

EDITORIALE

La nostalgia tra passato evocato e futuro ricordato

*Alessandro Salvini**

1. Premessa

A differenza di altri psicologi lo psicoterapeuta è obbligato ad essere un esperto della diversità altrui e dei suoi sentimenti soggettivi. Attitudine necessaria per comprendere e poter modificare nelle persone certi modi di sentire, di essere, di percepire e di agire, a partire dai loro resoconti spesso umorali, intimi e transitori. Riuscire ad ascoltare i modi, le forme, lo stile, i significati, il senso e il valore dei sentimenti provati e raccontati dalle persone permette di capire anche gli effetti del genere narrativo usato.

La nostalgia è uno dei principali contenitori di sentimenti compositi che in psicoterapia compare come un frutto salvifico o avvelenato, diventando una via da percorrere, una resistenza da aggirare o il problema da risolvere. In questo editoriale spero di riuscire a rimanere coerente con il proposito di usare uno stile di scrittura aderente all'argomento e all'ascolto di chi legge. I due resoconti che poi propongo possono essere un esempio. Parlare dei sentimenti senza identificata partecipazione è come parlare del volo di un airone utilizzando un uccello imbalsamato. Un problema che il sapere delle scienze cliniche della psiche non ha ancora risolto. Per questo motivo, come reazione, le psicoterapie postmoderne preferiscono occuparsi delle persone e dei loro sentimenti, modi di essere e di sentire intravisti e spesso perduti se trasformati in astrazioni patologizzanti e descritte con un linguaggio diagnostico ad imitazione di un genere narrativo medicalizzato. Le psicoterapie post-moderne non intendono separare le persone e il loro sentire soggettivo da un linguaggio che possa restituirne la presenza, anche con il rischio di considerarlo uno stile letterario. Che in questo caso risulta più adeguato di ogni altro linguaggio di tipo finzionale e ontologizzante, ovvero di quell'espedito dato dalla descrizione empirica e fattuale, che finge di parlare di 'cose' mentali che esistono oggettivamente e non di configurazioni discorsive, convenzionali e interattive di senso, significato e valore.¹

2. Nostalgia: vaghezza di una parola

Facciamoci una domanda: "esiste la nostalgia come esistono i frammenti biografici che l'alimentano? Ad esempio gli episodi di vita e le vecchie foto, le antiche strade della propria città, la fonetica familiare, i palazzi rivisti con il ricordo di ieri, i parenti cari, gli amici, gli amori e le loro atmosfere parzialmente perdute?" Chiediamoci ancora "si tratta

* *Direttore scientifico della Scuola di specializzazione in Psicoterapia Interattivo-Cognitiva di Padova. Già Ordinario di Psicologia Clinica, Università di Padova.*

¹ Per quanto riguarda il problema delle psicologie post-moderne, si veda, L. Mecacci, *Psicologia moderna e postmoderna*, Laterza, Bari, 2003.

di illusioni ricordate e rievocate o di sentimenti ricostruiti e inventati di sana pianta?"
Dipende!

Ciò non toglie che ognuno vada con le sue nostalgie e le conservi gelosamente, come per i quattro "replicanti" del film "Blade Runner" (1982), gli automi biologici con sembianze umane programmati ad una breve esistenza nelle colonie extra-mondo che, ammutinati e ribelli, sono ritornati sulla Terra alla ricerca di avere più vita da chi li ha costruiti e programmati. Ma in questi automi è affiorato l'inatteso: una umana coscienza di sé, fatta di sentimenti e di ricordi ("siamo esseri umani e non organismi viventi") e il desiderio di un futuro che non possiedono ma di cui hanno già nostalgia: forse l'effetto imprevisto dei frammenti biografici che sono stati loro innestati. Anche nel momento supremo della morte imminente il replicante conferma la sua metamorfosi umana. Due i sentimenti la pietas (salva la vita al poliziotto che lo insegue per ucciderlo), la nostalgia per le cose che ha fatto e visto, seppure in un'esistenza programmata e vissuta per conto di altri. Angosciante apologo sulla 'verità' condizionata dell'esistenza umana tratta da un romanzo di Philip K. Dick, un geniale autore di fantascienza psicologica, nei cui libri ricorre il tema delle vite vissute ma inventate e controllate dagli altri, da cui possono emergere forme inattese e particolari di coscienza umanizzata. In cui affondano le radici, o i sentimenti che costellano l'unicità soggettiva di quella che chiamiamo l'identità biografica. Ognuna con le sue forme distillate di nostalgia a cui è inutile dare giudizi e chiedere certificazioni di autenticità.

Le nostalgie sono erratiche e soggettive, forse costruzioni a posteriori, come il ricordo delle farfalle, oggi scomparse da qualsiasi prato e giardino. Farfalle che solo i più fortunati hanno inseguito tra i colori e i profumi delle lunghe e lontane primavere dell'infanzia. Forse la 'nostalgia' esiste come il ricordo delle farfalle, come qualcosa in bilico tra ricordo reale e quello immaginato dalla malinconia delle stagioni perdute. Qualcosa di estraneo anche al meno spocchioso libro di psicologia accademica e qualcosa di inaccessibile per limite intellettuale autoindotto a qualsiasi sapere psichiatrico.

La parola nostalgia non è sufficiente per rappresentare gli incanti dolenti di un sentimento composito. Come altre parole cui pretendiamo di dare sostanza empirica, la nostalgia è solo un termine per accennare ad un singolare intreccio sentimentale di stati d'animo e di esperienze ricordate, talvolta suggerite e condivise con altri. Complicità che le propone più intense e consolanti, mentre il tempo che passa le rende sempre più preziose. In certi casi si tratta di sensazioni inafferrabili e senza fissa dimora, che emergendo creano l'indefinita e struggente presenza di qualcosa di andato perduto, ma non in modo definitivo per non tentare di riproiettarla in certi casi come utopica attesa e scena di un possibile futuro.

Allora seguono i riti pubblici per il recupero nostalgico di un passato idealizzato, per esorcizzarne il rimpianto, con il risultato di rendere più acuto il senso di perdita e più vivo il ricordo inafferrabile, ricostruendo nel presente la riedizione, la scenografia, la pantomima di un possibile e celebrato ricordo. Qualcuno ha scritto che i paradisi sono solo i paradisi perduti, ovvero utopie rovesciate rivisitate dall'illusione di averle vissute, quando invece accadono solo come auto narrazioni idealizzate.

Ma nessuno può dire che sia proprio così. Più semplice dire che "è vero tutto ciò che crediamo vero": quel che è rievocato e pensato produce il 'sentito', costituendo

una 'verità' soggettiva con il contorno di una realtà esistita, anche se non sappiamo fino a che punto. Insomma è reale e vero quello che sperimentiamo come tale, anche una allucinazione può essere reale, per chi la prova e per i significati attribuiti e le azioni che induce a fare. Ovviamente questa è la prospettiva necessaria ad uno psicoterapeuta, diversa da coloro che debbono considerare 'reali' solo gli eventi psicologici riducibili ai metodi scientifici delle psicologie empiriche. Come dire che una fotografia non può farci vedere tutto quello che il fotografo ha percepito o che il mezzo gli impedisce di vedere. Con il risultato, ad esempio, che libri e articoli sulle emozioni empiricamente dimostrabili, non offrono rispecchiamenti alternativi ai sentimenti provati neanche ai ricercatori meno indottrinati e convinti. Spesso si tratta di giovani psicologi con aspirazioni accademiche a cui viene inibita la capacità di immaginare i complicati e mobili intrecci tra le menti delle persone. Dovendo pensare che sia possibile imbalsamarli attraverso la logica categoriale di un questionario o di un test o di una scala d'atteggiamento o di una registrazione di segnali percettivi o di una classificazione diagnostica. Se di sentimenti si parla affiora da quelle parti solo una ridondante e indicibile noia.

Spesso, per non dire sempre, molti psicoterapeuti inciampano nei sentimenti della nostalgia altrui senza riconoscerli, come accade al buio con i gradini invisibili e inimmaginabili. Talvolta questi sentimenti hanno una condizione ibrida, ora ci sono, ora scompaiono, divenendo a sedute alterne autoinganni retrospettivi raccontati da chi abbiamo di fronte. Ma questo non rende le nostalgie meno 'vere' nelle loro conseguenze. Già alla sera l'eco di un incontro può essere più forte di quello provato alla mattina: allora un sentimento di nostalgia si trasforma in un messaggio, in una lettera, nella ricerca di una foto, in una notte inquieta, nella valigia immaginativa del giorno successivo e in quella reale della settimana dopo. Si ritorna là dove le illusioni della memoria sono in attesa. Accade spesso che i sentimenti del sentire nostalgico spesso coincidano con le parole che ciascuno trova dentro le possibilità lessicali della sua memoria semantica, che conferisce loro presenza, qualità e valore, ossia il volto del medium linguistico utilizzato.

3. Non tutti i sentimenti nostalgici si equivalgono

Concediamoci ora di parlare al plurale, accogliendo le nostalgie tra l'epistemologia dei costrutti incommensurabili. Smettiamo una volta per tutte con la credenza che gli universali linguistici, con le loro parole ecumeniche, valgano anche per le questioni che chiamiamo riduttivamente psicologiche. Più adeguato parlare di nostalgie a varia dominanza e genere, ad esempio estetiche, autobiografiche, sensoriali, gastronomiche, amicali e affiliative, amorose, psicotrope, eroiche e romantiche e altre ancora. Ci sono le nostalgie dello scalatore e quelle dell'alcolista. Ce ne sono altre che funzionano come matrici archetipiche e generative, ad esempio contrassegnate dall'epica del ritorno tormentato e ambivalente come in Ulisse o dall'immagine eroica di sé, come in Don Chisciotte. Nostalgie come passioni da replicare attraverso mille rivoli narrativi.

Le differenze culturali sono sempre psicologiche. Perché dimenticarlo? Anche se non vale per le riviste internazionali di psicologia con la pretesa degli universali a imitazione anglofila. Prendiamo ad esempio quella singolare forma di nostalgia portoghese, la 'Sadaude', poetica, narrata e cantata, che è diversa da quella italica e mediterranea, figlia quest'ultima del fatalismo della partenza, del rimpianto, della malinconia romantica

e del legame persistente. Come i sentimenti nostalgici che ricorrono nelle canzoni napoletane dei primi del Novecento, ad esempio in "Santa Lucia luntane" di E. A. Mario, che canta appunto la separazione dell'emigrante dalla propria terra, il rimpianto malinconico e dolente accompagnato dal desiderio di poter sperare nel ritorno. La Saudade configura invece uno stato d'animo più ampio e composito: l'essenza dell'anima lusitana è anche un modo di vivere e di pensare, intriso di passato e di futuro, che non può essere pienamente compresa al di fuori della sua cultura avventurosa e atlantica. Nella Saudade affiora anche una tristezza particolare, la partenza per l'oltremare e il viaggio verso l'ignoto. Un sentimento che, venute meno le contingenze storiche che l'hanno generato, rimane e riaffiora nell'anima lusitana generazione dopo generazione.

La Saudade manifesta una nostalgia non tanto della felicità avuta e abbandonata, ma dell'incertezza e speranza di ritrovarla altrove tra le persone e in luoghi diversi. La Saudade non è separabile dalle radici storiche delle partenze e dei viaggi per mare, al sogno di dare vita a nuovi paesi ed esperienze a estensione da quelle radici da cui si parte. Sentimento nostalgico riflesso dal futuro, sedimentato, generazione dopo generazione, malinconico, avventuroso e marino tipico della cultura lusitana. Come scrive F. Pessoa, per il portoghese "la nostalgia è un molo di pietra", una nave che salpa verso l'ignoto piuttosto che una nave che abbandona il mondo noto. Due malinconie rese differenti da due diversi generi narrativi. Anche tra le persone le malinconie e altri sentimenti non sempre si equivalgono. Evidenza che se non spiegata ai professionisti della salute mentale li lascia convinti del contrario.

Quindi la nostalgia non descrive un sentimento univoco, una cosa, un disturbo, ma uno stato d'animo mutevole e composito, in cui lo spirito del tempo, la cultura, le persone, gli stati di coscienza locali, le storie individuali, le radici nella propria lingua, la base intima del senso di appartenenza, impediscono qualsiasi oggettivazione psicologica, se non quella costituita dal racconto mitizzato e soggettivo. Proviamo nostalgia per i sentimenti avuti o per quelli che oggi pensiamo di aver provato, rivedendo il passato con gli occhi del presente, o anche con quelli attribuiti al futuro. Esistono anche nostalgie molto più personali e soggettive, direi problematiche; alcune confinano con la disperazione, altre con la solitudine, altre ancora con il piacere rievocato, altre con disforie malinconiche ed esistenziali, altre ancora con reazioni liberatorie. Come nei due esempi che seguono.

4. Le nostalgie complicate

Primo esempio. *La lettera: " unisco alla mia la vostra nostalgia"*

"...Sabato trenta settembre di quest'anno. Una brezza luminosa e tersa increspa l'insenatura delle Grazie nel golfo di La Spezia, scivola dietro l'alta collina e fa brillare l'insenatura gemella del Varignano, quieto anfratto di ricordi per il grande raduno di ex subacquei della Marina Militare, l'Alma Mater di tutti noi. Ore preziose a ricucire le reti di rievocati ricordi, nella ricerca inquieta di rimetterli insieme. Del mio corso dopo cinquantasei anni ci siamo ritrovati in cinque. Gli altri cinque persi nel tempo, ma non proprio assenti. Così è la vita e per certi ricordi a cui ci si aggrappa. Il tempo domina sempre la scena della nostalgia. Il 1961 fu un anno iniziatico, faticoso e felice. Per dodici mesi fu tra noi ventenni una crescente intimità fusionale, imposta e regalataci dal mare e da inquietudini, emozioni e apprensioni comuni. Superate tutte le difficili prove, ci

consegnarono il brevetto di Palombaro e di Sommozzatore. Poi le nostre piccole e grandi esaltazioni, le inquiete e nascoste paure, le albe struggenti, il mal di mare, i venti gelidi, i sortilegi del blu profondo, i fondali marini, le notturne carene delle navi, i tempi della decompressione, le gorgonie, le bolle argentate verso la superficie, i crepuscoli color rame, vennero separati e con vari destini da un abisso di cinquanta e più anni. Per riunire tutto questo non basta un raduno, una foto, ma è quanto abbiamo fatto e quanto il rito concede. Ormai intagliati nel legno del tempo per qualche minuto ci siamo messi vicini ad un vecchio scafandro per immersioni a grande profondità. Un simbolo e una foto. I simboli servono alla nostalgia, le foto anche, la disperazione del tempo perduto, è fissata. Da sinistra nella foto Piero, Alessandro, Vittorio e Gianni. Non c'è Fernando, il quinto compagno perso tra i ricordi del posto.

Le storie: Vittorio, andò a lavorare come palombaro in Africa e in Medio Oriente, infine si mise in proprio e fece il mestiere rischioso del pescatore di corallo, per il resto la vita lo prese come tutti, con alti e bassi ma mai fu perdente. Alessandro si dette ad altre cose e ad altre immersioni nelle teste matte altrui, sperando di capire la sua, ma mai immemore degli altri compagni, della grande avventura e della infinita bellezza del mare. Fernando rinunciò più tardi allo scafandro, preferendo la sua arte tra le ondulate campagne del senese. Aitanti e forti, Piero e Gianni, l'uomo di Viareggio e l'Altoatesino, rimasero in Marina come "Incursori", in attesa della grande occasione eroica, invecchiarono con ardimento e onore, ma il grande momento fu loro negato. Mancano gli altri cinque, uno, Giovanni, l'uomo di Siracusa, tosto e duro se ne sono perse le tracce, sembra che abbia chiuso la carriera come comandante di una capitaneria di porto dell'Adriatico. Del nostro Giacomo, si sa qualcosa di più, prima fece il capitano di lungo corso su qualche carretta del mare, poi per molto amore per una donna scese a terra, si laureò in giurisprudenza, diventò un solerte funzionario di qualche Ente, fino a quando un'altra passione tardiva non lo portò ad aprire per diletto suo una falegnameria, con cui oggi gioca, non trascurando ancora le immersioni invernali, quando il mare silenzioso è color indaco. Altri tre palombari a vita, invece, sono morti. Ma non per noi. Alvaro, Giovanni e Antonio, l'umbro spiritoso, il salernitano estatico e ironico, il veneziano petulante e avventuroso. Anime inquiete anche loro. Se in ogni gabbiano c'è come si racconta l'anima di un marinaio, ora sono loro quei grigi gabbiani su una oscillante boa di tonnellaggio dietro la diga foranea. Forse ci aspettano nel grande golfo tra Lerici e Portovenere. Sono lì in attesa insieme all'amato e molto bizzarro Capo di prima classe Vado Morbelli. Ci aspettano come un tempo mentre battibeccano ancora tra di loro". Come ha scritto Joseph Conrad, "il mare non è mai stato amico dell'uomo, al più è complice della sua inquietudine".

Secondo esempio. La canzone: "il mio sentimento ora ospitalo tu"

"...Qualche tempo fa stavo parlando con G.B. e, non a caso, ho esclamato, "niente di più bello del mare d'inverno". Si trattava di una persona che nella vita si era occupata con grande successo di musica pop. Il suo problema per cui mi aveva chiesto un aiuto, era alquanto particolare. Quasi quotidianamente era tormentato da tremende nostalgie, di persone, luoghi e vicende passate ma anche presenti. Alla mia affermazione, G.B. replicò dicendo, "è vero". "Il mare d'inverno ricorda l'estate perduta, anche questa che in fondo è già passata". Sbagliando, replicai "ma siamo appena in giugno". Non accolse

l'obiezione e continuò, "penso già a quanto mi mancherà questa estate". Dopo un breve silenzio cercai di riparare e aggiunsi, "per i più consapevoli, l'irrimediabilmente perso è già presente nella loro testa prima che si compia". Mi sorrise complice. Avvertii che avevo ristabilito una piccola alleanza empatica. Ma sbagliando nuovamente, dissi, "forse è questa la sua malattia, se così si può chiamare?". "Mi hanno già detto che sono depresso -rispose stizzito- forse perché il loro sapere ed esperienza non contempla altro". Poi fece una pausa e continuò, "niente può essere più bello del mare d'inverno, consola dalla nostalgia dell'estate". Completai dicendogli "in fondo la nostalgia dell'estate offre il suo ricordo come speranza, un po' come le nostalgie amorose che predispongono a nuovi amori...". "Che poi non possono che deludere" aggiunse lui.

Tacemmo per un po', poi quasi rovistando tra i suoi sentimenti ne uscì dicendo: "ma la mia nostalgia non è qualcosa di diverso dall'anticipazione di una perdita, e non contiene ancora una speranza". Tacque ancora, avvertii che aveva messo a fuoco qualcosa di importante. A un certo punto mi disse piano ma con voce decisa. "Forse bisognerebbe ribellarsi a tutto questo". Per non perdere questo sussulto che apriva ad un'intenzione cercai di farglielo agganciare, come si fa in questi casi, ad un vissuto, a qualcosa di emotivo, a qualcosa che fosse per lui noto e importante sul piano del sentimento, e gli chiesi, "potrebbe suggerirmi una vecchia canzone per questo suo nuovo pensiero?". "Chi meglio di lei può farlo!".

Ci pensò un po' e rispose, "Je regrette rien", cantata da Edith Piaf. Poi continuò e aggiunse, "ma per capire meglio quello che in questo momento sento, le proporrei di ascoltare, anche "J'hai entendu la mer", cantata da Christophe. Una vecchissima canzone, ci sono affezionato, è proprio lo stato d'animo che vorrei abbandonare e superare".

Sfruttando una vaga memoria, azzardai, "è vero, se ricordo bene Edith Piaf si sbarazza della nostalgia e cambia registro, mentre la canzone di Christophe ripiega e idealizza la malinconia del ricordo". G.B. approvò con la testa e, rovesciando i ruoli, mi dette con voce sicura una sorta di indicazione-prescrizione: "meglio che l'ascolti in francese, è una lingua che riesce a trarre forza liberante dalla nostalgia che consola". "Sì perché vede, il bello della nostalgia che ti fa soffrire sta nella consolazione che offre".