fare esperienza dall'essere-agiti-da.[86] Quest'esperienza viene rappresentata dal sentimento di vuoto, che può essere percepita sia come alienazione da sé stessi, ma anche come, nei casi più estremi, uno stato di possessione. La persona, che si convince di essere posseduta, ha l'impressione che la propria presenza, o il proprio io, non sia più autonomo nel fare, pensare o agire. Ma anzi, ha il sentore che ci sia qualcun altro, diverso da sé stesso, che controlla e domina il corpo e la mente. In sostanza il soggetto non si sente più padrone di sé stesso.[87] Scrive de Martino:

> Quando il margine di autonomia della presenza si restringe sino a scomparire, e quando una seconda personalità aberrante e perversa irrompe bruscamente sostituendosi alla coscienza storica per un tempo più o meno prolungato, si ha lo stato di pura possessione.[88]

---

[82] *Ivi*, p. 128.
[83] *Ivi*, p. 221.
[84] Marraffa & Bernardini, *cit*, p. 95.
[85] *Ivi*, p. 96.
[86] Angelini, *cit*., p. 108.
[87] *ibidem*
[88] De Martino, *il mondo magico*, p. 91.

Questo è quello che de Martino nel *il mondo magico* presenta come il dramma del mondo magico: il rischio di non-esserci, che viene costantemente minacciato dal negativo reale o potenziale. Infatti, basta anche solo una semplice rottura nell'ordine quotidiano, per mettere a repentaglio la presenza stessa. La crisi che ne deriva rappresenta, per l'individuo, un uscire fuori dalla storia e dal mondo, senza più farne parte.[89] A tal riguardo, scrive de Martino nel *Il mondo magico*:

> Il rischio a cui si espone il «ci sono» non è che un momento del dramma esistenziale magico: l'altro momento è il riscatto dell'esserci, il porsi della presenza, l'articolazione di un mondo significativo a cui si è presenti. Se è vero che le tecniche analizzate sono volte a combattere in varia guisa l'oltre che condiziona la presenza, è anche vero che queste tecniche sono semplicemente un mezzo per entrare in rapporto col rischio della propria angosciosa labilità, per ordinare e plasmare il caos psichico insorgente, per leggere in questo caos le forme o figure di «spiriti», per evocare questi spiriti padroneggiandoli.[90]

La magia, quindi, diventa uno di quegli strumenti che cerca di proteggere la psiche dall'angoscia e dalla paura. Essa si pone l'obiettivo di superare quei limiti e quei blocchi che, invece, la crisi della presenza giunge a creare e riesce in ciò usando forme culturali che plasmano la tradizione delle singole comunità. Proprio in questo contesto, inoltre, il mago assume un ruolo importante. Egli diventa colui che è in grado di restaurare la presenza altrui, che comprende e aiuta a superare il dramma degli altri. Il mago è colui, che, come afferma de Martino, riesce ad andare oltre i limiti della propria esistenza, diventando un vero e proprio "Cristo magico"[91], che fa da mediatore per tutta la comunità nel processo di riscatto della presenza.

In *Sud e magia* (1959) de Martino, si convinse che il rischio legato alla presenza non fosse il dramma appartenente solo al "mondo magico", cioè un mondo lontano dal nostro, ma che fosse un rischio permanente, che riguarda tutti.[92] Si interessò, non più a quei gruppi caratterizzati da "culture primitive", ma prese in analisi, in questo caso, il Sud Italia e ne studiò la religiosità.

---

[89] Lesce, *cit*, p. 179.
[90] De Martino, *cit*, p. 149.
[91] *Ivi*, p. 157.
[92] Marraffa & Bernardini, *cit*., p. 98.

All'epoca, Lucca e molte altre parti dell'Italia Meridionale erano le zone più povere ed arretrate d'Italia. Il cattolicesimo si mischiava a credenze popolari creando un quadro poliedro e vivace costituito da fatture e contro fatture, di stregoni e maciare in cui il malocchio e la fascinazione erano sempre dietro l'angolo. La magia, in questo contesto, assunse, per de Martino, il significato di "relitto" di religioni o rituali arcaici, che esisteva con l'obiettivo di proteggere la psiche umana dal negativo in cui poteva incorrere quotidianamente.[93] Questi luoghi però diventavano inevitabilmente "terre del rimorso", cioè, terre tormentate dal proprio passato e dai ricordi legati ad esso. Scrive de Martino:

> La terra del cattivo passato che torna e rigurgita e opprime col suo rigurgito [...] del passato che non fu scelto. Poiché in un terzo e ancor più ampio senso la terra del rimorso è il nostro stesso pianeta, o almeno quella parte di esso che è entrato nel cono d'ombra del suo cattivo passato.[94]

Inoltre, la continua esistenza di un regime arcaico, in cui l'incertezza per il futuro, la mancanza di beni primari, l'esistenza di elementi non controllabili dall'uomo e l'impotenza che l'uomo percepiva in generale, consentivano la fioritura di una cultura magica, come strumento di protezione contro quelle imprevidibilità della vita. Come scrive de Martino in *Sud e magia*:

> L'immensa potenza del negativo lungo tutto l'arco della vita individuale, col suo corteo di traumi, scacchi, frustrazioni, e la correlativa angustia e fragilità di quel positivo per eccellenza che è l'azione realisticamente orientata in una società che «deve» essere fatta dall'uomo e destinata all'uomo, di fronte a una natura che «deve» essere senza sosta umanata dalla demiurgia della cultura: ecco – si dirà – la radice della magia lucana, come di ogni altra forma di magia.[95]

E ancora, come scrive de Martino, sempre a proposito dell'ambiente e come esso giunga a determinare la presenza o meno dell'elemento magico in un gruppo umano:

> In condizioni di miseria psicologica qualunque manifestazione del negativo comporta il rischio di una negatività ancora più grave, cioè la caduta della stessa energia morale di decisione e di scelta, lo smarrirsi della presenza individuale.[96]

[93] De Martino, *Sud e magia*, p. 98.
[94] De Martino, *La terra del rimorso*, p. 22.
[95] De Martino, *Sud e magia*, p. 78.
[96] *Ivi*, p. 18.

In sostanza, de Martino, mostra come la magia, indipendentemente da dove si formi e da chi sia stata prodotta, esiste con lo scopo di proteggere la delicata psiche umana. Essa entra in gioco in quei momenti significativi della nostra vita, in cui o si è entrati in contatto con il negativo o lo si vuole evitare assolutamente. Che si tratti di un matrimonio appena celebrato, di una gravidanza, di un bambino che si appresta ad uscire fuori di casa per la prima volta o di un qualche altro evento che rappresenta un mutamento di stato. La magia, in tutti questi casi, cerca di proteggere la presenza individuale, combattendo sul piano immaginario quei rischi negativi reali e possibili, in modo tale da permettere all'individuo di passare nei migliori modi possibili agli stadi di vita successivi. [97]

De Martino dimostrò anche come gran parte degli eventi che avevano luogo nel Mezzogiorno, come nella città di Albano in cui la magia era ancora fortemente attiva, in molti casi, gli eventi erano modificazioni nella realtà. In certi episodi, si trattava di un totale oblio dell'esperienza psichica vissuta, che veniva reinterpretata, in un secondo momento, come un'occasione di fascinazione, di fattura o di maciare. Come scrisse de Martino: "Impulsi ostili repressi durante la veglia trovano realizzazione parziale e simbolica durante la notte, in una vicenda oniride che lascia tracce nella realtà."[98]

A tal proposito, il dottor B. van der Kolk, in un capitolo di *Il corpo subisce il colpo*, parlò dell'amnesia, della dissociazione e della riattualizzazione delle memorie traumatiche, all'interno di un individuo. Citando Janet, riportò il caso di una delle sue pazienti, Irene, che dopo essere stata ricoverata per tubercolosi a seguito della morte della madre, manifestò un'amnesia del suddetto evento. Inoltre, fu osservato come, molte volte, in uno stato di trance, fissava un letto vuoto e iniziava a prendersi cura di una persona immaginaria. Quello che stava vivendo era la dissociazione da quelle memorie dolorose legate alla morte della madre, ma allo stesso tempo, la paziente, riattualizzava il periodo in cui si era occupata della madre malata. In sostanza, Irene era ancora, fortemente, ancorata al periodo in cui si era presa cura della madre, prima della morte di quest'ultima. Janet dimostrò come, chi sperimenta eventi traumatici significativi per la propria psiche, giunga a trovarsi davanti ad un ostacolo insormontabile, simile a una montagna invariabile e, allo stesso tempo, ne rimanga attaccato, senza distaccarsi.

Scrisse Janet, citato da van der Kolk in *Il colpo accusa il colpo:*

[97] *Ivi*, p. 78.
[98] *Ivi*, p. 69.

> Non riuscendo a integrare le loro memorie traumatiche, sembrano perdere anche la loro capacità di assimilare nuove esperienze. È […] come se la loro personalità si fosse bruscamente fermata a un certo punto, e non riuscisse più ad aprirsi a nuovi elementi e alla loro assimilazione.[99]

In conclusione, De Martino ci mostra come molti gruppi umani ancora legati alla magia, così come alla religione, riconoscano la possibilità di smarrire la propria "presenza" o, meglio, la propria integrità, davanti a certi eventi traumatici. Il rischio in cui si teme di incorre consiste nella frammentazione del proprio io, si teme, infatti, che fuoriesca dal mondo e non sia più partecipe nel qui ed ora. Ed è proprio in questi momenti, che la magia e la religione riconoscono e convalidano il pericolo in cui si può incorrere e formano un sistema mitico-rituale in grado di riscattare la presenza e che permetta all'individuo di ritornare presente, integro e partecipe nel mondo. Vediamo come avviene nel concreto la protezione magico-religiosa.

2.3 Destorificazione mitico-rituale

Secondo de Martino, la protezione magico-religiosa nel quale le varie crisi individuali trovano il loro blocco, la loro rappresentazione e la reintegrazione culturale, avviene sul piano metastorico. De Martino, in *Sud e magia,* descrive così il piano metastorico e la protezione magico-religiosa:

> Cioè, come luogo in cui, mediante la iterazione di identici modelli operativi, può essere di volta in volta riassorbita la proliferazione storica dell'accadere, e quivi amputata del suo negativo attuale e possibile. [...] In virtù del piano metastorico come orizzonte della crisi e come luogo di destorificazione del divenire si instaura un regime protetto di esistenza, che per un verso ripara dalle irruzioni caotiche dell'inconscio e per un altro verso getta un velo sull'accadere e consente di «stare nella storia come se non ci si stesse». In virtù di tale duplice complementare funzione protettiva la presenza individuale si mantiene nel mondo, e attraversa i momenti critici reali o affronta le reali prospettive incerte «come se» tutto fosse già deciso sul piano metastorico secondo i modelli che esso esibisce: ma intanto, pur entro questo regime protetto di esistenza, si reintegra il bene fondamentale da proteggere, cioè la presenza individuale, la quale attraversa il momento critico o

[99] Der Kolk, *cit.*, p. 252.

> affronta la prospettiva incerta ridischiudendosi di fatto ai comportamenti realistici e ai valori profani che la crisi senza protezione magica avrebbe, nelle condizioni date, compromesso.[100]

Su tale piano avviene quindi la cosiddetta "destorificazione" del divenire, inteso come l'occultamento della storicità. Infatti, il "divenire", inteso come il cambiamento storico costante e incerto, che può diventare critico, viene presentato come già vissuto e già compiuto; pertanto, esso non comporta nulla di nuovo in sé, ma anzi, diventa solo una ripetizione di un momento già vissuto, che è rappresentato dal mito e viene attualizzato attraverso il rituale. Così facendo, si va a nascondere la possibilità che qualcosa di nuovo e decisivo possa accadere e si neutralizza il possibile negativo, che finirebbe per causare la crisi nella presenza.[101] De Martino descrive in questo modo l'azione della destorificazione:

> Il nesso mitico-rituale offre la opportunità tecnica di istituire punti nodali di passaggio storico, nei quali vengono «fatti tornare» e quindi «risolti» i simboli del passato critico (confessione dei peccati, ritorno ed espulsione dei morti...) cancellando il periodo passato, e ritornando alla prima volta quando il cosmo naturale sociale e morale nacque dal caos (orgia e reintegrazione). Si ha così in tali punti nodali la destorificazione della successione storica di periodi del tempo: la proliferazione storica del divenire, per cui ad un «anno» segue un altro anno, viene periodicamente amputata, cioè sempre di nuovo ricondotta - per così dire - al punto zero.[102]

La destorificazione viene, quindi, inteso come un ritorno alle origini, quando tutto nacque dal caos. In questo modo, si annullano le preoccupazioni legate al futuro e al divenire storico. La magia, come detto, diventa una protezione nel momento in cui la presenza è messa a repentaglio. L'instaurazione di un piano metastorico, che da un lato fornisce uno spazio per l'esprimersi delle crisi e dall'altro attua la destorificazione del divenire, permette così di "stare nella crisi" e di negarla al tempo stesso.[103]

Si giunge a creare così uno sfondo mitico che spiega l'origine delle fascinazioni, delle possessioni e tutto ciò che può diventare critico. I riti, a loro volta, accompagnati dai gesti

---

[100] *Ivi*, p.86.
[101] De Martino, *La fine del mondo*. Cit., p. 240.
[102] *Ivi*, p.249.
[103] De Martino, *La fine del mondo*, p. 223.

e delle parole cerimoniali sono altrettanto importanti nel riassorbire e superare il negativo, così com'è essenziale, nel gestire la crisi, la figura istituzionalizzata dell'operatore magico. Esso, o essa, possono essere lo stregone o la strega, che conosce a memoria il mito (o la historiola) da rievocare e che compie nella maniera giusta il gesto.[104] Scrisse inoltre de Martino, sempre a proposito dell'azione protettiva magico-rituale:

> la prospettiva infausta è riassorbita nell'orizzonte metastorico, dove non ci sono traversie, o dove il negativo è sempre cancellabile per la semplice ragione che è già stato cancellato. Una attenuazione del tema della destorificazione del negativo possibile si ha infine nelle pratiche divinatorie, dove l'ispezione dei simboli prefiguranti è indirizzata non tanto a cancellare la possibilità indesiderata, quanto piuttosto a sopprimere l'incertezza del futuro, e a prefigurarlo: il negativo, in questo caso, è la stessa incertezza della prospettiva.[105]

Infatti, nella recitazione rituale del mito, o dell'historiola come la definisce de Martino in *Sud e magia*, si va ad operare come "quella volta", cioè come la prima volta in cui, quell'azione riportata nel rito, è avvenuta. L'azione raccontata nel mito, che spiega sia l'origine, che lo scioglimento di ciò che comporta la crisi e cerca di cancellare l'incertezza legata al futuro. Un esempio di come il sistema mitico-rituale funzioni è rappresentato dall'historiola del *quatacomero*:

> Lo scongiuro contiene dunque una historiola, un modello mitico di fattura fatta e disfatta, che riattualizzato nella recitazione rituale torna ad operare come «quella volta». Il quatacomero è una sorta di nanetto deforme e barbuto, così ridicolo da muovere irresistibilmente il riso a un gruppo di donne che lo vede passare. Il nanetto, impermalito, si vendica facendo magicamente passare un pelo del suo barbone nei seni delle donne, con risultato immediato. Le donne, colpite da dolori al petto, rassicurano il nanetto di non aver voluto farsi beffe di lui, ma di loro stesse. E il nanetto, rabbonito, compie l'operazione inversa, ripigliandosi il pelo della barba e liberando le donne dall'ingorgo di latte.[106]

Si può notare, quindi, come nell'historiola del *quatacomeno,* sia presente sia l*'exemplum*, cioè l'esempio in cui l'evento critico è avvenuto per la prima volta. Troviamo anche le

[104] Angelini, *cit*., p. 109
[105] De Martino, *Sud e magia*, p. 97.
[106] *Ivi*, p. 55.

motivazioni che causarono quella crisi, ma allo stesso tempo, viene fornita anche la soluzione, quando il nanetto compie l'azione inversa. Nella realtà, la liberazione dallo scongiuro, viene rappresentato tramite il rito. Pertanto, la funzione del rito consiste nel:

> Ripete, narrando e mimando, miti esemplari nei quali tutto è già deciso nel senso desiderato. Ancor più esplicito e autonomo si rende il momento mitico nei cosiddetti scongiuri con historiola, nei quali il principio e il termine di una certa negatività sono riplasmati in episodi esemplari che hanno operatori metastorici come protagonisti del «fare» e del «disfare».[107]

Il rito riattualizza l'evento narrato nel mito e, allo stesso tempo, viene cancellato il possibile negativo che crea ansie e preoccupazioni. Infatti, è già stabilito che tutto vada nel senso desiderato. Il rituale diventa quindi il momento in cui una negatività termina, permettendo il superamento della crisi. Questo sistema mitico-religioso diventa essenziale nel permettere all'individuo o alla collettività di reintegrare la propria identità, anche se momentaneamente, permettendo di dare una rappresentazione culturale del proprio malessere fisico e psicologico. Come scrive de Martino:

> La ideologia della forza magica, della fascinazione, della possessione, della fattura e dell'esorcismo offre un quadro rappresentativo stabile, socializzato e tradizionalizzato nel quale il rischio di alienazione delle singole presenze si converte in ordine metastorico, cioè in un piano sul quale può essere effettuata la ripresa e la reintegrazione del rischio; d'altra parte ripresa e reintegrazione del rischio possono aver luogo nella misura in cui la negatività attuale o possibili del divenire possono essere ritualmente destorificati. Si profila così il secondo momento protettivo della magia, il mito in quanto exemplum risolutore dell'accadere e il rito in quanto iterazione del mito.[108]

De Martino dimostra come la magia, così come la religione, creino un sistema che interviene efficacemente nel momento in cui l'identità, di un individuo o una collettività, viene messa a repentaglio da reali eventi critici o anche solo da possibili scenari non ancora avvenuti. Intervengono, in tal modo, il mito che definisce il quadro entro cui ci si muove, trasformando l'evento critico in un fatto già vissuto, già affrontato e superato. Il rito, invece, diventa lo strumento attraverso, il quale, il mito viene attualizzato e si

[107] *Ivi*, p. 94.
[108] *Ivi*, p. 92.

definisce, in maniera concreta, il superamento della crisi. De Martino, in *La terra del rimorso,* studiando il tarantismo come sistema magico-religioso capace di eliminare momentaneamente il negativo, scrisse a tal proposito:

> la crisi reale di latrodectismo diventava semplicemente l'occasione per evocare e configurare, per far defluire e per risolvere altre forme di «avvelenamento simbolico», e cioè i traumi, le frustrazioni, i conflitti irrisolti nelle singole biografie individuali, e tutta la varia potenza del negativo che, rivissuta nei momenti critici dell'esistenza, si traduceva in altrettanti *perils of the soul* (e in questo caso esauritasi la sindrome tossica restava il tarantismo, con la sua vicenda simbolica di annue ripetizioni e di corrispondenti esorcismi musicali, coreutici e cromatici); oppure, a un più alto livello di autonomia simbolica, in occasione di determinati momenti critici dell'esistenza – come la fatica del raccolto, la crisi della pubertà, la morte di qualche persona cara, un amore infelice o un matrimonio sfortunato, la condizione di dipendenza della donna, i vari conflitti familiari, la miseria, la fame, le più svariate malattie organiche – insorgeva «la crisi dell'avvelenato», utilizzando il modello del latrodectismo simbolicamente riplasmato come morso di taranta che scatena una crisi da controllare ritualmente mediante l'esorcismo della musica, della danza e dei colori […]. Si spiegava altresì perché nelle occasioni di «primo morso» acquistavano particolare rilievo non soltanto situazioni connesse con i lavori agricoli (nelle quali non era da escludere un morso reale), ma anche situazioni che potremmo chiamare simboliche, come per esempio «pizzicata alla finestra a mezzogiorno», «pizzicata dopo la morte del padre», «pizzicata dopo un sogno di scorzoni», «pizzicata mentre era in preghiera», «incantato da una serpe andando verso il mare», «tarantato per aver visto uccidere una serpe» [...]. Il simbolismo mitico-rituale del tarantismo, e quella (molto più frequente nel complesso dei casi) di un morso interamente simbolico, vissuto in occasione di situazioni (lavori agricoli etc.) in cui l'incontro con aracnidi velenosi apparteneva all'ordine delle memorie tradizionali del regime di esistenza contadino.[109]

De Martino dimostra come nel tarantismo, si nasconda una lettura più profonda che va oltre al possibile morso del ragno e, in cui, ha rilevanza il vissuto della persona. Infatti, i

[109] De Martino, *La terra del rimorso*, p. 44.

diversi eventi critici che l'individuo ha vissuto, riemergono sottoforma di avvelenamento da ragno. Queste crisi, che sono principalmente malesseri dell'animo e della psiche, vengono affrontate e superate ritualmente tramite canto, musica e dei colori. De Martino, in questo modo, dimostra come tale simbolo mitico-rituale possa diventare uno strumento culturale che permetta di gestire quelle crisi personali, che invece rimarrebbero all'interno dell'individuo inespresse. Il tarantismo, oltre a permettere l'espressione del tormento interiore, indica la via per come esse debbano manifestarsi. Scrive infatti de Martino:

> Il simbolo della taranta che morde e avvelena, germinava in una forma in cui colui che faceva l'avvelenato in senso simbolico imitava il comportamento di chi, punto da ragno o dalle frecce del sole, sembrava versare in pericolo estremo. […]. Il tarantismo non si manifestava come disordine psichico, ma come ordine simbolico culturalmente condizionato (l'esorcismo della musica, della danza e dei colori), nel quale trovava soluzione una crisi nevrotica anch'essa culturalmente modellata (il comportamento dell'avvelenato). La crisi nevrotica poteva apparire legata all'occasione di un reale episodio di latrodectismo o ad altre malattie organiche, ma ciò che costituiva il tarantismo era l'autonomia del suo simbolo che dava orizzonte a conflitti psichici irrisolti e latenti nell'inconscio.[110]

Tramite il tarantismo si davano sfogo alle pulsioni dell'inconscio, agli eventi del passato non superati del tutto, che ritornano sottoforma di sintomi nevrotici. Citando de Martino, sempre a proposito del tantrismo:

> Il dispositivo come tale non era una «malattia», ma uno strumento di reintegrazione, un ordine tradizionalizzato di possibili efficacie simboliche, che disciplinava la crisi, le assegnava luoghi, tempi e modi determinati, e si sforzava di ricondurla verso un nuovo equilibrio. I singoli tarantati potevano occasionalmente essere considerati dei malati: ma il tarantismo cercava di introdurre nella malattia e nel modo di reagire ad essa un suo proprio modellamento, una sua propria regola culturalmente funzionante dell'abnorme e del normale, del dannoso e dell'efficace, del critico e del risolutivo. [111]

Il tarantismo, così come molti sistemi mitico-rituali, divenivano strumenti per aiutare l'individuo o la collettività nel ritrovare la propria integrità a fronte di conflitti interiori o

[110] *Ivi*, p. 46.
[111] *Ivi*, p. 47.

esteriori irrisolti, che causavano tormento e apprensione. Gli individui vengono trattati come malati, ma, allo stesso tempo, si forniscono gli strumenti di integrazione sociale, affinché non rimangano esclusi e marginalizzati. Infatti, come scrive de Martino "Permetteva a coloro che rischiavano di diventare invisibili, di ritornare visibili, di essere ascoltati e reintegrati nella società, dando modo alla persona di combattere, su un altro piano la propria crisi e liberarsene."[112]

Il sistema magico-rituale, oltre a controllare la crisi, definendo come essa dovesse esprimersi culturalmente, diventava una protezione per un pericolo più minaccioso, rappresentato dal crollo della presenza nella follia. Il rischio della crisi della presenza, come detto, non apparteneva più solo a certi gruppi umani, considerati possessori di una psiche più fragile rispetto ad altri, ma diventa un rischio entro cui tutti possono inciampare. Indipendentemente dalla propria provenienza geografica o dal periodo storico. Questi pericoli, che a lungo andare diventavano dei pesi sempre più insopportabili, rappresentavano una minaccia per la psiche e, pertanto, tramite i diversi dispositivi culturali messi a disposizione dalla società, si sentiva alleggeriva l'animo umano da tali fardelli.[113] Come scrisse de Martino:

> Il tarantismo costituisse un dispositivo simbolico mediante il quale un contenuto psichico conflittuale, che non aveva trovato soluzione sul piano della coscienza, e che operava nell'oscurità dell'inconscio, rischiando di farsi valere come simbolo nevrotico, veniva evocato e configurato sul piano mitico-rituale, e su tale piano fatto defluire e realizzato periodicamente, alleggerendo del peso delle sue sollecitazioni i periodi intercerimoniali, e facilitando per quei periodi un relativo equilibrio psichico.[114] 9

2.4 Rielaborazione del passato e dei ricordi

Da quello che si è detto finora, i ricordi e la rielaborazione personale e collettiva del passato diventano, da questo punto di vista, essenziali. Infatti, si è notato come, in certi casi, quel passato non risolto del tutto, rischia di tornare a tormentare la psiche umana nel presente. Inoltre, i ricordi dolorosi e traumatici diventano fonte di negatività, che appesantiscono il corpo e la mente, impedendo all'individuo e alla collettività di vivere

[112] *Ivi*, p. 51
[113] Marraffa & Bernardini, *cit*., p. 99
[114] De Martino, *La terra del rimorso*, p. 58.

serenamente nel presente. Solo recentemente, infatti, si è iniziato a studiare come le emozioni giochino un ruolo importante nel causare o nel ripristinare la salute. Come possano influenzare i nostri organi principali o, in caso vengano represse, a disarmare il nostro corpo contro le malattie.[115] Questi studi sono rappresentati dalla formazione di una nuova branca della medicina, chiamata *psiconeuroimmunologia*.[116]

Allo stesso tempo, i ricordi creano l'identità collettiva e individuale, andando a delineare il proprio "io" e definendo la maniera di muoversi nel mondo degli esseri umani. Quando si parla, infatti, di passato, si intende lo scorrere del tempo, che trasforma tutto quanto in "ieri", cioè eventi già vissuti.[117] A sua volta, tutto ciò che è già decorso ed è stato sperimentato diventa inevitabilmente un ricordo, che può durare nella nostra mente di più o di meno, in base a quanto l'evento è stato significativo per noi, poiché si ricorda solo ciò che è significativo. I ricordi vanno, inoltre, anche a comporre la propria storia, sia a livello personale, che comunitario, andando a creare la nostra identità e l'identità della comunità.[118]

Quindi, in sostanza, i ricordi giungono a creano chi siamo, definiscono la nostra realtà e vanno a costituire la propria percezione, individuale o collettiva, del mondo. Nel ricordo avviene inoltre un processo di ricostruzione, modificazione, riadattamento o commemorazione del passato e proprio da lì, si muove il nostro agire nel presente e la progettazione del futuro. Inoltre, ciò che segna in maniera definitiva la separazione tra passato e presente è la morte.[119] Essa segna lo scorrere del tempo e mette fine a tutto, comportando inesorabilmente un cambiamento. Allo stesso tempo, rappresenta anche l'oblio che tutti temono di subire. Diventa quindi essenziale, per i gruppi umani, conservare il ricordo di ciò che è stato e di chi ci fu. Si sviluppano, pertanto, dei canali appositi, come la religione, in cui avviene il processo di conservazione e di trasmissione dei ricordi. [120] La religione ha, infatti, il compito di produrre la cosiddetta "non contemporaneità"[121], cioè, riproporre il ricordo e riattualizzarlo nel presente, tramite il rito.

---

[115] Matè, *Il corpo dice no*, p. 6.
[116] *Cfr.,* Matè*, il corpo dice no.*
[117] Assman, *La memoria culturale,* p. 7.
[118] *Ivi*, p. 11
[119] *Ivi*, p. 9.
[120] *Ibidem.*
[121] *Ivi*, p. 55.

Ogni religione, a sua volta, è composta da quelle figure, quegli oggetti, quei luoghi o quegli animali pregni di un significato speciale, che diventano portatori di verità nascoste e di comportamenti di una certa comunità. Queste figure, già incontrate nel primo capitolo, sono note come "figure di ricordo".[122]

Pertanto, ogni comunità giunge a plasmare la propria storia in cui rispecchiarsi da un lato e, dall'altro lato, trovare il riscontro in quelle pretese che affermano la propria elettività rispetto ad altri gruppi umani. La rielaborazione del proprio passato diventa, in questo caso, uno strumento politico, in cui il ricordo viene usato per dominare o per sostenere le proprie pretese. Ma allo stesso tempo, le rievocazioni del passato possono essere anche un'arma contro l'oppressione, poiché ricordare significa dissociarsi dal presente attuale, per meditare sul passato e richiamare alla luce "il terrore e la speranza dei tempi passati".[123]

Il passato, quindi, non è qualcosa che nasce spontaneamente, ma è il risultato di costruzioni culturali, di attese, aspettative e speranze che plasmano la realtà presente. Pertanto, la presenza individuale, quel concetto di cui parlava de Martino, giunge ad essere parte di questa narrazione, fatta di memorie, che ne va a definire pure la sua composizione. Un individuo o una collettività, infatti, fondano la loro identità, cioè la propria presenza, basandosi sul proprio vissuto e sui ricordi tramandati dalla comunità in cui vive. L'individuo, di conseguenza, sa di esistere e di stare al mondo, essendo in un certo modo e avendo certe caratteristiche.[124] Pertanto, nell'ipotetico caso in cui giungesse a perdere tali narrazioni, si perderebbe, a sua volta, pure le memorie ad essa legate e la propria identità. L'Io giungerebbe a risentirne, sentendosi sperso nel mondo e tutto ciò equivarrebbe a far precipitare la presenza nel "delirio".[125] Come scrisse Carla Gallini nell'introduzione di *La fine del mondo. Contributo all'analisi delle apocalissi culturali*:

> Il farsi della presenza e del mondo si realizza nella costituzione di orizzonti storico-culturali determinati. Ma è anche costantemente minacciato dal rischio del crollo di tali orizzonti, che comporta di necessità anche il rischio di crollo della presenza al mondo. Questa minaccia, che si annida nel cuore dello stesso esserci, costituisce un rischio antropologico costante; che peraltro il mito e il rito si fanno

[122] *Ivi*, p. 13.
[123] *Ivi*, p. 57.
[124] Marraffa & Bernardini, cit., p. 100.
[125] *Ivi*, p. 101.

> carico di segnalare e di controllare, per operare sempre nuove forme di reintegrazione culturale.[126]

In questo contesto de Martino giunge a chiedersi, non più "perché" l'uomo stia al mondo, ma piuttosto "come" ci possa e debba stare al mondo. De Martino studia così l'"uomo" e il "mondo" e come queste due componenti giungano a comporre la storia. Osserva, ricerca motivazioni religiose o laiche, che spieghino il muoversi dell'individuo "tra un passato che viene rifiutato e un futuro che da soli non si è in grado di prefigurare nel modo più convincente."[127]

La storia, per de Martino, consiste nel rischio antropologico permanente del non-esserci in nessun mondo culturale possibile e la fine dell'ordine quotidiano. Tutto ciò, finisce per provocare una serie di sintomi che si manifestano in diverse malattie, che hanno di base l'angoscia del presente. Quando il tempo si ferma, non si ha più percezione del futuro, niente viene più portato a termine.[128] Si dimenticano, così, le proprie radici e la propria essenza, ma tramite gli strumenti magici e religiosi, facenti parte della cultura, avviene la ripresa e l'unificazione della psiche. De Martino, per concludere, notò come ogni cultura e, di conseguenza ogni religione, nascono con lo scopo di ricostruire il legame rotto tra uomo e mondo, costituendo un sistema che modelli la crisi, così come la ripresa.[129]

[126] De Martino, *La fine del mondo*, cit., p. XV.
[127] *Ivi*, p. XCIII.
[128] De Martino, *la fine del mondo*, p. 26.
[129] *Ivi*, p. 175.

CAPITOLO TRE: TRAUMA E SOCIETÀ CONTEMPORANEA

3.1 State Repression and the Labor of Memory

Nel libro della sociologa sudamericana Elisabeth Jelin, *State repression and the labor of the memories,* vengono presi in esame i ricordi traumatici e le memorie legate alla repressione di un regime e come essi giungano a influenzare e a cambiare la società assieme agli individui che la abitano, anche a distanza di molti anni. Tramite questo studio, si dimostra l'importanza delle memorie e come arrivino a plasmare la nostra realtà e il mondo in cui siamo immersi.

Jelin usa come quadro per i suoi studi, la situazione sociopolitica negli ultimi decenni del Novecento nell'America Latina, allargandosi e includendo anche altri avvenimenti storici, caratterizzati sempre da una forte carica traumatica, quali, ad esempio, l'Olocausto o il periodo fascista spagnolo. Tali esempi servono ad argomentare e ad ampliare maggiormente le riflessioni riportate dalla Jelin, a proposito dei ricordi e lo sforzo attuato dal nostro corpo nel sopportare, superare e integrare difficili eventi vissuti. Ogni capitolo affronta diversi temi e problemi teorici, senza però dare una conclusione vera e propria, in quanto l'obiettivo della Jelin è portare a riflette, creare domande e stimolare nuove ricerche e approfondimenti nel lettore. Infatti, come sostiene la Jelid stessa "I hope that these multiple approaches converge and shed light on the very elusive subject of the societal construction of memories and meanings of the past. The text may appear decentered. In fact, such is the nature of memory itself."[130]

Jelin mostra come la memoria non sia un processo passivo, ma anzi, sono presenti tutta una serie di soggetti che svolgono un ruolo importante nella gestione dei ricordi, scegliendo cosa dimenticare e cosa vale la pena ricordare. Jelin, inoltre, riconosce una peculiarità dell'epoca in cui viviamo, cioè l'ossessione per il ricordo. Scrive infatti:

> We live in an era of collectors. We record and save everything: pictures from childhood and souvenirs from grandmothers in private and family life, newspaper

[130] Jelin, *State repression*, p. 14.

> and magazine clippings referring to issues or events of interest, making up official and private archives of all kinds. The past is an object of cult in the West […] This "explosion" of memory in contemporary Western society has engendered a "culture of memory" […]. Individuals, family groups, communities, and nations narrate their pasts, for themselves and for others who are willing to visit those pasts, to listen to and look at their icons and remnants, to inquire about and investigate them. This contemporary culture of memory is in part a response or reaction to rapid change and to a life without anchors or roots. In such a cultural climate, memory has a highly significant role as a symbolic mechanism that helps strengthen the sense of belonging to groups and communities.[131]

Nella nostra società, da un lato come mostra Jelin, la memoria diventa una difesa contro la paura dell'essere dimenticati, dall'altro lato però, ricordare rappresenta anche la difficoltà a lasciare andare l'esperienza di eventi dolorosi che non fanno più parte del momento attuale.[132] I ricordi, in particolare quelli traumatici, possono arrivare a invadere e a disturbare continuamente il presente, sottoforma di ripetizioni, compulsioni, silenzi o azioni mnemoniche, diventando una "presence without agency".[133] L'attaccamento al passato, inoltre, crea nell'individuo la fissazione e l'aspettativa di un possibile risuccedere di tale evento avvenuto. Tale attaccamento, che rappresenta l'incapacità a lasciare il passato, si manifesta quotidianamente nell'individuo. L'individuo, infatti, crea una routine composta da rituali personali e ripetizione di azioni che lo portano a vivere, ogni giorno, tramite uno schema ben definito, che dia un senso di stabilità. Passato e presente si fondano e questa mancanza di distanza da ciò che fu, permette al passato di irrompere nel presente continuamente.

Queste situazioni però presentano dei pericoli; infatti, come scrive Jelin: "There is a dual danger in such situations: the menace of an "excessive" presence of the past in ritualized repetition and in the compulsion to act out, and the menace of a selective forgetting, a void that can be subject to manipulation by the self or by others."[134]

Si presenta quindi il pericolo, da un lato, di rimanere bloccati nel proprio dolore, dall'altro, che il nostro dolore possa venir manipolato dagli altri. Per prevenire tali

[131] *Ivi*, p. 19.
[132] *Ivi*, p. 20.
[133] *Ivi*, p. 23.
[134] *Ibidem*.

pericoli, scrive la Jelin, l'individuo, così come la collettività coinvolta, necessitano di lavorare sui ricordi dolorosi e lasciarli andare, in quello che diventa il "lavoro del lutto". Questo lavoro richiede il lasciare andare e dimenticare in maniera sana il passato, ritrovando la propria libertà individuale.[135]

Infatti, il percorso per allontanarsi dal passato richiede, nel personale, l'imparare a ricordare, senza essere ossessivamente coinvolti, emotivamente e fisicamente, nell'evento passato. Per quanto riguarda il sociale è necessario, secondo la Jelin, che si stabilisca un processo in cui il ricordo doloroso abbia modo di essere espresso ed integrato. Questo può avvenire tramite una buona politica, che permetta al ricordo di riscattarsi attuando un'equa giustizia. Scrive ancora Jelin: "This involves a difficult journey for subjective processes: distancing oneself from the past, and "learning to remember." For the public and political sphere, it involves rethinking the relationship between memory and politics and between memory and justice."[136]

Normalmente ciò che si sceglie di ricordare o dimenticare è legato alle esperienze di vita personali, che vanno a modellare nel piccolo, la nostra persona, partendo dal definire le nostre conoscenze e le nostre credenze fino a modellare i nostri comportamenti. A livello comunitario, invece, si va a definire la scelta di cosa ricordare o dimenticare collettivamente tramite le pratiche sociali e culturali di ogni gruppo. Ricordare diventa, in questi termini, un fatto culturale attuato assieme agli altri, cioè alla collettività, in cui si cerca di combattere la paura dell'essere dimenticati. Pertanto, la memoria giunge a creare l'identità personale e di gruppo. Infatti, come scrive Jelin:

> Everyday life is primarily made up of routines: patterns of behavior that are habitual, nonreflective, learned, and repeated. The past of the learning process and the present of its memory turn into habit and tradition. […] Habitual and traditional beliefs and practices are part of "normal" life. There is nothing "memorable" in the daily exercise of these memories. These personal recollections are immersed in collective narratives, which are frequently reinforced in group rituals and commemorations.[137]

[135] *Ivi*, p. 24.
[136] *Ivi*, p. 25.
[137] *Ivi*, p. 33.

Scegliere cosa ricordare o dimenticare non significa rendere nullo l'effetto della componente dolorosa dei ricordi che si vuole dimenticare. Anzi, soprattutto i ricordi legati ad eventi traumatici, giungono a creare una ferita, che guarisce solo dopo averla sanata e, tali ricordi, costituiscono un dolore ancora maggiore nel caso non vengano integrati nel dialogo collettivo. Essi diventano una catena per chi li ha vissuti, che deve affrontarli in solitudine e silenzio. Questi ricordi dolorosi, di norma, appartengono a situazioni che implicarono una dissociazione e una repressione nell'individuo, come nel caso dei sopravvissuti all'Olocausto, che per anni, dovettero affrontare i loro dolori in silenzio. L'esclusione dal dialogo sociale, per queste persone, comporta il convivere con dei ricordi di un dato periodo, presenti nella nostra memoria in maniera frammentata, senza essere in grado di inserirli in un quadro più ampio, sensato e razionale.

Inoltre, Jelin dimostra come i ricordi, che siano presenti nella nostra coscienza o meno, essi, vanno a comporre il nostro bagaglio personale, lasciando tracce nel nostro sistema neurologico, mnemonico, nell'aspetto fisico e nel linguaggio simbolico. Tutto ciò avviene anche se nella mente cosciente tali ricordi non sono inclusi. Essi continuano, infatti, ad esistere a un livello inconscio. Secondo Jelin, proprio la paura del dimenticare ha, inconsciamente, spinto la società occidentale verso "un'ossessione per il ricordo", cercando di preservare gli eventi passati in archivi personali, storici o pubblici.[138]

Nel libro, troviamo anche un appunto sull'importanza del silenzio e come esso diventi un'arma importante. Ci sono, infatti, silenzi imposti dai diversi regimi dittatoriali che si sono susseguiti nel corso della storia, come nel caso della Spagna sotto Francisco Franco, oppure come l'America Latina con le diverse dittature militari o l'Unione Sovietica di Stalin. Questi silenzi, una volta caduto il regime, scompaiono e le memorie inizialmente represse, possono essere nuovamente espresse liberamente.[139] Oppure, ci sono altri ricordi, come quelli dei sopravvissuti all'Olocausto, che l'individuo stesso non riesce ad esprimere. In questi casi, si cerca di vivere come se nulla fosse successo, perché il dolore e l'orrore sperimentato risultano troppo profondi sia da essere processati, che da essere ascoltati. Scrive infatti Jelin:

> To communicate suffering and painful events, one has to find a willingness to listen and understand on the other side. […] At the level of individual memories,

[138] *Ivi*, p. 31.
[139] *Ivi*, p. 37.

> the fear of not being understood creates silences, and thus the importance of an attentive ear, of finding others with the capacity to listen.[140]

I ricordi danno sì valore al passato e alla vita che l'individuo vive, però allo stesso tempo possono diventare un peso, che incatena una persona al proprio passato, se non si è in grado o non si sa come lasciarli andare. Infatti, i ricordi traumatici che scaturiscono da cause politiche e sociali, finiscono per creare sensazioni di vuoto, silenzi o possono portare allo sviluppo di sintomi patologici.[141] Quando non ci sono parole per descrivere ciò che si ha vissuto, si crea anche l'impossibilità di rappresentarlo. Se mancano le parole, quell'evento continua ad essere l'orrore inespresso di cui parla der Kolk in *Il corpo accusa il colpo*.[142] Quell'orrore inespresso causa poi, alterazioni nella psiche e l'individuo, nell'atto di proteggersi, crea un muro di isolamento attorno a sé stesso. I primi ad essere esclusi dalla vita della persona traumatizzata sono tutte quelle persone che non hanno sperimentato lo stesso episodio e che, di conseguenza, non lo possono neanche comprendere. Essi diventano "altri". Scrive Jelin:

> One of the characteristics of traumatic events is the massive character of their impact, creating a gap in the capacity "to be spoken" or told about. This provokes a hole in the ability to represent symbolically the event. There are no words, and therefore there cannot be memories. Memory remains disarticulated, and only painful traces, pathologies, and silences come to the surface. Trauma alters the temporality of other psychic processes, and memory cannot handle them. It is unable to recover, convey, or communicate that which has been lived through.[143]

Jelin mostra come sotto certe condizioni politiche, in cui il silenzio viene usato come arma per controllare le masse per impedire agli individui di parlare apertamente delle loro esperienze, le persone si trovano intrappolate e isolate nel loro dolore. Questo porta di conseguenza a ritualizzare il dolore, in mancanza di un'ambiente sicuro che favorisca un dialogo sincero ed efficace ad esprimere e a lasciare andare l'evento. Si blocca la possibilità di interpretare e dare significato all'evento storico che si vive, lasciando il corpo e la psiche in uno stato di confusione e tensione continua.[144]

---

[140] *Ibidem*.
[141] *Ibidem*.
[142] Der Kolk, *cit*, p. 62.
[143] Jelin, *cit*, p. 41.
[144] *Ivi*, p. 62.

Normalmente il ricordo traumatico, come mostra Susana Kaufman, citata da Elisabeth Jelin,[145] subisce inizialmente una repressione, negando l'impatto sulla psiche e sul corpo. Solo successivamente lo si può riconoscere e si può iniziare, effettivamente, a lavorare su di esso per lasciarlo andare. In zone o in periodi in cui sono avvenute esperienze traumatiche, quali guerre, conflitti politici violenti, genocidi o altre forme di repressione, l'interpretazione e la comprensione di tali eventi è avvenuta solo nel corso del tempo, dopo essersi allontanati da quella che fu l'esperienza traumatica.

A sua volta, questo distanziamento può avvenire solo con il passare del tempo che permette di riconoscere e comprendere come e perché il fenomeno traumatico sia avvenuto e come esso faccia parte del passato e non sia più vivo nel tempo corrente. Solo rendendosi conto di ciò si può permette, a noi stessi, di pensare a un futuro migliore. Il passato, a sua volta, che continua ad esistere nella memoria può diventare uno strumento utile nel presente.[146] Contemporaneamente, i ricordi del passato possono diventare anche strumenti per i nuovi attori nella società e nella scena politica e possono essere usati per i propri scopi personali. Scrive infatti Jelin:

> the temporality of memories is not linear, chronological, or rational. Historical processes linked to the memories of conflictive pasts have moments of greater visibility and moments of latency, of apparent oblivion or silence. There are also transformations in the content of what is selected as the key elements of the past, and the "use" made of the past and of history (Traverso zoos). When new actors enter the public stage or new political circumstances surface, preexisting interpretations of given periods or events of the past are resignified and may acquire an unexpected degree of public visibility.[147]

Un altro aspetto su cui si è soffermata Elisabeth Jelin è legato alla testimonianza di chi ha vissuto un determinato evento che si è rivelato doloroso, come nel caso dei sopravvissuti ai campi di concentramento o ai sopravvissuti alle violenze sotto i regimi dittatoriali dell'America Latina. I testimoni diventano essenziali nella trasmissione del ricordo, in quanto sono gli spettatori degli eventi che si sono succeduti. Essi possono essere di due tipi: coloro che hanno subito in prima persona l'evento traumatico, come nel caso dei sopravvissuti ai campi di concentramento o chi ha subito violenza sotto i regimi e coloro

[145] *Ivi*, p. 68.
[146] *Ivi*, p. 69.
[147] *Ivi*, p. 73.

che hanno assistito allo svolgimento degli eventi. Jelin afferma che coloro che hanno sperimentato, sulla loro pelle, le violenze e la repressione di un dato evento, non sempre riescono a trovare le parole per descrivere ciò che hanno vissuto. Infatti, nel caso dei testimoni della Shoa, Jelin scrive:

> Only with the passing of time was it possible to bear witness of testimony, which implies the social ability to listen and give meaning to the narrative of the survivors. Here we encounter one of the paradoxes of "historical trauma," which reveals the double void in the narrative: the inability or impossibility of constructing a narrative due to the dialogical void there is no subject, and there is no audience and no listening. When dialogue becomes possible, he or she who speaks and he or she who listens begin the process of naming, of giving meaning and constructing memories. Both are needed, each is indispensable to the other, interacting in a shared space.[148]

Come dimostra quindi Jelin, affinché i testimoni possano emergere e parlare di ciò che hanno vissuto e affinché ci possa essere una comunicazione, la prima componente necessaria è l'empatia tra chi ascolta e chi narra. In assenza di empatia il racconto si trasforma in una ripetizione degli eventi vissuti e il dialogo non produce nessun sollievo a chi racconta, ma, anzi, crea l'effetto contrario, cioè quello di riattualizzare il trauma.[149] Riportare alla luce il terrore e l'orrore passato in maniera poco attenta e con freddezza creerebbe un dialogo piatto tra chi ascolta e chi parla. Infatti, si darebbe avvio a un racconto distaccato ed apatico, senza che l'individuo che lo espone ne tragga alcun sollievo e senza che la persona che ascolta comprenda a pieno la sofferenza vissuta dall'altro.

Scrive Jelin:

> Traumatic traces, often silenced to avoid the suffering of the person who bears them, may at times be denied or not heard by others due either to a political decision or to the lack of a social network ready or willing to incorporate them. All that exists is a vacuum, a space in which silence lingers and immobilizes the expression and circulation of testimonial narrative. This can lead both to the glorification and the stigmatization of the victims, as the only people whose claims

[148] *Ivi*, p. 81.
[149] *Ivi*, p. 82.

> are either endorsed or rejected. In either of these cases, the dissociation between the victims and the rest of society is deepened.[150]

Ci possono essere, come detto da Jelin, dei momenti storici in cui la capacità di comprendere è attiva e altri momenti, in cui, comprendere ciò che narrano i testimoni non è semplicemente possibile. Infatti, ci possono essere momenti in cui la società, le istituzioni e la scena politica sono aperti a produzione di narrazioni legate alla violenza dei traumi passati e ci sono momenti in manca quest'apertura. Quando avviene questa apertura verso i ricordi dolorosi, si attiva pure un meccanismo particolar; a seguito delle catastrofi che causano sofferenza e trauma, avviene un periodo di lutto, in cui si piange ciò che si vissuto. Ciò, permette lo sviluppo di un processo più importante: quello della guarigione, che permette di accettare la perdita e andare avanti con la vita. Jelin, a tal proposito, giunge a porre una riflessione interessante per quanto riguarda l'attualità e come i social possano compromettere questo processo di "guarigione":

> In current times, when the mass media are bent on making private lives public through talk shows and reality shows that flatten sentiments and intimacy by making them banal, the testimonial genre runs the risk of being turned into a banal and overexposed spectacle of horror. State terrorism and repression violated human bodies and intimacy; the reconstruction of identity after such turmoil requires that private and intimate spaces also be rebuilt. In this context, the testimonial "fads" (often modeled by the mass media) pose dangers that should not be ignored.[151]

Guarire, secondo Jelin, richiede la ricostruzione della propria intimità e privacy, ma in una società come la nostra, in cui i mass media occupano grande spazio nella vita sociale e quotidiana, tale processo può risultare problematico. Infatti, tramite internet, tutto può diventare una forma di intrattenimento per gli altri individui e, inoltre, uno stato autoritario ha modo di invadere costantemente quegli spazi essenziali per la guarigione. Pertanto, in un mondo globalizzato l'evento traumatico rischia di non essere preso sul serio, ma anzi, si finisce per banalizzarlo e privarlo della sua importanza.

Un altro aspetto analizzato da Jelin riguarda il modo, con cui, il ricordo cambia in base al genere. I generi maschile e femminile, di norma, sono legati a specifici significati e

[150] *Ivi*, p. 91.
[151] *Ivi*, p. 92.

associazioni; basti pensare a come durante il periodo dittatoriale in Sud America, così come in molti altri casi, il dolore, la sofferenza, la passività e la sottomissione siano elementi associati al genere femminile. Invece, si accosta al genere maschile la violenza del sistema repressivo attuato dalle istituzioni statali, così come l'aggressività e la dominazione.[152] Elisabeth Jelin mostra, inoltre, come le credenze e i presupposti legati al genere, influenzino in maniera diversa la repressione attuata dallo Stato. Infatti, scrive Jelin, mentre le donne che, durante il periodo dittatoriale in America Latina, scomparvero e ricomparvero dopo parecchio tempo, finendo per essere sessualizzate e raccontarono di aver subito violenze di natura sessuale, in quanto viste attraverso quegli attributi associati al genere femminile. Gli uomini, invece, che furono imprigionati, subirono degli atti, che definirono, di "femminizzazione", in cui, privati dagli attributi in cui si riconoscevano, venivano trasformati nelle caratteristiche dell'altro genere. In particolare, la tortura comportava, per il prigioniero, il datto di diventare passivo e subire l'atto, diventando quindi una donna. Scrive Jelin:

> For men, imprisonment and torture were acts of "feminization," in which they were transformed into passive, impotent, and dependent beings. Sexual violence was part of torture, and genitals became an unvarying point of reference-the mark of circumcision among Jewish victims became the justification for increased exposure to torture, and the references to penis size and the application of electricity to the testicles became regular practices. All these were ways of transforming men into inferior beings and, in the very act, establishing military "virility." Men were forced "to live like women," becoming keenly aware of their bodily necessities: to be like a woman or to die like a man.[153]

Uomini e donne, a loro volta, presentano delle differenze nel modo di ricordare e nel raccontare ciò che hanno vissuto. Mentre le donne, sotto il regime dittatoriale in Sud America, così come nell'Olocausto o nella guerra in Corea, tendevano a ricordare con grande emotività e attenzione ciò che avevano subito, permettendo di dar voce agli orrori sperimentati. Così facendo, davano il via anche al processo di rielaborazione degli eventi. Gli uomini, d'altro canto, raccontavano in maniera sintetica e logica il trauma

[152] *Ivi*, p. 94.
[153] *Ivi*, p. 97.

sperimentato, senza dar voce alle proprie emozioni o senza lasciarsi coinvolgere troppo. Dice Elisabeth Jelin:

> Women feel shame when they narrate their experiences. In accusatory testimonials […], for example, they recount being raped without giving details or describing the event itself. In less "normalized" or bureaucratic contexts, the contrast between men and women's narratives may be sharper. Franco illustrates the difference between the story of a man who describes his experience as a "loss of his manhood" and of being "forced to live like a woman" (Valdes 1996), and the narrative of a woman who draws the strength to survive from her identity in motherhood, which allows her to keep a sense of herself during torture and feel close to other women prisoners. In this case, the testimony even mentions the ways in which, in order to "remake" the world that the torturers were seeking to destroy, she takes refuge in the children's songs that she used to sing to her daughter (Partnoy 1988).[154]

Quindi, l'identità e gli elementi in cui ci identifichiamo sono legati alla memoria. Identità forti e solide ci permettono di sopravvivere meglio alle difficoltà che si incontrano nella vita, trovando rifugio e forza in quelle memorie, che consideriamo importanti. Allo stesso tempo, quell'identità, permette anche un confronto con quei ricordi traumatici. In sintesi, la repressione attuata da uno Stato porta alla distruzione della propria privacy, rompendo la divisione tra pubblico e privato. Affinché un individuo ritrovi la sicurezza e la pace, di cui un tempo, è stato privato, o molto semplicemente, la "normalità" nella propria vita ha bisogno di ricostruire il proprio sé, che consiste nel recupero di quella intimità e privacy che sono state compromesse.[155]

Jelin, sempre a proposito dei ricordi, conclude dicendo come la percezione di un evento cambi anche, in base anche all'età; un bambino, infatti, avrà dei ricordi diversi rispetto a un giovane adulto o rispetto ad un anziano. Infatti, lo stadio di vita è significativo nel momento in cui ci si affaccia con un evento dirompente e improvviso e va ad influenzare il modo di ricordare tale evento. Inoltre, conta anche il legame che si crea assieme al gruppo con cui si è sperimentata quella difficoltà. Proprio da questo speciale legame che unisce un determinato gruppo nascono quei concetti, come la nazionalità, che vanno ad

[154] *Ivi*, p. 104.
[155] *Ivi*, p. 92.

indicare la connessione, che un individuo sente verso altri individui, con cui ha sperimentato certe avversità. Successivamente, questi gruppi, assieme alle loro aspirazioni, con le loro azioni e le conseguenze del loro agire scrivono la storia. Assieme crescono, maturano e una volta raggiunta la vecchia, sorge il desiderio di trasmettere i propri ricordi, affinché persistano nel futuro, con le nuove generazioni.[156] La memoria diventa un filo conduttore che collega gli eventi e la storia passata, al presente e alle aspettative del futuro. Infatti, nel passato le esperienze vissute continuano ad esistere come ricordi, che a loro volta vengono reinterpretate nel presente e, in base all'interpretazione tratta, modellano il futuro. Scrive Jelin:

> The issue of the uses of memory for the present and future, of the lessons and legacies that may be gleaned from the past, can be approached from a number of different perspectives. The relationship between memory and (national) identity. The dilemmas and tensions between universal and egalitarian citizenship, on the one hand, and community identity with the baggage of past memory, on the other, are present throughout this debate. Tensions between literal and exemplary memory, between individual and collective responsibility, between remembrance and oblivion are ever present.[157]

3.2 L'era del "Dio è morto"

Nella nostra società attuale, globalizzata, fortemente tecnologica e iperconnessa abbiamo raggiunto una buona conoscenza del trauma e come giunga ad influenzare sia le nostre azioni nel mondo che, in molto semplice, chi siamo. Ormai, quotidianamente vengono pubblicati articoli e lavori sugli effetti devastanti del trauma nel funzionamento del nostro organismo e come i danni subiti nella nostra infanzia, così come in altri periodi della vita sotto determinate circostanze, e influiscano noi e la società.[158] Secondo l'antropologo Mirko Vercelli, nella letteratura formatasi attorno al trauma manca però una visione che tenga conto anche di come le strutture sociali, politiche ed ecologiche influenzino il trauma.[159]

---

[156] *Ivi*, p. 109.
[157] *Ivi*, p. 120.
[158] Der Kolk, *il corpo accusa il colpo*, p. 485.
[159] Vercelli, *traumi e violenze*, p. 4.

Inoltre, i continui risultati nelle neuroscienze ci permettono di capire come lo sviluppo del cervello sia influenzato dagli eventi traumatici. Inoltre, comprendendo il modo, tramite cui, il trauma ci influenza, ha permesso di sviluppare sofisticate tecniche per permettere alle persone traumatizzate di rientrare in contatto con la realtà, riattivando le aree del cervello colpite dal trauma. Si è appreso, inoltre, come le esperienze cambiano la struttura e la funzione del cervello e come anche i geni stessi, vengano influenzati e trasmessi alla prole. Attualmente, quindi, si sa non solo come trattare il trauma, ma anche come prevenirlo.[160] In questa società, anche il ruolo della religione stessa è cambiata. Scrive G. Filoramo a proposito della società attuale:

> Intreccio di fattori economici e politici interdipendenti a livello globale, come compressione del mondo, del tempo e dello spazio in funzione della formazione di un campo unico globale[…] Il rimescolamento delle carte per quanto riguarda le relazioni tra sfera pubblica e privata, non più dualisticamente separate, ma entrate in un cortocircuito tipicamente postmoderno dagli effetti imprevedibili, ha naturalmente inciso anche sulla religiosità degli individui e precisamente sulle modalità di intendere e praticare l'individualismo religioso tipico della tarda modernità.[161]

In questa società in cui le identità si mescolato, tutto si globalizza e si restringe, anche, le religioni stesse finiscono per risentirne. Si assiste, infatti, a una frantumazione nell'identità tradizionale religiosa, in cui anche il sacro viene messo in discussione. Infatti, mentre una volta l'identità religiosa era data una volta per tutte dalla nascita, attualmente si è passati a un religioso per scelta.[162] Come sostiene Filoramo in *Cos'è la religione:*

> Nel nuovo scenario religioso creato dalla modernità la religione non è più un destino, ma una scelta. Il pluralismo religioso diventa, in questo modo, la caratteristica distintiva di uno scenario che, come conseguenza del relativismo delle fedi e della progressiva invisibilità che le religioni istituzionali acquistano, si trasforma, secondo un'immagine destinata a grande successo, nel supermarket delle fedi. Determinanti, di conseguenza, diventano la scelta dei consumatori e il

[160] Der Kolk, *cit*, p. 486.
[161] Filoramo, *cos'è la religione*, p. 14.
[162] *Ivi*, p. 18.

> loro «consumo», legati al prodotto che maggiormente interessa e non più alla conservazione di una fede tradizionale.[163]

Filoramo sostiene come, in una società di massa e consumista, anche la religione appare come un prodotto, che si sceglie in base al proprio gusto. Oltre a ciò, un altro motivo di crisi delle religioni tradizionali è rappresentato dallo sviluppo di un nuovo tipo di fede, chiamata "religione di Internet". Si tratta di una confessione priva di sede fisica in quanto si sviluppa in una realtà virtuale, nell'internet per l'appunto. Occupa, pertanto, una posizione in opposizione rispetto alle grandi religioni contemporanee, che, sono composte da istituzioni, burocrazia e tradizioni.

Questo tipo di devozione presenta dei pericoli: il primo riguarda il fatto che trattandosi di un sito, il suo contenuto può essere continuamente ricreato e manipolato. Nel secondo caso, tale fede esiste principalmente per opporsi alle religioni tradizionali. Come scrive Filoramo "la spiritualità telematica riflette bene le potenzialità, le spinte positive, ma anche le ambiguità, i pericoli di un pluralismo religioso di tipo nuovo, che ha come caratteristica essenziale quella di mettere radicalmente in discussione le identità tradizionali."[164]

Un altro problema legato alla crisi delle religioni nella società attuale è rappresentato dal fenomeno noto come "morte di Dio". Questo concetto va inteso, non tanto come la scomparsa della divinità, ma è legato principalmente alla centralità che l'uomo occupa nella società attuale, arrivando a sostituire la divinità. Il bisogno di Dio stesso viene meno[165] Come sostiene Levent Tezcan in *Some remarks to violence and Islam in the time of death of God:*

> As a result of modernisation and especially cultural globalisation, the emergence of new communication media has created an abstract public place which is in principle endless and planetary, while at the same time the electronic media, primarily television, have transformed this huge public place of an abstract humanity into an intimate community in permanent communication. The jokes and insulting stories now come from everywhere and are no longer confined

[163] *Ivi*, p. 20.
[164] *Ivi*, p. 27.
[165] Tezcan, *Death of God*, p.14.

> within the boundaries of small intimate groups. In the end they are vulnerable to rapid politicisation.[166]

Come fa notare Tezcan, in una società estremamente connessa, in cui si può comunicare in breve tempo anche con persone provenienti dall'altro capo del mondo grazie ai social, si è creata una comunità virtuale grande al punto da coinvolgere tutti quanti nel mondo. In questa realtà, in cui tutto arriva e tutto passa, anche gli scherzi e le battute assumono grande rilevanza, permettendo a ogni singola persona di intervenire sulla questione, trasformandolo in un argomento politicizzato.

In questa realtà, in cui tutto diviene di dominio pubblico e in cui tutti possono dire la propria, l'autorità delle religioni stessa viene minacciata, rischiando di diventare un argomento di intrattenimento o un motivo di critica e satira. Basti pensare alla vignetta pubblicata su un giornale francese, in cui erano presenti Buddha, Jehovah, Gesù e Muhammad. Gesù, con fare fraterno cerca di rincuorare Muhammad, dicendogli che ogni individuo lì presente aveva sperimentato quello che stava vivendo Muhammad, cioè, diventare motivo di scherzo.[167] Oppure ancora, si pensi alle vignette presenti sul giornale satirico francese *Charlie Hebdo,* che ironizzando sulla religione islamica, giunse alla tragedia, con la morte di nove persone appartenenti alla redazione del giornale satirico.[168]

Concludendo, in questa società in continuo cambiamento, in cui la religione tradizionale stessa sta subendo continue rivalutazioni e la sua autorità viene minata continuamente, in molti mancano di vederla come uno strumento capace di risolvere i propri tumulti interiori. Anzi, la maggior parte delle persone vede la chiave della guarigione dai propri traumi nella psicologia o in altre forme di religiosità, come ad esempio la "spiritualità". Infatti, come scrive Giuseppe Giordan, a proposito della spiritualità, nell'articolo *Dalla religione alla spiritualità: una nuova legittimazione del sacro "*la «spiritualità» […] apre la possibilità a cammini personalizzati di autoperfezionamento, in sintonia con la ricerca del sé profondo, del benessere e del significato dell'esistenza".[169]

Molti stanno scegliendo questa via, poiché, da un lato, permette di vivere la propria religiosità in libertà e creatività, tenendo conto delle proprie emozioni, così come della propria salute psicofisica. Inoltre, permette di conoscere meglio sé stessi e il profondo

[166] *Ivi*, p. 19.
[167] *Ivi*, p.18.
[168] Bettini, *ridere degli dèi*, p. 59.
[169] Giordan, *Dalla religione alla spiritualità*, p. 115.

legame con il cosmo. In sostanza, in questa prospettiva anima, corpo e mente vengono considerati assieme, in maniera integra, con lo scopo di combattere lo stress crescente derivante da una vita sempre più frenetica. Questa spiritualità "umanizzata"[170], come la definisce Giordan, vuole riscoprire Dio, senza però averne più paura o un timore reverenziale. Dio diventa, in questa visione, una guida e un alleato, che aiuta la persona ad affrontare la vita, fatta di insoddisfazioni, paure e sfide quotidiane, accompagnando la persona nella scoperta dei propri difetti e limiti. Dio diviene quindi, non più il padre severo, che punisce il proprio popolo, ma un alleato che accompagna la persona nei momenti di buoi.[171]

3.3 Guarire dal trauma

Scrive Bessel van der Kolk in *Il corpo accusa il colpo* a proposito di come superare un evento traumatico:

> A dirla tutta, nessuno di noi può essere in grado di "trattare" una guerra, un abuso, uno stupro, una molestia, o qualunque altro evento di simile portata. Ciò che è successo non può essere cancellato. Quello che si può fare, invece, è occuparsi delle tracce del trauma nel corpo, nella mente e nell'anima: di quella sensazione schiacciante sul petto, che chiamiamo ansia o depressione; della paura di perdere il controllo; dell'essere sempre in allerta rispetto a un pericolo o a un rifiuto; del disgusto verso se stessi, degli incubi e dei *flashback*, della nebbia che ci impedisce di essere concentrati sui compiti e di essere pienamente coinvolti in ciò che facciamo, dell'essere incapaci di aprire completamente il cuore a un'altra persona.[172]

Vivere un'esperienza traumatica comporta il portarsi dietro i ricordi, le sensazioni e le tracce di quel dato evento. Implica anche, continuare a vivere senza riuscire a dare un senso a ciò che si è vissuto e sperimentato, continuando ad avere nella mente frammenti dell'esperienza, che si manifestano in diversi modi nel presente. Una persona traumatizzata giunge ad essere fortemente ancorata al passato, bloccata in quel particolare evento e percependo il mondo, come se, andasse avanti senza che lui o lei ne sappia più seguire il ritmo. Come scrisse Jelin "The traumatic path implies a break in the ability to

[170] *Ivi*, p. 111.
[171] *Ivi*, p. 112.
[172] Der Kolk, *cit*, p. 283.

live through an "experience" that makes sense and has some meaning. There is a suspension of temporality, expressed in the repetitions, reappearances, and recurrent specters that follow."[173]

Per B. van der Kolk, l'individuo che desidera superare tutto ciò e vuole liberarsi da queste catene che impediscono di vivere liberamente la propria vita, ha bisogno di ripristinare il controllo di sé stessi e per far ciò, necessita dunque, di lavorare sull'evento traumatico, ripercorrendolo. Infatti, in un modo o nell'altro, nel corso della propria vita, si giungerà inevitabilmente a trovarsi faccia a faccia con ciò che si è vissuto. Però quello che può fare la differenza, secondo van der Kolk, consiste nello sviluppare una sicurezza in sé stessi, tale da prevenire un possibile ri-traumatizzarsi quando ci si confronta col proprio passato. Si guarisce e si supera un trauma quando si riesce ad affacciarsi a ciò che è avvenuto, senza sentirsi più sopraffatti dalle emozioni e dalle sensazioni che si provarono in quella determinata situazione.[174] Per arrivare a tutto ciò, cioè ad affacciarsi all'evento passato restando saldi nel presente, il primo passo da muovere è quello di dar voce alla propria esperienza interiore. Diventare, pertanto, consapevoli di ciò che avviene dentro di sé nel momento in cui il passato irrompe improvvisamente nel presente. Solo diventando consapevoli e dando un significato a ciò che si prova, si può modificare anche la risposta del proprio corpo al riemergere del passato.[175] Scrive van der Kolk:

> Per cambiare c'è bisogno di aprirsi alla propria esperienza interna. Il primo passo consiste nel permettere alla mente di focalizzarsi sulle sensazioni e nel notare come, in contrasto con l'esperienza senza tempo e sempre presente del trauma, le sensazioni fisiche siano transitorie e rispondano a modiche posturali anche minime, ai cambiamenti nel modo di respirare e ai mutamenti del pensiero.[176]

Importante, nel superare un evento traumatico, è anche l'ambiente in cui l'individuo è immerso. Infatti, si può superare un evento traumatico grazie all'aiuto degli altri, che si tratti della famiglia, di persone a cui si vuole bene, organizzazioni, comunità religiose o psicoterapie. Lo scopo di questi legami è dare sicurezza emotiva e fisica a coloro che hanno alle spalle un vissuto traumatico, permettendo all'individuo di affrontare ed elaborare la realtà di ciò che è successo.[177] Scrive der Kolk: "non è possibile lasciarsi gli

[173] Jelin, *cit*, p. 90.
[174] Der Kolk, *cit*, p. 285.
[175] *Ivi*, p. 287.
[176] *Ivi*, p. 290.
[177] *Ivi*, p. 292.

eventi traumatici alle spalle, finché non si è capaci di fare i conti con il passato, riconoscendo i demoni invisibili contro cui si sta combattendo."[178]

A tal proposito, secondo Elisabeth Jelin, affinché si giunga a ricostruire l'identità personale e il proprio io interiore è necessario il contatto con "l'altro", instaurare un dialogo che aiuti a dare senso in ciò che si è vissuto. Parlare delle proprie esperienze traumatiche, non deve significare il riportare alla memoria e sperimentare nuovamente ciò che si è vissuto. Si intende, invece, la capacità di incorporare nella vita presente e futura i ricordi, passati e traumatici, in un quadro chiaro e ben definito, mantenendo però la distanza da ciò che si è vissuto. La memoria e il ricordo diventano, in questa ottica, strumenti per ricostruire e spiegare quel passato che ha finito per segnarci e cercare di trarne degli insegnamenti.[179] Scrive a riguardo Elisabeth Jelin:

> A large number of testimonies of survivors of illegal detention camps and prisons, as well as of their relatives-mothers, children, and spouses-have seen the light in the 199os in the Southern Cone. Initiatives include autobiographical books, documentary movies, television interviews, and oral history archives. These are not only market-driven phenomena [..]; they respond also to complex searches for personal meanings and for the reconstruction of social networks. Many of these projects are driven by political and educational concerns-to transmit the memories of collective experiences of political struggles, as well as the horrors of repression, in an attempt to imagine desirable futures and to forcefully underline the notion of "never again."[180]

Esistono moltissimi metodi, creati o riscoperti, per aiutare l'individuo a ritrovare la connessione con sé stessi, a superare quegli eventi che ci si porta ancora dietro, per poter tornare a vivere nuovamente liberi nel presente. Che si tratti della terapia del sistema limbico, legata alla *mindfulness*, che si tratti della psicoterapia oppure dell'EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), inteso come "un approccio che permette di rendere le "riproduzioni" dolorose del trauma qualcosa che appartiene al passato."[181] Quello che è certo, è che esistono molte tecniche per permettersi di guarire. Inoltre, non

[178] *Ivi*, p. 304.
[179] Jelin, *cit*, p. 90.
[180] *Ibidem*.
[181] Der Kolk, *cit*, p. 351.

tutte le terapie devono avvenire all'interno delle mura di uno studio medico, ma possono avvenire anche all'aperto praticando canto, arte o yoga.

Infine, vorrei esporre i sette "pilastri" presentati dal dottor Gabor Matè, nel libro *Quando il corpo dice no: il costo dello stress invisibile,* nel capitolo XIX "I sette pilastri della guarigione". Questi sette aspetti sono degli elementi essenziali, che ogni individuo, secondo Matè, necessita di sviluppare, affinché possa formare una giusta competenza emotiva. Quando si parla di competenza emotiva, si intende la capacità che permette di creare e restare in una relazione responsabile, non distruttiva o tormentata, con l'ambiente circostante. Inoltre, questa competenza emotiva si dimostra essenziale anche per poter affrontare quelle situazioni, che inevitabilmente si incontreranno nel corso della vita e che potrebbero diventare fonti di stress o di blocco.[182] Imparare a gestire le proprie emozioni, ascoltando il proprio corpo e il proprio cuore si rivelano essenziali nel momento, in cui, capita di scontrarsi con una possibile "crisi della presenza", come la definiva de Martino.

I sette pilastri, di cui scrive Matè, sono: l'accettazione, la consapevolezza, la rabbia, l'autonomia, l'attaccamento, l'assertività e l'affermazione. L'accettazione è fondamentale, secondo Matè, in quanto permette di guardare "a noi stessi con la stessa accettazione priva di giudizio che vorremmo concedere a chiunque stesse soffrendo e avesse bisogno di aiuto."[183] La consapevolezza invece, si dimostra essenziale nel riconoscere la verità emotiva presente in ogni situazione. Nel corso della vita, ognuno di noi giunge inevitabilmente a reprimere la propria intelligenza emotiva per evitare conflitti con le persone attorno a sé. Così facendo si finisce, però, per perdere la comprensione emotiva, capace di leggere emotivamente una situazione. Pertanto, è essenziale sviluppare nuovamente una consapevolezza della realtà emotiva, imparando anche a riconoscere nel proprio corpo i segnali dello stress, quando la mente manca di notarli.[184]

La rabbia stessa, sempre a detta di G. Matè, così come delle altre emozioni che percepiamo come "negative" quali la tristezza e il rifiuto, si possono radicare nel corpo nel momento in cui vengono represse e attuare delle modificazioni biologiche. Quando si reprimono emozioni per molto tempo, il rischio è di finire sulla strada della malattia fisica. Poiché, come sostiene Matè, "quando la rabbia viene disarmata, viene disarmato al tempo

[182] Matè, *il corpo dice no*, p. 262.
[183] *Ivi*, p. 265.
[184] *Ivi*, p. 266.

stesso il sistema immunitario. Oppure, quando l'energia aggressiva della rabbia viene diretta verso l'interno, il sistema immunitario si confonde. Le nostre difese fisiologiche non ci proteggono più o possono persino ammutinarsi, attaccando il corpo."[185]

L'autonomia personale e individuale è anch'essa importante per Matè, poiché, quando i propri confini restano indefiniti e vengono invasi, l'individuo finisce per soffrirne e si impedisce di essere una persona completa. Infatti, secondo Gabor, se guardiamo agli studi medici, coloro che hanno più possibilità ad ammalarsi sono coloro che hanno subito grandi violazioni dei propri confini, prima che potessero costruire un senso autonomo del proprio sé.

> Nel 1998, l'"American Journal of Preventive Medicine" pubblicò i risultati dello studio sulle Esperienze Infantili Negative (ACE). C'erano oltre novemilacinquecento partecipanti adulti in questo progetto. Le fonti di stress infantile come l'abuso sessuale ed emotivo, la violenza, l'uso di droga o la malattia mentale nella famiglia furono correlate con comportamenti rischiosi da adulti, salute compromessa e morte. C'era una "forte relazione" tra disfunzione nella famiglia di origine e stato di salute da adulti – cioè, maggiore era l'esposizione a disfunzioni durante l'infanzia, peggiore era lo stato di salute nell'adulto e maggiori erano le probabilità di morte prematura per cancro, malattie cardiache, lesioni o altre cause […] Poiché la confusione immunitaria che conduce alla malattia riflette una incapacità a distinguere il sé dal non-sé, la guarigione deve implicare lo stabilire o il reclamare i confini di un sé autonomo.[186]

Di grande importanza lo è pure l'attaccamento con il mondo e con gli individui che lo compongono. Infatti, diversi studi hanno concluso che le persone prive di una solida rete sociale, che vivono principalmente in solitudine, sono esposte ad un altissimo rischio di sviluppare malattie.[187] Infatti, avere una forte connessione sociale permette di godere di un forte sostegno emotivo. In fondo, Ogniuno di noi sente il bisogno di un profondo e vero contatto intimo, però quando questo bisogno non viene compreso o viene allontanato con disprezzo dagli altri, quello che si prova è amarezza, furore o rabbia e si innalzano mura attorno a sé stessi. Superare i propri traumi, significa aprirsi agli altri e connettersi

[185] *Ivi*, p. 267.
[186] *Ivi*, p. 268-269.
[187] *Ivi*, p. 270.

con loro. Infatti, come disse Jelin, non si può guarire, senza l'aiuto degli altri. Pertanto, come scrive Gabor:

> Guarire richiede e, allo stesso tempo, implica la riconquista della vulnerabilità che, dapprima, ci ha fatto isolare emotivamente. […] Possiamo permetterci di rispettare l'universale e reciproco bisogno umano di relazione e di sfidare la radicata convinzione che inconsciamente grava su molte persone con malattie croniche: che non siamo degni di amore. Cercare relazioni è un prerequisito della guarigione.[188]

Altro elemento essenziale è l'assertività, fatta a noi stessi e al mondo, del proprio essere. Esserci, senza più giustificare la propria presenza agli altri permette di confermare la propria esistenza così com'è.[189] L'assertività della propria esistenza può fluire tramite molti canali, fintantoché, permettiamo alla nostra creatività di emergere. Che si tratti della scrittura, dell'arte o della musica o di cucinare, esistono numerosi modi personali, che ciascuno di noi, usa per esprime sé stesso quotidianamente. Come disse Hans Selye, citato da Matè: "Ciò che è dentro di noi deve uscire altrimenti possiamo esplodere nei posti sbagliati o sentirci disperatamente circondati dalla frustrazione. La grande arte è esprimere la nostra vitalità attraverso gli specifici canali e lo specifico ritmo che la Natura ha previsto per noi."[190]

Il sesto punto riguarda l'Universo stesso e la nostra connessione con tutto ciò che lo compone. Chi sperimenta un evento traumatico, cioè colui che entra in un ripetuto contatto con ciò di più oscuro e crudele della vita, si convince che non ci sia spazio per lui nel mondo. Si sviluppa la convinzione di essere soli e si evita, di conseguenza, il contatto con il mondo. Ma tutto ciò, secondo Matè Gabor, non è che un'illusione. Infatti, come scrive "Non è che un'amara illusione. È parte della patologica biologia delle convinzioni. Dalla prospettiva fisica è facile vedere che il nostro senso di separazione dall'universo è falso: noi non andiamo "dalla polvere alla polvere", siamo polvere vivificata. Siamo una parte dell'universo con una coscienza temporanea, ma mai scissi da esso."[191]

---

[188] *Ivi*, p. 271.
[189] *ibidem*
[190] *Ivi*, p. 272.
[191] *Ivi*, p. 273.

Istintivamente, nel momento in cui si ha l'impressione che sia avvenuta una rottura tra sé e il mondo e gli esseri che lo vivono, l'individuo sente il bisogno di ricercare il proprio sé spirituale, per ritrovare la conferma che quella connessione che si riteneva rotta, non lo sia veramente. Proprio questa ricerca permette alle persone di non abbandonare la speranza anche nei momenti più difficili della propria vita. Ognuno, infatti, trova il proprio modo per ritrovare quel contatto con sé stesso e il mondo usando diversi metodi: la psicologia, rinnovando la fiducia nella propria fede, meditando, praticando yoga o entrando in contatto con la natura. Scrive Matè a tal proposito:

> Ciascuno cerca la propria strada verso la luce interiore ed esteriore. Per molti non si tratta di una ricerca facile. Non importa dove abbiamo perso la chiave; noi tutti […] preferiamo iniziare a cercare sotto il lampione, dove possiamo vedere. "Cerca e troverai", dice uno dei grandi maestri. La ricerca in sé stessa è trovare, perché si può cercare intensamente solo ciò che già si sa che esiste. Molte persone hanno portato avanti un lavoro psicologico senza mai aprirsi ai propri bisogni spirituali. Altri hanno cercato la guarigione solo sulle vie spirituali – nella ricerca di Dio o del Sé universale – senza mai rendersi conto dell'importanza di trovare e sviluppare il sé personale. La salute si regge su tre pilastri: il corpo, la psiche e la connessione spirituale. Ignorarne uno equivale a invitare lo squilibrio e la malattia.[192]

[192] *Ivi*, p. 272-273.

CONCLUSIONE

Si può concludere questa tesi ritornando alla domanda inizialmente posta: può una società, che ha sperimentato eventi tanto traumatici, quanto devastanti, superarli?

Per rispondere a tale quesito si è analizzato il filo conduttore che unisce il trauma, i ricordi e le religioni nell'elaborazione traumatica, arrivando a scoprire come queste tre componenti giungano ad influenzare il corso delle vite del singolo e della collettività. Infatti, si è visto che nel momento in cui, una collettività percepisce di aver subito un evento tremendo, insuperabile e inspiegabile, si attivi la memoria. Essa trasforma l'evento traumatico, in un ricordo significativo della propria storia personale, andando poi a influenzare tutto quanto, dalla concezione che si ha di sé stessi, fino a causare modifiche storiche.

Allo stesso tempo, senza che ci sia necessariamente una consapevolezza da parte nostra, pure il nostro corpo si porta dietro i segni di quell'evento traumatico. Infatti, il nostro cervello, in situazioni normali, è sempre in comunicazione con il resto del corpo, trasmettendo le informazioni indispensabili affinché ci possiamo adattare al meglio alle diverse situazioni che viviamo quotidianamente. Da questa comunicazione mente-corpo, le emozioni, intese come scariche elettriche, chimiche ed ormonali rilasciate dal nostro sistema nervoso, vanno a gestire e a organizzare la nostra vita di tutti i giorni.

Nel momento in cui, si viene a sperimentare un evento tanto spaventoso, quanto scioccante e non avviene l'elaborazione di quel dato evento, l'individuo stesso continuerà a vivere in una situazione di stress e irrigidimento costante, come se l'evento non fosse mai finito. Questa condizione persisterà fino a quando non vengono affrontate, comprese e rilasciati tutti i frammenti, facenti parte dell'esperienza traumatica, ancora presenti nel corpo. Se, nel caso, si continuasse ad ignorare i segnali che il proprio corpo invia, uno dei possibili rischi in cui si può incorrere è la comparsa della malattia fisica. Pertanto, è proprio tramite questo modo che il trauma, le emozioni e i ricordi, presenti a livello cosciente o meno, possono influenzare la nostra vita. In particolare, nel momento in cui le emozioni vengono represse e non ascoltate. Allo stesso modo, le conoscenze, le memorie e le identità delle comunità giungono ad essere modificate sulla base degli eventi vissuti.[193]

[193] Alexander, *cultural trauma*, p. 1.

In questo contesto, si inseriscono anche gli studi effettuati da de Martino. Secondo lo storico delle religioni italiano, la cultura e di conseguenza la religione, si sviluppano con l'obiettivo di proteggere l'identità dell'individuo, nel momento in cui si trova a confronto con l'esperienza traumatica. La religione, tramite il mito e il rito, cerca di salvaguardare la presenza nel mondo della persona, impedendone la fuoriuscita e la dissociazione. Il mito, infatti, crea uno sfondo entro cui l'evento assume un certo significato e può dare avvio al processo di elaborazione dell'evento. Il rito, dall'altro lato, diventa lo strumento con il quale l'individuo segna concretamente la fine del negativo e può riprendere il normale corso della vita.

L'evento traumatico, inteso come uno spartiacque tra ciò che era prima e ciò che è avvenuto dopo, definisce un momento di rottura nel corso della propria vita. La religione, pertanto, in questo contesto, cerca di contrastare i danni legati al trauma, attuando la riconciliazione dell'individuo con la realtà.[194] Inoltre, prendendo in esame lo studio di Elisabeth Jelin, si è osservato come, anche, la società stessa interviene nel processo di elaborazione del trauma, tramite atti di solidarietà. In tal modo, la società si permette di soffrire, condividere il dolore e superarlo assieme e integrando l'esperienza vissuta, nel presente. Può succedere che, allo stesso modo, sempre la società decida anche di rifiutarsi di riconoscere la sofferenza altrui, relegando i ricordi traumatici alla solitudine. In quei casi, come scrive Jeffrey C. Alexander in *Cultural trauma and collective identity:* "By denying the reality of others' suffering, people not only diffuse their own responsibility for the suffering but often project the responsibility for their own suffering on these others."[195] In sostanza, rifiutando di riconoscere il dolore degli altri, gli individui vengono abbandonati a soffrire in solitudine e diventando capri espiatori dei malesseri altrui.

Si può affermare, in ultima istanza, che la società e l'individuo dispongono degli strumenti necessari per poter affrontare le proprie difficoltà personali. Infatti, la psicologia moderna, ogni giorno, scopre nuove terapie efficaci e, allo stesso tempo, convalida la funzione guaritrice di pratiche antiche, che erano state dimenticate. Quello che diventa cruciale in questo processo, però, consiste nel ruolo che la società sceglie di assumere rispetto a queste nuove informazioni e come ha intenzione di muoversi nel pubblico per formare, in ogni individuo, la certezza e la sicurezza necessaria per affrontare le difficoltà che incontrerà nella vita. La società, affinché sviluppi nelle persone

[194] Mantero & Giordano, *trauma e spiritualità*, p. 2.
[195] Alexander, *cit*, p. 1.

la resilienza necessaria per affrontare e superare gli ostacoli della vita, ha bisogno di offrire le giuste opportunità a tutti quanti. Infatti, frequentare un'ottima scuola, vivere in una casa sicura, con un buon reddito e un lavoro stabile riesce a intervenire positivamente sul rischio di sviluppare stress traumatico e, soprattutto, consente di accedere a un aiuto migliore, in caso di bisogno. Al contrario, la povertà, la disoccupazione e i bassi livelli scolastici diventano terreno per lo sviluppo del trauma. Il trauma, a sua volta, chiama altro trauma e le persone che sono state ferite, feriscono a loro volta.[196] Quando manca il giusto aiuto le emozioni vengono represse, diventano insopportabili e danno il via a disturbi di natura psichica. Pertanto, creare coinvolgimento nelle scuole tramite attività come canto, educazione fisica o corsi artistici è fondamentale in quando permettono coesione, sviluppo nelle relazioni sociali e permette la condivisione tra i ragazzi. Tutti questi fattori sono elementi essenziali per creare unione e socialità.[197]

Risulta, pertanto, fondamentale creare delle forme di sostegno sociale alle famiglie e permettere ai bambini di accedere a scuole di alta qualità, che diventino dei porti sicuri in un mondo sempre più caotico. La scuola, infatti, favorendo la cooperazione, l'autoregolazione delle emozioni e la concentrazione aiuta a formare dei futuri adulti sicuri e resilienti. Chi si sente certo di sé, integrato e felice non percepisce il bisogno di far uso di droghe, di promuovere gruppi politici violenti o avvicinarsi a estremismi religiosi.[198] Concludo, infine, citando il dottor Bessel van der Kolk:

> Tutti noi, ma soprattutto i bambini, hanno bisogno di questa fiducia: la fiducia che gli altri ci riconosceranno, comprenderanno e si prenderanno cura di noi. Senza queste basi non si può sviluppare un senso di efficacia che ci permetterà di affermare noi stessi: "Questo è ciò in cui credo; questo è quello che mi aspetto; e questo è quello a cui mi dedicherò". Finché ci sentiamo accuditi e al sicuro, nei cuori e nelle menti delle persone che ci amano, potremo scalare montagne e attraversare deserti, o stare svegli tutta la notte per finire i nostri impegni. Bambini e adulti farebbero di tutto per le persone di cui si fidano e che tengono in considerazione. Tuttavia, se ci sentiamo abbandonati, inutili o invisibili, nulla sembra importare. La paura distrugge la curiosità e la vivacità. Per costruire una società sana dobbiamo fare in modo che i bambini possano giocare e imparare

[196] Der Kolk, *cit*, p. 487.
[197] *Ivi*, p. 489.
[198] *Ivi*, p. 490.

serenamente. Non c'è crescita senza curiosità e non c'è capacità di adattamento senza la capacità di esplorare, attraverso prove ed errori, chi sei e ciò che è importante per te.[199]

[199] p. 487.

BIBLIOGRAFIA

FONTI PRIMARIE

- Assmann, J. *La memoria culturale*. Torino: Einaudi, 1992.
- Carr, D. *Santa resilienza: Le origini traumatiche della Bibbia*. Milano: Rizzoli, 2014.
- De Martino, E. *Il mondo magico: Prolegomeni a una storia del magismo*. Bollati Boringhieri. (2007).
- De Martino, E. *La fine del mondo: Contributo all'analisi delle apocalissi culturali*. Torino: Einaudi, 1977.
- De Martino, E. *La terra del rimorso*. Torino: Einaudi, 1961.
- De Martino, E. *Sud e magia*. Torino: Einaudi, 1982.
- Maté, G. *Quando il corpo dice no: Il costo dello stress nascosto*. Milano: Feltrinelli, 2003.
- Van der Kolk, B. *Il corpo subisce il colpo: Mente, corpo e cervello nella cura del trauma*. Milano: Franco Angeli, 2015.Cone, J. (2011).

FONTI SECONDARIE

- Agostino, *La vera religione*. Milano: Mondadori, 390.
- Alexander, J. C. *Cultural trauma and collective identity*. Berkeley: University of California Press, p. 1-59, 2004.
- Angelini, P. *Ernesto De Martino*. Roma: Carocci, 2008.
- Berardini, S. F. *Presenza e negazione: Ernesto De Martino tra filosofia, storia e religione*. Pisa: Edizioni ETS, 2015.
- Bettini, M., Raveri, M., & Remotti, F. *Ridere degli dèi, ridere con gli dèi. L'umorismo teologico*. Il Mulino. (2020).
- Buttitta, M. *La memoria lunga: simboli e riti della religiosità tradizionale*. Palermo: Sellerio, p.1-65, 2002.
- Caruth, C. *Unclaimed Experience: Trauma, Narrative, and History* (2nd ed.). Johns Hopkins University Press. (2016).
- Cone, J. H. *The cross and the lynching tree*. Maryknoll, NY: Orbis Books, 2011.
- Durkheim, É., *Le forme elementari della vita religiosa. Il sistema totemaico in Australia,* Milano, p. 15-101, 481- 513 Edizioni di Comunità, 1963.
- Eschilo. 458 a.C. *Orestea: Agamennone, Coefore, Eumenidi* (Trad. E. Romagnoli, 1955). UTET.
- Filoramo, G. *Che cos'è la religione*. Torino: Einaudi, 2004.
- Herbert, C., & Didonna, F. *Capire e superare il trauma: Una guida per comprendere e fronteggiare i traumi psichici*. Trento: Edizioni Centro Studi Erickson, p.11-91, 2006.
- Jung, C. G. *Psicologia e religione*. Torino: Bollati Boringhieri, 1963.

- Lucrezio, T. *De rerum natura. Testo latino a fronte* (A. Schiesaro, a cura; R. Raccanelli, trad.). Milano: Einaudi. 2023.
- Otto, R. *The idea of the Holy*. London: Oxford University Press, 1958.
- Ovidio, P. N. *Le metamorfosi*. Milano: Einaudi, 2015.
- Rupke, J. *A companion to Roman religion*. Malden, MA: Wiley-Blackwell, 2011.

ARTICOLI

- Berardini, S. F., & Marraffa, M. *Presenza e crisi della presenza tra filosofia e psicologia*. *Consecutio Rerum*, 1, 2016. p. 93–112
- Bonomi, C. "Breve storia del trauma dalle origini a Ferenczi (1880–1930ca)." In C. Bonomi & F. Borgogno, *La catastrofe e i suoi simboli: Il contributo di Sándor Ferenczi alla storia del trauma*, Torino: UTET Libreria, 2001. pp. 71–115.
- Bonomi, C. *La psicologizzazione del trauma: Nascita e tramonto della diagnosi di "nevrosi traumatica" (1870–1920ca)*. *Teoria & Modelli*, n.s. 5(1–2), 2000. p. 125–161.
- De Luca, F., Ligozzi, A., & Toro, M. B. *Elaborare il trauma nel corpo e nella mente: nuove prospettive di intervento. Modelli della Mente, 1*(2022), 25–40.
- Giordan, G. *Dalla religione alla spiritualità: una nuova legittimazione del sacro? Quaderni di Sociologia, 35*, 2004. p. 105–117
- Lesce, F. *La presenza alienata: Follia e slancio morale in Ernesto De Martino*. *Consecutio Rerum*, 4(7), 2004. p. 177-192.
- Tezcan, L. "Some remarks on violence and Islam in the time of Death of God." In *Journal of Religious Studies*, 2007. p. 13-23

SITOGRAFIA

- https://www.researchgate.net/publication/14576742_A_symptom_provocation_study_of_posttraumatic_stress_disorder_using_positron_emission_tomography_and_script-driven_imagery

DOCUMENTARI

- Benazzo, Z., & Benazzo, M. *The Wisdom of Trauma*. Science & Nonduality. 2021.