

Daria Baglieri*

Una memoria *pre-biografica*?

Ricordo e oblio come esperienze somatiche

Abstract

Human beings' relationship with time seems to be quite conflictual: on the one hand, they seem to be attached to their memories; on the other hand, when this relentless, even painful yet natural time passing comes to a halt, the very essence of being in the world loses its meaning.

Building upon this observation, the article draws on Bessel van der Kolk's psychiatric research, recent psychoanalytic studies, and Husserl's concepts of *Körper* and *Leib*, to analyse traumatic memory as a *somatic condition*. Then, the article suggests looking at forgetfulness as a somatic experience as well.

Trauma, acting like a foreign body, disrupts both our physical-physiological and psychological-existential equilibrium, dissociating the two aspects of our experience originally lived as one, and interrupting the temporal continuity of that experience. The integrity of the Self, relegated to a pre-verbal dimension, requires to be recovered from its somatic dimension. Indeed, in the body the original and constant contact with the world occurs, and there resides immediate evidence of time. The forgetfulness granted by the somatic dimension, then, does not entail a trauma to vanish, but rather a kind of "digestion," which allows memories to be sedimented and their meaning to change in view of the future, unfolding a new time for life.

Keywords

Traumatic memories, lived body, forgetfulness, Self, time-consciousness

L'umano intrattiene un rapporto conflittuale con il tempo: se, per un verso, tende a conservare i propri ricordi, d'altro canto quando questo trascorrere, inesorabile, anche doloroso eppure naturale, si arresta, l'essere al mondo in quanto tale perde di senso.

Muovendo da questa osservazione, l'articolo attinge agli studi di psichiatria di van der Kolk, a recenti studi di psicoanalisi e ai concetti di *Körper* e *Leib* elaborati da Husserl, per analizzare la natura *somatica* del

* Università di Catania

ricordo traumatico; il testo propone su queste basi una lettura somatica anche dell'oblio. Il trauma, agendo al modo di un corpo estraneo, combina un equilibrio tanto fisico-fisiologico quanto psicologico ed esistenziale, separando due dimensioni di un'esperienza originariamente indivisa e interrompendo la continuità temporale dell'esperienza.

L'integrità dell'Io, relegata a una dimensione pre-verbale, richiede di essere recuperata a partire dal Sé somatico. Nel corpo, infatti, avviene il contatto originario e costante con il mondo e lì abita l'immediata evidenza del tempo. L'oblio concesso dalla dimensione corporea, allora, non consiste nella cancellazione del trauma, quanto piuttosto nella sua "digestione", che consente la riscrittura del ricordo in una forma sedimentata, il cui senso si apre al futuro e a un nuovo tempo della vita.

1. Il ricordo come corpo estraneo

Ogni umano, prima o poi, ha il suo ricordo da cancellare, una sofferenza da alleviare, arginare – perché no, da *dimenticare*. Ma quali ricordi fanno male, e perché? Secondo Felice Cimatti, "il ricordo è doloroso perché non c'è nessuno che lo ricordi"¹. L'espressione lascia emergere un'importante distinzione tra il ricordo propriamente inteso e la memoria, di cui occorrerà avvalersi per comprendere il carattere processuale dell'oblio² che, si vedrà, non ha a che fare con la semplice dimenticanza. Il ricordo, infatti, consiste nel tornare alla mente di un evento, e in questo senso è *del* passato in senso oggettivo (ricordare qualcosa), ma può anche essere in un certo senso del futuro (ricordarsi, ad esempio, di fare qualcosa) e in entrambi i casi il suo contrario è, appunto, la dimenticanza. La memoria, invece, costituisce una dimensione processuale dell'esperienza, che

¹ F. Cimatti, *Dimenticarsi. Corpo e oblio*, in W. Procaccio (a cura di), *Oblio*, Cronopio, Napoli 2016, p. 16.

² Il tema della complementarità tra ricordo e oblio, nonché il problema del soggetto del ricordo in prospettiva anche intersoggettiva (*chi* è il soggetto della memoria *collettiva*?) è stato posto e articolato anche da Paul Ricœur. Lo scritto di riferimento è *La mémoire, l'histoire, l'oubli*, Seuil, Parigi 2000; tr. it. a cura di D. Iannotta, *La memoria, la storia, l'oblio*, Raffaello Cortina, Milano 2003; il tema tuttavia è compattato anche nel breve ciclo di conferenze *Das Rätsel der Vergangenheit. Erinnern – Vergessen – Verzeihen*, Wallenstein, Göttingen 1998; tr. it. di N. Salomon, intr. di R. Bodei, *Ricordare, dimenticare, perdonare. L'enigma del passato*, Il Mulino, Bologna 2017. In entrambi i testi il ricordo è analizzato nella prospettiva della temporalità fenomenologica per come Husserl la concepisce nelle *Zeitvorlesungen* (E. Husserl, *Zur Phänomenologie des Inneren Zeitbewusstseins, 1893-1917*, a cura di R. Boehm, Martinus Nijhoff, Den Haag 1966; tr. it. di A. Marini, *Per la fenomenologia della coscienza interna del tempo (1893-1917)*, Franco Angeli, Milano 2014), che Ricœur tratta articolatamente in *Temps et récit*, 3 tomi, Seuil, Parigi 1983-1985; tr. it. *Tempo e racconto*, 3 voll., Jaca Book, Milano, in particolare nel 3 voll. III, *Il tempo raccontato* [Le temps raconté, 1985] al § I.2.

non consiste nel solo rivolgersi del presente al passato o al futuro, bensì implica una reciprocità delle dimensioni temporali per cui il passato è tale in quanto continua a esercitare degli effetti sul presente, mentre il presente lo riconosce come propria origine; il futuro, d'altro canto, pur non essendo "ancora", influenza il presente – con speranze e aspettative, ad esempio. Dunque, il presente si esperisce sempre come unità di passato, presente e futuro, e in ciò la memoria è esattamente la dinamica che tende e lega la vita, l'esistenza, l'esperienza al passato da cui proviene, e che a partire da questo si proietta a un futuro che si prospetta continuare o divergere dal presente in unità con il passato. Come asseriva Husserl nei manoscritti di Bernau, a suo modo il futuro assume lo stile, la forma del passato: "der Stil der Vergangenheit wird in die Zukunft projiziert"³.

In effetti, il ricordo doloroso è tale perché agisce al modo di un *corpo estraneo* nell'organismo di un individuo la cui vita, per un fatto del tutto naturale, tende comunque a proseguire e perpetuarsi anzitutto come *continuum* temporale in cui il presente emerge al crocevia di passato e futuro. Il corpo estraneo, in tale processo, chiude la dimensione di novità del futuro, che infatti si presenta – si *fa* presente – nella stessa forma del passato: le percezioni non sono nuove, bensì corrispondono ai flashback dell'esperienza traumatica. Qualora il flusso subisca una battuta d'arresto, l'organismo attua pertanto delle strategie di difesa e di adattamento che rendano possibile l'essere al mondo pure in una realtà che resta identica a sé stessa, e perciò anche, sempre, dolorosa e insensata perché "il modo in cui siamo sopravvissuti coincide irrimediabilmente con ciò che in noi si è rotto"⁴.

I processi anatomici e fisiologici non possono essere adeguatamente compresi al di fuori della loro profonda unità con l'aspetto fenomenologico dell'esperienza e del carattere *incarnato* della temporalità vissuta in prima persona⁵. Infatti, se il trauma consta di una dimensione fenomenologico-temporale che non lo rende una ferita nel senso soltanto organico del termine, cionondimeno tale dimensione ha un profondo radicamento

³ E. Husserl, *Die 'Bernauer Manuskripte' über das Zeitbewußtseins (1917/18)*, Husserliana XXXIII, a cura di R. Bernet e D. Lohmar, Kluwer Academic Publishers, Dordrecht 2001, Nr. 2. *Die Komplexion von Retention und Protention. Gradualitäten der Erfüllung und das Bewusstsein der Gegenwart. Graphische Darstellung des Urprozesses*, § 5, p. 38; trad. ing. in J.R. Mensch, «Husserl's Concept of the Future», in *Husserl Studies*, n. 16/1999, p. 43: «the style of the past becomes projected into the future».

⁴ B. van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*, Viking-Penguin group, New York 2014; tr. it. di S. Francavilla e M.S. Patti, *Il corpo accusa il colpo. Mente, corpo e cervello nell'elaborazione delle memorie traumatiche*, Raffaello Cortina, Milano 2014, p. 244.

⁵ Cfr. in merito uno dei testi cardine della psicopatologia e psichiatria fenomenologica, E. Minkowski, *Le temps vécu. Études phénoménologiques et psychopathologiques*, Delachaux et Niestlé, Neuchâtel 1968; tr. it. di G. Terzian, a cura di A.M. Farcito, *Il tempo vissuto. Fenomenologia e psicopatologia*, Einaudi, Torino 2004.

nella vita biologica, il cui equilibrio risulta significativamente alterato dal trauma sia a livello cerebrale che sul piano più generale dell'esperienza corporea⁶. La rottura, la disintegrazione di questa temporalità davanti a una minaccia per la sopravvivenza, comporta che alcune immagini dell'evento traumatico restino come bloccate tra l'emisfero destro, intuitivo, emotivo, visuo-spaziale, e quello sinistro, semantico, analitico, linguistico. Si disattiva – come si evince dalla significativa riduzione dell'afflusso di sangue ad alcune aree della neocorteccia – il “cronometro cerebrale”⁷, che struttura il nostro senso del tempo e la percezione del mondo come *contesto* anziché una tempesta di stimoli isolati.

Così, l'*impronta*⁸ del trauma non rimane nella struttura narrativa, concentrata, adattiva, della memoria autobiografica, sempre adeguata alle circostanze e consapevole che “quello era allora e questo è ora”⁹. Al contrario, «tutto il trauma è preverbale»¹⁰, pre-narrativo, per cui la memoria traumatica *non è un ricordo*, bensì una *condizione somatica*¹¹, un flusso di sensazioni sconnesse e travolgenti, un processo corporeo che consiste nella riattualizzazione dell'evento traumatico che restituisce una realtà alienante e un'esperienza *disadattata*, che risulta somaticamente, socialmente e temporalmente, per quanto ciò possa suonar paradossale, *isolata*.

È chiaro allora in che senso il genere di ricordo *che nessuno ricorda*, il *ricordo non ricordato* consista in una “mera ripetizione dell'identico”¹², un'immagine statica e paralizzata nel passato. L'idea del ricordo traumatico come corpo estraneo nell'organismo è dunque da prendere molto sul

⁶ Cfr. T. Fuchs, *Embodied cognitive neuroscience and its consequences for psychiatry*, in “Poiesis & Praxis”, n. 6, 2009, pp. 219-233; T. Fuchs, J.E. Schlimme, *Embodiment and psychopathology: a phenomenological perspective*, in “Current opinion in psychiatry”, n. 22 (6), 2009, pp. 570-575.

⁷ Ivi, p. 79. L'espressione, in van der Kolk, si riferisce alla corteccia prefrontale dorsolaterale (DLPFC), la cui attivazione è correlata alla consapevolezza del nesso tra esperienza attuale e passato, e alla cui disattivazione si evidenzia la perdita del senso del tempo, cioè la capacità di collocare un evento nel passato, nel presente o nel futuro.

⁸ Ivi, capp. 11-12, pp. 195-230.

⁹ Ivi, p. 208.

¹⁰ Ivi, p. 51.

¹¹ Cfr. il concetto di *body memory* nelle prospettive di Fuchs e Summa (S.C. Koch, T. Fuchs, M. Summa, C. Müller (a cura di), *Body Memory, Metaphor and Movement*, John Benjamins B.V., Amsterdam 2012, specie alle pp. 9-22; T. Fuchs, *Self across time: the diachronic unity of bodily existence*, in “Phenomenology and Cognitive Sciences”, n. 16(2), 2017, pp. 291-315; T. Fuchs, *Ecology of the Brain. The Phenomenology and Biology of the Embodied Mind*, Oxford University Press, Oxford 2018; tr. it. a cura di S. Mezzalana, *Ecologia del cervello. Fenomenologia e biologia della mente incarnata*, Astrolabio, Roma 2021) e di Casey (E. Casey, *Remembering: A Phenomenological Study*, Indiana University Press, 1987¹, 2000², in particolare al cap. 3, pp. 146-180).

¹² S. Vizzardelli, *Oblio e ripetizione: storia di un beneficio non desiderato*, in W. Procaccio (a cura di), *Oblio*, cit., p. 54.

serio, al modo di una “spina nelle carni”¹³ conficcata in un corpo [*body*] improvvisamente disabitato, il corpo di nessuno [*nobody*], in cerca di qualcuno [*somebody*] che elabori quel ricordo per così dire abbandonato. Infatti,

il luogo del trauma non è quello della processualità, della narrazione, del racconto, né quello di una fertile continuazione tra l’attuale e l’orizzonte del possibile, proprio perché non è il soggetto desiderante ad abitarlo.¹⁴

Il luogo del trauma è il corpo non solo e non tanto nella sua dimensione anatomica e fisiologica, cui comunque non si può non accennare, quanto anche e principalmente nella sua dimensione fenomenologica, cioè di attore *in prima persona* dell’esperienza, della relazionalità fisica e *insieme* semantica, dei nessi con l’ambiente circostante e nella sua dimensione intersoggettiva. Si deve a Husserl la concettualizzazione di questi due aspetti dell’esperienza a partire dai due diversi termini tedeschi per il corpo, *Körper* e *Leib*¹⁵: il primo indica l’aspetto organico del corpo, il suo essere “essere vivente” in moto nello spazio e in interazione con l’ambiente; il secondo termine indica, in continuità con il primo e dunque su un fondamento parimenti organico, la consapevolezza *intrinseca* dell’essere *vissuto*, l’aspetto *senziente* che accompagna l’azione e il movimento del corpo in quanto tale¹⁶. Entrambi i termini si riferiscono certo al carattere eminentemente incarnato dell’esperienza, mettendone in luce il ruolo sia di centro isotropo da cui si irradia ogni possibilità di percezione – come *Körper* – sia quello di “condition of possibility for the constitution of the object as an identity in a manifold of appearances”¹⁷, cioè condizione dell’apparire spaziale e temporale e *sempre prospettico*¹⁸; qui “condizione” è da intendersi sia come *situazione*, luogo originario della consapevolezza spaziotemporale, sia come presupposto indispensabile del vivere attivamente quella situazione. In altre parole, il *Körper* è il corpo come

¹³ 2 Cor, 12,7.

¹⁴ S. Vizzardelli, *Oblío e ripetizione: storia di un beneficio non desiderato*, cit., pp. 47-48.

¹⁵ Cfr. E. Husserl, *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie. Zweites Buch: Phänomenologische Untersuchungen zur Konstitution*, a cura di M. Biemel, Martinus Nijhoff, Den Haag 1952; tr. it. di V. Costa, intr. di E. Franzini, *Idee per una fenomenologia pura e per una filosofia fenomenologica. Libro II: Ricerche fenomenologiche sulla costituzione*, Mondadori, Milano 2008.

¹⁶ Cfr. sul tema A. Pace Giannotta, *Corpo funzionale e corpo senziente. La tesi forte del carattere incarnato della mente in fenomenologia*, in “Rivista internazionale di fenomenologia e psicologia”, n. 13(1), 2022, pp. 41-56.

¹⁷ D. Zahavi, *Husserl’s Phenomenology of the Body*, in “Études Phénoménologiques”, n. 19, 1994, p. 68.

¹⁸ Cfr. E. Husserl, *Ding und Raum. Vorlesungen 1907*, a cura di U. Claesges, Martinus Nijhoff, Den Haag 1973.

ente tra gli altri enti del mondo, ma non un ente qualunque, perché è quell'ente capace di *orientarsi* tra gli oggetti, di *istituire relazioni* con gli altri e con sé stesso e, anzitutto, è il requisito minimo del movimento. Il *Leib*, d'altro canto, è il corpo cosciente di sé come organo della volizione, radice del desiderio e dell'impulso alla presa sul mondo, il radicamento di una coscienza che può essere rivolta al mondo – all'orientamento, alla sopravvivenza, all'interazione – solo su una base somatica, una *materia senziente*, cui è connessa intimamente, in modo irriflesso, fluido, naturale. Così, il sostrato da cui procede l'esperienza non è la coscienza o il corpo, ma la loro irriducibile unità – corpo cosciente di sé e coscienza incarnata.

2. Il Sé somatico

Di per sé, “la ‘traccia mnestica’ *non è un ricordo*”¹⁹, fin quando a essa non viene conferito un senso, cioè un significato soggettivo. Ma chi è il “soggetto desiderante” che abita un ricordo, anzi, *il* ricordo? L'Io, verrebbe da dire, e in effetti se “il lavoro più importante del cervello è assicurare la nostra sopravvivenza”²⁰, ciò non può però avvenire in assenza di propriocezione, cioè la consapevolezza dell'essere *ancorati* al corpo come *situazione* prima e originaria e, ancor più, tale consapevolezza non si dà al di fuori di una temporalità che la precede, che abita e anzi coincide con il corpo nella sua relazione con l'ambiente naturale e sociale. Corpo, infatti, è la percezione delle condizioni ambientali e il mutare con esse; è il confine e il contatto con l'Altro; è, soprattutto, la stratificazione dell'esperienza che sfugge alla riflessione, all'interocezione, alla consapevolezza esplicita, ed è pertanto, infine, il proiettarsi al futuro in relazione a quanto questa stratificazione esige nel presente. Questa è la forma della *prima persona* che il percorso terapeutico – che richiederà un approccio evidentemente olistico e interdisciplinare – dovrebbe ripristinare: l'integrazione sé-altro-mondo che *vive* nel corpo. Mentre, infatti, “gran parte del nostro cervello cosciente è dedicata a focalizzarsi sul mondo esterno”²¹ e il corpo, allo stato di base, *vigila* su ogni esperienza, ne codifica le “tracce [...] nelle viscere, nelle emozioni sconvolgenti e di crepacuore, nei disturbi autoimmuni e nei problemi muscolo/scheletrici”²², la *prima persona esprime* i processi

¹⁹ F. Cimatti, *Dimenticarsi. Corpo e oblio*, cit., p. 18.

²⁰ B. van der Kolk, *Il corpo accusa il colpo. Mente, corpo e cervello nell'elaborazione delle memorie traumatiche*, cit., p. 63.

²¹ Ivi, p. 237.

²² Ivi, p. 99. La capacità memorativa del corpo è peraltro codificata da precise “cellule memoria” del sistema immunitario, le CD45, che si differenziano tra le CD45-RA e le CD45-RO: le prime si attivano contro tossine cui si è già stati esposti, tenendo dunque

organici distribuiti nel corpo in un'unità semantica. La prima persona che siamo, pertanto, non è qualcosa di ontologicamente diverso dal corpo che siamo, quanto piuttosto l'espressione della vita organica nella forma dell'autocoscienza e della riflessività; una espressione. La stessa vita, la stessa persona, la stessa coscienza, può infatti esprimersi nella forma di un sé viscerale, un sé somatico²³. Terapie come il *somatic experiencing*²⁴, o la terapia psicomotoria (*sensorimotor psychotherapy*²⁵), tenendo conto anche di pratiche orientali millenarie e recuperate in ambito clinico soltanto negli ultimi cinquant'anni, puntano a localizzare le "isole di sicurezza" di ciascuno nel corpo a partire proprio dal "punto di rottura"²⁶. Inoltre, se la frattura del trauma è anzitutto l'interruzione del naturale fluire del tempo, è il senso del trascorrere che dev'essere recuperato attraverso il contatto, la percezione della differenza, l'esperienza materiale, fisica. Ristabilire la consapevolezza del tempo, la basilare cognizione che ogni evento è circoscritto e finirà, conferisce all'esperienza una tollerabilità che il trauma non ha proprio perché è una situazione percepita come *interminabile*. In breve, "essere consapevoli della transitorietà delle esperienze muta il punto di vista su se stessi"²⁷, e stimola anche i processi creativi, la capacità di forgiare nuove memorie a partire dalle "impronte sensoriali isolate"²⁸ del trauma, risalendo dalle sensazioni fisiche viscerali fino al Sé, per così dire, perduto.

Infine, anche il linguaggio su cui fa leva un percorso terapeutico di orientamento psicoanalitico è un'esperienza che va recuperata anzitutto dal contatto con la propria corporeità, dal fatto semplice e per questo *essenziale* di dare un nome alle sensazioni per prenderne, come Adamo sul creato, il controllo. In questo senso, la rielaborazione linguistica del trauma non è volta tanto a far riemergere il ricordo dall'inconscio freudianamente inteso; piuttosto, è un passo ulteriore – sebbene non il primo, com'è per la *talking cure* – verso la "digestione mentale"²⁹ del trauma, idea formulata in questi termini da Wilfred Bion e in termini di *mental metabolism* da Friedrich Perls³⁰. Quest'ultima in particolare ha messo in

traccia di ogni minaccia pregressa, mentre le seconde si attivano contro minacce nuove, reagendo alle nuove sfide ambientali.

²³ Cfr. *ivi*, pp. 339-342.

²⁴ Cfr. P.A. Levine, *In an Unspoken Voice*, North Atlantic, Berkeley (CA) 2010.

²⁵ Cfr. J.F. Ogden, *Sensorimotor Psychotherapy: Interventions for Trauma and Attachment*, Norton, New York 2015.

²⁶ *Ivi*, p. 249.

²⁷ *Ivi*, p. 313.

²⁸ *Ivi*, p. 80.

²⁹ P. Carignani, *I due angeli. La psicoterapia dei bambini tra oblio e memoria*, in W. Procaccio (a cura di), *Oblío*, cit., p. 94.

³⁰ Cfr. F.E. Perls, *Ego, Hunger, and Aggression. A Revision of Freud's Theory and Method*, George Allen and Unwin Brothers, London 1942¹, 1947; tr. it. di M. Polito, *L'io, la fame*,

luce che nell'umano il rapporto con il cibo è connesso al vissuto, ai rapporti con sé stessi e con gli altri oltre che con l'ambiente e gli altri animali. Così, l'individuo si nutre tanto di cibo quanto di rappresentazioni del mondo: classificare e selezionare il nutriente e il nocivo, addentare, spezzettare, digerire o rigettare significa *direttamente* anche conoscere, analizzare, assimilare. In questa prospettiva si può avvicinare la precedente idea del ricordo traumatico come corpo estraneo al "cibo mentale" indigesto o rigettato, mentre un corretto "metabolismo mentale" dovrebbe implicare anche l'espulsione *fisiologica* di conoscenza e ricordi – l'oblio.

3. La forma corporea dell'oblio

La terapia del trauma, si è visto, cerca il ricordo solo in un primo momento; la strada da percorrere in seguito è, invece, quella dell'oblio:

la parte più importante del lavoro clinico non è tanto quella di aiutare a *ricordare quello che non si riesce a ricordare*, quanto soprattutto a *dimenticare ciò che non si riesce a dimenticare*.³¹

Il dimenticare qui in questione non è però la semplice dimenticanza – cioè la cancellazione netta di un'immagine –, dalla quale anzi l'oblio differisce sostanzialmente, giacché quest'ultimo non è il segnale di una memoria fallace che in condizioni non patologiche dovrebbe ricordare quanto più possibile; al contrario, "conservare tutto è come averlo perso"³². E in effetti, per tornare allo strano rapporto che l'umano intrattiene col tempo, cui accennavo in apertura, così come "l'uomo dice 'mi ricordo' e invidia l'animale che subito dimentica"³³, nondimeno "l'uomo è per sua stessa natura un animale che dimentica (*animal obliviscens*)"³⁴. Infatti, la partecipazione dell'uomo all'intero implica anche un limite per le sue possibilità cognitive, un confine anche materialmente segnato dal corpo, per cui i cinque sensi sono in grado di raccogliere, integrare e

l'aggressività. L'opera di uno psicoanalista eretico che vide in anticipo i limiti fondamentali dell'opera di Freud, Franco Angeli, Milano 2003¹, 2010, in particolare al cap. 2, pp. 107-185.

³¹ P. Carignani, *I due angeli. La psicoterapia dei bambini tra oblio e memoria*, cit., p. 102.

³² Ivi, pp. 112-113.

³³ F. Nietzsche, *Unzeitgemässe Betrachtungen. Zweites Stück: Vom Nutzen und Nachteil der Historie für das Leben* (1874), in *Werke: Kritische Gesamtausgabe. Abt. I*, a cura di G. Colli et. al., de Gruyter, Berlin 1988; tr. it. di S. Giametta, *Sull'utilità e il danno della storia per la vita*, Adelphi, Milano 2020, p. 12.

³⁴ H. Weinrich, *Lethè. Kunst und Kritik des Vergessens*, C.H. Beck, München 1997; tr. it. di F. Rigotti, *Lete. Arte e critica dell'oblio*, Il Mulino, Bologna 2010, p. VII.

portare alla percezione solo una parte – minima – degli stimoli in realtà innumerevoli provenienti dall’ambiente circostante.

C’è dunque un senso per cui è anche naturale, inevitabile per l’umano, dimenticare; il lavoro clinico, dunque, non riguarda un’attitudine innaturale dell’uomo a dimenticare, come se andasse acquisita, quanto piuttosto il blocco di un’attitudine al contrario naturale, il *non riuscire* a dimenticare sensazioni che, pure non ricordate esplicitamente, con la memoria dichiarativa, emergono, come si è visto, a interrompere la fluidità dell’esperienza. Il linguista Harald Weinrich, nel discutere due casi paradigmatici di memorie patologiche – quello dello “mnemonista” Šereševskij e quello di Funes, *el memorioso* di Borges, entrambi incapaci di astrarre, sintetizzare, concettualizzare perché sopraffatti dai ricordi di *ogni singola* percezione³⁵ – nota bene che

La strategia più importante e, sembra, di maggior successo consiste paradossalmente, secondo il resoconto di Lurija, nello scrivere su carta ciò che si vuol dimenticare [...] strappare il foglio e gettar via i pezzetti di carta, o addirittura bruciarli. [...] che la scrittura, la quale possiede in genere un valore così alto per la memoria culturale e individuale, viene posta qui al servizio dell’oblio.³⁶

L’elaborazione del trauma ha a che fare esattamente con questo aspetto corporeo, anzi, *materiale*, che nella scrittura come nel contatto e nel movimento delle terapie si fa semantico senza soluzione di continuità. Le terapie già citate, infatti, hanno in comune il tentativo di *riscrivere* l’esperienza proprio a partire dal corpo. La *sensorimotor psychotherapy* o il *somatic experiencing*, infatti, si fondano sull’idea che le tracce somatiche del trauma abbiano la priorità sulla storia, sull’accaduto – che può anche essere non ricostruito, o quanto meno non nel dettaglio – in quanto gli impulsi di attacco-fuga e difesa inattuati durante l’evento, tentano ancora di esprimersi come contrazioni e micro-movimenti. Queste terapie mirano quindi a completare questi movimenti inespressi, a liberarne la forza e il significato. Una terapia psicomotoria di particolare interesse è poi la

³⁵ M. Mazzeo, *Antropologia filosofica e filosofia del linguaggio*, in F. Cimatti, F. Piazza (a cura di), *Filosofie del linguaggio. Storie, autori, concetti*, Carocci, Roma 2016, p. 367: “È solo grazie alla superficialità circa l’individuazione del dettaglio che gli umani possono cogliere il senso d’insieme della scena”. Il riferimento è a Gehlen: “la non necessità dell’affidarsi alla possibile abbondanza e profusione delle cose che incidono dei nostri sensi, quest’esonero consente di cogliere panoramicamente intere *aree di allusioni*. Soltanto allora è possibile abbracciare con uno sguardo complessivo superfici alquanto estese” (A. Gehlen, *Der Mensch. Seine Natur und seine Stellung in der Welt* [1940], Akademische Verlagsgesellschaft Athenaion, Leipzig 1978; tr. it. a cura di C. Mainoldi, *L’uomo. La sua natura e il suo posto nel mondo*, Feltrinelli, Milano 1983, p. 207).

³⁶ H. Weinrich, *Lete. Arte e critica dell’oblio*, cit., p. 144.

PBSP (*Pesso Boyden System Psychomotor*³⁷), che consente al paziente di visualizzare la propria mappa implicita del mondo per come si è costruita a seguito dello sviluppo e/o del trauma, collocando ogni relazione (impersonata da altri pazienti secondo precise regole di *role-playing*) nello spazio, in un punto e a una distanza che egli stesso sceglie. La PBSP propone ai pazienti nuovi scenari emotivi, che definisce *strutture*, posti in essere dal paziente stesso; nelle strutture, i ricordi non vengono cancellati né neutralizzati, bensì riscritti insieme all'esperienza stessa, una nuova realtà in cui sono visti e riconosciuti, che offre nello spazio una memoria alternativa dove i bisogni primari sono ora rispettati e i desideri di amore e protezione finalmente soddisfatti.

L'idea della "digestione mentale" poc' anzi accennata non è allora soltanto un'ingenua metafora, e porta con sé una dimensione fenomenologica, legata a un vivere così profondo e irriflesso che si potrebbe ben definire *intimo*, che rende superfluo, e anzi errato, anche l'attributo di "mentale". La rielaborazione dell'esperienza traumatica fondata sulla dimensione corporea offre all'esistenza un "*ancora una volta*"³⁸ dal senso decisamente nuovo, mutato com'è il movimento che da meccanico e segmentato torna spontaneo e fluido, un tempo rinnovato in cui è il corpo stesso a trasformare le ripetizioni prima coatte, le riattualizzazioni di un momento traumatico e di una strategia di difesa, in un ricordo prima involontario e finalmente volontario.

C'è allora un fondamentale radicamento dell'oblio nella corporeità per cui il passaggio dall'*Erlebnis* all'*Erfahrung*, dall'evento all'*esperienza* come "vita vissuta", con un'incidenza sulla vita a venire nella forma di un insegnamento o di un comportamento, in ogni caso nella coerenza di un Io, *accade* nel corpo:

perché un avvenimento, una sensazione, un'emozione, un protopensiero, o l'insieme di tutto questo possa diventare 'esperienza' [...] è necessario che venga acquisito, digerito, assimilato e quindi dimenticato. Divenga carne, sangue, corpo, divenga parte intima e obliata di noi stessi.³⁹

La dimensione narrativa della memoria andrebbe allora ripensata nella sua dimensione pre-biografica, cioè precedente all'integrazione consapevole dei ricordi nella coerenza di una storia personale e alla luce di un nuovo rapporto con il tempo. Il corpo, infatti, è sempre un corpo in azio-

³⁷ Cfr. A. Pesso, J. Crandell, *Moving Psychotherapy: Theory and Application of Pesso System/Psychomotor*, Brookline Books, Cambridge (MA) 1991; A. Pesso, *PBSP: Pesso Boyden System Psychomotor*, in *Getting in Touch: A Guide to Body-Centered Therapies*, Theosophical Publishing House, Wheaton (IL) 1997.

³⁸ Ivi, p. 55.

³⁹ P. Carignani, *I due angeli. La psicoterapia dei bambini tra oblio e memoria*, cit., pp. 95-96.

ne, presente e aperto al futuro, per cui “nella memoria vivente il futuro plasma il passato”⁴⁰ senza seguire necessariamente l’ordine convenzionale di passato, presente e futuro, “sviluppando in questo modo una temporalità di suo proprio diritto”⁴¹. È, questa, l’apertura verso nuove possibilità dell’esistenza che eleva l’oblio a complemento del ricordo nella più ampia dinamica della memoria. Delle pagine della nostra storia lasciate bianche dall’oblio abbiamo un disperato bisogno: esse costituiscono il margine della riscrittura dinanzi ai vicoli apparentemente ciechi dell’esperienza ordinaria e straordinaria, quando la vita sembra scontrarsi con un muro che preclude panorami ancora inesplorati. La corporeità, allora, è “il paesaggio del nostro organismo”⁴², il campo di battaglia dove si consuma la lotta contro la “durezza inammissibile del mondo esterno”⁴³, su cui i ricordi si incidono e dolgono finché l’oblio non li erode e la memoria si sedimenta. È l’oblio *attraverso* il corpo che consente la messa in scena di nuove memorie, è nel corpo che accade il *metabolismo dei ricordi* ed è qui che si riapre lo spazio del desiderio e il tempo della vita.

⁴⁰ H. Weinrich, *Lete. Arte e critica dell’oblio*, cit., p. 202.

⁴¹ Ivi, p. 203.

⁴² B. van der Kolk, *Il corpo accusa il colpo. Mente, corpo e cervello nell’elaborazione delle memorie traumatiche*, cit., p. 238.

⁴³ S. Vizzardelli, *Oblio e ripetizione: storia di un beneficio non desiderato*, cit., p. 48.