

La parola prigioniera della rete
cinque seminari online per l'associazione Zolla, maggio/giugno 2021

Una premessa.

Porto un'esperienza personale di psicoterapia da remoto a tre livelli:

- **1.** Inizio negli anni '90, con pazienti che si allontanano per lavoro: poiché non desiderano interrompere la terapia ci incontriamo per telefono, nello stesso orario della sessione in studio. Oggi l'esperienza con IAAP: l'offerta di sostegno è avvenuta sempre per telefono.
- **2.** Ai possessori di mail propongo di scrivere i sogni: all'epoca non erano in tanti. Oggi lo richiedo quando il paziente deve momentaneamente sospendere le sessioni in studio e non può lavorare online: per mantenere il contatto emotivo, per dare il senso del "esserci" nella relazione analitica. Una presenza pensabile e pensata per entrambi.
- **3.** Nella prima metà del 2000 le esigenze di spostamento professionale aumentano come aumenta l'offerta tecnologica: nel tempo passo alla videochiamata, che avviene sempre dal mio studio. Oggi lavoro online superando anche le complicazioni di fuso orario.

La psicoterapia da remoto ha messo a disposizione ulteriori informazioni sulla modalità di costruzione della relazione con i pazienti: si scoprono le modalità diverse e non si interrompe la terapia.

I cinque seminari.

1-Il contagio virtuale

Avviene tutto d'improvviso, la pandemia e l'uso generalizzato del web: siamo contagiati tutti, c'è un abuso di online, troppi Zoom e Skype e WhatsApp video. Una virtualizzazione del rapporto: Il reale diventa virtuale? In parte...

La tecnologia ristruttura lo spazio e il setting, nella materializzazione dell'ambiente in cui gli oggetti sono visti e non rappresentati, c'è una accelerazione delle dinamiche psicologiche, tutto diventa concreto nel paradosso del virtuale.

Nel passaggio simmetria - disimmetria il coronavirus livella con una trama condivisa, diventano un'esperienza in comune il computer, WhatsApp, il telefono, Skype: sono oggetti transizionali e sono produttori di simboli in cui le *emoticon* aggiungono, al virtuale delle parole, un linguaggio para-simbolico. Avviene un'accelerazione del processo di simbolizzazione attraverso codesto uso, è sottolineata la differenza tra immagine artefatta e immagine prodotta, non falso ma finto e non fatto né forgiato. Quando tutto è più veloce, per la rapidità dei costrutti si rischia più superficialità nei pensieri, minore accuratezza nelle espressioni e l'accelerazione crea difficoltà di sintesi individuale.

Che destino ha il corpo nella psicoterapia online? non è transitorio, non può esserlo, ma interroghiamoci su come si traduce la virtualizzazione del corpo, come si comporta il corpo in una relazione online, quale ruolo ha il corpo nella psicoterapia online.

Non c'è l'odore, il respiro, il rossore, il movimento di piedi o mani, il suono del silenzio.

Come interpretare lo spazio del silenzio quando lo spazio è virtuale? Non c'è solamente la disconnessione.

Nell'online si sta vivendo un paradosso: la vicinanza lontana. È una vicinanza visiva, si vede l'altro e ci si vede nello schermo, sgomenta e nel contempo piace: l'effetto specchio non è il rispecchiamento psicologico.

Inoltre pavento si perda la dimensione animica/archetipica del paziente ed è già palese che si perdono le sfumature e molto del non-verbale della comunicazione, vedendo solamente il viso e parte dell'ambiente.

Sono contemporanei la pandemia e la *devise* informatica psicologica: Konrad Lorenz racconta che il ripetuto gridolino del pulcino significa un "io sono qui e tu dove sei?", il pulcino cerca la relazione. Ma dove sei online? Nascosto spegnendo il video, forse ascolti...ma sarà sufficiente per la relazione, in ispecie se l'analitica?

La stanza dell'analisi dei primi psicoanalisti era neutra, spersonalizzata, nulla doveva evocare la soggettività dell'analista, ora sono personali e ne esprimono le caratteristiche e la particolarità: la relazione si è rilevata più importante di un ambiente asettico.

Lavorando online il terapeuta potrebbe mostrare un ambiente di casa, il paziente entra non invitato nell'intimità del terapeuta, ne scopre parti di familiarità e di confidenza, si può rischiare un cameratismo eccedente.

L'uso dell'online, con la fine dell'emergenza, potrebbe diventare un utilizzo promiscuo per andare incontro a delle esigenze del paziente, sottolineandone l'eccezionalità per non far diventare la sessione uno *slot* infilato tra gli impegni del paziente.

Ho riscontrato che non è così automatico passare da una modalità all'altra, non è scontato l'avvicendamento ed emerge da alcuni sogni la difficoltà del passaggio: non scivola come per una apertura/chiusura.

Lo strumento è ambivalente, il dispositivo è utilissimo nella situazione di pandemia che abbiamo vissuto poiché permette di continuare a sostenere i pazienti, ma contiene un'incognita, il rischio di una richiesta di ininterrotta presenza: si può sempre essere raggiunti online, per una sorta di onnipotenza, per l'ubiquità del corpo, imputabile sia al paziente che al professionista.

È accentuata la rottura del rapporto tra lavoro e riposo, iniziato con le e-mails inviate sul Blackberry, oggi continua acutizzandosi l'insistenza.

2- Le derive virtuali

Gli umani e la tecnologia (la *Technè*, l'apparato tecnico, e la razionalità serve per usarlo in maniera efficiente e funzionale, dice Umberto Galimberti) formano il contesto che l'uomo si crea non potendo vivere di istinto, ma il tempo risparmiato attraverso la tecnologia è strangolato dall'accelerazione sociale, quindi non è mai abbastanza.

Mangiamo il tempo e siamo mangiati dal tempo, nutrendo e riproducendo le condizioni della cronofagia, l'abrasione del tempo libero per l'invadenza del tempo del lavoro.

La cronofagia induce la contrazione di tempo e spazio, l'accelerazione del tempo sociale, la riduzione delle barriere spaziali ed aumenta la fatica sia fisica che psicologica.

L'erosione dell'esperienza *fisica* quotidiana in favore di quella *virtuale* è un paradosso che le nuove generazioni stanno gestendo in maniera inconsapevole, dice ancora Galimberti, e la tecnologia è diventata parte dell'esperienza culturale, ma sembra perso il senso del limite.

Si forma una nuova geografia di Internet, come partizione degli spazi da misurare non in termini di distanza materiale ma di rapidità di accesso virtuale.

Cambiano le domande, dal *dove sei* del cellulare al *ci sei* dell'online: l'espressione *non ho campo* apre al rischio di dolo nell'uso dell'online, come la registrazione degli incontri, la presenza di altri, l'uso e l'abuso, con un senso di onnipotenza prevaricante.

Può esserci un raggio nella *privacy*, con i complessi problemi derivanti: cyberbullismo e cybermolestia, verso dei ragazzi e degli adulti, anche aggravato per l'estrinseca difficoltà e reperire l'attore sui mezzi del web.

Il paziente è segreto, ancora, e il paziente è sacro, da remoto è meno percepita la sacralità del luogo: l'attesa è sacrale, il percorso analitico e il pensiero lo sono.

C'è un abbassamento delle difese: si è lontani, non ci si vede, si conosce ciò che è riportato e mostrato, si crea una familiarità che può rivelarsi ingannevole.

C'è un abbassamento della coscienza etica: sia per la leggerezza nel considerarsi fuori dello spazio riservato dello studio, sia per l'aggressività e la volgarità nel sociale, sia per il sentimento di impunità quindi di implicita assoluzione.

Un excursus: le truffe affettive.

Appare una recente forma di insidia in rete e tutto avviene online, i trickster sono celati dietro la finta identità mostrata online. E l'Ignaro risponde.

Sono i figli o i nipoti che regalano ai nonni, rimasti soli e pensando di dare loro una compagnia "dinamica" e aggiornata, un tablet (più grande e più facilmente leggibile e maneggevole di uno smartphone) ed il collegamento a Facebook, in questo modo potranno ritrovare vecchi amici.

Così viaggiano in rete, ma è come se pilotassero una Ferrari, avendo guidato sempre una 126!!!

L'attacco del trickster nasce attraverso una richiesta di amicizia, accettata senza sapere/capire cosa si stia facendo, ignorando che tutto quanto è postato sulla propria immagine è letto da tutti e decifrato più di quanto si possa presumere. Oppure con un ben costruito phishing che inganna l'Ignaro, e non solo!

I profili dei truffatori sono falsi e sono bellissimi, soprattutto dell'età giusta per le persone cui si rivolgono.

L'aggancio inizia con la semplice innocua richiesta di amicizia che via via si trasforma in una relazione più profonda, intima ed affettuosa, fatta di chiacchiere e di tempo dedicato senza chiedere nulla in cambio, solo per simpatia o per riconoscimento di capacità.

Quelle capacità che l'Ignaro pensa riscoperte perché le supposeva negate o non più comprese, l'affettuosa attenzione è unita a promesse velate o lasciate intendere che scatenano una fantasia di vita nuova, piccole speranze in una esistenza spesso vuota.

Oppure, sapendo leggere le informazioni in rete, il trickster identifica dolori collegati ad infanzie sofferte, a mancanza di figli desiderati, a coniugi morti in situazioni particolari ed altro ancora: su questi elementi costruisce la trappola emotiva.

Conquista la fiducia raccontando di sé, utilizzano un copione che è tragicamente simile nei diversi racconti. Si presenta come persona apprezzabile, impegnata in missioni pericolose ma umanitarie, in luoghi isolati, con affetti famigliari - ma tali da non inficiare la relazione che stanno costruendo - non raggiungibili, con un internet un po' ballerino come unica finestra sul mondo.

Chattano senza vedersi mai in Skype o WhatsApp, infatti sovente sono ragazzi pagati per dialogare in rete con il copione precostruito ad hoc, ed alla richiesta di un video sanno apportare verosimili giustificazioni e scuse che sembrano ragionevoli: sono lontani in luoghi impervi e, per presunti problemi di collegamento, rimane solo la foto postata, non il viso di chi è in collegamento.

La conversazione online con l'Ignaro, più sovente l'Ignara, è l'unico momento di relax e di piacere che la vita laggiù concede, il trickster si racconta isolato in un contesto disagiato.

Le situazioni raccontate sono ogni volta angosciose e drammatiche. Devono poter raggiungere o proteggere i figli, piccoli non piccolissimi ma minorenni, tuttavia per strane ed emotivamente valide ragioni, i conti correnti sono provvisoriamente bloccati e chiedono un piccolo prestito, su conti esteri.

Possono essere generali o medici che operano in un reale ambiente bellico complesso e difficile, sia per il luogo in cui si trovano sia per la difficoltà delle comunicazioni, sia per la pericolosità della zona: quindi inducono un pensiero d'ansia sul proprio benessere. Anche qui necessitano di un prestito, su conto estero, per rientrare in Italia e finalmente conoscersi....

Oppure, come ha raccontato una paziente, è un nobile rampollo caduto in disgrazia in seguito al secondo matrimonio del padre con una vera matrigna che impedisce l'accesso al patrimonio di famiglia, ma ora la malvagia - rimasta vedova del padre - sta male, deve raggiungerla per dovere filiale, per rispetto del caro padre, per salvare il salvabile dell'eredità, e vuole farlo pur dovendo affrontare un viaggio lungo e forse pericoloso. Ha bisogno di un piccolo prestito: su conto estero.

Oppure è un profugo che deve tornare nella patria lontana per mettere in salvo il fratellino/sorellina/padre/madre in difficoltà, ma il paese è in guerra e lo si legge su tutti i giornali, ora non può rientrare per vie regolari perché ha il passaporto sequestrato, non può accedere ai propri conti perché ... mille ingegnose invenzioni. E chiede un prestito, su conto estero.

Chiedono somme racimolabili facilmente ogni volta, ma che aumentano nel tempo, per sbloccare una situazione transitoria di disagio economico, un prestito che sarà rimborsato immediatamente appena risolto l'imprevisto impedimento.

La richiesta di denaro non è mai immediata, sovente avviene dopo un'assenza improvvisa di una settimana o dieci giorni che ingenera un vuoto emotivo unito ad un insoluto senso di allarme, presagendo le zone in cui il trickster dice di risiedere.

Per l'ignaro il sollievo, nel ricevere e poter leggere oppure ascoltare di nuovo le parole attese nell'ora consueta cui è costretto per gli impegni filantropici, colma quel vuoto esistenziale e quell'ansia, fa abbassare le difese, induce benevolenza.

Ormai è un "assunto" sia come ingaggiato nella trama sia come senso traslato dell'assunto di base bioniano.

Le emozioni predominano, non hanno credito le parole di dissuasione di parenti ed amici. Alcune persone si sono indebitate per aiutare, altre hanno prosciugato i risparmi di una vita ed il truffatore è sparito con il conto estero.

Avviene la rottura del nesso tra scelta e responsabilità: la decisione non implica la responsabilità, nell'indiscutibile insorgenza del desiderio.

L'ignaro è incastrato in una ruota di emozioni preparata su misura, una combinata di desiderio, di volontà di salvezza e di sostegno, del voler far qualcosa per aiutare, di sogni abbozzati, trasportato in un mondo "altro" tragicamente reale ma non vero.

La solitudine quando non è una scelta dipende da una mancanza di affetti e relazioni; la solitudine traduce nei sentimenti la separazione da qualcosa o da qualcuno.

Da: *Il Piccolo Principe*

"Per favore... addomesticami", disse la volpe

"Volentieri", rispose il piccolo principe, "ma non ho molto tempo, però. Ho da scoprire degli amici, e da conoscere molte cose".

"Non si conoscono che le cose che si addomesticano", disse la volpe. "Gli uomini non hanno più tempo per conoscere nulla. Comprano dai mercanti le cose già fatte. Ma siccome non esistono mercanti di amici, gli uomini non hanno più amici. Se tu vuoi un amico addomesticami!"

"Che bisogna fare?" domandò il piccolo principe.

"Bisogna essere molto pazienti", rispose la volpe...In principio tu ti sederai un po' lontano da me, così, nell'erba. Io ti guarderò con la coda dell'occhio e tu non dirai nulla. Le parole sono una fonte di malintesi. Ma ogni giorno tu potrai sederti un po' più vicino..."

E quando l'ora della partenza fu vicina:

"Ah!" disse la volpe, "...piangerò".

"La colpa è tua", disse il piccolo principe, "io non ti volevo far del male, ma tu hai voluto che ti addomesticassi..."

Questo breve dialogo sembra riassumere il desiderio di un amico, la difficoltà di trovarlo, l'illusione

di averlo incontrato, l'abbaglio di poterlo forse acquisire, il disincanto dolente: la volpe ci guadagna *il colore del grano*, l'Ignaro scopre come le parole siano *fonte di malintesi* nel finale inatteso.

Oggi siamo passati DAL considerare con preoccupazione l'uso di Internet, l'abuso di Internet, la dipendenza da Internet, le dipendenze comportamentali, ALL' utilizzo quotidiano e sollecitato.

Il fenomeno inevitabile della costante connettività de-temporizzata e de-localizzata con l'offerta dalle reti sociali online. Non più i kantiani Spazio e Tempo.

3-Il corpo assente

Manca il corpo: per la nostra cultura abbiamo un sentire incorporato e per scoprirne altre dobbiamo ancora vedere, toccare, annusare al fine di esperire il nuovo. Il corpo è lo strumento principale dell'apprendimento, dal latino *ad-prehendere*, che significa afferrare, prendere qualcosa nelle proprie mani, diciamo *prendi!* offrendo qualcosa.

E il corpo? Sembra assente. No: è diverso.

Manca il corpo: suonare, salire, salutare, sedersi, i gesti ed il corpo parla, a volte urla.

Mancano gli odori, dal caffè bevuto poco prima alla sigaretta appena spenta; a volte il commento entrando che porta dentro da un fuori; l'aspettarsi in studio per la sessione è un rituale per alcuni, una casualità per altri....

L'ascolto telefonico è un'esperienza mutativa sia per chi viene ascoltato sia per chi ascolta se stesso, si passa da un ascolto di sé eccessivo a un ascolto dell'altro totalizzante; avendo la sola voce, ho dovuto riconfermare un ossimoro: un ascolto attento-fluttuante.

La voce si incarna nel "discorso vivente" e la parola portata dalla voce è differente dal pensiero perché diventa percepibile, sostanza.

Per ascoltare le parole si ascolta la voce, non è così ovvio: significa lasciarla risuonare in sé nel proprio silenzio; si è altrettanto sensibili alla voce che al contenuto del messaggio, è attraverso la voce che si manifesta il non-detto, il senso profondo, il celato, l'indicibile ed affiora l'inconscio.

La grande importanza della voce: rivela il corpo, lo sensualizza, può essere di testa di cuore o di sensi, può essere neutra quando l'emozione è compressa e non può esprimersi attraverso un suono, può essere un'eco, un'immagine sonora e rinviare il ed al desiderio altro.

Le parti silenti, *infans*, del paziente sono più sonore: anche da remoto la parola nella reciprocità recupera brandelli di impensabile al pensiero, e può rendere modificabile ciò che prima era dominato dal caos. Senza mi sembra che sarebbero chiacchiere, magari sapienti e profonde ma chiacchiere, non analisi o terapia.

La voce dell'analista: da remoto non si può tacere.

Per telefono, come ho già detto, è un'esperienza reciprocamente mutativa; in video, quando appare il faccione dell'analista con espressione neutra e muto, non esprime serenità ma separazione: ne ho parlato con molti pazienti rientrati in studio e c'è un prima e un dopo, non un semplice *sliding door*.

Poi c'è il silenzio, non è mai passivo, lo sappiamo, ma scarseggiano sguardi, gesti, postura, tutto ciò che è meno sottoposto alla censura della razionalizzazione, la metacomunicazione che il paziente sente, senza riuscire a dare un senso e ad esplicitarlo. Un lavoro percettivo ed appercettivo che è a rischio di anestesia emotiva.

E ci sono i rumori, che sembrano interferire invece aiutano nella comprensione del non-detto, una comunicazione non-verbale aggiunta rispetto il setting in studio: manifesta il contorno reale del paziente altrimenti sconosciuto, oppure conoscibile attraverso un racconto tuttavia interpretato dallo stesso.

Per telefono, come in video, esiste una separazione tra la presenza ed il contenuto della presenza, quindi una trasposizione della presenza stessa da proprietà dell'essere a proprietà della Persona.

Manca il tragitto per arrivare in studio, la preparazione all'incontro, l'andare uguale; il pensiero a volte è distratto nonostante l'orario predefinito, il pensiero sembra meno raccolto nell'attesa dell'incontro. Non c'è l'uscita-da/per andare-a: ho chiesto ai miei pazienti di darsi un tempo prima dell'incontro per entrare in sintonia con il lavoro che sta per iniziare, un percorso mentale mancando lo spostamento fisico. Il viso appare all'improvviso, il paziente è seduto, organizzato e col volto già preordinato al vedersi, insomma tutto pronto senza la strada per arrivare.

Questa sensazione di non-percorso mi ha appesantita all'inizio, poi ho imparato.... un già saputo: che i processi di mentalizzazione avvengono molto dopo, nel momento in cui il soggetto è in grado di concettualizzare, di riferirsi alle rappresentazioni dell'esperienza.

L'importante è che l'esperienza sia non solo corporea-emotivo-affettiva, ma anche mentale e quindi rielaborabile.

Manca il corpo-fisico ma appare il corpo-simbolico che Lacan chiama *la busta tessuta di linguaggio*: dal linguaggio e col linguaggio si costruisce la relazione, oltre naturalmente al non-verbale.

L'aver azzerato la distanza ha aiutato da distante, ma non avere distanza fa riapparire il corpo, non solo l'anatomico *Korper*, anche il *Leib*, il corpo vivente di cui ha parlato Husserl. In questo consiste la grande differenza.

Tuttavia la enantiodromia persiste: la mancanza del corpo permette di esprimere emozioni altrimenti indicibili, come se l'assenza permettesse una presenza ...

L'immaginazione ha peso, a volte troppo nel tentativo di comprendere il non-detto attraverso la voce, le parole, il poco corpo, il silenzio, i rumori: un sottinteso che va oltre il non-verbale di una comunicazione vis-à-vis.

Non ci sono dati sensibili oltre il percettivo orale e quello limitato del video: si rischia una immaginazione riproduttiva, si rischia di cadere nella capacità conoscitiva dell'immaginazione.

Sembra una mancanza, ma nella mancanza può nascere quel che altrimenti non sarebbe nato.

Essere consapevoli di come ci si sente significa creare ciò che tradizionalmente è conosciuto come coscienza. E ci si vede: lo psicologo, come il paziente, si vede nella relazione online, può rilevare visibilmente anche se stesso, è perturbante; cosa si sperimenta guardandosi mentre si è guardato?

4 Dalla seduta alla video-chiamata

Stiamo vivendo un'ambivalenza nei riguardi della tecnica e della mediatizzazione, un senso di delirio di onnipotenza e un'ossessione contraria, di poter perdere l'Anima: allora riflettiamo su ciò che eventualmente perdiamo, ma anche su ciò che acquistiamo.

Non si può rifiutare la tecnica, il nostro è un universo permeato di tecnica, ricorda Heidegger, ma si può imparare a guardare *Oltre* per recuperare dalla tecnologia quegli elementi che estendono la nostra capacità intellettuale senza disumanizzarci.

Nella nostra società avanzata gli individui sono separati organicamente e fisicamente tra di loro, ci sono luoghi sociali che chiudono l'uomo in ambienti algidi con ridotte possibilità di rapporto e comunicazione. Non solamente nella solitudine con il video ma anche nei paesaggi metropolitani, quelli che Marc Augé chiama i *non luoghi* della modernità (aeroporti hotel autostrade stazioni...) in cui manca l'interazione uomo/ambiente, cioè il contesto, e l'uomo è deprivato della sua memoria perché in quei luoghi c'è solo il passaggio, è transeunte. E penso ad un paziente in videochiamata dall'aeroporto, molto distratto, come stordito, immemore...

Appare lo smarrimento del non vedere più il Campanile di Marcellinara, raccontato da De Martino: non è superato lo spaesamento, è perturbante, *unheimlich*.

All'interno di qualsiasi situazione comunicativa c'è l'aspetto dell'elaborazione personale, soggettiva, razionale che ciascuno attua, associata all'aspetto inconsapevole di questa elaborazione, una sfera

indicibile, rispetto alla quale hanno significato le nostre formulazioni che superano il principio di non contraddizione ed aprono al *tertium*.

Come, per esempio, nel gioco degli scacchi: non si gioca mai in due, ma sempre in tre, perché oltre ai due giocatori esiste sempre un *tertium*, le regole del gioco, applicate dalla strategia/elaborazione dei giocatori: un contesto comunicativo diventa un campo di elaborazione, che va coltivato attraverso approssimazioni successive.

Il cambiamento del setting non è un prodotto finale, ma qualcosa che si verifica continuamente, anche in studio, comporta un deuterio-apprendimento, ma significa anche un rischio di rottura del legame, quella struttura complessa che include emittente, ricevente, canale, segni, simboli. E le persone.

La comunicazione all'interno di un mondo condiviso è possibile se c'è un movimento interpretativo triangolare tra individuo, altro e mondo condiviso, e se c'è il Principio di Carità, cioè il principio di massimizzazione del consenso tra interprete ed interpretato, come un *win-win*, racconta Donald Davidson, altrimenti non sarebbe possibile alcuna comunicazione né di pensiero né di oggettività.

Allora qual è il mondo condivisibile che caratterizza la differenza tra la seduta e la video chiamata?

La disposizione mentale come spazio psicologico, il contenitore, che si costruisce con proposte, regole, comportamenti condivisi, il "significante strutturale" che riguarda i rapporti di base e l'immagine o la rappresentazione portata. Tutta la teoria è normale, consueta, anche da remoto.

Ma ci sono i *noises*.

Il contenitore da remoto non è rigoroso come la stanza dell'analisi, tuttavia continua ad organizzarsi intorno ad un sapere *bouche-oreille*, in cui la trasmissione orale è allusione non solo espressione; la *scienza delle tracce*, come scrive Vegetti Finzi, comporta l'intendimento delle interferenze che qui sono ancor più pregnanti nello scambio di parole e di affetti, ed anche, aggiungo, la comprensione della diversità che comporta il corpo-altro, il luogo-altro, tutta la *irregular fluctuation*.

Tra individuo, altro e mondo condiviso si affaccia online il *tertium*, quelle regole del gioco applicate nella strategia e nelle elaborazioni dei partecipanti: si mettono in gioco non solo per tecnica ed abilità argomentativa, ma anche le intenzioni, l'affettività, i sentimenti e le emozioni che si stanno perdendo in un linguaggio sempre più a sigle, astratto, impersonale, un dire che potrebbe dare inizio a molti turbamenti esistenziali e psichici. Sto pensando ancora agli *emoticons*, e si perdono le parole.

L'utilizzo dell'online espone la relazione terapeutica ad un rischio: che la cosiddetta realtà virtuale non sia più veramente virtuale e si arrivi a definire il mondo virtuale come l'unica realtà, un po' allucinatoria, con la quale si dovrà fare i conti.

Riprendo ancora Davidson, quando propone di praticare le *metafore vive* per avviare codici simbolici diversi, alternativi, tali da permettere all'individuo, che attraversa vari livelli di realtà, di sperimentarli, quei diversi livelli di realtà.

La metafora viva e sublime di Ulrich: "Una sera morbida come una soffice coperta di lana".

5. Epilogo con rilancio

Come intenebrati: setting diverso, derive trasformative, nuove rappresentazioni per una diagnosi, ombra lunga sul setting analitico che è il luogo in cui si costruisce la relazione analitica, processi nuovi fatti di mancanza e presenza, di cambiamento e conformità.

La poltrona è vuota in studio e il paziente è in video, siamo passati dalla domesticazione dall'isolamento.

Si costruisce il contenitore virtuale sia come spazio che come tempo: il tempo è predefinito, lo spazio è simulato, e si rischiano gli sconfinamenti come il paziente che beve, mangia, è disturbato dal fuori-setting.

La distanza è fisica, certo non sociale e si colgono delle sensazioni e delle emozioni per la diversità del corpo che non è presente ma esiste, è un corpo che non ha corpo in quanto non ha la presenza fisica.

L'informatizzazione e la multimedialità neutralizzano il corpo ed i sensi, sia i cinque classici che alcuni della antroposofia di Rudolf Steiner.

Eric Sadin, In *La siliconisation du monde*, racconta la Silicon Valley come faro universale, mito planetario della redenzione attraverso una nuova colonizzazione e la definisce la *svolta ingiuntiva* della tecnologia, mettendo in guardia sull'uso e sugli sviluppi condizionanti dalla imperversante *silicon-filosofia*, una *Weltanschauung* transumanista di costante progresso e lobbying mondiale, e ne denuncia i rischi. Pascal Brukner, in *Euphorie perpétuelle*, descrive il paradossale culto del benessere e della felicità. *Siate felici* è il terribile comandamento cui è difficile sottrarsi poiché pretende di fare solamente il nostro bene e tutto è valutato con questa ideologia cui è difficile sottrarsi, perpetuando il diritto alla felicità in una società votata all'edonismo in una perenne euforia.

Jean Baudrillard afferma che è un'autoillusione pensare di ricreare online il setting. Affronta, in *La scomparsa dei riti*, il riapparire del bisogno di riti e regole solide in seguito all'esperienza traumatica del caos, ma al posto dei sacerdoti si affaccia il cosiddetto *ritual designer*, il consulente spirituale, in nome della autenticità e della creatività. Ma questi non sono riti in senso proprio, non emanano quella forza simbolica capace di indirizzare la vita verso qualcosa di più elevato e mancando un linguaggio superiore i riti scompaiono.

Online si modifica il linguaggio, si verifica la riduzione al verbale con lo smarrimento del non-verbale: se è la *talking cure* come scriveva Freud, sarebbe realizzata anche nel lavoro online. Ma non è solo parola, c'è la contaminazione del corpo, della prossemica, della mimica.

Il *setting* è autopoietico, c'è coevoluzione, necessita di riconoscimento dell'interdipendenza delle parti e della diversità: in studio avviene così, senza necessità di nominazione, online forse è da definire, precisare. L'ascolto fluttuante si muove dalla parte-al-tutto e dal tutto-alla-parte, è fatto di ascolto ed osservazione, ha una punteggiatura ed un ritmo, la narrazione è vivente e genera le situazioni e la relazione tra psicanalista e paziente: da accudire con accortezza da remoto.

Cosa sostituisce la parola-non-parola, cosa la carica di senso, cosa diventa: è da cercare lo spazio della parola, perché la parola è in uno spazio, in un orientamento, e lo sguardo del paziente è inerente alla parola vivente.

Il silenzio precede la prima parola e risuona il non-verbale: in video il minimo silenzio è percepito come assenza, si teme la sconnessione, infatti l'immediata domanda *mi sente?* non lascia lo spazio del silenzio né al silenzio, per un silenzioso ascolto.

Trattenuti tra video acceso/non acceso, ci si interroga su quale parte di sé si mostri, sul significato del non mostrarsi e del non-mostrare di sé, diverso dal non vedersi del lettino: Hypnos è il gemello di Thanatos.

Con il *mi-vedo/ti-vedo* Narciso è vicino: nell'affollato gioco di specchi online, che avviene in automatico, si accresce l'impegno di evocare il rispecchiamento analitico per comporlo online.

Emozione e sentimento, ragione e consapevolezza: riflessione e risonanza. Senza dimenticare il corpo.

Antonio Damasio in *Emozione e coscienza* sottolinea come l'emozione preceda il sentimento ed il sentire, poiché il corpo è sede delle emozioni ed esprime i sentimenti in quanto la capacità di sentire si fonda su profondi cambiamenti viscerali e scheletrici.

Quando entra in studio una persona depressa ne cogliamo il dolore dal corpo, prima ancora che dalle parole, ne abbiamo la consapevolezza sia per quanto si sta percependo sia dalle risposte comportamentali: rientrano nella omeostasi autoregolatrice dell'organismo, allorquando avvengono delle variazioni sia interne che esterne.

Si può imparare dalle emozioni attraverso l'uso del corpo, può essere fatto intenzionalmente e Damasio lo definisce *il linguaggio emotivo del corpo*: infatti gli stati emozionali generano un cambiamento nella chimica del corpo e sono alla base del coinvolgimento nella relazione individuo/ambiente.

Francisco Varela e Humberto Maturana, ne *L'albero della conoscenza*, scrivono che una delle scoperte impressionanti degli ultimi anni è la comprensione che la ragione e l'emozione costituiscano un aspetto del tutto basilare di quello che noi facciamo ogni giorno, affrontando il mondo. La ragione o il ragionamento è quasi come la glassa sulla torta; la ragione è quello che accade all'ultimissimo stadio dell'emergere della mente, momento dopo momento. La mente è fondamentalmente qualche cosa che deriva dalla tonalità affettiva che è incastonata nel corpo. Ci vuole pressappoco una frazione di secondo perché il tutto accada e si ripete ogni volta nel corso del tempo. Nel processo del sorgere momentaneo di uno stato mentale, gli stadi iniziali sono radicati nelle superfici senso-motorie vicine al midollo spinale, nel mesencefalo. Poi salgono nel sistema limbico e nella cosiddetta corteccia superiore. Così questa tonalità emotiva cambia a sua volta, trasformandosi in categorie, elementi distinti e catene di ragionamento, che sono le classiche unità descrittive della mente. Ma la ragione e le categorie sono letteralmente picchi delle montagne che poggiano sull'affezione e sull'emozione poiché, in realtà, l'emozione è già intrinsecamente cognitiva. Varela elabora il concetto di *Embodied Philosophy*: significa che la mente è incorporata nel corpo, il corpo pensa, non è ridicibile, con il cervello, ad essere come un *hardware* di cui la mente è il *software*. Il corpo "sente" ed anche online possiamo imparare a sentire il corpo diverso: le esperienze che provengono dalla capacità sensomotoria individuale sono incorporate nel contesto biologico psicologico e culturale. Un programma di ricerca che collega tra di loro corpo, strutture cerebrali e aspetti della mente intese come coscienza, emozione, consapevolezza.

Nel *Giornale Storico del Centro Studi Carotenuto* trovo degli spunti interessanti per questo percorso. È citato Hillman quando auspica che la psicologia esca dalla finestra dello studio dell'analista: Psiche deve oltrepassare il confine del setting per tornare nel mondo, perché ciò che avviene in studio è metafora e specchio di ciò che si ripete *là fuori* nel mondo.

Costretti alla quarantena, confinati in casa a ridefinire i nostri orizzonti, e *òros* significa limite e confine, la pandemia, come malattia dell'anima, ci ha imposto una riflessione sulle distanze, sulle soglie e sui confini dei luoghi in cui viviamo.

Il mondo intero ha improvvisamente patologizzato l'incapacità dell'uomo moderno di viaggiare in un cammino interiore, di *stare in casa* come luogo della propria intimità.

L'uso dell'online è esploso, in una sorta di iper-vita. Le stanze delle case si sono trasformate nelle stanze d'analisi dove l'analista è entrato come chiunque altro in *smart working*.

La psicoterapia, correa la quarantena, è uscita dalla finestra, è entrata nelle case, nelle scuole, è tornata nella *polis*, è andata *là fuori* a fare Anima nel mondo: la pandemia non ha ristretto bensì ha ampliato l'orizzonte della psicoterapia, dei suoi metodi e delle tecniche e in questi orizzonti stiamo navigando ancora a vista.

Una preziosa similitudine di Hegel

La civetta, che vola dopo il tramonto del sole, è il simbolo della saggezza filosofica che compare quando il processo di una civiltà si è concluso, è la Nottola di Minerva. Insieme alla civetta si muove un altro animale simbolico, la talpa: è cieco, si nasconde sottoterra e vive scavando senza sapere dove stia andando.

Invisibile, apre percorsi e passaggi nella terra e rappresenta l'operare dello Spirito nel Sottosuolo, con la sua capacità di scuoterne la crosta.

Il terreno sprofonda quando la talpa ha operato lungamente, producendo dei cambiamenti che sembrano improvvisi ma si erano già sviluppati nella sacralità misteriosa in cui dimora *Zeigeist*, lo Spirito del Tempo. Adottando gli occhi della civetta si potrà vedere ciò che è stato compiuto dalla trasformazione profonda ed inconscia della talpa: per poter cogliere le modificazioni attuate dalla crisi epocale che stiamo vivendo.