

investimento che le hanno richiesto il digiuno e le pratiche accessorie orientate a garantirne i suoi effetti, diventati parte fondante della sua identità.

“Guida all'anoressia tra realtà e paradosso” è un libro di agile lettura con finale a sorpresa. In questa storia i frutti della semina infatti non sono quelli che, né l'aspirante anoressica né le figure coinvolte, si sarebbero aspettati di raccogliere. È proprio arrivando alla fine che si comprende infatti l'importanza che assume il contesto relazionale in questi casi che, al pari di qualsiasi altro strumento, *in sé non è mai né buono né cattivo, poiché è il suo uso a renderlo tale.*

A quanti sono in relazione con la persona coinvolta e, in questo caso specifico, soprattutto alla famiglia che viene spogliata dell'aggettivo “disfunzionale” che la connotava nel passato, viene ri-attribuito il loro ruolo attivo, responsabilizzando non solo in merito a quello che può essere il contributo da loro fornito nella co-costruzione del percorso che la protagonista ha deciso di intraprendere ma, anche e soprattutto, come parte del sistema da cui possono svilupparsi nuove modalità d'interazione che permettono a coloro che sono finite per intraprendere la strada dell'anoressia, di invertire il senso di marcia. Perché non c'è nulla che sia stato costruito nella relazione che nella relazione non possa essere risignificato.

A cura di Valeria Pozzer



Allucinazioni: sintomi o capacità? Racconti di errori diagnostici, soluzioni, ribellione e libertà.¹

di *Maria Quarato*

Fabbrica dei Segni, 2019

L'argomento iniziale del libro? Gli uditori di voci. Si scoprirà presto che partendo da questo fenomeno, già studiato da altri negli ultimi decenni, l'autrice si innalza come da una rampa di lancio per giungere alla fine del libro a dire di nuove conoscenze e ad aprire finestre verso altre inedite ed eccitanti intuizioni, un secondo libro, lo sviluppo di questo, è infatti in gestazione.

Si parla molto in questi anni di nuovo Rinascimento, e queste pagine sembrano davvero poterne fare parte. Di quei due secoli, il Quattrocento e il Cinquecento, c'è la stessa voglia di dire no a certe fissità e ritualità

dell'università, allora dell'ultimo Medioevo, ora di un presente fermo e snervato. L'accademia di allora era conservatrice e chiusa al mondo che si liberava e librava fuori dalle sue mura. Non c'era umanista del nostro paese che non avesse assunto in quei secoli posizioni antiuniversitarie. La cosa viene poco sbandierata e se ne intuiscono le ragioni, ma i grandi movimenti di rinnovamento del pensiero non erano altro che tentativi di criticare alcune polverose ragnatele accademiche del tempo.

Che formidabile analogia con ciò che avviene oggi, in particolare in quel vasto, confuso, contraddittorio mondo chiamato in modo vago: psicologia.

¹ La recensione riprende in grandissima parte il capitolo di M. V. Masoni presente nel libro, “Nota storica sulle voci fuori dal coro”.

Anche qui due grandi scuole si contrappongono, quella riduzionista, maggioritaria nell'università, una posizione stantia, una sorta di biologizzazione del pensiero, e quella della mente condivisa, che utilizza il cervello ma è sinfonia delle menti del mondo.

Quest'ultima è oggi ancora in minoranza. Naturalmente è quella preferita dalla nostra autrice, che non ha alcun timore a non salire sul carro dei più forti. Perché questa posizione coraggiosa?

L'essere umano è un animale costretto a fare scelte. E le scelte si fanno in due modi: dividendo in categorie il molteplice e poi selezionando, oppure rapportandosi con l'unicità, senza classificare.

Vediamo meglio. Una divisione in categorie, in nomi, implica sempre un processo di astrazione. Per dire che due mele sono entrambe mele dobbiamo ignorare più o meno intenzionalmente le innumerevoli differenze presenti fra una mela e l'altra. La cosa è accettabile perché quelle differenze non sono per noi significative. Una minuscola macchia più scura, il tono più o meno diversamente vivace dei colori, la lievissima differenza di peso fra l'una e l'altra ecc. non sono affatto importanti per chi al mercato compra un kg di mele.

La nostra intera cultura poggia sul frutto di questa attività e in base ai risultati delle nostre classificazioni/astrazioni, *scegliamo*.

Se abbiamo appreso a classificare certi fenomeni in un dato modo, e lo facciamo da tempo, la divisione ottenuta finisce per sembrare attività ovvia e *vera*. Un vero ritratto degli eventi e delle cose del mondo. A quel punto la scelta di una voce di quell'elenco apparirà cosa naturale. Per questo una certa psicologia e tanta psichiatria, formate e abituate a categorizzare l'umanità dolente come portatrice di malattie della mente, vedranno solo e sempre malattie della mente. Ma perché nasce questa sorta di ordinamento, che tratta i guai costruiti dai nostri pensieri e dalla norma come "oggetti" ben definiti e chiaramente riconoscibili, come oggetti della natura?

Nei suoi quattro secoli e mezzo di vita la scienza moderna è stata rinforzata, arricchita, invigorita, da un gran numero di teste pensanti. Così acute da capire piuttosto in fretta che certe astrazioni, accettabili e possibili per quanto riguardava gli oggetti del mondo della natura, come le mele, non lo erano affatto se ad essere indagata era la mente. Ed è per questo che le scienze della natura da secoli studiano *un mondo al quale è stata sottratta la mente*.

L'operazione ha dato frutti entusiasmanti. I progressi della scienza non sono ignorabili nemmeno dai più furiosi antiscientisti.

Ma è proprio l'entusiasmo il problema, insieme alla non conoscenza della storia.

La grande, geniale preoccupazione di tener fuori la mente se si vogliono risultati accettabili, dalla fisica, dalla chimica, dalla biologia, viene dimenticata. E da innovatori che ignorano il passato *si tenta oggi di richiamare la mente dentro la scienza della natura*.

Questo è il riduzionismo.

Una prima conseguenza di questo anacronismo "scientifico": se riduco la mente, eccedendo in astrazioni proibite, cioè ignorando la complessità delle differenze fra gli individui e le loro menti, a qualcosa formato da materia cerebrale e fenomeni biochimici, allora affronterò i problemi della mente intervenendo sui rapporti biochimici, cioè secondo le uniche categorizzazioni e scelte che ho appreso: le *diagnosi*, e con esse la loro coda, i *farmaci*.

Gli psicofarmaci sono il figlio primogenito del riduzionismo.

E sono proprio gli effetti devastanti dei farmaci, propinati per lunghi periodi a quelli che sentono voci, costruttori di danni e di nuove malattie e sofferenze, a spingere la Quarato a ribellarsi, come molti oggi, e a scegliere un altro punto di vista, un'altra concezione della mente.

Occorre ora rinunciare alle vecchie classificazioni, occorre rapportarsi alla unicità delle menti.

Ora lo sforzo non è quello di riconoscere per poi collocare in caselle già date, ma è quello di tentare di cogliere anche tutto ciò che l'astrazione classificatoria tenderebbe a tagliar via. La complessità ritorna e la scienza che così si configura non riguarda più un mondo privo della mente, ma nientemeno che la complessità della mente stessa.

Il problema della scelta assume altre caratteristiche e deve rispondere ad altre domande. Come si conosce e come si sceglie rapportandosi all'unicità del nostro oggetto di studio, e quali problemi si incontrano? Possiamo chiamare scienza anche questo modo di conoscere l'umano?

Uno dei primi problemi è di ordine linguistico.

Il termine scienza è *politetico*, cioè non è definibile. Ascoltate cento accademici e ascolterete cento definizioni di scienza. Il termine *politetico* sta a indicare che la parola scienza non ha un significato unico e univoco, ma offre al suo utilizzatore e al suo lettore una vasta nube di significati.

La frase: questo non è scientifico, lanciata contro chi applica il termine a modalità non comuni, è davvero un atto di arroganza teoretica. Ma qualcosa che faccia rientrare ciò che accade all'interno di quella nube di significati ci deve pur essere. Ci devono essere *risultati*. E Maria Quarato li presenta: poche sedute di un nuovo tipo di psicoterapia, coerente con le scoperte illustrate in questo libro, e si ottengono risultati non ottenibili con anni di psicofarmaci, che anziché aiutare aggravano i guai del paziente.

Inoltre, la scienza di Galileo (la nuova scienza sperimentale, la nostra scienza, nasce con lui) si basa fundamentalmente sullo strumento dell'induzione.

Ce l'hanno spiegato a scuola tanti anni fa: l'induzione è quel procedimento per il quale da alcuni (pochi o molti) fatti particolari si evince una legge generale. La scienza sperimentale si basa su questo. Un esempio arcinoto: ho un sacco di fagioli, ne traggio alcune manciate, osservo che trovo solo fagioli bianchi, allora induco (non deduco) che tutti i fagioli del sacco sono bianchi. Soltanto se *verificassi* che tutti i fagioli del sacco sono bianchi, potrei dedurre (non indurre) che il sacco è (era) un sacco pieno di fagioli bianchi. L'induzione, come sembra chiaro dall'esempio, è un procedimento utile, ma non ci garantisce di azzeccare le conclusioni, basterebbe la scoperta di un solo fagiolo nero per invalidare la frase: "tutti i fagioli nel sacco sono bianchi".

Bene, l'induzione quindi, malgrado i suoi limiti, resta ancora l'anima teorica della scienza sperimentale. Si dirà allora: che c'entra il rapporto con l'individuo, col singolo evento, con quella colonna della scienza che è l'induzione? È come se da un solo fagiolo si volesse giudicare il contenuto del sacco.

Critica apparentemente sensata, ma contenente un errore di fondo.

Se utilizzando molte volte un metodo che valorizza l'unicità della persona e che non tende a giudicare (classificare), ottengo, per esempio nelle psicoterapie, risultati positivi evidenti, allora posso affermare che questo metodo è efficace.

Non può sfuggirvi che la frase appena letta poggia saldamente sulla struttura dell'induzione. Già, le frasi rigorose della scienza non hanno il monopolio dell'induzione, e il metodo sperimentale quindi, spina dorsale della scienza moderna, vale anche per altre modalità di conoscenza dell'altro e perfino per il senso comune.

Ed è su tali induzioni (vogliamo dire: sulla pratica?) che si basa la visione del mondo descritta dalla Quarato e che, dentro questo mondo, il rapporto con gli uditori di voci (che da lei verranno ribattezzati “pensatori dialogici”) consentirà l’apertura di nuovi sentieri nel bosco della mente.

Che cosa caratterizza il procedimento che l’autrice utilizza? Un ascolto rispettoso dell’altro alla ricerca delle narrazioni che strutturano il suo sé, poi il dialogo ove le narrazioni vengono negoziate arricchendole di nuovo significati, ottenendo così il cambiamento. Potremmo chiamare il tutto una sorta di *micro ricerca azione*: se vuoi capire entra nel gioco, se vuoi capire non astrarre, ascolta. In questo modo l’interazione e l’utilizzo che ne fa la Quarato entra di forza in una tradizione nobile delle scienze dell’uomo che ha avuto tappe come il grande libro di Thomas & Znaniecki (*Il contadino polacco in Europa e in America*, 1968), sociologi che hanno preferito raccogliere le lettere dei contadini costretti all’emigrazione (con la loro unicità di passioni, ricordi, sentimenti) piuttosto che compilare tabelle e grafici statistici che tolgono voce al dolore e all’anima. O come quel passaggio fondamentale dell’antropologo Eric Pike, che coniando i termini di *etico/emico* invitava gli studiosi delle culture “altre” a rinunciare alla cinepresa e ad entrare nella tribù “selvaggia” partecipandovi e vivendone la vita dall’interno.

Ma, si diceva, non si può parlare di operazione scientifica se non si possono accampare risultati. E i risultati del lavoro della Quarato non sono solo quelli già confermati dalle precedenti ricerche di altri che da due decenni studiano il fenomeno degli uditori di voci. Se così fosse questo libro non sarebbe altro che un generoso e doveroso omaggio ai suoi predecessori. No, la Quarato va avanti. Con ulteriori scoperte e con uno squarcio finale del velo che nasconde la soluzione di alcuni problemi grazie alla fissità accademica, soprattutto psicologico - psichiatrica. Di questa visione finale, che apre scenari inauditi e che altri dovranno indagare e mettere a tema delle loro ricerche, tacerò qui per non rovinar la sorpresa, il libro ha infatti l’andamento di un poliziesco della mente. Non taccio invece sullo stile, che non tiene in alcun conto la noiosa modalità dei testi accademici, spesso scritti senza passione, dato che hanno già i loro lettori obbligati negli studenti condannati a studiarli. Qui la Quarato, anche se non può contare su lettori obbligati e sicuri, non ne sente bisogno, tanto le riesce facile catturare l’attenzione. Lei stessa e non solo l’oggetto delle ricerche, mostra passioni ed emozioni e il suo stile rende lo scritto non solo leggibile, ma trascinate. Questo sembra un libro da leggere in un giorno. Il rispetto per il *paziente* non viene consigliato con toni moralistici, non si suggeriscono esplicitamente doveri etici, generici “dover essere”, la passione e il rispetto si sentono, bucano la pagina, i passaggi teorici, i resoconti terapeutici, l’entusiasmo per le scoperte si mescolano senza alcuna stonatura alle vicende biografiche dell’autrice, ai suoi amori, alle sue amicizie e alle batoste della vita. Come potrebbe, inoltre, un libro così, che tratta e descrive certe modalità terapeutiche basarsi su protocolli? Cioè su passaggi e regole prestabilite a priori? Qui non si cade in quell’errore, non si ritengono le persone tutte trattabili nello stesso modo, come alcune terapie “moderne”, redditizie e alla moda, propongono e insegnano (generalmente vendendo semplici “*si fa così*” ad altri terapeuti).

Maria Quarato non utilizza protocolli. Ogni storia è diversa e richiede risposte e proposte diverse, e le persone del libro (quanto è riduttivo chiamarle “pazienti”) ascoltano, interagiscono, chiedono, restano in contatto, aiutano altre persone, diventano amici. Un vero oltraggio ai metodi algidi, lenti e freddi di molte terapie dei giorni nostri e di quelli andati.

Se la posizione dell'autrice è sia di rispetto che di autonomia nei confronti dello stile e delle modalità accademiche, non c'è da stupirsi che il suo stile espositivo sia coerente con questa indipendenza. Non troverete qui il grigio linguaggio accademico, quello delle ricerche che vengono svolte a centinaia nelle nostre università e che nessuno legge se non i pochi lettori delle riviste specializzate. Sullo stile accademico vale la pena di spendere qualche rigo. È naturale e utile che rami specialistici della scienza tendano a formulare e a mettere a punto un lessico "privato", un linguaggio particolare, sincopato e abbreviato, per comunicare con chiarezza e in modo univoco. Un esempio noto a tutti è il caso del linguaggio dei marinai. Ogni comando occorre che indichi un'azione precisa e particolare, per questo espressioni come "*Tira quella corda*" sono bandite, si forma invece nei secoli, per esempio, la frase "*Cazza la randa*", che a un marinaio esperto non suggerisce alcun equivoco.

Tuttavia la chiarezza dei linguaggi specialistici ha un prezzo: *respinge il profano*.

E dato che le modalità discorsive contribuiscono a costruire i toni delle relazioni fra gli umani, così, questo comunicare al profano, tramite l'incomprensibilità dei messaggi tecnici: "*Tu non sei dei nostri*", costruisce nel tempo le mura difensive delle comunità scientifiche, le isola, le rende timorose, le difende. Il paradosso che ne emerge è stupefacente: l'accademia, il luogo della ricerca affinché in ultima istanza l'umanità venga aiutata a star meglio, ama non farsi capire da gran parte dell'umanità.

Che non sia possibile utilizzare un linguaggio semplice per illustrare questioni complesse è una favola già smantellata a suo tempo da uno dei più grandi linguisti del nostro Paese, Tullio De Mauro. Tanto che nasce un sospetto: certi accademici temono di farsi capire perché sanno, come aveva intuito un grande psicologo, che le loro idee non sono altro che ri-enunciazioni in un linguaggio "difficile" delle idee di senso comune. Maria Quarato invece sa che il linguaggio di chi fa vere scoperte occorre che sia facile e comprensibile. Val la pena di ricordare che per esempio la fortuna di Cartesio fu dovuta per secoli anche alla facilità di lettura dei suoi scritti.

Quando l'autrice mi contattò e mi fece leggere il manoscritto affinché potessi stenderne una prefazione, mi disse di aver scritto un testo divulgativo. Letto il libro la chiamai per invitarla a correggersi: questo libro non è affatto divulgativo, non è la stesura semplice di cose complesse che altri hanno pensato. Ma è la stesura semplice di idee nuove che mai prima erano comparse in *letteratura* (Sì, l'accademia ama chiamare l'insieme dei testi specialistici "letteratura", un piccolo tentativo di nobilitarsi, ormai divenuto tradizione). Non è quindi corretto chiamarlo testo divulgativo.

Ma perfino dire "linguaggio semplice" pare riduttivo dopo una lettura di queste pagine. Da questo libro trasudano passioni, emozioni, perfino sacrosante rabbie. Un esempio. Davanti alle atrocità commesse nei secoli dalla psichiatria: contenzioni, torture, sterilizzazioni, divieti al matrimonio, Maria Quarato prorompe con un "Maledetti!", che mai uscirebbe dalla penna di un accademico, ma che cattura il lettore e lo rende partecipe e solidale con tutta la forza dell'anima.

A cura di Marco Vinicio Masoni