

Il codice della guerra, della pace e della tregua (ovvero: Perché la guerra?)

Giuseppe Riefolo

*“il trauma ha il potere di trasformare il mondo intero in un raduno di alieni”
(Van der Kolk, 2014, 91)*

Abstract

Sul modello del concetto di trauma, la psicoanalisi può cercare di suggerire indicazioni per possibili posizioni da assumere nei gravi eventi di guerra e, attualmente, rispetto allo scoppio di una nuova fase del conflitto Israelo-Palestinese. Si propone che il registro della guerra si organizzi su un registro specifico incompatibile con il registro della pace. Il primo è simmetrico e concreto, finalizzato alla sopravvivenza fisica, mentre il secondo prevede l'esistenza di un altro soggetto. Il registro del dialogo, che immediatamente non risulta economico, diventa necessario nel lungo periodo. La necessità non è dell'ordine morale, ma è soprattutto dell'ordine economico: muovere il blocco traumatico è, nel lungo periodo, inevitabile e necessario. Il problema sono i costi umani e il tempo necessario perché si compiano processi. Tra la guerra e la pace, la dimensione della tregua è un luogo in cui i due registri possono incontrarsi e contaminarsi a vicenda. Il trauma non viene toccato dall'uso dei significati che possono spiegarlo, ma, dalla riattivazione del processo dissociativo. Quindi, dopo la tregua servono: tempo, presenza di altri soggetti e dinamiche di cultura.

Parole chiave

Trauma, guerra, pace, dialogo, economia, Israele, Palestina, Ucraina

Incipit

Ho il primo colloquio con Mirella, inviatami dalla sua terapeuta, per un aiuto farmacologico. Con la terapeuta ha avuto solo due incontri. Mi racconta di un grave crollo della sua vita da alcuni mesi dopo la fine di una relazione sentimentale. Ha 40 anni e trovo che sia una donna piacevole. Mi comunica di una serie di terapeuti e farmacologi che ha consultato e da cui poi si è sentita scaricata e non aiutata. Mi avvisa che fra tre giorni ha già un altro appuntamento con un'altra dottoressa di cui mi dice il nome e che io conosco e che stimo. Decidiamo una terapia antidepressiva e leggermente ansiolitica. La fine del colloquio si presenta visibilmente difficile e, in crescendo, Mirella mi fa domande rispetto a suoi dubbi che mi chiede di risolvere. Provo a rassicurarla proponendo, come faccio di solito nelle situazioni di prescrizioni farmacologiche, che mi *faccia sapere* fra una settimana come procede con la terapia e che, se ci sono problemi, può chiamarmi anche prima: io le risponderò sicuramente non appena posso. Dopo il commiato, ritorna a studio pochi minuti dopo proponendomi altri dubbi. Riesco a chiederle di aiutarmi perché a minuti ho un paziente e per ora dobbiamo prenderci una settimana di tempo per valutare insieme la terapia. Durante la giornata trovo sue chiamate e messaggi sul cellulare a cui rispondo non appena posso presentando comunque la mia posizione di attesa per la terapia prescritta. In questi casi – e questo lo è particolarmente – so che la sollecitazione transferale è, da parte del paziente, di procurarsi una ennesima espulsione distruggendo l'oggetto attraverso la seduzione onnipotente e poi la insostenibile impotenza da parte dell'oggetto (Winnicott, 1968; Ogden, 2017). Cerco di insinuare i miei limiti nella esperienza catastrofica del paziente. La comunicazione ovviamente è verbale e, in genere, è un processo che, attraverso vari passi, funziona. Comunque bisogna sempre fare una certa fatica a suggerire la violenza dei limiti dell'oggetto che chiede di essere aiutato a sopravvivere. Mirella evidentemente non può accettare la mia

sopravvivenza di cui sente la violenta necessità. La mia posizione di introdurre il dialogo viene messa a dura prova da decine di tentativi di telefonate e successivi messaggi di richieste di *contatti* (prima che di aiuto...). Mi ritengo sufficientemente padrone della posizione asimmetrica e continuo a risponderle quando posso e le chiedo di aiutarmi a sopravvivere perché “se sta cercando di non poter essere aiutata anche da me ci può riuscire facilmente, ma a me dispiacerebbe, ma se mi costringe, io dovrò accettarlo”. Altre volte, nella mia esperienza, questa posizione che possiamo chiamare “interpretante” ha funzionato, ma per quanto Mirella mi chieda scusa e si prometta che aspetterà fino al prossimo mercoledì, mi chiama comunque e mi chiede possibili appuntamenti urgenti a cui, oggettivamente, non ho neanche concrete possibilità di aderire. Le rispondo un’ultima volta ed ascolto le sue richieste “di chiarimenti” sulla terapia prescritta. Le ribadisco la mia convinzione della utilità di quella terapia e del bisogno reciproco di attendere una settimana magari per modificarla. Questa volta le anticipo che non risponderò alle sue telefonate fino a mercoledì prossimo altrimenti “se continuo a risponderle le faccio solo del male”. Mi ringrazia. Altre volte mi ha ringraziato alla fine della telefonata, ma poi mi richiamava. Mi sorprende, comunque, che non mi cerchi più e mercoledì mi richiama per dirmi che con la terapia non va affatto bene! Accetta un secondo appuntamento fra qualche giorno che per me significa il prima possibile considerando oggettivamente le mie possibilità concrete...

Proposta

La tesi su cui cerco di riflettere è, in estrema sintesi che esiste un codice della guerra ed un codice della pace e che i due codici sono incompatibili. Poi vi è un terzo codice che è la tregua. Il primo si fonda su modalità simmetriche e di generalizzazione, mentre il secondo su modalità asimmetriche e mantiene le configurazioni circoscritte e particolari in confronto e magari dialogo fra loro. Il terzo significa uno *spazio* concreto dover i due codici sono costretti a coesistere. Propongo che nel codice della guerra sia inutile cercare le ragioni dell’una o dell’altra parte in conflitto: entrambe hanno ragione e si scontrano perché si muovono ciascuna secondo un proprio codice. Le differenze e le diverse ragioni possono essere valutate solo se ci si muove nel codice della pace, mentre il codice della guerra è solo simmetrico e non tollera confronti. Poi vi è il codice della *tregua*. La tregua non è la soluzione, e non è semplicemente una pausa, ma è una operazione concreta con propri codici. E’ finalizzata a far coesistere e far incontrare concretamente, per un tempo limitato, un registro processuale in un contesto simmetrico di causa-effetto. È la proposta del codice della *resa* (Ghent, 1990) al posto del codice della *sconfitta*. Significa che la tregua, sul piano psicoanalitico, può essere considerata, prima che la ricerca della buona interpretazione, il cambio del registro comunicativo che ogni analista è chiamato ad introdurre soprattutto nelle situazioni agite più violente. Se cambia il registro si può accedere a una nuova comunicazione e solo un registro condiviso – quale esso sia – permette la comunicazione – quale essa sia. In sostanza provo a sostenere che non serve sostenere se gli israeliani siano più o meno violenti dei palestinesi o i russi più degli ucraini. Questa valutazione potrà essere fatta a posteriori e da un vertice di pace e si troveranno sicuramente differenze. Finché entrambe le fazioni sono all’interno del codice della guerra le atrocità si equivalgono. Ovvio che mi rendo conto delle differenze concrete e delle diverse ragioni, ma in questa nota provo a seguire una scomoda ma necessaria posizione analitica dove “gli argomenti logici sono privi di efficacia contro gli interessi affettivi” (Freud, 1915, 135). Nel conflitto israelo-palestinese, ritengo che ci si debba occupare di due condizioni traumatiche antiche che, implicitamente tornano sempre nelle vicende recenti ed organizzano ad oltranza, per entrambi, il codice della guerra, ovvero l’esperienza della *Shoah* per gli Israeliani e il *Nakba* per i Palestinesi.

Nelle considerazioni che seguono chiedo di mantenere costante il parallelo sulla mia vicenda con Mirella. L’obiettivo deve essere di procurare ad entrambe le fazioni una tregua. La proposta di tregua fallisce sempre se, implicitamente o subdolamente, cerca di sostenere le ragioni dell’una parte

sull'altra. Per ritornare alla mia esperienza con Mirella, la tregua che io alla fine le propongo poteva essere reciprocamente l'obiettivo di liberarsi ciascuno della violenza dell'altro e sancire la sconfitta liberatoria di uno dei due. Evidentemente deve essere passato il bisogno di tregua in cui entrambi ci arrendevamo al reciproco violento potere.

I codici

Seguo in tv l'intervista ad una ragazza superstite dell'attacco di Hamas al rave-party del 7 ottobre scorso. Mentre parla si blocca improvvisamente; si paralizza. Dura qualche attimo e l'intervistatore commenta che è passato un aereo. Per psicologi e psicoanalisti il trauma è questo: una esperienza che si impone nella tua vita attivata improvvisamente da stimoli che ti riportano esattamente alla condizione affettiva di quando hai sperimentato quell'evento. Come se il tempo non fosse passato. Non è possibile spiegarla con la logica: difficile chiedere a Mirella di aspettare e di capire che c'è differenza! Vale la sua comunicazione contro la mia. Sono uguali. Si tratta di un cortocircuito automatico dove eventi che condividono con il trauma piccoli, trascurabili elementi comuni, si generalizzano e ti spingono violentemente in quella esperienza che ti impedisce di pensare. Alcuni psicobiologi riconoscono che questa esperienza è dell'ordine somatico e non più psicologico: "capire perché ci si sente in un certo modo, non cambia il modo in cui ci si sente" (Van der Kolk, 2014).

In questa sede non ho interesse a parlare in modo approfondito del trauma di cui vi è un'ampia letteratura sia neurobiologica che psicoanalitica e soprattutto cognitivista. Voglio solo chiedermi perché sia così difficile il dialogo fra le due fazioni che cercano di distruggersi a vicenda e magari pensare a quali posizioni la psicoanalisi possa suggerire che non siano solo dell'ordine morale e buonista. Sappiamo anche che il ritorno violento alla esperienza del trauma sia una soluzione automatica, mentalmente più economica rispetto al rischio di dover "capire" e magari "superare" quel trauma. Sappiamo anche che l'automatismo ti espone all'infinito al rischio di non uscirne mai. Capire e superare quell'esperienza viene dopo, mentre ciò che rimane – e che chiamiamo trauma complesso¹ – è quella condizione in cui senti che stai per morire e l'unica difesa possibile è il riflesso della fuga o, quando la fuga non è possibile, il freezing.

Quindi, "la domanda che ci si deve porre è perché siamo tutti prigionieri all'interno di tale sfera già da 45 anni?" (Grossman, 2012, 3). Peraltro, è ovvio che prima o poi quello che gli analisti potrebbero chiamare "processo di effettività" (Bion, 1962) condurrà naturalmente (ovvio: con alti costi umani e un decorso contrastato...) alla composizione dei conflitti. Effettività per gli analisti è la fiducia (Neri: *fede*?) che, indipendentemente dai narcisismi dei soggetti in gioco, i processi procedono comunque verso integrazioni evolutive, non perché i soggetti lo decidono, ma perché, nei tempi lunghi, è più conveniente per la vita dei soggetti (Riefolo, 2003). Ovvero: prima o poi le guerre finiscono e ci si chiederà: perché sono dovute morire tante persone e ci sia stata tanta distruzione? È quello che intuisce David Grossman in un articolo su *La Repubblica* del novembre 2006 nonostante gli fosse appena morto il figlio nella guerra tra Israele e Libano. Grossman riconosce la stupidità di quella guerra e del muro che Israele ha eretto per difendersi dagli insediamenti palestinesi: "che bisogno c'è di quel muro se tanto tutti sappiamo che prima o poi Palestinesi ed Israeliani vivranno insieme nella stessa terra?". La nostra *fede* (squisitamente di ordine psicoanalitico...) suggerirebbe che, prima o poi, prevale l'integrazione e le risposte somatiche, agite e simmetriche, lasceranno posto

¹ Noi distinguiamo tra trauma complesso e trauma relazionale. Il primo si riferisce a traumi osservabili: eventi traumatici. Il secondo comporta *misattunement* cronico e stati di disregolazione prolungati nel contesto della relazione di attaccamento precoce che comporta un funzionamento carente del sistema primario di regolazione affettiva. Il trauma complesso è connesso ai PTSD, mentre il Trauma relazionale alla patologia psichiatrica più ampia: abbiamo due vie di comunicazione: implicita affettiva ed esplicita verbale. Quelle che contano sono le implicite: "tutti i disturbi psichiatrici rappresentano una limitazione delle capacità adattive di regolare lo stress" (Schoore, 1994)

a risposte più complesse che prendono in considerazione l'esistenza necessaria per la nostra vita di un altro soggetto. Sappiamo che si tratta di due ordini di risposte, evolutivamente differenti, comunque sempre attive nei nostri comportamenti e che rispondono comunque alle logiche della sopravvivenza. Se si leggesse il trauma, quindi, secondo l'ordine della logica, è impossibile trovarne una ragione, perché il trauma per definizione non ha un senso, ma solo una giustificazione meccanica: accade e rimane un fatto concreto che mette in pericolo la nostra vita. Quindi, Israeliani e Palestinesi "hanno le loro proprie giustificazioni per ciò che stanno facendo, entrambi sentono di avere ragione, ma per l'osservatore esterno, tutto ciò appare una follia (Grossman, 2012, 3).

Per quanto gli analisti all'inizio abbiano cercato le ragioni inconscie del trauma da risolvere attraverso la catarsi, attualmente riconoscono che il trauma non si risolve attraverso la decodificazione simbolica e che bisogna leggere i fenomeni secondo il registro congruo e possibile in quel momento e in quella situazione: "l'effetto dell'esperienza traumatica è la rinuncia da parte dell'individuo, alla coerenza degli stati del Sé per proteggerne la continuità... contenuti disarmonici della mente.. non sono più prontamente accessibili all'autosservazione e la persona tende a percepire la sua esperienza soggettiva immediata come verità" (Bromberg, 2006, 70). Il registro del trauma è, quindi, la concretezza che incide nella sospensione del fisiologico processo dissociativo (Bromberg, 2006; 2011). Il concetto di trauma si è modificato radicalmente rispetto alla prima psicoanalisi. Non è un evento, ma il blocco di un processo: è la sospensione della sintonizzazione e quindi del senso di continuità del Sé e necessita di recupero della regolazione affettiva che ripristini il processo di sintonizzazione. (Hill, 2014, 57). Per tornare al nostro tema, il trauma è la guerra e la soluzione al trauma non può essere cercare le ragioni della guerra (Grossman: "entrambe le parti hanno ragione"), ma la riattivazione del processo dissociativo sospeso, ovvero la ripresa del dialogo fra le parti che dovrà portare a quella che gli analisti chiamano "recupero del processo di regolazione affettiva", ovvero la contaminazione delle proprie ragioni con quelle di un altro soggetto. L'obiettivo in questi casi è procurarsi uno spazio minimo di sospensione dove, per un attimo, avviene una coesistenza intima e forzata delle ragioni e delle fatiche reciproche. Potrei sostenere che il registro della tregua non suggerisce la valutazione preliminare delle ragioni delle due parti per poi arrivare ad un incontro dove discuterle, ma l'esatto contrario: uno psicoanalista proporrebbe che ci sia prima di tutto un luogo dove incontrarsi (coesistere) e poi, magari discutere². Nella tregua c'è la *vita* dei prigionieri che impone ai vincitori la sospensione della violenza. Nonostante quello che sembra sono due registri (poteri) simmetrici che si incontrano e si modulano a vicenda. È il luogo della tregua che rende equivalenti due poteri apparentemente incompatibili. Alla fine io e Mirella evitiamo di cercare soluzioni, ma faticosamente concordiamo una tregua dove ciascuno si presenta per quello che è e poi inaugura la possibilità di attesa.

Non ho interesse per una posizione *politically correct*, ma voglio essere uno psicoanalista che osserva un fenomeno e si chiede di cosa si tratti e come, eventualmente, intervenire. Se valesse il registro della logica, nell'esempio che portavo all'inizio, sarebbe come dire che la ragazza intervistata, al passaggio di un aereo, dovrebbe ovviamente sapere che si tratta *solo* di un aereo e che per lei il pericolo è passato! Nel caso di Mirella la proposta di "attesa" Mirella può sentirla solo come espulsione definitiva e, inconsciamente (automaticamente) cerca l'espulsione per tranquillizzarsi. Invece accade che, all'attacco violento dei cecchini palestinesi al rave party, gli Israeliani pensano di rispondere con un contro attacco per annientare Hamas. Ovvero: entrambi hanno ragione! In entrambi

² Nel film *Il viaggio*, (*The Journey*, di Nick Hamm, 2017), il reverendo Ian Paisley, 81 anni, leader del Partito Unionista Democratico e Martin McGuinness, 56 anni, del Sinn Féin, da sempre acerrimi nemici, faranno un viaggio insieme, obbligati in una Mercedes (con autista...). Da trent'anni sostengono una feroce guerra civile fra due fazioni irlandesi, ma ora, in una piovosa giornata del 2006, si incontreranno con la mediazione del premier britannico Tony Blair. La coesistenza obbligata nello stesso luogo permetterà di *incontrarsi* e poi *conoscersi* intimamente. Il progetto è sentito impossibile da entrambi. Questo evento che definirei la dimensione della tregua, permetterà poi la realizzazione di una possibile coesistenza mai neanche ipotizzata prima.

i casi si fa notare da più parti che si tratta di una generalizzazione; non tutti gli Israeliani vogliono annientare i Palestinesi, e non tutti i Palestinesi sono Hamas. Leggo da *La Repubblica*: “come agirebbe l’Italia se un gruppo terroristico dalla Francia minacciasse la sua esistenza? Israele è costretto a difendersi” (Darsham-Leitner, 2024, 3). Questo meccanismo, che linguisti e psichiatri conoscono bene, si chiama *metonimia*, ovvero usare il particolare per il tutto: è un meccanismo del pensiero infantile e che si ritrova nelle psicosi schizofreniche.... Inoltre la risposta automatica al trauma – come è esperienza comune - la osserviamo negli animali, ovvero dove non vi è stato sviluppo di una ampia corteccia cerebrale e le azioni accadono per via riflessa e che anche i neurobiologi descrivono come meccanismi sottocorticali. Voglio sostenere che la *risposta simmetrica* ad un trauma si organizza nel modo più economico possibile per un soggetto vivente e che sul piano cerebrale si tratta di un riflesso che non riguarda il coinvolgimento più complesso della corteccia. Invece, il *superamento* di una esperienza traumatica comporterebbe necessariamente la capacità di simbolizzare, circoscrivere, e temporalizzare quel tipo di esperienza così da poterla pensare ed inscrivere in una relazione di reciprocità. Allora: ciò che ci appare logico, ovvero un dialogo fra fazioni contrapposte, rappresenta solo una dimensione immediatamente “meno economica” (per quanto alla lunga più efficace nella evoluzione del soggetto...). Quindi, finché rimane l’esperienza del trauma si cercherà di attivare le risposte riflesse più economiche. Cogliere che un tuono possa solo essere un simbolo di una bomba, richiede il coinvolgimento di strutture cerebrali più complesse che comportano capacità di introspezione, empatia e sintonizzazione verso la condizione di un altro che immediatamente può essere sentito pericoloso per la sopravvivenza. “La mente è orientata in modo innato alla ricerca di sintonizzazione e regolazione intersoggettiva degli stati affettivi, se ciò non avviene questo è patogeno perché porterà il tentativo di sintonizzazione su altri piani (acting, dissociazioni, sintomi dissociativi, deliri...)” (Ginot, 2015, 274).

Ora, alla radice del conflitto tra Israele e Palestina sappiamo che vi sono due traumi che si ripresentano vivi e concreti non appena vi sono azioni violente che tendono all’annientamento dell’altro. Per Israele è la Shoah e per la Palestina è il Nakba. In entrambi i casi si tratta di esperienze di negazione violenta dell’esistenza fisica del soggetto e persino di una comunità. Che il trauma si allarghi alla comunità di appartenenza è un’aggravante rispetto all’esperienza traumatica soggettiva perché priva il soggetto di un sostegno al proprio trauma da parte di una comunità che ti possa accogliere e che è ferita a sua volta. Ritengo che si tratti di due esperienze che sono al fondo e impediscono i faticosi tentativi dei due popoli di trovare un modo diverso di sopravvivere rispetto alla soluzione riflessa dell’attacco-fuga-freezing. Non voglio fare lo psicologo “con la testa sulle nuvole” che non vede la realtà e rende tutto psicologico. Alcune volte le ragioni psicologiche aiutano a capire meglio i fenomeni altrimenti imprigionati nella loro dimensione concreta e ripetitiva. Ne sa sicuramente qualcosa la ragazza intervistata in TV che potrebbe continuare all’infinito a paralizzarsi ogni qual volta le passa in testa un aereo, o i reduci di guerra o le vittime di violenze sessuali! Queste soluzioni si ripresentano puntualmente ogni qual volta ci si può trovare in una situazione di pericolo. Secondo questi traumi, a volte basta chiamare un soggetto: “ebreo” oppure “musulmano” perché questo possa reagire minacciosamente. Magari si tratta di persone molto gentili e colte, ma che se toccate nella loro “zona traumatica” reagiscono come se uno ti toccasse una ferita aperta: non c’è ragione che tenga e la reazione è solo riflessa e quindi: “quando predomina il sistema limbico è inutile “parlare” (Van der Kolk, 2014, 74). Questa ipotesi ci aiuterebbe a capire perché il conflitto israelo-palestinese appare senza esito. Mi si potrebbe obiettare che rispetto all’urgenza e drammaticità della realtà potrebbe essere una posizione con scarsa e persino frustrante consapevolezza di impotenza. Appunto, l’impotenza: “capire perché ci si sente in un certo modo, non cambia il modo in cui ci si sente”. Voglio sostenere che non serve parlare senza che vi siano le occasioni che permettano di parlare, ovvero, laddove predomina la dimensione del trauma, ci si deve occupare ad oltranza della struttura prima che dei contenuti.

A noi, ora, dopo aver fatto la diagnosi, interesserebbe capire cosa si può fare nelle esperienze di gravi traumi. Ribadisco che in questo caso, il trauma è più violento perché, oltre il soggetto, riguarda

la sua comunità di appartenenza in una dimensione transgenerazionale: il soggetto lo acquisisce per eredità e la sacralità del lascito rende più inattaccabile l'esperienza.

Quindi...

Passiamo ai possibili suggerimenti. Ho proposto che nessun processo sia possibile se non si introduce il registro della tregua, ovvero una dimensione in cui le parti in guerra si trovino costretti in un luogo concreto che la reciproca logica di guerra trova inutile se non ostile. Solo dopo si può inaugurare la cura delle esperienze traumatiche – ovvero il passaggio dal comportamento riflesso ad un comportamento pensato. La cura interviene su alcuni parametri che risultano profondamente alterati nella dimensione del trauma. Il primo è l'introduzione di una *dimensione temporale* che permetta di differenziare un *prima* e un *dopo*. Un secondo elemento comporta l'accettazione della presenza di un *altro soggetto* a cui poggiarsi e infine l'introduzione di parametri che possiamo chiamare *culturali*. Da quello che accade tra me e Mirella o alla ragazza intervistata dalla TV, perché ci sia un cambio del registro della comunicazione - altrimenti simmetrica - c'è bisogno di una sospensione dell'automatismo della risposta riflessa. La prescrizione è violenta ed asimmetrica. Poi ci si può occupare della natura dei registri in gioco e della possibilità di modificarne le caratteristiche di fondo.

L'introduzione della dimensione temporale nei gravi traumi comporta che il soggetto riferisca alla propria vita "di ora" esperienze che lo distanzino dalla vita "di allora". Non si tratta di elementi cognitivi o logici, ma di verifica che nella tua vita "di ora" esistono persone e situazioni relazionali che "allora" non esistevano. Un approccio cognitivo, che sicuramente ha una sua potenzialità si fonda sulla acquisizione di schemi che possano contrastare l'automatismo del trauma: "se un circuito si attiva in modo ripetuto può diventare uno schema" (Van der Kolk, 2014, 65). In questo senso vi sono numerosi esperimenti che documentano questa affermazione. Un lavoro classico è quello di Maier e Seligman (1976, 3) i quali scoprono che il modo per aiutare i cani traumatizzati ad uscire dalla gabbia era di aiutarli più volte ad uscire con il *sostegno* in modo che potessero sperimentare *fisicamente* come fare a cavarsela. Soprattutto nel trauma serve la verifica concreta di un diverso indirizzo dell'esperienza. Gli analisti sanno che un nuovo percorso non è solo possibile attraverso la ripetizione, ma è fondamentale la presenza di un altro soggetto che, dalla regressione sostenga un nuovo inizio (Balint, 1968). Ciò che accade concretamente è il sostegno affettivo al soggetto che ci possa essere un *altro* percorso e un *diverso* esito (Thoma, 1983; Wright, 2022). Per un analista, le soluzioni concrete vanno dall'enactment alle esperienze emotivo-correttive, ovvero esperienze che vanno diversamente da quanto il trauma farebbe pensare ed è il diverso esito ad essere terapeutico. Sarebbe un modo particolare di proporre una interpretazione. Come se attraverso una dimensione concreta (che spesso è da rintracciare nel corpo...) si suggerisse al paziente: "forse potrebbe andare diversamente da come lei sta immaginando?". La presenza di un altro soggetto permette al paziente di recuperare, o persino restaurare, la fiducia di base necessaria per intraprendere un diverso percorso. Un testimone è la garanzia che sei vivo e puoi procedere: "Ho l'impressione che chi ha il privilegio di avere un testimone amorevole nella propria vita, o anche 'solo' un testimone che cerca il bene dentro di noi per farlo emergere, ha buone possibilità di diventare una persona migliore..." (Grossman, 2017)

La situazione più semplice e tipica nei casi di gravi traumi è la scelta, da parte dei soggetti traumatizzati, di soluzioni di volontariato dove, evidentemente, il trauma viene ribaltato e, quindi, affrontato su un altro soggetto, recuperando la dimensione temporale dei processi all'interno dei quali possono essere verificati percorsi positivi. Altra possibilità è il raccontare o lo scriverne. Nella situazione del trauma dell'attentato del 7 ottobre possiamo dire che più tempo passa, più è possibile che si introducano e si descrivano elementi di ordine affettivo: si incontrano bambini, si vedono scene di morti e di distruzione di luoghi affettivi; ci si sofferma sui personaggi della propria quotidianità. Pertanto, bisognerebbe puntare sul darsi più tempo possibile, ovvero sul rinvio ad oltranza della

reazione “simmetrica/riflessa” perché la dimensione temporale – con tutto ciò che questo comporta – viene automaticamente elusa nella esperienza del trauma dove ciò che conta è salvare se stessi dal pericolo immediato.

Un secondo dispositivo è l'introduzione di altri soggetti nella scena del trauma. Per la situazione di cui ci occupiamo si tratta di accogliere o persino sollecitare la presenza di più “mediatori” possibili. Anche in questo caso la loro importanza non è solo di contenuto, ma di semplice “presenza”: se ci sono interlocutori si creano possibilità di osservare la scena del trauma da vertici differenti. Ovvio che questa sia soprattutto una funzione degli interlocutori esterni che devono cercare di farsi accogliere nella “zona traumatica”.

Infine l'elemento culturale. Esso è importante soprattutto nei tempi lunghi per la soluzione del trauma. L'*Infant Research* suggerisce, infatti che “il cervello è un organo culturale. L'esperienza forgia il cervello” (Tronik, cit. in Van der Kolk, 96). Si tratta di trasformare la violenza concreta del trauma in sostituti che ne mantengano la violenza sul piano simbolico e non più concreto. Questi sostituti sono esperienze concrete di ordine relazionale deputate a dare un altro ordine alle esperienze traumatiche dove l'altro e il tempo vengono cancellati. Si tratta di tutte quelle occasioni in cui Israeliani e Palestinesi possano incontrarsi, ribadendo la propria differenza di identità, ma su piani non solo concreti. Attenzione: sappiamo che negare il trauma o fare finta che non sia accaduto fa violentemente il gioco dell'esperienza traumatica. In questo ambito l'arte, lo sport, la politica non sono, ovviamente, la soluzione immediata, ma permettono alla esperienza del trauma di essere recuperata nella sua violenta conflittualità, ma evitando il pericolo della propria sopravvivenza. Un neurologo di fine '800, Hughlings Jackson, citato da Freud (1929 disagio...), noto per i suoi studi sulle epilessie, una volta commentò: “quando l'uomo ha insultato un altro uomo, e non l'ha ucciso, è nata la civiltà”.

In sintesi

Ho suggerito che nei conflitti il problema non è chi abbia torto o ragione perché tutte le componenti in gioco hanno ragione allo stesso titolo. Il conflitto si sostiene sullo scontro di due registri incompatibili, l'uno simmetrico, l'altro empatico. Ho proposto un terzo registro, ovvero la *tregua* che permette la coesistenza *fisica* dei due registri incompatibili. La tregua, realizzata secondo le varie circostanze, è necessaria per accedere poi alla condivisione di un diverso registro comunicativo che renda simbolico ed empatico quello che nella tregua è semplicemente una coesistenza forzata. Per ora (13 gennaio 2024) persiste da ambo le parti il registro della guerra dove 22 mila morti sono la stessa cosa di 600 e dove la violenza mirata verso precisi nemici è la stessa cosa della violenza scomposta verso potenziali nemici. Nel registro della guerra non hanno senso le valutazioni congrue. Valgono solo le categorie. Per ora il registro del conflitto israelo-palestinese è sostenuto dalle esperienze traumatiche della *Shoah* e del *Nakba*. Se non si tocca questo trauma, difficile che si possano cogliere le buone ragioni della pace e le soluzioni contingenti forse sono sempre minate da traumi più antichi.

Intanto ho incontrato Mirella dopo due giorni della telefonata che avevamo deciso. Ovvio che mi sono sorpreso e mi ha fatto piacere. Mi ha detto che la terapia non le ha modificato nulla. Oggi è venuta al nostro appuntamento per parlarne....

“È molto difficile dire ora in che direzione si svolgerà la cosa...”
(Grossman, 2012)

Bibliografia

- Balint M. (1968). *La regressione*, Cortina, Milano, 1983.
- Bion W. R. (1962). *Apprendere dall'esperienza*, Armando, Roma, 1972.
- Bromberg Ph. M. (2006). *Destare il sognatore*, Cortina, Milano, 2009.
- Bromberg Ph. M. (2011). *L'ombra dello tsunami*, Cortina, Milano, 2012.
- Darsham-Leitner N. (2024). in Caferri F. Noi ci stiamo solo difendendo, *La Repubblica*, 12.01, p. 3.
- Freud S. (1915). *Considerazioni attuali sulla guerra e la morte*, O.S.F., 8.
- Freud S. (1929). *Il disagio della civiltà*, O.S.F., 10.
- Ghent E. (1990). Masochism, submission, surrender, *Contemp. Psychoanal.*, 26:108-136.
- Ginot E. (2015). *Neuropsicologia dell'inconscio*, Cortina, Milano, 2017.
- Grossman D. (2012). Due popoli prigionieri nella sfera della violenza, *La Repubblica*, 16.11, p.3
- Grossman D. (2017). Leggere Primo Levi, *La Repubblica*, 5.11, pp.14-15
- Hill D. (2015). *Teoria della regolazione affettiva. Un modello clinico*, Cortina, Milano, 2017.
- Maier S. F., Seligman M. E. (1976). Learned helplessness. Theory and evidence, *J. Experimental Psychology*, 105:1
- Van der Kolk, 2014, 37
- Riefolo G. (2003). Note sulla funzione della falsità e dell'autenticità nelle organizzazioni borderline, *Interazioni*, 1, pp. 9 – 19.
- Ogden Th. (2017). La distruzione riconcepita: su “l'uso di un oggetto e l'entrare in rapporto attraverso identificazioni” in Winnicott, *Riv. Psicoanal.*, LXIII, 1, pp 11-36.
- Schore, A. N. (1994). *Affect Regulation and the Origin of the Self. The neurobiology of emotional development*, Norton, New York.
- Thoma H. (1983). Esperienza vissuta e insight nella genealogia delle tecniche psicoanalitiche: il 'nuovo inizio' come sintesi nel 'qui ed ora'. *Psicoterapia e Scienze Umane*, 56, 2: 245-272 (2022).
- Van der Kolk B. (2014). *Il corpo accusa il colpo*, Cortina, Milano, 2015.
- Winnicott D. W. (1968). L'uso di un oggetto e l'entrare in rapporto attraverso identificazioni, in *Gioco e Realtà*, (1971) Armando, Roma, 1974.
- Wright K. (2022). Verso una teoria dell'holding. Una visuale dalla prospettiva della creazione artistica, *Seminario AIPsi*, Roma 26 marzo 2022, (comunicazione personale).

Film citati

Il viaggio, (*The Journey*), di Nick Hamm, Gran Bretagna. 2017.