

ANTONIN EYMIEU

Il Governo di se stesso - II

OSSESSIONE E SCRUPOLO

INDICE

INTRODUZIONE 5

Lo scrupolo e l'ossessione, definizione provvisoria. - Estrema frequenza della malattia. - Necessità del suo studio. - Divisione di questo lavoro. 5-9

PARTE PRIMA - L'IDEA OSSESSIVA

CAPITOLO PRIMO - I caratteri essenziali dell'idea ossessiva 13

La funzione dell'idea nell'ossessione. - Questa idea è complessa. - Essa si amplifica in una specie di sillogismo. - Minaccia le tendenze preferite appoggiandosi sui torse più futili. - È folle ma di una follia lucida. - Dissocia la coscienza. - È estranea al vero io, ove essa vive come parassita. - È irresistibile, ed al tempo stesso volontaria, - permanente - e soprattutto dolorosa. - Problemi da risolvere. 13-34

CAPITOLO SECONDO - Lo sviluppo dell'idea ossessiva 35

I. SFORZI PER RAGGIUNGERE LA CERTEZZA. - Impotenza del ragionamento ad illuminare il passato, il presente, l'avvenire; - impotenza della direzione, - dei procedimenti meccanici; - dei procedimenti morali: Patti, voti, espiazioni, ecc. - del partito più sicuro. II. RISULTATO DEGLI SFORZI: AGGRAVAMENTO DEL MALE. - L'impotenza persiste ed aumenta; - le associazioni morbose si moltiplicano; - tendenza all'allucinazione; - impulsi ad atti temuti. - Problemi da risolvere. 35-67

CAPITOLO TERZO - La degradazione dell'idea ossessiva 68

Definizione dei fenomeni degradati. - Gli uni si collegano ad una mania precisa: sono le manie intellettuali, - le fobie, i tic. - Gli altri non sono che agitazioni diffuse. - Loro caratteri comuni. - Origine di questi fenomeni. - Come si ricollegano alla ossessione. - Problemi da risolvere. 68-78

PARTE SECONDA - L'OSSESSIONATO

CAPITOLO PRIMO - L'autoritratto dell'ossessionato 81

Impotenza ed incompiutezza nelle idee: difficoltà della messa in moto, cattivo funzionamento, cattivi risultati. - Negli atti: difficoltà della decisione, cattiva qualità dell'esecuzione, scontentezza di fronte al risultato. - Nei sentimenti: gioia impossibile, torpore, bisogno di eccitazione. - Alterazione dell'io. - Problemi da risolvere. 81-93

CAPITOLO SECONDO - Le reali insufficienze dell'ossessionato 94

Non tare, ma insufficienze.

I. Dal punto di vista PSICOLOGICO: Insufficienza di volontà, l'adattamento alla realtà. - Apparenze bizzarre di queste insufficienze. - Problemi da risolvere.

II. Dal punto di vista FISIOLOGICO: le insufficienze sono più o meno apparenti. - Esse si

riassumono nei sintomi neurastenici. - Frequenza dei mali di capo e dei disturbi della digestione. - Problemi da risolvere. 94-106

CAPITOLO TERZO - Gli antecedenti dell'ossessionato 107

Vi sono ossessionati occasionali. Qualche esempio. Cause determinanti. - La maggior parte sono predisposti da loro antecedenti, soprattutto dall'eredità e dall'educazione. - Le cause determinanti si riducono ad un aumento di bisogni e ad una diminuzione di forze. - Problemi da risolvere. 107-118

PARTE TERZA - LA TEORIA DELL'OSSESSIONE

CAPITOLO PRIMO - Esposizione della teoria 121

Primo abbozzo della teoria. - La sua esposizione precisa poggia su due ipotesi:

I. LA TENSIONE PSICOLOGICA. - Nozione sommaria. Tentativo di precisazione: La teoria dell'energetica; riserve da fare. - L'energia vitale è una potenza di unificazione. - Il grado di questa unificazione esprime la tensione vitale, che noi chiamiamo psicologica quando rende possibili gli atti coscienti. - Le oscillazioni della tensione vitale: essa è in ragione inversa della quantità di lavoro, ed in ragione diretta della vita in atto.

II. LA GERARCHIA PSICOLOGICA. - Essa deve essere stabilita dal punto di vista della difficoltà relativa degli atti da eseguirsi. - Scala proposta da Janet. - Aggiunte e precisazioni necessarie. - La complessità dell'atto costituisce l'elemento principale della difficoltà. Come queste due ipotesi bastino alla teoria. 121-144

CAPITOLO SECONDO - Soluzione dei problemi 145

I. PROBLEMI INCONTRATI NELLO STUDIO DELL'IDEA OSSESSIVA. - L'impotenza a cogliere la certezza: perché si riferisce soprattutto a ciò che sta a cuore? Alla religione o alla morale? E talvolta a tutti i desideri dell'ossessionato? - Perché questa impotenza aumenta con gli sforzi? - Perché le allucinazioni e gli impulsi non giungono sino al limite? - Perché l'idea ossessiva si sviluppa in fenomeni degradati?

II. PROBLEMI INCONTRATI NELLO STUDIO DEGLI OSSESSIONATI - Come si spiegano: l'origine dell'ossessione nei malati occasionali e nei predisposti? - Le insufficienze fisiologiche e psicologiche (in particolare nella memoria, l'abulia, l'emozione)? - I sentimenti di incompiutezza e d'impotenza? - Osservazioni sulla funzione dell'intelligenza, dell'età, del sesso, della condizione sociale e delle abitudini contemporanee, nell'ossessione. 145-162

CAPITOLO TERZO - La diagnosi e la prognosi 163

Utilità di questo capitolo.

I. LA DIAGNOSI. - Come distinguere l'ossessione dalla tentazione, - dalla follia, - dalla neurastenia, - dall'isterismo, - dall'epilessia. - I casi misti. - L'ossessione conduce alla follia?

II. LA PROGNOSI. - La guarigione è difficile, impossibile anzi senza un soccorso dall'esterno; ma è possibile con questo soccorso. - Perché? Sino a qual grado? - Essendo possibile, dev'esser tentata. 163-186

PARTE QUARTA - IL TRATTAMENTO

CAPITOLO PRIMO - Il metodo 189

I. METODI INEFFICACI: L'ipnosi e la suggestione sono impossibili. Sarebbero inefficaci. Potrebbero esser nocivi. - La persuasione riesce tanto meno quanto più la malattia è grave.

Essa può essere utile, ma è insufficiente.

II. METODO NECESSARIO: La direzione; collaborazione del malato e del suo metodo.

FUNZIONE DEL DIRETTORE: Ispirare la confidenza. - Il malato ne sente il bisogno, ma vi incontra delle difficoltà. - Essa è indispensabile al direttore. Egli deve conquistarla con la sua competenza (qualche procedimento) e con la sua bontà (qualche osservazione). -

Esigere l'obbedienza: fermezza necessaria.

FUNZIONE DEL DIRETTORE: Obbedire, unico mezzo di guarigione. - Voler guarire. Egli vorrebbe: occorre che voglia. - La sua tendenza preferita non ha nulla da perdersi; essa ha tutto da perdere se egli non guarisce. 189-215

CAPITOLO SECONDO - Per diminuire la difficoltà 216

Ossessione e scrupolo. - Trattamento più particolare dello scrupoloso. - Occorre semplificare i fenomeni troppo difficili.

I. SEMPLIFICAZIONE DELL'IDEA OSSESSIVA: non si può dissociarla: come semplificarla? - Il principio sufficiente e necessario: la sua formula e la sua portata. - Sua legittimità. - Sua efficacia. - Sue applicazioni. - Casi estremi in cui il suo uso è impossibile. Soluzione transitoria.

II. SEMPLIFICAZIONE DELLE ALTRE DIFFICOLTÀ: nelle idee: sopprimere certe idee false. Ridurre certe idee troppo complesse. - Nei sentimenti: sopprimere i desideri irrealizzabili dall'uomo. - Ridurre i sentimenti irrealizzabili dal malato. - Negli atti: sopprimere gli atti inutili. Rendere possibili gli atti utili o necessari. 216-255

CAPITOLO TERZO - Per rialzare la tensione 256

Occorre aumentare l'energia vitale utilizzabile. Vi sono due mezzi:

I. EVITARE GLI SPRECHI: Il soverchio affaticamento spreca l'energia vitale. Gli ossessionati sono degli affaticati eccessivi. - Misure preventive: ridurre i consumi. Nell'attività fisica, evitare la fatica, la stanchezza; nelle idee, evitare lo sdoppiamento del pensiero, le rimuginazioni, le idee troppo continue; nei sentimenti, evitare le emozioni, soprattutto le emozioni anormali; nel genere di vita, evitare le situazioni troppo difficili. - Misure riparatrici: il riposo, il sonno, le distrazioni, l'isolamento, la cura fisiologica.

II. AUMENTARE IL CAPITALE: La vita è una potenza d'unificazione. Occorre aumentare questa potenza. - Il mezzo: l'attività. Questa attività, per unificare, deve adattare le funzioni in ritardo. Per adattarle, deve svilupparle. Prendere il malato dove si trova. Graduare gli esercizi. - Qualche procedimento: esercizi coscienti, volontari, di concentrazione, d'attenzione, di sforzo, di decisione. Riassunto: - Funzione dei sentimenti. Quelli che stimolano, quelli che fortificano. - L'ideale. - Conclusione. 256-305

INTRODUZIONE

Lo scrupolo e l'ossessione, definizione provvisoria. - Estrema frequenza della malattia. - Necessità del suo studio. - Divisione di questo lavoro.

Lo scrupolo - dal latino *scrupulus*, piccolo ciottolo - ha designato, da una prima derivazione molto prossima alla sua etimologia, un minuscolo peso sotto il quale non potevano inclinarsi che le più sensibili bilance; esattamente era la ventiquattresima parte dell'oncia. Trasposto in senso morale, lo scrupolo sarà dunque una ragione minuziosa, una sfumatura appena percettibile di cui possono preoccuparsi solo le coscienze più delicate. E in questo senso che si dirà: «Questo scrupolo vi fa onore»; o inversamente: «È un uomo senza scrupoli». E infine, con un modo abituale del linguaggio, passando dalla causa all'effetto e riservando il termine per il grado estremo, si intende per scrupolo - ed è oggi il senso ordinario - un'inquietudine, un tormento della coscienza per motivi futili, irragionevoli, una paura esagerata, malata, di male morale.

Ma anche il male fisico, reale o presunto o immaginario, un male qualsivoglia può far paura e nutrire, in certe circostanze, delle irragionevoli inquietudini. Ora queste inquietudini presentano gli stessi caratteri, provengono dalle stesse cause, si sciolgono con

5

lo stesso trattamento, sia ch'esse affliggano la coscienza morale, sia ch'esse affliggano la coscienza semplicemente detta, cioè la coscienza psicologica (che comprende la prima ma è più ampia). È opportuno, per conseguenza, riunirli in uno stesso studio e trovare un termine che li esprima tutti. Adottiamo quello che comincia ad esser consacrato dall'uso, almeno nella letteratura medica, e che d'altronde ci pare scelto abbastanza convenientemente: l'ossessione.

È vero che questo termine si usa sovente per designare un fenomeno semplicissimo che non presenta se non una lontana analogia con lo scrupolo: se per esempio un'aria musicale ci ritorna nostro malgrado ad ogni istante, noi diremo che ne siamo ossessionati. Si tratta, in questo caso, di un'ossessione senza angoscia, sgradevole ma non dolorosa. Nella pienezza del suo senso etimologico - dal latino *obsessio*, *obsidere*, porre l'assedio - l'ossessione comprende questo primo carattere, ma non solo; essa esprime al tempo stesso l'angoscia che ci coglie nostro malgrado e ci travaglia, quelle idee folli e dolorose, quanto tenaci, che ci tormentano e di cui non sappiamo più sbarazzarci. È in questo senso pieno che prendiamo il termine ed intendiamo designare con questo il fenomeno dello scrupolo che si estende ad un qualsiasi punto della coscienza psicologica; mentre lo scrupolo propriamente detto sarà un caso particolare dell'ossessione così intesa, un'ossessione in riferimento alla coscienza morale.

Dopo un lungo andar tentoni, la medicina comincia a riconoscere, sotto le diverse forme dell'ossessione (intesa nel senso ora chiarito), una malattia di cui ci si sforza di fissare i caratteri e intravedere i rimedi. Ma gli psicologi non sembrano sin qui aver prestato grande attenzione a questa discussione, e

6

quello che si chiama gran pubblico vi resta completamente estraneo.

Si tratta tuttavia di una malattia estremamente dolorosa che affonda il suo aculeo al di là della carne, nell'intimo dell'essere; d'una malattia estremamente frequente che non risparmia, è il caso di dirlo, «né il sesso né l'età», né poveri né ricchi, né ignoranti né intellettuali. Dal complesso delle osservazioni raccolte sino ad oggi pare che le alte classi vi siano più soggette che le povere (1), le persone intelligenti più che le intelligenze comuni (2), le donne più che gli uomini (3), e che, se i primi sintomi si manifestano generalmente nella giovinezza, la malattia raggiunge ordinariamente la sua massima intensità nella pienezza dell'età, tra 20 e 40 anni (4). La nostra epoca infine vi pare più soggetta che quelle precedenti. Se, attraverso gli scritti biografici, ascetici e morali, veniamo a conoscenza dell'antichità della malattia, questa ci è presentata come un fenomeno accidentale (5); mentre fra noi essa è estremamente frequente. «In un periodo di circa 10 anni, rivelano Pitres e Régis (6), abbiamo potuto raccogliere per parte nostra almeno 400 osservazioni». Janet offre una testimonianza analoga: «In pochissimi anni ho potuto molto facilmente riunire trecentoventicinque osservazioni di

(1) Cullerre, *Les frontières de la folie*, Paris, 1888, p. 64.

(2) Pierre Janet, *Les Obsessions et la Psychasthénie*, Alcan, Paris, 1903, I, p. 604.

(3) Janet (op. cit., pref. XI e p. 613) ha incontrato, nelle sue osservazioni, 230 donne contro 95 uomini. A. Pitres e E. Régis (*Les Obsessions et les Impulsions*, Doin, Paris, 1902, p. 216): 154 donne contro 96 uomini.

(4) Janet, 605 e sgg.; Pitres e Régis, loco citato.

(5) Vedasi qualche indicazione a questo riguardo in Faber, *Progressi dell'anima nella vita spirituale*, Torino, 1918, p. 269 e sgg.

(6) Op. cit., 215.

7

casi notevoli. Sotto la sua forma più volgare, la malattia deve essere enormemente diffusa e molto sovente è essa che si dissimula in quegli innumerevoli casi che si battezzano coi benigni nomi di nervosismo, di neurastenia» (7). I confessori, almeno nelle città, pur senza avere, forse, in così poco tempo una esperienza talmente ricca, non avranno troppa difficoltà, crediamo, a sottoscrivere questa valutazione.

Rincredisci che un fenomeno così frequente e così doloroso, lasci indifferente «il gran pubblico». I malati, almeno quando non sono troppo avanzati, e quelli che sono in pericolo di divenirlo, hanno ogni interesse a conoscere le manifestazioni e le cause di questa malattia per difendersene. I direttori di anime e i medici soprattutto rischiano di battere delle piste false e di fare ai loro assistiti un irreparabile male, se non pongono mente a degli indizi che non sono sempre molto evidenti ma che possono capovolgere la loro diagnosi. È facile al contrario - almeno relativamente facile - ispirare una grande confidenza e portare un miglioramento notevole e rapido, talvolta la radicale guarigione, appoggiandosi sulla teoria che noi stiamo per esporre.

Questa teoria ci è stata ispirata soprattutto dall'opera di Pierre Janet (8).

Anche se ci prendiamo abbastanza libertà con le sue dottrine, in maniera da salvaguardare la respon-

(7) Op. cit., 606.

(8) Op. cit., 2 voll. in 8 di 764 e di 543 pagine. Il secondo volume è scritto in collaborazione col prof. F. Raimond. I riferimenti al primo volume saranno indicati ormai come segue: J., I; i riferimenti al secondo volume: R. e J., II. - Noi indicheremo pure abbreviato (P. e R.) l'opera già citata di Pitres e Régis. Uno studio recente, la cui lettura riuscirà molto utile, è quello di J. Jerome, Lo scrupolo, 2 ed., Edizioni Paoline, Roma, 1956.

8

sabilità del nostro lavoro, pure è innegabile che noi attingiamo sovente da lui, come si vedrà dalle citazioni, per cui è doveroso riconoscere la sua parte che è considerevole. Se abbiamo utilizzato le nostre osservazioni o le nostre spiegazioni personali, ciò è stato molto spesso per confermare le sue piuttosto che per smentirle; e anche sui punti in cui ci scostiamo da lui, resta al suo attivo che gli dobbiamo l'idea direttrice di questo studio, quella che ha orientato le nostre riflessioni e senza la quale i dati raccolti dalla nostra esperienza sarebbero senza dubbio rimasti allo stato di caos (9).

Divideremo questo lavoro in quattro parti: studieremo successivamente l'idea ossessiva, l'ossessionato, la teoria che pare coordinare e spiegare i fatti ed infine il trattamento che la malattia esige

(9) Questa idea direttrice consiste nell'esigenza di cercare la spiegazione della malattia in una insufficienza della tensione vitale. Siamo stati tuttavia portati a concepire questa insufficienza in modo relativo, come si vedrà nella terza parte.

9

PARTE PRIMA

L'IDEA OSSESSIVA

L'idea ossessiva è una causa od un risultato della malattia? Ne è essa il fenomeno primo e fondamentale o, al contrario, l'ultimo sviluppo? Gli autori discutono su questo problema senza riuscire ad accordarsi. Ma, per il momento, poco ci importa: questa idea è un fatto che noi dobbiamo constatare e descrivere, prima di pensare alla teoria che lo spiegherà.

CAPITOLO I

I CARATTERI ESSENZIALI DELL'IDEA OSSESSIVA

La funzione dell'idea nell'ossessione. - Questa idea è complessa. - Essa si amplifica in una specie di sillogismo. - Minaccia le tendenze preferite appoggiandosi sui forse più futili. - È folle ma di una follia lucida. - Dissocia la coscienza. - È estranea al vero io, ove essa vive come parassita. - È irresistibile, ed al tempo stesso volontaria, - permanente - e soprattutto dolorosa. - Problemi da risolvere.

L'idea ossessiva pare talvolta che non abbia, al principio dell'ossessione, che una funzione appena percettibile.

Essa si riduce ad una vaga sensazione di malessere, di inquieto disagio, di un non so che di oscuro e minaccioso. Ma lo stadio è, in genere, presto superato, la paura si precisa, l'angoscia aumenta e l'idea pare rivelarsi come il suo fattore principale.

Dovremo discutere questa apparenza, ma è un fatto che l'idea riveste allora, nella convinzione del malato, una funzione preponderante.

È essa che assorbe la sua attenzione, che s'impone malgrado gli sforzi per scacciarla, che pesa su tutte le decisioni, su tutta la vita affettiva, su tutti i suoi atti; in una parola che lo ossessiona.

Questa idea non è un'idea semplice, una pura

13

rappresentazione mentale; ma, al contrario, un fenomeno che si rivela all'analisi come un insieme assai complesso. Vi si scopre subito, più o meno cosciente, un'idea generale, ma d'ordine pratico (1), sfociante in un giudizio, in una massima imperativa: «Bisogna far questo. Bisogna evitare quello»,

Per esempio: «Non bisogna arrossii e di fronte al pubblico; non bisogna ingrassare; non bisogna derubare i clienti; bisogna conservare la propria posizione sino alla pensione; bisogna esser sicuro d'esser amato; bisogna esser fedele al marito; non bisogna suicidarsi; bisogna esser puro ed evitare i cattivi pensieri; bisogna esser in stato di grazia; bisogna esser digiuno per comunicarsi; bisogna far bene le proprie confessioni; bisogna esser caritatevole nelle proprie conversazioni; bisogna

compiere il proprio dovere; bisogna salvarsi, bisogna tendere alla perfezione, ecc., ecc.». Tutto può esservi compreso, essendo l'uomo capace di amare tutto o di odiare tutto.

All'inizio, generalmente, molte di queste massime sembra che operino insieme, senza coesione, molestando l'ossessionato coi loro ordini bruschi e spesso bizzarri, nelle più disparate azioni: egli deve verificare senza fine se ha pagato i suoi fornitori o se gli è stato consegnato il resto esatto, se il suo colletto o il suo cappello è ben diritto, se non sbaglia l'ora del treno, se la lettera imbucata è ben caduta nella cassetta della posta, se la serratura è scattata, se la chiavetta del gas è ben chiusa, e così di seguito.

Ma quasi sempre queste diverse preoccupazioni, o almeno le massime d'ordine pratico che le coman-

(1) Non rientra nel nostro disegno insistere su questo carattere, poiché esso può facilmente dedursi dalla concezione che ora esporremo; ma si potrà vederlo stabilito direttamente in Janet, I. 55 sgg.

14

dano, si racchiudono abbastanza rapidamente in una sola o due o tre al massimo, che divengono il costante punto centrale di tutta la vita psichica. Ciò accade per *generalizzazione*: per esempio tutte le preoccupazioni che si riferiscono alla vita morale potranno riassumersi in questa formula generale che tutte le sintetizza: «Bisogna mirare al più perfetto» o: «Bisogna compiere il proprio dovere». Oppure per sostituzione: per esempio «bisogna credere» potrà sostituirsi alla preoccupazione di comunicarsi bene, di confessarsi ben, ecc.; poiché questo presuppone quello. O ancora per *derivazione*, quando l'attenzione, a forza di concentrarsi su un punto considerato principale, abbandona a poco a poco il resto

Ora, qualunque sia la formula che definitivamente prevale, essa ha di notevole che esprime sempre la preoccupazione dominante dell'ossessionato.

«Bisogna far questo». *Questo* è ciò cui egli tiene di più, il desiderio più radicato, non sempre nei suoi istinti, ma nella sua coscienza riflessa. - «Bisogna evitare quello». *Quello* è ciò che vi è per lui di più odiabile, di più mostruoso, il male dal quale egli si preoccupa di difendersi maggiormente (2).

Quando, anziché una formula imperativa, ve ne sono due o tre - il che capita come abbiám detto piuttosto raramente - può farsi la stessa constatazione: esse esprimono sempre, in due o tre ordini differenti, la preoccupazione dominante. Per esempio, l'una riassume le preoccupazioni di santità, l'altra le tendenze sentimentali, la terza le tendenze morali, sotto forma di desiderio o di paura, di odio o di amore.

E se questo odio o questo amore, per una causa qualsiasi, si sposta, aumenta o diminuisce, l'osses-

(2) Vedasi J., I, 59, 60, 64, 584, ecc.

15

sione fa lo stesso: «La mia vita, ci dice Zo (3), è sempre oscillata fra questi due poli: il cuore e l'orgoglio. Quando il cuore è pieno e preoccupato, non ambisco più la soddisfazione dell'amor proprio», e le ossessioni che si raggruppavano attorno a lui si trovano soppresse. «Quando soffro nelle mie affezioni, al punto di desiderare di liberarmene, l'orgoglio riprende il sopravvento e rimprovera il cuore delle sue debolezze; e non ho più un solo scrupolo che colpisca l'oggetto delle mie affezioni e la mia sensibilità», Analogamente, tante fanciulle assai desiderose di purezza costatano con dolore che ciò che esse chiamano le loro tentazioni - e che è semplicemente una raffica di idee ossessive - si scatena più impetuosamente il mattino della loro comunione. Questo avviene perché il loro desiderio di assoluta purezza è divenuto più vivo.

Una massima imperativa, basata su ciò che si ama o si odia di più, ecco ciò che si trova al fondo dell'idea ossessiva.

Ma, nella maggior parte dei casi, questo odio o questo amore è ben collocato, questa massima è saggia o anzi necessaria. Dove sarà dunque il carattere irragionevole, malato, che abbiamo segnalato, definendo lo scrupolo e l'ossessione?

In seguito ne parleremo, poiché noi abbiamo finora solo un elemento dell'idea ossessiva, Ma questo elemento ben presto richiamerà gli altri; questa mas-

(3) Come la maggior parte degli autori, indicheremo i soggetti delle nostre personali osservazioni con lettere dell'alfabeto, ma senza farle seguire da puntini, per distinguerle a prima vista dalle citazioni riferentisi agli autori. Il testo ci sarà fornito da memorie che abbiamo chiesto ai nostri «soggetti» (gli uni guariti, gli altri ancora ammalati) o da lettere ricevute durante la preparazione di questo lavoro e di cui siamo autorizzati a servirci, almeno per tutte le testimonianze a riprodurre le quali vi sarebbe stata, senza ciò, una certa indiscrezione.

16

sima, una volta posta nella coscienza, serve da punto di partenza ad un ragionamento, da *maggiore* a un sillogismo la cui *minore* è irragionevole. «Bisogna confessare tutti i propri peccati», ci si dice. E va bene; ma si aggiunge: «Forse non ho detto tutto». Questo *forse* non si fonda su nulla. Si è detto tutto ciò che bisognava dire; si è fatta, si è rifatta molte volte la propria confessione con la preoccupazione di esser sinceri. Un uomo normale avrebbe la convinzione che egli ha fatto, in questo senso, molto più del suo dovere. Lo scrupoloso non può sbarazzarsi di questo forse. «Bisogna rispettare le ostie consacrate», si dice F. Benissimo; ma aggiunge: «Ecco, nella strada, qualche cosa di bianco; è forse

un'ostia: devo forse andare a cercare un sacerdote ed avvertire i passanti di fare attenzione». «Non bisogna esporsi al pericolo di peccare, si dice Z. E questo è giusto; ma a proposito di tutto, d'uno sguardo, d'un gesto, d'un passo da compiere, d'un morso da dare in un pezzo di pane, d'una parola da dire, d'un respiro da tirare, essa si arresta ansiosa: «Vi è forse un peccato, o un pericolo di peccare», «Non bisogna inghiottire spilli, dice una malata di Pitres e Régis, e devo impedire a mia figlia di inghiottirne». Ma aggiunge: «Io ne ho forse inghiottiti; mia figlia ne ha forse inghiottiti»; e verifica il numero degli spilli impiegati nel suo vestire. ed obbliga sua figlia a fare altrettanto (4). «Non bisogna uccidere i propri figli», dice una madre che li ama d'altronde con passione; ma aggiunge: «Io ho forse voluto ucciderli; se guardo questo coltello è forse perché ho voglia di ucciderli» (5).

(4) 51.

(5) R. e J., II, 436-437. ecc. Un caso analogo, citato da P. e R., 110. ecc.

17

E gli esempi potrebbero venire a centinaia mostrando, negli ossessionati, il sillogismo fatale, più o meno in forma (6), ma sempre giustapponendo ad una ragionevole maggiore una minore assurda, mettendo di fronte ad una massima generalmente perfetta, un angoscioso ed insignificante *forse* pratico. È in questo insieme, in questo sillogismo che sembra scattare automaticamente, che consiste l'essenza dell'idea ossessiva. Per uno strano fenomeno, la cui spiegazione ci dovrà essere fornita dalla psicologia, l'ossessionato si trova assalito da dubbi, condannato a non essere mai sicuro, e per di più nelle questioni che più gli stanno a cuore. E può arrivare al punto in cui tutte le sue preferenze, tutti i suoi voleri partecipino dello stesso triste privilegio. Basterà che desideri una cosa perché, nel contempo, i *forse* più fantastici intervengano per rendergliela ripugnante o mostrargliela vietata (7).

(6) «Io ho idee mostruose, scrive G, che mi passano per il capo, concernenti la virtù che io amo sopra ogni cosa, e tutto il mio terrore è di consentirvi». È così, in generale, che l'ossessionato si esprime; ma si vedono, in questa testimonianza, gli elementi che noi abbiamo sin qui esaminato, e non sarebbe difficile mettere il sillogismo «in forma».

(7) «Io tengo alla tal cosa, dice A: è innocente, è ottima, è perfetta». Sì, ma il secondo io entra in gioco: «Che cosa potrebbe mettersi a intralciare il mio desiderio? - Ed ecco una rievocazione di cose mostruose, atroci, di combinazioni d'idee o di sentimenti spaventosamente complicati, ecc.». B ha molta ripugnanza a confessarsi a un sacerdote che non è il confessore abituale e che conosce tutta la famiglia: «Immediatamente l'immaginazione decuplica queste ripugnanze, mi mostra le peggiori conseguenze per il mio amor proprio, investiga il passato per farmi vedere ciò che vi sarebbe di più sgradevole non precedentemente accusato. In

particolare, essa mi ricorda un vecchio fallo anteriore alla mia prima comunione, che forse non ho saputo confessare bene allora; mai mi sono sognato di ritornarvi. Perché mi ritorna? Unicamente perché devo confessarmi a questo sacerdote e che mi è terribilmente penoso dirglielo». E quanti, per la stessa ragione, al momento in cui si confessano, sono invasi da pensieri malevoli verso il loro confessore e si credono obbligati di dirglielo, o sentono la loro confidenza scossa a proposito di tutto o anche a proposito di nulla, precisamente perché essi ci tengono e vogliono appoggiare sui suoi consigli tutta la loro condotta! Rispondendo a K, io termino un giorno una mia lettera con queste parole: «Addio, mio caro amico», ecc. Immediatamente, egli mi risponde con una lettera afflitta supplicandomi di non abbandonarlo ancora. Gli era parso che questo addio poteva essere un modo di prender definitivamente commiato.

18

Ma quand'anche i suoi desideri secondari sfuggano a questa prova, il desiderio dominante, la tendenza preferita scatenano sempre, nella sua coscienza, il turbine dei dubbi e delle folli paure. Gli pare di aver tradito questa tendenza nel passato, di comprometterla nel presente, che l'avvenire la minacci, che forse s'impongano riparazioni, precauzioni, condizioni; e sono ben presto, almeno nei casi gravi, gli atti più bizzarri, i più paventati, i più ripugnanti che appaiono, forse, come indispensabili.

Ma vi è sempre un *forse*, che passa dalla minore alla conclusione pratica, un forse assurdo, angoscioso e tenace. Esso pure è essenziale. Se esso manca, vi è errore o verità, secondo il caso; non vi è idea ossessiva (8). Se esso non è assurdo, vi è delicatezza di cuore o di coscienza a tenerne conto (9). Se esso non è angoscioso, se si passa oltre senza difficoltà, è ra-

(8) «Quando con un fermo giudizio, si vede un peccato ove non vi è punto, per esempio, quando qualcuno che ha calpestato per caso due pagliuzze in croce giudica aver commesso un peccato e non ne dubita: vi è là un errore di giudizio, non vi è, a vero dire, uno scrupolo» (Sant'Ignazio, *Exercitia Spiritualia*, Ad sentiendos et dignoscendos scrupolos, prima nota).

(9) «Non dicesi rettamente scrupoloso chi teme ed ama Dio con una precisione anche minuta, cioè chi studiasi di evitare ogni peccato veniale ed ogni imperfezione. I sentimenti filiali di tali persone e la tranquillità della loro sollecitudine per la perfezione dimostrano che esse non sono scrupolose nel cattivo senso», Faber, op. cit., p. 277.

19

gione o indifferenza. Se non è tenace, se svanisce alla prima riflessione o su una testimonianza autorevole, è un errore che si dissipa (10). In tutti questi casi, non vi

è idea ossessiva. Il dubbio essenziale all'ossessione è contemporaneamente tenace, angoscioso e assurdo.

Assurdo al punto che non affiorerebbe in una coscienza normale; o che se, per caso, esso l'impressionasse un istante, non potrebbe impiantarvisi. Sarebbe immediatamente respinto dall'insieme delle altre costatazioni, dalle altre idee registrate dalla coscienza ed organizzate in questa sintesi larga e solida che costituisce il *buon senso*. La sintesi non sarà scossa dall'urto di questo fatto nuovo senza valore, da questo forse immediatamente riconosciuto come assurdo, ed essa non lascerebbe alcuna fessura per cui esso possa introdursi e prendervi dimora.

Presso l'ossessionato, al contrario, il *forse* s'impone; per futile che sia, il fatto nuovo scuote l'organizzazione della coscienza, la turba, la disgrega più o meno per farvisi posto, e vi resta, malgrado gli sforzi per espellerlo, agitando dinanzi allo spirito per ore, o giorni, o mesi, o anni, questo assurdo ed inesorabile *forse*.

Ecco dunque dove il ragionamento dello scrupoloso riveste un carattere malato, anormale, irragionevole. Non è affatto, in generale, a causa della convinzione con cui accetta la maggiore, ma per l'importanza che egli annette alla minore; non è il principio che è pazzo, ma l'applicazione che ne viene fatta; e, in tutti i casi, anche se gli spiriti più sani possono

(10) «La coscienza scrupolosa è quella che, per futili motivi, senza ragionevole causa o fondamento, è sovente *angosciata* (formidat) dalla paura del peccato là ove non c'è affatto» (S. Alfonso de Liguori. l. I, n. 11).

20

esser traversati da idee folli, ciò che distingue l'ossessionato dal normale, è che questi, alla luce del suo buon senso, fa svanire il fantasma o lo disprezza, mentre l'altro ne subisce l'assillo e se ne tormenta.

Non è che egli manchi di buon senso e che sia realmente pazzo. «La mia coscienza, ci scrive K, all'infuori delle ossessioni contro le quali lotta disperatamente, mantiene il suo normale funzionamento». E lo dimostra con le sue lettere e le sue opere, infatti è uno scrittore. L'insieme di questi malati dà una impressione analoga. «Dopo averli molto frequentati, ho l'impressione che essi siano superiori alla media intellettuale delle persone normali prese a caso» (11). Essi giudicano con molto buon senso, quando la loro ossessione non è in gioco, e danno agli altri eccellenti consigli.

Ma, si dirà, ciò si riscontra anche presso i pazzi maniaci, all'infuori della loro idea fissa. Questo è possibile, ma il pazzo crede alla sua idea fissa, ed il suo buon senso, quando lo conserva, non si estende sino ad essa. L'ossessionato conosce la sua follia, è un pazzo lucido (12).

«Egli ha piena coscienza del proprio stato» (13), e ne ha vergogna, per cui si preoccupa di nascondere agli altri. Ostenta talora, per riuscirvi, uno spirito molto disinvolto, al punto di scandalizzare coloro che si lasciano prendere dal suo gioco e si prende gioco persino dei casi simili al suo. Avendo esposto la nostra teoria, illustrata da numerosi aneddoti di fronte ad un uditorio in cui si trovava un certo numero dei

(11) l. 1. 356.

(12) Certi autori definiscono appunto questa malattia la «follia lucida». È, per esempio, il titolo dell'opera di Trélat, 1861.

(13) Cullerre, op. cit., 65, 71. sgg.

21

«nostri malati», abbiamo osservato che nessuno rideva con più vivacità, o almeno con più ostentazione di loro. Nel fare le loro confidenze verificano se le porte sono ben chiuse, domandando se qualcuno possa udirli. Se si alza il tono di voce, ripetendo loro, per la centesima volta, di stare tranquilli, supplicano di far attenzione a parlare più piano. In società essi simuleranno, se occorre, ignoranza per spiegare il mutismo imposto dalla loro ossessione, o un'agitazione nervosa per spiegare i loro gesti incontrollati. In breve, essi non vogliono che si possa immaginare la loro preoccupazione. «Io voglio, ci dice o, che nessuno ne sospetti. Mi domino nell'esteriorità, e spesso, quando ho l'aria più briosa, è allora che soffro di più all'interno». T, una ragazza gravemente colpita, ci ripete sempre, dopo l'esposizione delle sue angosce: «Ho almeno una gioia, una sola: che nessuno sospetta nulla».

Peraltro spesso ripetono, frammezzo alle loro confidenze, e talvolta torcendosi le mani, e contraendosi dalla disperazione; «È pazzesco! è pazzesco! ma non posso disfarmene». Quegli stessi che insistono di più per essere presi sul serio; che con più perseveranza affermano la loro colpevolezza, quando sono stati rassicurati, con l'aggiunta che la loro confessione non può più influenzare la soluzione del loro caso, vi dicono come H: «In fondo, non mi avrebbe stupito e desolato colui che mi avesse detto che ero colpevole?». Altri che si accusano di ogni specie di colpe, se domandate loro: «Ma siete sicuri di tutto questo?», risponderanno con un'esclamazione che non hanno fatto in tempo a trattenere: «Ma no, e spero bene che non vi crediate una parola».

La prova infine che essi si rendono conto, è che i più malati, coloro che, a corto d'espediti, si decidono a rivolgersi al medico, non si rivolgono, come

22

sottolinea Janet, che al medico alienista (14).

Questa lucidità permanente, attraverso l'idea pazza, è caratteristica dell'ossessione. Essa vi si ritrova sempre, più o meno latente, più o meno dissimulata, soprattutto dal linguaggio dell'ossessionato che, esponendo il proprio caso, vi si scaglia contro; ma essa esiste e, per poco che la si cerchi, la si trova.

Presso il pazzo, al contrario, l'idea assurda è pienamente accettata, senza reticenze. Essa è assimilata, per così dire, dall'io e ne è assorbita, come il nutrimento assimilato s'assorbe nel sangue e diviene parte integrante dell'organismo; o anche, quando si tratta dell'idea fissa delirante, è essa che assorbe e confisca l'io e presiede alla sua ulteriore evoluzione, accogliendo ed assimilando tutto ciò che la favorisce, respingendo e negando come falso tutto ciò che la contraddice. In tal modo essa si infinge sempre più sotto la spinta di ogni esperienza, il «chiodo» si affonda e non si muove più. Esso è fisso veramente, e la coscienza, armonizzata a modo suo, resta in pace.

Anche presso l'isterico, l'idea assurda, quando la suggestione riesce, si stabilisce senza resistenza, senza scosse, senza frattura, in piena pace, assimilata dall'io o confiscandolo a suo profitto. La sola differenza col pazzo consiste nel fatto che questo io resta fragile e mutevole.

L'ossessionato, al contrario, reagisce. L'idea assurda penetra più o meno nel suo io scosso dall'emozione di angoscia; ma egli la respinge, tende ad organizzarsi all'infuori di essa, insorge e trepida sotto la scossa. È impotente a difendersi, e per ciò si distingue dall'uomo normale, conserva, a malincuore, la sua follia. Ma egli lotta, e per ciò si distingue dall'isterico e dal pazzo. È un pazzo lucido.

(14) I, 86.

23

Da questo doppio fenomeno derivano due altri: la dissociazione di coscienza e il parassitismo.

La dissociazione deriva dalla necessità in cui si trova il malato, di vivere, comunque sia, la sua vita sociale d'accordo con il suo buon senso, mentre si dibatte in segreto con le folli paure. Da ciò due correnti d'idee divergenti: l'una, per la vita esteriore ed ufficiale, per far fronte ai doveri professionali, per piegarsi alle circostanze, per mescolarsi alla società, alla conversazione; l'altra, per la propria vita segreta che non ha tregua, per esorcizzare perpetuamente i propri fantasmi, per «farsi dei discorsi», come dice Za. Egli finisce, così, per costituire due sistemi mentali, come due io che evolvono separatamente e che si fatica assai a raffrontare senza perderli di vista. È l'io tormentato che gli dà le maggiori preoccupazioni e che l'assorbe al punto di fargli talora dimenticare l'altro. «Buongiorno signorina» dice ad una ragazza un anziano signore. «Buongiorno signore», gli risponde la ragazza. L'io normale ed ufficiale, dimenticato, abbandonato, non ha avuto il tempo di riprendersi e, come nella coscienza vuota del catalettico, la risposta è scaturita sotto

il colpo di brutta sensazione delle parole udite. «Io sono assorbito, ci dice A, al punto di dimenticare atti materiali fatti in pubblico, nello stesso istante; per esempio, se mi son servito o meno di questa vivanda o se ho sorbito la mia tazza di caffè. Occorrono le reiterate assicurazioni dei presenti per convincermene».

Sono casi estremi e non si verificano che a tratti improvvisi. Generalmente il malato porta, disagevolmente, i suoi due io congiunti contemporaneamente. «La mia esistenza si sdoppiò, ci dice F, in una vita esteriore in cui mi conduco come tutti, ed in una vita segreta in contraddizione con l'altra di cui essa inaridisce le energie. Io vivo da allora come se avessi un

24

occhio aperto e l'altro chiuso (aperto all'interno), e vado avanti a tentoni e pressappoco». Sono afflitto «da due personalità, sospira Gi, e la divisione è dolorosa. Sarebbe un piacere per me prendere un coltello e togliere quella delle due parti che è di troppo sulla stessa persona».

Sfortunatamente, questa operazione non è facile, e la parte che è di troppo, anziché lasciarsi operare, va invece a dissociarsi ancora a sua volta; infatti, nell'io costituito attorno all'idea ossessiva, l'idea pazza attira la coscienza a sé ed il buon senso cerca di disputargliela. Né il buon senso vince, né l'idea pazza; ma né l'uno né l'altra cedono. Ed è allora soprattutto, perché è nell'intimo e senza tregua, che i malati sentono al vivo «lo squartamento»; è soprattutto di ciò che essi si lagnano, quando accusano in se stessi, sotto mille forme più o meno pittoresche, due io di cui l'uno s'azzuffa con l'altro.

Ma non bisogna prenderli alla lettera. Questo sdoppiamento non va mai sino al limite, fino a realizzare la frattura fra le due personalità ed a costituire uno «stato secondo», un io avventi zio completamente costituito al di fuori dell'io normale. L'ossessionato conserva, al ritorno della calma, il ricordo della crisi e, nella crisi stessa egli sa, sente che i diversi io che si oppongono e si azzuffano appartengono, in fondo, allo stesso individuo; se egli può lasciarsi assorbire dall'uno a spese dell'altro, ritrova l'altro quando vuole, sminuito ma persistente.

Per esser esatti, non bisogna dunque parlare di sdoppia mento dell'io; vi è una dissociazione più o meno accentuata fra l'io ufficiale e l'io segreto, ma che non giunge mai sino alla frattura, quasi a costituire due io sdoppiati, estranei l'uno all'altro; e vi è nell'io segreto l'intrusione dell'idea pazza che non

25

lo dissocia come si trattasse di un colpo fendente (15), ma come un parassita che vi penetra e lo rode.

Infatti questa idea che l'io respinge, ma che trova, nonostante tutto, il mezzo per penetrarvi, mantenersi, svilupparvisi - con i ricordi, le immagini, le sensazioni che essa attira a sé e che s'incorpora - si stabilisce nell'io come il parassita nella pianta e a spese di questa. Essa si fa una vita per sé, una specie di io ridotto, non separato

dall'altro sul quale resta piantato, ma differente, al punto d'essere opposto alle sue aspirazioni più profonde e più deliberate. Ciò che l'io normale ama soprattutto, ciò che vuole realizzare a prezzo di ogni sforzo e di ogni sacrificio, ciò che costituisce l'ideale della sua vita, è proprio quanto viene contrastato dall'idea parassita. Al credente che ama appassionatamente la propria fede, essa suggerisce continue obiezioni; alla fanciulla pura, pensieri osceni; alla madre appassionata dei suoi figli, idee infanticide. Essa suggerisce che il male più temuto va fatto o che è stato fatto. Il vero io si ribella contro questo male e protesta contro questa suggestione; ma la suggestione, se non può invaderlo completamente, persiste tuttavia installata in lui, vivendo di lui, ed esso è condannato a nutrire colla propria sostanza il parassita che lo debilita e l'avvelena.

L'idea ossessiva è inoltre *irresistibile*. Ma, cosa strana, essa è tuttavia voluta. «Il soggetto pretende però che l'idea venga di per se stessa, che essa persista benché non faccia nulla per conservarla, benché desideri ardentemente la sua scomparsa. In realtà egli ci inganna ed inganna se stesso. Lisa vuole essere

(15) La paura brusca può dissociarlo per un momento come dissocia ogni coscienze. Vedasi il nostro volume: *Le grandi leggi*, Edizioni Paoline, Roma 1958, primo principio, capitolo III, G.

26

curata e guarita, e tuttavia ella è agitatissima al pensiero che potrebbe essere ipnotizzata. Il fatto è che ha paura che, durante il sonno ipnotico, si cancelli completamente la sua ossessione, perché ella in fondo ci tiene e vuole sacrificare solo "ciò che essa ha di esagerato". Quando sta realmente meglio e l'idea ha tendenza a cancellarsi, "bisogna ch'ella cerchi di ripensarvi per essere tranquilla, non può decidersi a non più pensarvi". In realtà, mentre mi sforzo di cancellare le sue idee, ella fa "uno sforzo terribile per non perderle e non può non esser felice quando io non riesco". In un leggero stato ipnotico che si determina in lei e di cui riparlerò, io cerco di contraddire le sue idee fisse, di dissociarle, di modificarle. Ciò provoca crisi di resistenza eccessivamente curiose. Ella s'allontana da me con orrore, si irrigidisce in una serie di contrazioni, stringe i denti per non ripetere le parole che le suggerisco» (16).

Tutti i direttori d'anime conoscono questi fenomeni di resistenza. Lo scrupoloso si affligge quando si sente guarire, si tormenta di non tormentarsi più. Bisogna dunque concludere che «la permanenza dell'idea non è, presso gli scrupolosi, un fatto così automatico come presso gli isterici; esso risulta da uno sforzo permanente per mantenere l'attenzione su una stessa idea» (17).

Ma ecco ciò che è strano. Perché essi vogliono mantenere il delirio che riconoscono e che respingono? Come può questa idea, allo stesso tempo, essere volontaria ed irresistibile?

Ci pare che la spiegazione si trovi in quella complessità dell'idea ossessiva che abbiamo constatato in un primo tempo. Essa non è una semplice rappresen-

(16) J., I, 69.

(17) J. I, 70.

27

tazione mentale, né un semplice giudizio; ma tutto un sillogismo più o meno esplicito. Il dubbio assurdo che pesa sulla minore, ecco che cosa è involontario e contro cui tutti gli sforzi si accumulano; ma la massima che costituisce la maggiore è voluta; e precisamente questo volere ardente, questo amore, rende irresistibile la preoccupazione di chiarire il dubbio invece di scacciarlo. Il buon senso dice sì che è da scacciarsi; ma se per caso ci si ingannasse, sarebbe compromettere se stessi, coi propri atti (18), ciò a cui si tiene di più. «Quando mi arresto un momento, ci dice Za, una giovane fanciulla, dal pensare alle mie idee, di fare sforzi di spirito per risolverle, di farmi i miei discorsi, mi pare di cadere nello scetticismo, nell'indifferenza». «Io sono preso, ci dice G, da scrupoli insensati che mi è di molto peso dire, ma che per nulla al mondo vorrei tacere, per timore che siano errori». «Se io osassi, ci ripete F continuamente, in una forma più colta, se io osassi, romperei questa solidarietà che stabilisco fra il dovere e questo *forse* assurdo, per liberare la mia natura da tutti questi *impedimenti*; ma ho timore di romperla nello stesso tempo anche con il dovere, sia che stabilisca lui stesso più o meno questa solidarietà, sia che la reazione venga a sorpassarne lo scopo e mi faccia andare da un estremo all'altro ... Se io osassi sarei ben presto liberato; solamente, non vorrei acquistare questa liberazione a prezzo d'un peccato». Sotto una forma o sotto un'altra, è tutta la schiera degli ossessionati che parla in questo modo.

Ecco perché il malato si tormenta di non tormen-

(18) J., I, 55-62 dimostra che l'ossessione si basa sempre su atti cattivi ed estremi. Tuttavia quest'ultimo carattere - l'atto cattivo spinto all'estremo - non mi par riscontrarsi sempre, almeno nelle malattie di media gravità.

28

tarsi più: gli pare di vedere in ciò l'indice che il suo amore scemi e che la tentazione non gli ispiri più orrore. Ecco perché è faticoso promettere di non più pensarci ed ancor più faticoso tenervi fede. Ecco come l'ossessione sia nel contempo volontaria ed irresistibile: volontaria perché è la conseguenza di un libero amore; irresistibile per virtù stessa di questo amore che si mette al disopra di ogni cosa, perché sembra minacciato e si sente il bisogno di difenderlo.

Da ciò deriva un nuovo carattere, cioè che l'idea ossessiva è un'*idea fissa*.

L'interesse in gioco essendo, per l'ossessionato, l'interesse supremo, attira fatalmente la sua attenzione in un modo permanente; e l'attenzione trovandosi incapace, come abbiamo detto, di dissipare l'idea parassita, non può che fissarla. È una legge generale che ogni idea che non si dissolve, si fortifica, alla luce dell'attenzione, perché essa è così messa in rilievo ed attira a sé per una specie di cristallizzazione, le altre idee che possono unirvisi; tanto più che, nel caso presente, essendo la coscienza turbata, dissociata dall'angoscia, manca di energia per mantenere nella coesione voluta questi diversi elementi e non oppone più abbastanza resistenza all'attrazione dell'idea che l'attenzione pone in primo piano. Così, più l'attenzione vi si ferma, più questa idea si fortifica; più essa si fortifica, più minaccia le tendenze dell'io e più attira la sua attenzione. È un circolo vizioso.

Vedremo più tardi sin dove possa giungere. Per ora non vogliamo costatare che i caratteri essenziali che si riscontrano sempre, e ci basta segnalare che l'idea ossessiva confisca l'attenzione in modo smisurato, non solamente come grado, ma pure come durata. Diviene un'idea fissa. Si prolunga giorni, mesi, anni, tormentando la coscienza in ogni ora, in ogni

29

istante; migliaia di volte ogni giorno essa bersaglia la propria vittima. «Le mie ossessioni, ci scrive F, mi assalgono continuamente ed intersecano ogni mia attenzione, ogni mia lettura, ecc. Non faccio che a metà tutto ciò che faccio perché la mia attenzione è divisa fra quello che faccio e quello che mi ossessiona. Tutte queste angosce sono come una triste musica d'accompagnamento in bemolle e in minore, che vela la melodia della mia esistenza e soffoca tutti i diesis della mia vita in maggiore».

Se talvolta l'idea ossessiva pare attenuarsi o scomparire, essa resta a fior di coscienza, in qualche modo, sempre pronta a ribaltarvi. Essa «mi raschia sempre, dice una malata di Janet (19). È un gatto che dorme. Non bisognerebbe che mi lasciassi andare a pensarvi neppure un poco; perché tutto sta nel ricominciare». T ci afferma, simile in ciò a molti altri, che il sonno stesso non è una tregua sicura, ma che il sogno quasi sempre porta immediatamente l'assillo e l'interminabile discussione.

Infine a tutti questi caratteri un altro si aggiunge che ne è la risultante: l'ossessione è assai dolorosa.

Questa follia lucida costituisce già, di per se stessa, un perfezionato strumento di supplizio. È una legge dello spirito umano di tendere, per il movimento stesso della vita, per una incoercibile spinta, ad unificare il proprio io, a riunire in un tutto sintetico tutti i dati della coscienza. Il pazzo vi arriva tranquillamente, incorporandovi la sua mania; l'isterico fa lo stesso e, nel caso in cui l'io resiste, egli lo muta, dimenticando tutto ciò che non entra nel nuovo io. L'ossessionato non ha questa doppia risorsa, egli subisce la frattura della sua coscienza con cognizione di causa, ne conserva

(19) J., I, 69.

30

tutti gli elementi senza poterli coordinare, non può realizzare questo bisogno, profondo come la vita, di unificare il suo io. Si sente sconnesso.

Il parassitismo affonda l'idea nella ferita per ampliarla ancora. L'idea parassita penetra nell'io per lacerarlo come un pugnale che scavi le carni ed essa va diritto al punto più sensibile.

Infatti questa tortura dello spirito si raddoppia con quella del volere che è colpito nelle sue tendenze più profonde, come abbiamo detto, e più deliberate. Esso non è solo contrariato nel punto vivo, ma è dissociato, anche lui come lo spirito, condannato a volere e a non volere l'ossessione, a respingerla per la propria liberazione e a mantenerla per la propria sicurezza.

Tutto ciò, in permanenza, almeno attraverso lunghe crisi ed angosciose tregue; senza speranza né nella lotta, che pare votata ad una perpetua disfatta, né nella resa, che sarebbe la rinuncia a tutto ciò che si ama, né, in generale, nel pensiero della morte che è, ci dice Yo, «un tormento di più».

L'ossessione assume ancora un'acutezza speciale per il fatto che l'ossessionato è, per molti lati, un essere scelto, amante della chiarezza intellettuale e della nobiltà morale, che si sforza di vedere sino all'evidenza e di volere sino alla perfezione. «L'essenza del mio temperamento, ci dice F, è il radicalismo. Sono istintivamente portato ad essere, radicalmente, pienamente, a fondo, ciò che sono, a non indugiare nel pressappoco, ma a perseguire in ogni cosa la perfezione, la pienezza. Essere in pieno, conoscere in pieno, amare in pieno. Tale fu dalle mie origini più lontane, il segreto ideale di tutta la mia vita. Un desiderio intenso che tutto sia ciò che deve essere: ecco il substrato della mia psicologia». Si vede, ahimè! se l'ossessionato è lungi dal suo calcolo, fino a qual punto una tale psi-

31

cologia debba essere vulnerabile per gli infelici che abbiamo descritto, per quest'agonia perpetua dello spirito nelle tenebre e del volere nelle sabbie mobili delle spinte contraddittorie.

Questa tortura è accresciuta ancora dal confronto che i malati stabiliscono, non solo con gli altri di cui vedono o credono di vedere la vita schiudersi agevolmente in piena luce ed in pieno slancio, ma anche con se stessi, con ciò che avrebbero potuto essere o ciò che sono stati, dato che vi sono periodi di remittenza in cui essi si sentono vivere, ed in cui possono calcolare quante forze sprechino a causa della loro ossessione; d'altronde la manifestazione delle loro idee ossessive è stata relativamente tardiva, come vedremo in seguito e la loro giovinezza forse, o almeno la loro prima infanzia ne fu indenne, ed essi si ricordano di tutto ciò per

torturarsene. Essi ripetono senza posa, confessando il nulla della loro vita, che avrebbero potuto renderla bella: «Io sento, dice uno, una decadenza intellettuale che non è innata poiché non ero così, ma sono andato peggiorando» (20). «Ve ne prego, ci scrive A, non giudicate il ragazzo gaio e fiducioso, pieno d'ardore, di serietà e di vivacità, nell'essere miserabile che avete dinanzi a voi. Gli scrupoli hanno lasciato la loro traccia, ahimè! essi hanno disgregato tutto il mio essere morale e, rovinando tutte le mie forze, mi hanno lasciato impotente e ferito, in preda a tutte le suggestioni ... Ciò che si vede in me, non è ciò che fu scritto sulla pergamena primitiva; un altro testo lo nasconde. Bisognerebbe che si potessero fare scomparire tutte queste sovrapposizioni come nelle vecchie pergamene, risvegliare il fanciullo d'altri tempi».

Se si riuniscono nel proprio pensiero tutte queste

(20) R. e J., II, 345.

32

cause, non ci si stupisce più di questo umore di tristezza che forma l'atmosfera dell'ossessionato, secondo la parola di uno fra essi, né delle esclamazioni strazianti che loro sfuggono. Noi abbiamo visto, in uno straziante spettacolo, uomini intelligenti e forti piangere con lacrime atroci. Essi parlano del loro «lungo martirio interiore», e non è esagerato. Essi dicono che «si sentono morire come avvelenati da un curaro psichico», che ogni malattia che tormenta la carne parrebbe loro un gioco in confronto a quella che tortura il loro intimo essere. Essi si paragonano ai naufraghi su un relitto, in alto mare, fra la tempesta; al turista sulla spiaggia, sorpreso dalle sabbie mobili che lo ghermiscono lontano da ogni soccorso; al minatore che s'introduce nella cava nera della sua miniera, senza sapere se ha un sostegno sotto i piedi; al fanciullo smarrito, di notte, nel deserto, fra gli urli degli animali feroci, ed i cui richiami si perdono nell'immensità vuota, senza eco. Uno di essi, un giorno, dopo averci rifatto le sue confidenze, prendendo il cappello per uscire, gli indirizzò un'invocazione tragicomica che era soprattutto straziante: «O mio cappello, tu non dubiti di nulla! Se sapessi quale testa ricopri, quali torture essa imprigiona!». Ed un altro recentemente ci diceva: «Il mio male è tale che se sapessi, se potessi sapere che vi è una probabilità su cento, una probabilità su mille di guarirne un giorno, mi sembra che morrei di felicità».

Ci affrettiamo a dire o a ripetere, che in questa malattia, come nelle altre, vi sono dei gradi. Ma tutti i caratteri che or ora abbiamo passato in rassegna sono essenziali e si riscontrano sempre, più o meno, nell'idea ossessiva.

Costituita da un insieme mentale e sentimentale assai complesso, l'idea ossessiva ci è parsa come una

33

specie di sillogismo pratico, che presenta, sotto forma di maggiore, una massima imperativa alla quale si oppone, nella minore, un *forse* assurdo ed angoscioso, sotto forma di rimorso per il passato, di paura per l'avvenire, di tentazione per il presente, o di atto ripugnante e necessario. È un'idea pazza ma combattuta, parassita e tendente a dissociare l'io, irresistibile, fissa o permanente, e dolorosa.

Abbiamo visto che tutti questi caratteri si deducono gli uni dagli altri ad eccezione di due di cui non abbiamo potuto ancora fornire alcuna spiegazione. Perché questa follia lucida? In altri termini, perché questa impotenza a espellere dall'io dubbi assurdi e più o meno riconosciuti come tali? E, in secondo luogo, perché questa impotenza poggia esclusivamente o almeno principalmente sui dubbi che attentano alla tendenza più fortemente voluta, più amata?

Tali sono i due dati del problema così come si pone sino a questo momento. Essi possono riassumersi in questo fatto: Impotenza dell'ossessionato a estendere la certezza sulle questioni che più gli stanno a cuore. È il fatto capitale che rivela l'analisi dell'idea ossessiva. Bisognerà che la nostra teoria ne fornisca la spiegazione.

34

CAPITOLO II

LO SVILUPPO DELL'IDEA OSSESSIVA

I. SFORZO PER GIUNGERE ALLA CERTEZZA. - Impotenza del ragionamento ad illuminare il passato, il presente, l'avvenire; - impotenza della direzione, - dei procedimenti meccanici; - dei procedimenti morali: Patti, voti, espiazioni, ecc. - del partito più sicuro.

II. RISULTATO DEGU SFORZI: AGGRAVARSI DEL MALE. - L'impotenza persiste ed aumenta; - le associazioni morbose si moltiplicano: - tendenza all'allucinazione; - impulsi ad atti temuti. - Problemi da risolvere.

L'idea ossessiva, una volta costituita con i caratteri che abbiamo ora definito, necessariamente si evolverà sotto il continuo sforzo del malato per strapparsi alla sua angoscia. Lo stato in cui si trova è essenzialmente opposto, come abbiamo visto, all'equilibrio della coscienza, alla pace dell'io. È uno stato di lotta, una lotta in cui si trova impegnata la posta suprema: è dunque da prevedersi che l'io, attaccato, si difenda.

La disgrazia è che, se resta abbandonato a se stesso, si difende tanto peggio quanta più violenza vi impegna. L'osservazione dimostra che, in questa lotta, l'idea ossessiva, quale essa sia, si modifica in due sensi: per *sviluppo* e per *degradazione*.

Dobbiamo innanzi tutto esaminare il suo sviluppo. Esso ci mostrerà che tutti gli sforzi del malato per sbarazzarsi dei suoi dubbi, non solamente restano infruttuosi, ma non fanno che aggravare il male.

35

I - SFORZI PER RAGGIUNGERE LA CERTEZZA

Il malato si sente accerchiato, come egli dice, da «tutto un esercito eli dubbi e d'angosce». Le angosce non gli permettono di tollerare questi dubbi. Raccoglie dunque tutto il suo sforzo per dissiparli e per installare al loro posto la certezza: «No», si dice, tendendo il proprio spirito e proiettando tutta la sua luce sul fatto - passato, presente o futuro - che sembra levarsi contro l'ideale da perseguire; «no, non è vero». «Chissà?» risponde l'*altro*, l'idea parassita, la coscienza dissociata. «Questo *chissà?* è assurdo, non vi è da preoccuparsene. - Bisogna! perché su una tale questione bisogna essere sicuri -. Io lo so - No - Sì - No ...». E così di seguito, senza fine.

Non potendo esaurire il dibattito con un solo sforzo, con una sola stretta del pensiero, il povero io fa ricorso al ragionamento; esso «si fa dei discorsi», come dice Za.

Se si tratta del passato, esso ricapitola tutta la trama degli eventi per ben collocare nel suo quadro il fatto da esaminare; esso ricostituisce la propria storia e si sforza di riviverla nei minimi particolari per pensare bene il valore delle proprie impressioni e la funzione esercitata dalla sua volontà «Ha sospetti su questo o quell'atto della propria giornata, si arresta e cerca di ricordarsi esattamente le diverse azioni che ha compiuto, le diverse fasi attraverso cui è passata la sua azione. Impiega ore a verificare nella sua memoria come è passato da un movimento insignificante ad un altro altrettanto futile. Se per disgrazia in questa rassegna vi è un istante il cui ricordo non sia preciso, eccolo in preda alla disperazione. Che cosa ha potuto fare in questo istante? È là che si insinua l'ossessione ed egli fa i più grandi sforzi di memoria per convincersi che, in questo secondo, non ha compiuto qualcosa

36

di orribile. È appunto così per Dl...: In quale momento ha potuto uccidere questa donna? In qual modo se ne è occupato? Qual è l'istante della giornata in cui non era occupato in altro? Lisa si è lasciata andare a votare al diavolo i propri figli? Per saperlo bisogna ricercare se a quell'epoca ella ha desiderato qualche cosa così fortemente da pregare il diavolo di accordargliela... Io mi credo assassino, dice Za ..., avvelenatore, l'ultimo dei criminali, e passo i miei giorni e le mie notti a provare a me stesso che ciò non è possibile» (1).

Se questi sono casi estremi, non sono però altrettanto rari, e si riproducono, pressappoco, in tanti scrupolosi che vogliono sapere, con tali mezzi, se non hanno avuto una cattiva intenzione in questa azione innocente, se non hanno creduto

ch'essa fosse colpevole, se hanno consentito a questa tentazione, se hanno confessato questo errore, se hanno avuto il pentimento ed il fermo proposito, se il sacerdote ha compreso, ha dato l'assoluzione, se ne aveva il potere, se ne ha avuta l'intenzione. B «presta un orecchio attento alla formula del perdono; ma le parole sono indistinte, e non gli giunge, ben chiaro, che un: andate in pace ...». Zb, che è incaricato alla sacrestia, ha avuto cura di porre nel confessionale una stola di seta; ma si è mai sicuri? non vi sarà qualche filo di cotone nel tessuto? e da ciò chissà se l'assoluzione da lui ricevuta è valida e se, per colpa sua, gli altri se ne sono andati senz' essere assolti? Ed egli accumula i ragionamenti per dimostrarsi che la stola non fa parte del sacramento. Ahimè! essi non riescono più dei malati della Salpètrière (2) a riavere la certezza nei loro dubbi.

(1) J., I, 122 sgg. e 107.

(2) La Salpètrière è un ospedale psichiatrico di Parigi.

37

L'impressione in effetti si attenua man mano che la si discute, il tessuto dei fatti è impossibile a ricostruirsi a maglia a maglia e per ogni strappo un nuovo dubbio sorge. Talvolta il risultato è ancora peggiore. Una fanciulla assai pura ha creduto di aver l'immaginazione sfiorata da un cattivo pensiero che respinge con orrore; poi vuole averne il cuore netto, e lo evoca per giudicarlo; ma, fissandovi l'attenzione, lo rende più vivo che nella prima esperienza; l'allontana per timore di consentirvi, lo ricorda per il timore di avervi consentito e per esaminarlo quindi in queste due circostanze, anziché una; e così di seguito, ottenendo in questo gioco, non solamente di veder vieppiù ingrandire il dubbio, ma pure di far entrare l'immagine importuna più addentro ai suoi nervi, di creare, dibattendosi, delle associazioni d'idee che la faranno ritornare, e, da tali esperienze reiterate, l'abitudine di vedere oscenità a proposito di tutto. Molte crisi di «cattivi pensieri» non hanno altra origine.

Lo scrupoloso, se il passato gli sfugge, non ha affatto più fortuna nel fissare la certezza nell'azione presente. Bx ci racconta che ella si ripete per un quarto d'ora: «lo recito questa Ave per fare la mia penitenza sacramentale, è mia intenzione, è la penitenza della mia confessione precedente, ecc. ecc.» e, al termine del suo quarto d'ora, non può più sapere dove sia la sua intenzione e se la preghiera sia stata fatta, né, inoltre, se sia proprio quello che aveva avuto come penitenza. Naturalmente la messa domenicale le fornisce l'occasione di un altro esercizio del genere; ella ne passa una gran parte, quando non tutta, a dirsi che ha intenzione di assistere alla messa, ed il resto della giornata a domandarsi se non debba assistere ad un'altra messa. Altri, con la stessa preoccupazione di farsi, a costo di ogni sforzo, una certezza a tutta prova, portano la stessa tensione della volontà

38

su ogni dettaglio della loro vita corrente, con eguale insuccesso: «Io non mi concedo un minuto, dice un malato, e impegno tutte le mie forze in questa sorveglianza di me stesso» (3). Si sorvegliano anche gli eventi e da presso: «Una delle nostre malate, dicono Pitres e Régis, colpita da ciò che abbiamo chiamato anemofobia, cioè la fobia (la paura) del vento, era ossessionata dall'idea che il vento soffiasse più forte che altre volte ... Non avendo ottenuto da tutti i trattamenti... alcun risultato considerevole, ella ci domandò, prima di far ritorno al proprio paese, di condurla all'osservatorio di Bordeaux. Voleva tentare uno sforzo estremo per convincersi e preservarsi per l'avvenire dalle proprie crisi angosciose. L'astronomo, molto cortesemente, le dimostrò, con curve e con rilievi che risalivano all'inizio del secolo, che non spirava vento più forte di altre volte e che proprio in quell'anno (1893) la media del vento era moderata. Anziché lasciarsi persuadere ed accettare prove così rassicuranti la malata discusse con l'astronomo ... affermandogli che questo che lui chiamava vento debole era in realtà un vento medio o un vento forte Anziché ricavare da questo tentativo un sollievo, la sventurata non ne trasse che una recrudescenza della sua ossessione» (4). Gli stessi autori ci raccontano la curiosa storia di un uomo di cinquant'anni che si preoccupa di dimostrare che egli esiste. Egli ha scoperto un mezzo, cioè dimostrarsi che pensa: «Penso, quindi sono». Ma pensa? Vi sono momenti in cui non, pensa, quindi non vive (o Cartesio, ecco dove hai condotto questo buon uomo!). E pur supponendo che basti una certa quantità di ragionamento per vivere una vita umana, ne ha fatto «la quantità sufficiente»?

(3) J., I, 130.

(4) P. e R., 143.

39

Ne ha fatto uno solo? Egli sveglia la sorella durante la notte e le pone questa domanda: «Io ti parlo, quindi vivo?» Si tasta il polso: «Avere delle pulsazioni non è esistere?» «Ma l'atto col quale ha portato la mano destra sulla mano sinistra per sentirvi il polso» non è un atto meccanico? Ed allora è pensare? è vivere? «Egli vuole, dice la sorella, che io ascolti i suoi ragionamenti per provarsi che vive e che pensa, e ciò ogni cinque minuti, dal mattino alla sera». E di questi egregi sforzi, di cui non diamo che una pallidissima idea, qual è il successo? «Più fa dei calcoli, più l'ossessione aumenta» (5). A, che non dimostra minor buona volontà a battersi contro i propri dubbi, conclude dicendoci: «Come un povero uccello preso in trappola, che tutti gli sforzi disperati per scuotere le ali e volare nello spazio, attaccano maggiormente al vischio, analizzo, rifletto, esamino il problema sotto tutti gli aspetti, ed affondo sempre più».

È con lo stesso risultato che si prepara la sicurezza dell'avvenire con un lusso di deliberazioni che tendono a ben «formarsi la coscienza». Ne diamo un esempio: Si tratta di Ger..., una donna del popolo assai poco istruita. Un giovedì pomeriggio, pensando di preparare il pranzo, prende un recipiente per andare dalla droghiera ad

acquistare un po' di estratto di carne. Ella si ferma sulle scale col pensiero che bisogna riflettere un momento se non v'è nulla di riprovevole a comprare dell'estratto di carne. Di per se stesso non v'è nulla; ma oggi è giovedì e bisogna badare a questo particolare: «Che cosa penserà la droghiera vedendola acquistare dell'estratto di carne oggi? Se crede che è per fare la minestra questa sera, non è male; ma si può supporre che la droghiera penserà ben altro; crederà forse che voglio fame una minestra

(5) P. e R., 86-93.

40

per domani venerdì. Se essa pensa questo, sarà scandalizzata per colpa mia, e pur non avendo compiuto che un atto indifferente in se stesso, sarà grave nel suo significato: significa che mi burlo di Dio. Tutta la questione si riduce a sapere se la droghiera può supporre che io prenda il mio brodo domani anziché questa sera. Come farà una tale supposizione? Riflettendo a ciò che potrà rimanermi nella dispensa per la minestra di questa sera. L'ultima volta che l'ho veduta, cioè ieri mattina, le ho dato di che pensare che mi sarebbe avanzata della minestra per giovedì sera? Che cosa le ho potuto dire ieri mattina?». Si vede che la questione anziché rischiararsi si complica. Si tratta di ricordare ora tutto ciò che ella ha detto alla droghiera; non è facile; malgrado le ricerche vi sono delle lacune nei suoi ricordi. Ella si attiene a questa ragionevole conclusione: «Se la droghiera, ad un certo momento, l'ha guardata male, significa che ella ha detto qualcosa di insolito. Ma ecco: la droghiera l'ha, ad un certo momento, guardata di traverso? Impossibile a sapersi con precisione». Crudele enigma! Vi è un mezzo di uscirne e procedere con tutta sicurezza, «chiedendo consiglio al marito. Ma il marito risponderà, certamente: Tu mi secchi col tuo venerdì! ed il solo risultato sarà di aver offerto al proprio marito l'occasione di dir male di Dio». E così via; poiché non è finita. Tre ore appresso, il marito rincasa e trova Ger ... in piedi sul gradino delle scale, con il recipiente vuoto in mano. Ella pensava ancora.

Il caso parrà senza dubbio spinto all'estremo, e ne convengo, ma non è unico nel suo genere. Z, a detta della sua famiglia, impiega quattro o cinque ore per vestirsi. All'improvviso, per esempio mentre si infila le calze, ella si domanda se non fa male, se non vi è alcuna controindicazione; e, mentre decide,

41

non sapendo ancora se deve proseguire o smettere, fa del suo meglio per rimanere immobile nella posizione in cui il dubbio l'ha colta. Generalmente non ne esce che per l'intervento della sorella che tronca le conclusioni di tutti questi ragionamenti e, metà con le buone, metà con la forza, dopo un certo numero d'ore, così e così, si arriva a terminare questo abbigliamento. Altri sorprendono improvvisamente un gesto, una parola pronunciata, un piede sollevato, un movimento degli occhi, un

respiro, per domandarsi se hanno il diritto, se sono abbastanza sicuri di ciò che fanno e se non dovrebbero, prima di andar oltre, riflettere.

Sul passato, sul presente, sull'avvenire, essi riflettono, discutono all'infinito, e sempre più, da ogni canto, da ogni fatto, i dubbi sciamano e tumultuano. Essi diventano un tormento anzi, e alla fine, non resistendo più e non potendovi nulla, il malato - almeno se si tratta di un'ossessione religiosa, d'uno scrupolo - va a cercarsi un sacerdote e gli dice: Tirateme fuori.

Quando l'ossessione non poggia sulla coscienza morale, il malato non ha, nella maggior parte dei casi, che il medico a cui confidarsi e non vi si rivolge che il più tardi possibile, poiché sente che si classifica, per il fatto stesso, fra i semi-folli. Non così capita per lo scrupoloso di fronte al sacerdote; egli confida il suo male ordinariamente sin dall'esordio, ed è questa la principale ragione per cui il male, in questa categoria, non giunge generalmente sino agli eccessi che si riscontrano nelle cliniche. Vedremo infatti più oltre che vi è nella direzione un efficace soccorso; ma non tutti ne approfittano. Dobbiamo qui parlare di coloro che non ne approfittano e presso i quali, per conseguenza, la malattia segue il suo corso.

42

Sono coloro che vogliono, nella direzione ricevuta, sentire la sicurezza, stringere, con un atto diretto della propria coscienza, la certezza, vedere, alla luce dell'evidenza, tutti i dubbi svanirsene. È appunto ciò che non possono. Dovremo dire il perché, quando formuleremo la teoria esplicativa; ma, per il momento, registriamo il fatto. L'abbiamo costatato quando il malato è lasciato alle proprie risorse di ragionamento; è la stessa cosa quando utilizza, nello spirito or ora detto, i consigli di un direttore.

Egli trova innanzi tutto che non si è mai spiegato a sufficienza. Pierre Janet si duole che è molto difficile trarre qualcosa dalla maggior parte dei suoi malati, che quasi non vi è mezzo per farli parlare, né per farli scrivere (6). Tutti i direttori d'anime sanno che sarebbero assai ingiusti, se rivolgessero gli stessi rimproveri agli individui scrupolosi da loro diretti. Essi parlano e scrivono senza mai finire. Anzi il primo uso della propria autorità è di saper imporre, dopo che si sono ascoltate assai diffusa mente tutte le spiegazioni sufficienti, la consegna di non tornarvi più sopra.

Lasciato alla propria suggestione, il malato prova sempre il bisogno di ritornarvi: ha dimenticato, o non è certo d'aver detto, o non è stato sincero, ha ommesso un particolare con il pretesto che era insignificante, ma in fondo è forse per viltà, per falso pudore, per sviare l'opinione del direttore! E vi sono altre difficoltà ancora: è stato veramente compreso? Il direttore non è sordo! È abbastanza istruito? abbastanza santo? Merita confidenza? E supponendo ciò che non è - che tali questioni siano risolte, ne

(6) P. XII e 6. È vero che gli ossessionati «chiacchieroni» che incontra per eccezione lo compensano copiosamente. Vedasi p. 7 e sgg., e tutto il vol. II fatto principalmente con loro deposizioni.

43

sorgono delle altre: Ha capito bene ciò che gli ha detto il direttore spirituale? Lo ricorda esattamente? Ne interpreta correttamente il senso? Egli è abilissimo, fra tutti i sensi che può avere una parola od una frase, ad immaginare proprio il più sfavorevole, quello da cui può essere torturato. Occorrendo, dà - oh! senza volerlo - l'ultima mano al testo autentico, per deformarlo. Viene a reclamarlo per iscritto, vi collabora indicando le parole che gli fanno paura, che rischia di mal comprendere, quelle che desidera vedervi. E porta via il testo, suo talismano, felice, questa volta, avendo infine la sua certezza... Lo crede, ma non per molto. Anche quando i timori già segnalati non gli risalgono in gola, anche quando la sua parte di collaborazione non gli paia sospetta, poiché ha forse influenzato il direttore, troverà sempre il modo di formarsi dei dubbi, anche con lo stesso talismano, per il suo accanimento a verificare e sperimentare la certezza che gli richiede. Pesa, infatti, ogni parola, cerca di esser sicuro di capire, che il senso sia chiaro, che la formula risponda decisamente a tutte le eventualità. A forza di guardare e accumulare le supposizioni, finisce per trovare una falla impercettibile forse, o anche immaginaria; ma, immaginaria o no, basta per lasciar passare «tutto l'esercito dei dubbi e delle angosce».

E questa volta ancora, lo sforzo è stato vano.

Se ne tenteranno altri. Impotente a crearsi una certezza con la forza del cervello, impotente a farsela sulla testimonianza altrui, ha fatto ricorso ad invenzioni ingegnose, meccaniche, per così dire, e che opereranno automaticamente, che potranno risolvere le obiezioni e cernere la verità come il mulino separa dalla crusca la farina; o ancor meglio ha fatto ricorso a procedimenti destinati a render impossibile l'atto temuto.

44

«Una ragazza di ventinove anni è colpita dalla paura angosciosa di pronunciare parole compromettenti, di dare ad altri pericolosi consigli, in modo particolare di indicare loro i veleni che ha imparato a conoscere studiando la chimica». Ecco il pericolo. Che cosa aveva immaginato per mettersi al riparo? «Ella si riempiva la bocca di aghi quando andava in pubblico, per impedire alla propria lingua di muoversi. Si condannò anche, per lunghissimo tempo, al silenzio, al mutismo completo, impiegando con la madre e la sorella un linguaggio mimico convenzionale». Ecco che va bene durante il giorno. Ma la notte, in sogno, chissà se non parlerà? «Si costringeva allora sia a ravvicinare le labbra e mantenerle unite per mezzo di carta gommata, sia a tirar la lingua smisuratamente fuori della bocca e dormire così, con la bocca spalancata o con i denti serrati contro la lingua pendula». Pitres e Régis, che ci raccontano questo episodio (7), non ci dicono se, con questo

eroico mezzo, la malata ritrovò almeno la pace. Non è probabile; restava il linguaggio convenzionale, e gli sguardi e l'atteggiamento e l'incoscienza del sonno, altrettante fessure per le quali il dubbio poteva ancora insinuarsi.

Pu ... è ossessionato dalla paura di esser ammalato e di apparire tale. Ha trovato un mezzo per assicurarsi, cioè pronunciare la frase seguente: «Non bisogna badarci, andiamo a pranzare, verremo dopo».

È persuaso che se arriva una buona volta a pronunciarla come si deve, sarà guarito. Ma bisogna dunque dirla con chiarezza, con attenzione, con convinzione; ed il pover'uomo ha costantemente la convinzione che non la dice bene, che non è stato assicurato, che non ha avuto abbastanza fede mentre la diceva. Non si perita di ricominciare la frase sacramentale,

45

cerca le varie condizioni nelle quali la pronuncia, per arrivare alla perfezione; si mette in un angolo della camera, seduto, poi in piedi, poi in ginocchio; scende in cantina, sia con un lume, sia nell'oscurità; obbliga la moglie a scendere nella cantina con lui, ad ascoltare se dice bene, o a gridare la frase contemporaneamente a lui. Poi articola con solennità: «Non bisogna badarci andiamo a pranzare, verremo dopo». E risale tuttavia disperato; poiché, nonostante le affermazioni della moglie, che trovava la frase superba, egli non ha sentito che fosse ben detta (8).

Questa bizzarra osservazione ci mostra dal vero una delle abilità più frequenti fra gli ossessionati: essi scacciano la tentazione con movimenti istintivi di ripulsa o con parole articolate che dimostrano a se stessi la sincerità del loro pensiero interiore. Sono proteste energiche o gesti d'orrore, poi ingiurie contro il diavolo o smorfie. Ma, poiché il diavolo, lungi dal fuggire, si fa più assiduo, poiché la tentazione si ripete ad ogni istante, sono obbligati, per bastare al loro compito, ad abolire le loro formule ed i loro incantamenti, e sono allora gesti che riassumono, a loro modo, le manifestazioni precedenti. To dava un colpo col taglio della mano per interrompere i cattivi fluidi; altri fanno con le dita il gesto d'un colpo di forbice; altri muovono il capo per dire no; altri si torcono le mani o battono i piedi per dimostrarsi la propria esasperazione; altri muovono le labbra con una piega sprezzante o abbozzano il gesto di sputare, ecc. ecc. Quanto alle parole, esse presentano una varietà ancora maggiore: No, silenzio, vattene, mai, sporco, maledetto, finiscila, morire, cieco, sordo, monco, ecc. Si indovinano abbastanza le frasi che queste parole riassumono. Ve ne sono talune per cui è meno

(8) Riportato da R. e J., II, 311 e sgg.

46

chiaro. Lisa, ci dice Janet, ripete: «Il contrario di Dio»; parrebbe che sia per cacciare il diavolo, Oppure: «Uno, due, quattro, sei»; sono segni in cui si riassumono lunghe proteste; «ba», dice Jean, è un'abbreviazione per dire: «basta»,

ma bisogna dirlo un certo numero di volte, secondo la gravità della tentazione: quattro, otto, trentadue o sessantaquattro volte. È ciò che chiama «sillabe di chiusura». Bu ..., che ha l'ossessione degli spazi, quando deve attraversare una piazza ripete: «Maman, ratan, bibi, bitaquo, sto per morire» (9). Rinuncio ad indovinare la storia di questa ultima formula.

La disgrazia è che l'idea ossessiva ritorna sempre e che i malati, volendo avere l'ultima parola, ripetono indefinitamente le stesse formule magiche, con lo stesso insuccesso.

Allora fanno ricorso a fatti esteriori, che una volta per sempre e all'improvviso, in un linguaggio assolutamente chiaro, sono destinati a troncane ogni questione.

Au, ossessionato dalla paura del sacrilegio, appoggia la fronte contro un vetro: «Se il vetro non si rompe, si dice, vuol dire che non sono sacrilego; se si rompe, lo sono». E non appoggia molto forte (10); ma perché non è tanto sicuro. Una ragazza ossessionata dalla preoccupazione del suo avvenire, ci dice un giorno: «Parto per Parigi; ho fatto un patto con Dio che se la Saona fosse straripata a sinistra, avrei dovuto sposarmi, se fosse straripata a destra, non avrei dovuto». «Perché il contratto sia valido, le dissi, bisogna che sia accettato da ambo le parti:

(9) Vedasi J., I, 145; R. e J., II, 349. 190 e sgg.

(10) R. e J., II, 478.

voi accettate; ma siete sicura che anche Dio accetti?». Ella non lo era.

Ma vi sono almeno i voti che divengono contratti ratificati da Dio in seguito all'impegno personale della creatura (11); e gli scrupolosi li moltiplicano, se li si lascia fare, in proporzioni fantastiche. Ne fanno per provare a Dio e provare a se stessi la propria buona volontà, per forzarsi a praticare il bene o ad evitare il male. Ma ben presto incominciano a tormentarsi, i voti più assurdi si presentano al loro spirito, a proposito di tutto e a proposito di nulla, ed in particolare per impedire tutto ciò che può loro far piacere: «Se prendo il mio fazzoletto, dice M, giuro che non andrò in bicicletta... Bisogna però che mi soffi il naso, aggiunge con tristezza» (12).

In capo a un certo tempo, i disgraziati non sanno più dove trovarne. Nx ha timore d'aver fatto voti a migliaia, ha paura di farne a proposito di tutto ciò che pensa e tutto ciò che dice, e per colmo, ha paura d'aver fatto il voto di non farne. E la sua storia è quella di molti altri.

Così, sempre disillusi, i malati vedono accumularsi ciò che credono essere manchevolezze, e sembra loro di dover riparare o espiare. Cominciano a fare preghiere, piccole mortificazioni ordinarie; ma ciò non li soddisfa affatto, è poca cosa, è banale; devono trovare qualcosa di forte o di inusitato che agisca sulla loro

immaginazione, che faccia loro sentire che espiano o riparano veramente: «R ... si condanna, per espriare le proprie cattive idee, a dare un colpo di gomito nei mobili accanto ai quali passa». Lisa

(11) A certe condizioni che i teologi chiariscono e che riguardano in modo particolare il valore dell'oggetto («qualcosa che sia meglio del contrario») allo stesso tempo che il discernimento e la libertà di scelta del soggetto. Ma gli scrupolosi non se ne curano.

(12) J., I, 143.

48

crede di aver maledetto Dio; per punirmi, dice, «bisogna che mi prefigga una cosa sgradevole a farsi, dare la mia anima al demonio, per esempio» (13). Abbiamo saputo che N s'affondava aghi nella carne, o batteva la fronte contro un camino di marmo. Ru, quando ha certi pensieri «offensivi verso una memoria che gli è cara», deve espriarli con una prostrazione, e trascorre a volte tutta la notte in questo esercizio. Non è il caso di dire che i lavacri abbiano una grande importanza, poiché costituiscono una purificazione simbolica. Gli uni si contentano del gesto; molti ricorrono alle abluzioni vere e proprie. Ci si è talmente lavate le mani che la pelle ne è tutta scorticata. Nz ha trascorso quarant'anni della propria vita a lavarsi dalla testa ai piedi ogni volta che riappariva, nel suo spirito, un certo pensiero, perfettamente innocente, ma in cui temeva vedere un pensiero frivolo.

Bisogna confessare che l'amore per il quale si fanno tali sacrifici è un amore sincero e profondo. Ma se ciò appare chiaro a noi, l'ossessionato ne dubita, e dopo aver invano fatto appello a tutti gli sforzi del proprio spirito, a tutti i consigli dall'esterno, a tutte le invenzioni della propria abilità personale, sentendosi sempre tutto crollare sotto i piedi e assalire dall'esercito dei dubbi e delle angosce, tenta un metodo eroico, la Suprema risorsa, che consiste nel proibirsi tutto ciò che il minimo dubbio sfiora, a prender sempre «il partito più sicuro».

Non si sa se quella preghiera sia stata recitata e recitata bene: il più sicuro è ripeterla. Ciò può condurre lontano. Si conosce il caso di Huysmans (14). Un certo sacerdote passa tutta la giornata a recitare

(13) J., I, 140.

(14) Vedasi *En route*, 298-306 e passim.

49

il breviario e arriva a mezzanotte, disperato, non avendo potuto, dice, giungerne al termine. A, dopo il racconto delle proprie miserie a proposito della penitenza

sacramentale, si felicita facendo i confronti con le sue pratiche d'altri tempi. «Era qualche cosa d'odioso, d'insensato. E siccome tutte le mie agitazioni si concentravano sulle cose sante, sacramentali, ero tormentata dalle idee più bizzarre e mi davo alle pratiche più strane. Senza parlare dell'abbondanza di precauzioni interiori ed esteriori, ricominciavo cinquanta volte di seguito il mio segno di croce, col pretesto che non avevo pensato né al mistero della Santa Trinità, né a quello della Redenzione. Una certa sera impiegai più di un'ora a recitare un *Ricordatevi, o piissima Vergine Maria ...*, senza per altro condurlo a termine. Infine pregai la mamma di assistermi e la obblighai a restarmi accanto. Almeno ero sicura di aver fatto [questa ultima parola è cancellata e sostituita con «detto». Si noti la sfumatura] la mia penitenza; ed anche, di fronte a lei, di non osare a fare tutte le mie smorfie».

Ma, se è già così complicato prendere il partito più sicuro riguardo alla penitenza, ben altra cosa sarà a proposito della confessione. V, fanciulla molto saggia e innocente, accusa tutto ciò che ha potuto trovare di peggiore negli esami fatti e nella sua immaginazione: «Siete proprio sicura di tutto ciò che m'avete detto?». «Oh, no! ma io dico tutto quel che penso per essere certa di non dimenticare nulla». E poi sarà sicura? «Per me, dice un altro che ha assai praticato il partito più sicuro, non è mai chiaro ... Le mie confessioni non mi soddisfano e non danno un'impressione esatta della realtà. Non è così!». E le confessioni che non hanno mai fine, che affastellano tutti i dettagli più insignificanti. E soprattutto le confessioni da ricominciarsi, da ricominciarsi inde-

50

finitamente! Tutti i direttori conoscono questi terribili penitenti che non hanno mai finito e che ritornano e che fanno perdere un tempo enorme e che se ne vanno infelicissimi perché «non hanno detto tutto». «Oh! come invidio Luigi XIV, diceva uno di essi». «E perché?». «Perché aveva un cappellano tutto per sé». Ahimè! due non basterebbero.

«Il partito più sicuro» non riesce meglio negli altri generi. Nadia ha un bel restare dinanzi allo Specchio, non arriva a decidere se è più o meno pallida della vigilia e non rischi di ingrassare. V... ha un bell'assaggiare la propria minestra, non sa mai «se ha, sì o no, il gusto del veleno» (15). La signora X..., avendo assistito ad una seduta della Corte d'Assise, pensa come sarebbe orribile fare condannare un innocente. Ella evita dunque di toccare matite o penne, perché con ciò si potrebbero scrivere menzognere denunce; poi evita di toccare o vedere seggiole, tavoli, alberi, tutto ciò che è in legno, perché con ciò si potrebbero fare matite o penne (16). Un'altra, «avendo traversato una delle vigne del padre, fu presa da tale angoscia all'idea che un pezzo d'ago avesse potuto cadere su un grappolo, che fu obbligata» a «tagliare tutti i grappoli del filare attraversato ed interrarli profondamente» (17). Ru, un uomo che ha esercitato con distinzione una libera professione, si preoccupa «di onorare una memoria che gli è cara»; è la sua ossessione. Ora, per una bizzarra associazione d'idee, s'immagina che deve forse, con questo sentimento, raccogliere i

mozziconi di sigari o sigarette che incontra per strada. È faticoso, dissimula meglio che

(15) J., I, 107.

(16) Vedasi P. e R., 225.

(17) P. e R., 149.

51

può le sue manovre; ma le raccoglie: è il «partito più sicuro» (18).

«Il partito più sicuro» giunge sino a proibire tutto ciò che condurrebbe, non solo al male o all'apparenza del male, non solo al pensiero del male, ma anche ad ogni occasione di tale pensiero. Non cito che un solo esempio, quello di Z, in seguito alle notizie comunicate dalla sua famiglia. Z ha per principio che ogni pensiero cattivo, o ritenuto tale, ha per effetto morale di interdirla per l'avvenire tutto ciò che può, più o meno direttamente, ricollegarsi alla stessa circostanza e rinnovellarne l'occasione o ridestarne il ricordo (19). Si può prevedere quante proibizioni abbia potuto produrre tale principio applicato per più di vent'anni. «Ella non può più vedere o toccare alcun mobile o

(18) Ci viene segnalata gentilmente una curiosa osservazione, di cui non riportiamo che una parte. Si tratta di una persona ossessionata dalla preoccupazione della proprietà e l'orrore della polvere. Il partito più sicuro le parve essere di pulire e far pulire per tutta la sua vita. Citiamo: «Essa impiegava, in media, 66 litri d'acqua di Colonia all'anno, facendo ripulire, per tutto il giorno, con candido cotone, imbevuto d'acqua di Colonia, le dorature e le modanature dei suoi soffitti. Una donna preposta a questo servizio viveva costantemente su una alta scala, o altrimenti ella faceva la calza mentre la padrona era occupata a pulire altrove. Con i chili di cotone che le erano assegnati ella si cucì poi delle ottime coperte. Tutti i domestici, prima di entrare in casa, dovevano calzare, presso il portiere, scarpe di pelle bianca, perché la minima traccia poteva essere individuata dalla padrona di casa. Essa non si coricava che alle cinque del mattino, volendo profittare della calma della notte per percorrere la casa da capo a fondo e dare la caccia alla polvere. I suoi infelici figli la sentivano pulire la maniglia della loro porta. Egli ha vissuto sino oltre novant'anni ed ha conservato la sua mania sino all'ultimo giorno. La polvere era il tormento della sua vita, eccezionalmente felice. Ella stessa diceva, e molto seriamente: "Ho avuto un marito esemplare, bei figli, buona salute, superba fortuna; ma ho avuto la polvere".

(19) Ella ha riflettuto tanto sul proprio caso che ha finito per complicarlo oltre ogni dire; ma diamo qui l'idea che ha servito di punto di partenza.

52

oggetto della casa di campagna, alcun albero, alcuna pianta del giardino di campagna. A Lione, la maggior parte delle strade, dei viali, delle piazze, dei magazzini le sono vietati. A Marsiglia un quartiere intero. Certe ferrovie o certi treni, come tutte le case costruite su gallerie, sono proibite. Quei frutti le ricordano quell'albero: dunque non può prenderne. Il padre ha toccato oggetti proibiti. Conclusione ... inattesa: ella non deve acquistare nulla oggi nei magazzini (probabilmente perché crede che questa sia un'espiazione che deve subire). Nella sua infanzia, un giovedì santo, facendo la visita delle chiese, ha pensato che non era il caso di scomodarsi tanto per Dio. Conclusione: «Non posso andare nella mia campagna, perché la figlioletta del custode porta un giubbotto che è stato acquistato il giovedì santo». La tal persona le ha provocato un cattivo pensiero; non deve più rivederla, né udirne parlare, neppur pensarvi, e non sole mente a lei, ma a nessuno dei suoi né ad alcuno che abbia qualche rapporto con lei. così, una volta, ha avuto, o creduto di avere un pensiero su un avvocato: per tutta la vita, ella non deve più entrare in uno studio d'avvocato. Ella non deve più abbracciare le proprie sorelle quando portano certi vestiti, perché questi vestiti sono stati fatti da una sarta indicata dall'ernica di una donna equivoca, o perché essi le ricordano un magazzino in cui, scegliendo un giorno delle stoffe mentre era in procinto di preferirne una, si disse all'improvviso: «È forse con questa stoffa che si vestono le donne che non sono come si deve». Ella stessa non è più inviolabile delle altre. Se indossando un abito l'ente «le giunture scricchiolare», deve toglierlo e rimetterlo sino a che «non scricchiolino più» e questo può durare per «delle ore intere». In breve, «non solo essa giunge a non fare né dire più nulla, ma vorrebbe paralizzare tutte le persone del suo contorno, tutto

53

ciò che si fa e si dice che le possa riportare alla mente un ricordo cui non bisogna più pensare». I fatti che servono di primo anello a questa catena risalgono talvolta a quindici o vent'anni prima; ma «ella si ricorda di cose assolutamente insignificanti con una memoria implacabile». Se invece non se ne ricorda più, afferma che ci deve esser stato qualcosa e che si sente obbligata a trarne le conseguenze. «Quando si insiste per fari a passar oltre, pretende che ciò le produca lo stesso effetto che se le dicessimo di calpestare un crocifisso e che dovremmo accorgercene dalla resistenza che ci oppone». Ella confessa SI che è ridotta ad una vita assurda; ma che senza dubbio è colpa sua, che è vincolata ad un passato di cui porta il peso, e che, essendo tale il suo passato, è tenuta a questa condotta per non esporsi alla tentazione.

È «il partito più sicuro»!

Ma, come i mezzi precedenti, fallisce, e anzi produce ben presto un raffina mento di tortura che consiste nel rinserrare l'ossessionato in un dilemma mostruoso in cui il male che si vuol fuggire si presenta contemporaneamente da due lati. Si è già visto Nx impegolato nei suoi voti: «Se non faccio voti, è perché non ci tengo sinceramente a riuscire; se ne faccio, manco al voto che ho forse fatto di non fame», Si è vista Ger... con il suo recipiente per il brodo: «Se vado dalla droghiera, la scandalizzo; se

non ci vado, mio marito dirà male di Dio». Qualunque sia l'ossessione, quasi tutti gli ossessionati, a forza di correre dietro alla certezza, finiscono per rinchiudersi in questa morsa. Lisa sa che è suo dovere uscire; ma se ella esce va a dare al diavolo l'anima di suo figlio. Che decidere? Nadia ha fatto due promesse, l'una alla madre, la promessa di mangiare; l'altra a se stessa, quella di non mangiare. Come fare per non mancare

54

a nessuna? (20). A grida che «le piacerebbe piuttosto essere tagliata a pezzi» che fare la tal cosa; ma si tratta forse della «voluttà del soffrire», e dunque di un peccato di voluttà. Bz, un funzionario ossessionato dalla paura di non raggiungere il collocamento in pensione, si crede forse malato: se non si cura, rischia di morire e di lasciare i suoi nell'indigenza; se si cura e trascura i doveri professionali, rischia di nuocere alla sua promozione o di farsi porre in aspettativa. X, che vive sola con la sorella, vede dei fanciulli giocare in strada, o un ubriaco indugiare sul marciapiede: chissà se questi disgraziati sono istruiti nella morale e nella religione? La cosa più sicura è incaricarsene e condurli a casa propria. Ma ella è povera. E poi che dirà la sorella? Che dirà la gente? Che diranno i parenti? E che scandalo! A vuole accusare tutto ciò che può essere un peccato, tutto! è la cosa più sicura. Ma chissà se ella non ha fatto peccati a bella posta per dirli? e allora, se li dice, è forse un sacrilegio; e se non li dice, ne è un altro; e quale è il maggiore?

«Il perfetto non mi basta, ci dice B; mi occorre il più che perfetto», Ahimè! si arriva all'imperfetto.

In conclusione, in questo immenso sforzo per dissipare «l'esercito dei dubbi e delle angosce», nulla riesce, né i ragionamenti, né i consigli, né le astuzie più svariate e le più costose, né il partito più sicuro. Si è sempre impotenti a raggiungere la certezza. Ritroviamo qui ancora il fatto capitale che abbiamo già segnalato, al termine del capitolo precedente; ma lo troviamo confermato. Questa impotenza si presenta con più manifesta evidenza quando la si vede sussistere dopo tutti i procedimenti immaginabili messi in opera per riuscire; essa sussiste qualunque sia lo sforzo effet-

(20) J., I, 108 e sgg.

55

tuato, e anche quali si siano l'ossessione e l'ossessionato. Essa deve dunque rifarsi a qualcosa di profondo e di irriducibile; non ad un modo di pensare o d'agire, ma ad un modo d'essere che nessuna abilità può modificare e contro cui ogni libertà si spezza. La teoria che tenterà di spiegare l'ossessione dovrà tener conto di questo fatto.

II - RISULTATO DEGLI SFORZI: AGGRAVARSI DEL MALE

Gli sforzi dell'ossessionato non solamente sono sterili, ma aggravano il male. La sostanziale impotenza di cui abbiamo parlato, non solo sussiste, ma aumenta per lo sforzo stesso che tenta di sopprimerla. Abbiamo già visto la certezza allontanarsi sempre più e i dubbi accumularsi in proporzione della violenza con la quale ci si accanisce contro; ma vi sono ancora tre conseguenze che dobbiamo segnalare per meglio mostrare sino a qual punto tali rimedi non facciano che peggiorare il male. Essi rinforzano le associazioni di idee morbose, e spingono la malattia al suo apice con la tendenza all'allucinazione e l'impulso agli atti temuti.

Si è già visto, dagli esempi riportati, e particolarmente da quello di Z, la funzione notevole ed impacciante che riveste l'associazione di idee. Allo stato normale, l'io tende verso l'unità con una spinta tranquilla e profonda proveniente da tendenze già provate ed armonizzate, inquadrata da solide abitudini; se conserva il suo orientamento, rinnova incessantemente il contatto con la realtà concreta, incorporando man mano i fenomeni della vita corrente; tutto si mantiene e si coordina: le associazioni automatiche d'immagini e di ricordi non possono svilupparsi che ingranando con il movimento di tale coscienza; quelle

56

che ne turberebbero l'armonia non possono reggere contro questa massa coerente, il buon senso le condanna e le dissocia immediatamente o almeno le respinge nell'ombra da cui ben presto svaniscono.

Ma tutti questi moderatori mancano all'ossessionato. L'io è inquieto, instabile, tormentato; l'attività pratica, psichica o intellettuale, è labile o distratta, essendo l'attenzione occupata a dibattersi contro «l'esercito dei dubbi» e logorandosi nello sforzo. Le associazioni si precipitano senza incontrare ostacolo e si accelerano per il loro proprio movimento come valanghe.

Ma v'è di peggio. Lungi dal trattenerle, l'ossessionato, a sua insaputa, le scatena e le dirige verso il punto sensibile. Anche nell'isterico, la correzione apportata dalla normale attività e dalla padronanza dell'io fa difetto; ma se l'associazione si sviluppa senza ostacolo, almeno non tutto è ugualmente capace di provocarla. Una matita potrà pur dare all'isterico l'idea sì di scrivere una falsa accusa; ma un albero non gliela darà. Mentre ogni oggetto, ogni parola, ogni azione, ogni pensiero, ogni immagine può, nell'ossessionato, suscitare un'associazione od un fiume di associazioni con la loro idea ossessiva. Janet, che fa questo rilievo, aggiunge molto assennatamente che l'associazione di idee in essi non proviene esclusivamente dalle circostanze obiettive, né dall'automatismo delle immagini, ma da una certa segreta intenzione. È «una associazione cercata e costruita attualmente dal soggetto» (21).

Essa è «cercata e costruita» in virtù della costituzione stessa dell'idea ossessiva quale abbiamo spiegato. L'amore della maggiore impone l'angoscia della minore. Il malato, temendo per il suo amore, inter-

(21) J., I, 75.

57

roga ansiosamente ogni fenomeno che si presenta per sapere se non ne sorgerà nulla di minaccioso (22).

È fatale che, in queste condizioni di spirito, ne sorga qualche cosa. Si può sempre, su un qualsiasi fenomeno, innestare una associazione di idee. Se non se ne trovano affatto per analogia, se ne troveranno per contrasto. E, difatti, le associazioni per contrasto abbondano negli ossessionati: essi vogliono dire una preghiera ed è una bestemmia che sorge; maledire il diavolo, e maledicono Dio; e sono sbigottiti di udire la loro parola interiore, e talvolta quella delle loro labbra, dire il contrario del loro pensiero, o il loro pensiero esprimere il contrario dei loro desideri (23). Per contrasto o per analogia, le associazioni si accumulano dunque attorno all'idea ossessiva e danzano una pazza girandola. A poco a poco esse trascinano tutto nel loro turbine. «Non un pensiero,

(22) Si possono qui applicare le riflessioni che Boutroux fa a proposito dell'invenzione matematica (nel Bollettino dell'Institut Général Psychologique, maggio-giugno 1908, p. 184 sgg.): «Fra tutto ciò che s'agita confusamente [nella coscienza e] nel subconscio il sentimento di paura dell'ossessionato afferra, pone in risalto, esalta tutto ciò che l'interessa, come la sensibilità del saggio o dell'artista sceglie ed armonizza tutto ciò che lusinga il suo sogno». - E l'ossessionato prende tutto sul serio, perché se «si crede volentieri ciò che si desidera, si crede [anche] facilmente ciò che si teme; l'oggetto desiderato o temuto - teorie o fatti - interessa troppo direttamente la nostra azione perché non siamo tentati di tenerne conto come d'un oggetto reale. (J. Marchand, S.L A propos du sentiment de présence, Fr. et Rob. Ceuterick, Louvain, 1909, p. 41).

(23) Un'osservazione fra tante: «I miei periodi di calma morale, di pace religiosa corrispondono con le epoche in cui mi occupo meno di religione. Al contrario, quando assisto a prediche, a conferenze, quando faccio le mie letture spirituali, si scatena in me un vero vortice di obiezioni, di dubbi; ne sono costantemente preoccupato ed ossessionato. Ciò è di un'illogicità straziante». Testimonianza di M. Questa illogicità ha tuttavia una sua logica, in un ossessionato.

58

dice A, non una parola che, per analisi, associazione o sostituzione, non faccia sorgere un nuovo scrupolo ... Non posso più udire pronunciare il mio nome senza trasalire, né leggere le parole mortificazione, umiltà [segue tutta una lista] ... Non posso più vedere il color rosso, né sentire il minimo contatto... né fare una preghiera in un luogo dove sia una statua, perfettamente a posto, ma che me ne ricorda altre, pure innocenti», ma non abbastanza perché si preghi davanti ad esse. «Tutto ciò è

molto più complesso di quanto non vi possa dire, e vi sono altre ragioni che quelle apparenti (le associazioni) che danno unità a queste cose e le raggruppano fra loro ... Ne ho collezionato un centinaio di varietà intimamente legate assieme, concentrantesi sulla stessa cosa e riferentesi ad una sola persona».

E le ossessioni, facendosi più estese, si fanno anche più turbanti. In seguito allo strazio della coscienza ed all'inaridimento cerebrale provocati dagli sforzi che abbiamo detto e principalmente dal tumulto incessante di queste associazioni che non risparmiano più nulla, l'idea del male si confonde vieppiù con l'intenzione. Cadendo in questa coscienza prostrata ed anarchica, essa vi si mantiene almeno per qualche istante vivissima, prima che le idee contrarie abbiano potuto raccogliersi per raggiungerla e combatterla, e così essa ha avuto il tempo di apparire come un'idea forse accettata, come un'intenzione perversa, mescolata ai migliori atti e che accredita dubbi angosciosi persino sulle occasioni in cui la condotta esteriore era chiarissimamente irreprensibile. Allora soprattutto, per questa confusione che il dilagare delle associazioni pazze ben presto provoca fra l'idea e l'intenzione del male, per questa ultima scossa, l'ossessionato perde completamente l'equilibrio e non può padroneggiare i dubbi più inverosimili; e gli ca-

59

pita, come a Bn, un giovane intelligente, che fu, ci dicono, «il primo in tutte le classi», che, di fronte ad un atto qualsiasi, sia pure una preghiera da recitare, grida: «è male!». Tutto è crollato. Delle associazioni cercate e costruite fra gli oggetti o gli atti più innocenti e le idee più perverse, fra le idee e le intenzioni, tutto è intaccato, tutto pare impossibile o vietato.

Ma, nonostante sia così straziante e completo il risultato, noi lo comprendiamo. È fatale che gli sforzi violenti del malato, sopprimendo sempre più le correzioni normali, fissando sempre più l'attenzione, moltiplicando sempre più gli inquieti interrogativi, devono aumentare, lungi dal diminuire, il numero, l'estensione ed il pericolo delle associazioni d'idee che lo torturano. Di modo che, su questo punto, nel costatare il fatto, vediamo anche il perché e, a questo proposito, nessun problema nuovo si pone.

Al contrario, i due fatti che restano da segnalare, - allucinazione ed impulsi - porranno nuovi punti interrogativi ai quali la psicologia dovrà rispondere. Ma bisogna innanzitutto costatare che questi due fatti non si presentano con la stessa frequenza dello scatenarsi delle associazioni d'idee. Questo è fatale, perché l'ossessione non è combattuta; quelli sono assai rari, anche fra i malati più avanzati. B, per esempio, che ha tanto sofferto, afferma di non averli mai sperimentati, neppure allo stato iniziale: tutto in lui resta nelle combinazioni d'idee astratte, nei ragionamenti pazzi e incontrollati, sovrapposti alle sensazioni correnti. Ed il suo caso è lungi dall'essere eccezionale. L'allucinazione e l'impulso possono dunque intervenire come l'esperienza prova e noi lo vedremo: ma essi possono mancare,

anche quando l'idea ossessiva sviluppa le sue conseguenze attraverso le più lunghe crisi.

60

Bisogna ancora constatare che, dove si incontrano, sono già in parte spiegabili.

Dall'inizio, l'idea ossessiva si presenta, abbiamo detto, sotto forma parassita, estranea, e tende a dissociare la coscienza. Man mano che l'attenzione si concentra su essa, il fenomeno si fortifica, il parassita s'affonda vieppiù nell'io normale e si nutre a sue spese.

In questo modo, diviene, a poco a poco, la più forte, costituisce un simulacro di io separato e governantesi a proprio modo. Sempre più, le sue affermazioni sfuggono dunque alla critica del buon senso e si credono reali. È l'allucinazione. F, per esempio, vede un annegato in tutti gli oggetti trascinati dal fiume, un ubriaco che sta per cadere in tutti gli uomini dall'andatura un po' esitante sul marciapiede; ma soprattutto vede delle ostie o delle particelle d'ostia in tutto ciò che è bianco, sui suoi abiti, sulle persone che hanno fatto la comunione, in mezzo alla strada, specie nei dintorni della chiesa, dappertutto. Gli è già stato detto, in modo generale, che per lui deve contare solo ciò che è evidente. Egli afferma che ne ha l'evidenza, che le vede e le distingue allo stesso modo degli altri oggetti di cui non può negare l'esistenza. Rispondo allora, credendo di calmarlo con questa soluzione ... ampia, che per quanto riguarda le ostie, non dovrà preoccuparsene sino a che ne trovi un pezzo avente un metro di altezza. Egli ritorna turbato. Ne ha visto. «Oh! Non erano un metro, no, ma erano forse state inumidite, e se fossero state secondo il loro naturale, chissà se non avrebbero avuto un metro d'altezza?». «Voi allora aspetterete che ve ne sia un mucchio che faccia il giro della terra e salga davvero sino alla luna». «Ciò vuoi dire che mai, in nessuna circostanza, e qualsiasi cosa avvenga, non devo preoccuparmi?». «Evidentemen-

61

te!». Egli si fa allora un ragionamento metafisico per dimostrarsi che ho il diritto di dargli questa direzione, e se ne va quasi convinto. Ma vede sempre ostie ovunque, e per sforzarlo a passar oltre, ho dovuto minacciarlo di rifiutargli l'assoluzione, se ne faceva parola. Questa minaccia ha sortito miglior effetto della sua metafisica. Mi hanno parlato di una donna che affermava di aver rigettato con sprezzo l'ostia della sua comunione. Fatta sorvegliare, sebbene non avesse posto piede in chiesa, anche quel giorno ha ripetuto la medesima dichiarazione. Altri odono delle voci che dicono loro: «Tu sei dannato». Altri sentono un verme che rode loro il cervello. N ci dice d'esser morta e sepolta, ma tuttavia vivente, in modo da soffrire insieme la morte e la vita. «Spiegate, se lo potete; io non lo posso; ma ciò è vero, lo sento».

Ecco appunto delle allucinazioni.

Tuttavia, se si guarda da vicino - è ciò che Janet non ha mancato di fare - queste allucinazioni divengono sospette. Esse non sembrano affatto simili a quelle degli

isterici, che sono chiare, precise, complesse, finite. Quelle degli scrupolosi, invece, sono imprecise, povere. esitanti; mancano di colore: «È come se vedessi» dicono talvolta; «è un po' vago, ed ho bisogno di disegnare l'immagine per rendermene conto». Il verme è sentito nella testa, ma essi non sanno localizzarlo; e talvolta è nella gola o nel petto. Nella maggior parte, ciò che dicono di vedere, sentire o udire, non è che un simbolo che esprime le loro angosce. Infine e soprattutto, queste allucinazioni non si sviluppano sino al loro completo perfezionamento. Se si suggerisce all'isterica che ella vede un serpente, tutti gli elementi di questa idea si presentano nella sua coscienza con una perfetta coesione e può descrivere la forma del serpente, la misura, la testa, i movimenti; l'ode sibilare, lo vede avvicinarsi,

62

lo fugge, si comporta come se fosse reale. L'ossessionato ha sempre desiderio di esaminare meglio per rendersi conto; nell'attesa, esita a comportarsi liberamente in conseguenza di ciò che pensa, e se, senza aver l'aria di contraddirlo, si arriva a scrutare il suo intimo pensiero, ci si accorge che non ne è pienamente convinto (24). F, che vede ostie ovunque, così si esprime nel suo diario: «Nei corpuscoli bianchi che vedo, *io presentisco, non senza qualche ragione, delle particelle possibili di ostia consacrata*». Egli sarebbe stato senza dubbio più categorico in una confessione; meno turbato in una confidenza a carattere puramente teorico, ha meglio individuato la realtà della sua impressione e si vede che essa è lungi da una convinzione assoluta. A nostro avviso, questo difetto di convinzione assoluta è un indice essenziale. Lo si incontra sempre, se lo si cerca bene; e, di fronte a casi gravi in cui si esita per saper se si ha a che fare con una pazzia caratteristica e definitiva, il metodo migliore e più rapido di farsi un'opinione, è di costatare se il malato crede, con una convinzione totale, alla realtà delle sue immagini allucinatorie.

Ma ecco esattamente il problema che si pone e che bisognerà più oltre risolvere. Noi vediamo perché lo sviluppo dell'idea ossessiva possa giungere sino all'allucinazione; ma bisognerà dire perché questa allucinazione non si sviluppi, come nell'isterico, sino al limite.

L'impulso agli atti temuti ci condurrà a conclusioni analoghe.

Innanzitutto, è un fatto che l'ossessionato che,

(24) Vedasi J., I, 10, 56, 73, 85, 94, 120, 314. Vedasi pure, dello stesso autore, *Névroses et idées fixes*, Alcan, Paris, 1898, vol. I, p. 18, 216 e capitolo IV.

63

sin dall'inizio, sente dubbi, paure, minacciare ciò che ama di più, finisce sovente per sentirsi spinto a realizzare egli stesso queste paure. Una madre di famiglia ci domanda, un giorno, che cosa si deve pensare di suo figlio, un uomo assai timorato e di esemplare condotta, che dichiara spesso, con aria decisa, che si farà massone. «C'è da pensare, le diciamo, che questo giovane è uno scrupoloso e che ha in odio la

massoneria». Ed avemmo ben presto l'occasione di costatarlo. Si trovano anche molte persone, assai attaccate alla vita e che si accuseranno assiduamente, se le si lascia fare, di volersi suicidare. Gli esseri più nemici dell'ingiustizia si sentono inclini a rubare o a uccidere. Le madri, è ovvio, vogliono uccidere i loro figli «In una conferenza che facevo recentemente alla Salpêtrière, dice Janet, avevo potuto riunire cinque madri di famiglia che tutte ripetevano piangendo esattamente la stessa cosa: che qualcosa le spingeva a colpire i loro figlioletti con un coltello appuntito» (25). «"Perché non pensate a fare altrettanto a vostro marito?" si dice a una di esse. "Oh! mio marito, non l'amo abbastanza per questo", risponde ridendo» (26).

È dunque principalmente contro ciò che ama di più che il malato si sente spinto da questa bizzarra forza che sente in sé e che non vuole.

Questo impulso può prendere forma negativa. Claire, che è assai timorata, si sente spinta a non andare alla messa, a non ricevere la Comunione Pasquale. «Le basta pensare che un'azione è buona, perché abbia un violento impulso a non farla».

Per bizzarri che siano questi fenomeni, la spiegazione ne è facile. Abbiamo visto come l'idea del

(25) I, 15.

(26) R. e J., II, 436.

64

male temuto ossessioni il malato, e sappiamo d'altronde che ogni idea spinge all'atto (27). Nell'uomo normale, l'idea che si oppone al buon senso o alla volontà deliberata è immediatamente contraddetta ed eliminata dall'io. Nell'ossessionato, essa incontra un io indebolito, dissociato dal parassitismo dell'idea ossessiva. Questa dissociazione è inoltre aggravata da un'emozione di paura che provoca più o meno questo fenomeno di vertigine morale di cui abbiamo altrove descritto il meccanismo (28). Così si comprende una volta di più che l'idea dell'atto temuto si mantiene per un istante assai viva nella coscienza ossessionata e, di seguito, aziona i nervi. Se si tratta di un atto assai semplice e la cui realizzazione non richiede che un breve istante, scatterà dunque automaticamente: è ciò che accade ad esempio nella paura subitanea di dire una bestemmia e che la fa scaturire dalle labbra, di guardare il tale oggetto o la tal persona per la strada, e che orienta immediatamente lo sguardo da quella parte. Bn, che ha il desiderio di ricevere gli ordini sacri, ha una paura orribile di congiungere il pollice e l'indice, perché immagina che, con questo gesto, consacra forse tutti gli oggetti vicini, il che naturalmente complica assai la sua vita; ma, naturalmente ancora, più ha paura, più ripete il gesto fatale.

Tuttavia se questi piccoli impulsi sono realizzati prima che la coscienza abbia il tempo di riprendersi, l'esperienza prova che quando l'azione è un po' complicata,

quando richiede la combinazione di mezzi da disporsi in vista del risultato, allora questi pretesi impulsi irresistibili non vanno mai sino in fondo.

(27) Vedasi Eymieu, *Le grandi leggi*. Edizioni Paoline, Roma 1958, primo principio.

(28) Ivi, primo principio, cap. III, G. e H.

65

Vi è sì un inizio d'esecuzione sotto la spinta dell'idea troppo viva, o delle ardenti parole che dichiarano la decisione presa; ma il gesto non va più lontano. Il giovane di poco fa non si è fatto massone; questi ladri non rubano; questi assassini non uccidono nessuno; questi madri afferrano sì il loro aguzzo coltello, ma l'abbandonano presto: questi suicidi perpetui arrivano persino ad appendere la corda, ma non vanno sino a mettersi all'estremità, a meno forse che non vi sia qualcuno accanto per liberarli a tempo. Si cita il caso di un tale (29) che inghiottì del cloroformio, ma dopo essersi preso la cura di telefonare innanzitutto alla propria famiglia ed al proprio medico che, naturalmente, accorsero e lo trassero d'impiccio, con sua grande soddisfazione.

Insomma, vi è un impulso, una scossa nervosa; sotto l'urto, si può vedere un inizio di azione; ma l'azione, per poco che sia complessa e fatale, si arresta bruscamente, appena a mezza strada, come riafferrata dalla libertà. Essa si arresta precisamente quando diverrebbe grave. Se talvolta essa giunge a termine, v'è modo di esaminare il caso più da vicino, e si vedrà senza dubbio che non si tratta più di un ossessionato, ma di un'altra categoria di malati, o che almeno «l'ossessione non è pura», che «vi si aggiunge un altro fattore, come: accentuata degenerazione, indebolimento intellettuale, intossicazione alcolica, morfina, o altra, idea delirante, contagio da esempio o da giornali, ecc.» (30).

Si può ammettere come regola che di fatto gli ossessionati non realizzino i loro impulsi sedicenti irre-

(29) J., I, 80.

(30) P. e R., 116. J. (I, 75-85) ammette conclusioni analoghe dopo aver discusso le obiezioni che sembrano presentare alcuni casi speciali.

66

sistibili; ma che essi tagliano corto quando sentono che l'atto rischierebbe veramente di compromettere la loro tendenza preferita (31). Bisognerà, nella teoria, indicarne il perché. -

Riassumendo i fatti passati in rivista in questo articolo e che costituiscono, non più gli elementi essenziali dell'idea ossessiva, ma il suo spontaneo maturare, il suo normale sviluppo, questi fatti, diciamo, non mettono solo in rilievo l'impotenza

assoluta dell'ossessionato a sbarazzarsi da sé della propria ossessione; ma ci dimostrano ancora che il suo sforzo non fa che aggravare il male: tutti i caratteri morbosi e dolorosi dell'ossessione ne escono esasperati, ed in particolare il torturarsi aumenta con l'associazione d'idee, mentre l'idea fissa giunge sino all'allucinazione, e la paura sino all'impulso.

La maggior parte di questi fatti sono stati spiegati cammin facendo; ma restano, come residuo di questo argomento tre nuovi problemi: perché lo sforzo dell'ossessionato è, non più solamente sterile, ma nocivo? Perché in lui l'allucinazione e l'impulso non si spingono sino al limite?

(31) Solamente «certi malati s'ingannano; considerano l'atto come poco importante, poco pericoloso; essi s'immaginano di non fare che un gesto; che un accenno all'azione, e, senza averne il dubbio, fanno cose molto più gravi di quanto non suppongano. Penso in particolare alle giovani che si rifiutano di mangiare, che s'impongono assurdi regimi, per paura che il loro seno si sviluppi o che arrossisca il loro naso» (P. Janet, *Névroses*, 36). Limitazione facile a comprendersi, e osservazione molto pratica.

CAPITOLO III

LA DEGRADAZIONE DELL'IDEA OSSESSIVA

Definizione dei fenomeni degradati. - Gli uni si collegano ad una mania precisa: sono le manie intellettuali, le fobie, i tic. - Gli altri non sono che agitazioni diffuse. - Loro caratteri comuni. - Origine di questi fenomeni. - Come si ricollegano alla ossessione. - Problemi da risolvere.

Dopo aver visto l'idea ossessiva *svilupparsi* sotto lo sforzo del malato, occorre vedere come essa si *degradi* ancora.

Non vogliamo affatto dire con ciò che essa si attenui: abbiamo detto il contrario e che perde in valore psicologico. L'agitazione che ha provocato e che è aumentata per l'impotente sforzo del pensiero e della volontà, si prolunga in seguito, come per virtù della velocità acquisita, anche quando questo sforzo fallisce, quando il pensiero e la volontà prostrati si allentano; e sono allora fenomeni d'ordine inferiore, che si sostituiscono ai primi, e continuano questa permanente agitazione; sono idee, atti, sentimenti che in generale derivano dall'idea ossessiva, ma che sembra abbiano perduto contatto con essa; e la loro inferiorità si manifesta per il fatto che tutti questi fenomeni sono ancora più illogici, più sproporzionati, restando completamente sterili.

Essi si presentano in numero incalcolabile e con

68

tutte le varietà possibili. La nostra esperienza personale è assai povera a questo proposito, perché i malati sono restii nel momento della direzione spirituale; ma quando sono ricoverati in una clinica, essi li lasciano vedere o li analizzano più agevolmente, e tutti i medici specialisti ne hanno raccolto notevolmente. Dopo averne segnalato qualcuno a titolo d'esempio, indicheremo i caratteri per cui si riallacciano all'ossessione e il problema nuovo cui ci pongono di fronte.

Alcuni appaiono ancora legati ad una idea precisa e vi si coordinano; altri non sono che agitazioni diffuse, non conservando più nulla d'intellettualità se non quanto loro basti per restare coscienti.

Ai primi si possono collegare le innumerevoli manie. Tutti gli sforzi che abbiamo segnalato, parlando dello sviluppo dell'idea ossessiva, possono trasformarsi in una mania intellettuale.

Lo sforzo per scrutare il passato in vista dell'esame di coscienza, o l'avvenire per infinite deliberazioni, può divenire mania della ricerca, della precisione, dei numeri, degli interrogativi, ecc.,

«Altre volte, dice G ..., cercavo i miei ricordi per sapere se doversi rimproverarmi qualche cosa». Era la fase dell'idea ossessiva e questa ricerca ne era uno sviluppo; ma ecco la degradazione con la mania di ricerca, isolata dal suo primitivo scopo. «Adesso non è più la stessa cosa. Io mi racconto sempre ciò che ho fatto otto giorni or sono, quindici giorni or sono; ritorno a vedere le cose esattamente, pur non avendo alcun interesse a rivederle; ciò mi irrita semplicemente, ma ritorna mio malgrado» (1). Lo stesso per Ca...: Ha discusso, durante il giorno, con una persona poco

(1) J., I, 12.

69

conosciuta, bisogna assolutamente che nuovi nome e indirizzo di questa persona e vi impiega giorni e notti (2). Jean deve fare ogni cosa alla data fissata ed avrebbe spaventosi rimorsi se leggesse il giornale di una data scaduta: «È un disordine, non è a questa data che dovrebbe essere letto» (3).

Da ciò anche la mania di contare per precisare. Ve ne sono che contano tutto ciò che cade sotto i loro occhi; è un modo di «aggrapparsi a qualcosa». Uno di costoro, entrando dal suo medico, gli chiese il permesso di contare i bottoni del suo panciotto. Un altro conta il numero di volte che inghiotte la saliva, ecc. ecc. (4).

Molto più numerosi, e ne conosciamo parecchi, sono coloro che verificano perpetuamente se il loro colletto, il loro cappello, i loro orecchini sono ben a posto;

o anche coloro che moltiplicano i perché ed i *come* a proposito di tutto. Perché Dio ha fatto questo o quello? Perché ventun lettere nell'alfabeto? Perché gli alberi sono sempre verdi? Come avverrà la tal cosa? Come si vedrebbe se non si avessero occhi? E così di seguito all'infinito.

Al disotto delle manie intellettuali, vengono le innumerevoli *fobie*, o paure folli, di ogni natura (5).

L'inquietudine, che accompagna sempre l'idea ossessiva può, quando questa vien meno, accelerarsi come un ingranaggio che giri a vuoto e, in virtù di una associazione d'idee fortuita, essa ingrana con un oggetto, un atto, o un modo d'essere qualsiasi. La paura c'è in permanenza, ed essa si allaccia a ciò che trova.

(2) J., I, 124.

(3) J., I, 113.

(4) J., I, 119.

(5) J., I, 234, li raggruppa sotto cinquanta titoli, senza pretendere di esaurirne la lista.

70

o anche sembra andare a cercare ben lungi dove agganciarsi, F, per esempio, giunse dall'ossessione dei cani arrabbiati, alla fobia del suo gabinetto di lavoro. Dove sono gli intermediari? Eccoli! La moglie è entrata nel suo laboratorio portando un indumento che indossava quando traversava piazza della Concordia, la quale piazza gli sembra il ritrovo abituale dei cani arrabbiati (6). Perché la fobia non ha badato agli altri vestiti ed ha dovuto considerare solo questo indumento? Mistero dell'associazione d'idee. Un'altra ha la fobia dell'insalata. Perché? perché ella è stata impressionata dallo spettacolo di un incendio nella rada di Bordeaux in cui bruciava una nave carica di petrolio: in seguito a questo, ha paura del petrolio, dei lampi, dell'olio e finalmente «dei cibi che si mangiano con olio» (7).

Infine gli impulsi più bizzarri che impongono gli atti evidentemente più inutili, senza alcun rapporto con l'ossessione iniziale, possono sostituirsi agli impulsi torturanti che abbiamo visto nel capitolo precedente. Una malata, per esempio, «è obbligata a camminare nelle pozze d'acqua dei marciapiedi, ad acquistare ogni sera tre giornali e tre pipe, ad eseguire e far eseguire dal marito e dai figli, rientrando a casa, il gesto di chiudere una porta che non ha serratura, ad arrestarsi e far arrestare i suoi di fronte alle vetrine, dinanzi alle case illuminate, davanti alla luna e alle stelle, ecc.» (8).

Qui giungiamo ai tic, manie di certi atti sistematici, abbozzati, caricaturali, assurdi, compiuti con coscienza, ma con una certa mescolanza di volontà e di fatalità. Difatti, provenendo da tutte le origini, le une

(6) R. e J., II, 186 sgg.

(7) P. e R., 72.

(8) P. e R., 113 sgg.

71

lontane - l'idea ossessiva ed i mezzi di resistenza che essa sviluppa - le altre più vicine - le manie e le fobie che abbiamo ora detto, - i tic abbondano, almeno nei malati più avanzati. Sono smorfie, alzate di spalle, contorsioni del collo, contrazioni delle mani, arricciamenti di naso, piroette, e così via. Z, che ha l'ossessione di inghiottire degli spilli, è giunta a fare senza posa «hum, hum». Un'altra che ha l'ossessione dei cani e dei gatti, grida: «miau, bau, bau». Un altro, assai timido, ha immaginato di sorridere quando lo si guarda; e ora sorride sempre. Quella si batte tre colpetti sul capo, perché, all'inizio, verificava così se i suoi orecchini erano solidamente fissati. Tutto è stato immaginato e tradotto, anche l'inimmaginabile. E di questi tic, fobie o manie mentali le opere speciali ne raccolgono a migliaia (9).

Ne consegue che il fenomeno si degrada più ancora, che ciò che gli rimane d'idea diviene più vago; esso non si presenta più allora come un tutto preciso, organico, ma come un'*agitazione diffusa*, senza scopo, e senza importanza. Le manie mentali scompaiono in un semplice rimuginare o fantasticare; i tic, in una specie di crisi, e le fobie, in un'angoscia vaga che si precisa, per un istante, in occasione delle idee che si presentano.

Che cosa sia questa fantasticheria, lo si comprende o lo si indovina; perché tutti hanno conosciuto, più o meno, questo stato d'impotenza e nel contempo di effervescenza mentale in cui idee qualsiasi si presentano senza essere evocate, restano senza poter essere cacciate, si susseguono, si mescolano senza poter

(9) Vedasi J., I. 156-182; P. Janet, *Accidents mentaux des hystériques*, 158; dello stesso, *Névroses et idées fixes*, II, 392, P. e R., 53, 150, 237; Bechterew, «*Revue de Psychologie*», 1899 p. 35, ecc.

72

essere disperse, turbinano in folla, sempre caotiche, fanno gran gazzarra, ma non soddisfano alcun bisogno, fanno udire il rumore della macina ma non lasciano affatto farina. Lasciano solamente la testa vuota e stordita. Il sonno che, in genere, porta fine e rimedio a tutto, non porta, per l'ossessionato, né fine né rimedio. La tregenda continua col sonno, e ricomincia con nuova lena al risveglio, sino a che giunga una distrazione efficace od una estrema stanchezza.

A meno che non intervenga una crisi organica a distruggere le ultime riserve di forza, crisi di lacrime, o di contorsioni, o di movimenti, o di grida, o di parole, o di gesti e d'eccitazione.

Quanto all'angoscia, che generalmente permane, anche dopo la fine di queste crisi, «è uno stato in cui si ha paura di tutto e di nulla, in cui l'ansietà, anziché essere connessa sempre ad uno stesso oggetto, vaga come in un sogno e non si fissa che per un istante secondo le circostanze» (10). «Ho paura di tutto, dice Bs, in un'osservazione che ci ha voluto comunicare. A proposito di nulla, immagino che sto per essere uccisa. Se vedo un uomo con apparenza strana nella via, mi metto a tremare e corro persuasa che mi insegue per farni del male». «lo temo sempre una catastrofe», ci dice Re. «Quando per caso va bene, ci dice Yz, ho paura che ciò non duri. ho paura d'aver paura», «Ho paura, ci dice X, un uomo di quarant'ott'anni, non della morte o di qualche calamità, perché ciò si spiegherebbe; è una paura senza oggetto, una paura vana». «Mi ritrovo, ci scrive K, in preda nuovamente alle mie angosce senza tregua, a una specie di fobia generale la cui stessa imprecisione la rende più dolorosa». Questa fobia generale è, in

(10) Th. Ribot, *Psychologie des sentiments*, Alcan, Paris, 1896, p. 211.

73

fondo, ciò che Freud chiama «l'ansiosa attesa». Si attende qualcosa di spiacevole, ma non si sa che; e l'imprecisione stessa di questa attesa, che è già dolorosa, fa sì che si approfitti della prima occasione per immagazzinare un dolore di più.

Tali sono, in sintesi, i fatti: Al disotto, e generalmente, in mancanza dell'idea ossessiva e dei suoi sviluppi, si manifestano fenomeni di minor valore psicologico, gli uni più o meno organizzati e costituenti manie mentali, tic o fobie; gli altri più degradati ancora, caduti più in basso nella scala psicologica, che non costituiscono altro che un'agitazione diffusa, ma dolorosa, del pensiero, degli atti o del sentimento.

Ci resta da vedere che tutti questi fenomeni, per numerosi e diversi che siano, si rifanno veramente all'idea ossessiva, come una specie di derivazione, e da domandarci quale nuovo problema ci porranno da risolvere.

I medici, chiamati a costatare questi fenomeni, hanno creduto in un primo tempo, sviati dall'infinita varietà delle apparenze, di trovarsi di fronte a quasi altrettante malattie distinte, che hanno battezzato con nomi greci. Magnan, Legrain (11) e Janet, seguendo la via intravista da qualche recente autore, hanno avuto il gran merito di dimostrare che, nell'ossessionato, tutti questi fenomeni si ripresentano, nonostante le loro diverse apparenze, con caratteri comuni e si ricollegano tutti alla loro ossessione di cui non sono che una fase particolare.

Janet li ha raggruppati sotto il titolo di *agitazioni forzate* (12), che indica abbastanza chiaramente ciò che hanno di comune.

(11) Les dégénérés, Rueff, Paris, 1895.

(12) È il titolo del suo cap. II, essendo il primo dedicato alla definizione delle idee ossessive, quanto al loro contenuto e alla loro forma. Egli comprende, sotto questo termine di agitazioni forzate, i fenomeni degradati di cui parliamo qui e quelli che abbiamo descritti nel capitolo precedente, in cui abbiamo creduto vedere un carattere particolare che ne fa lo sviluppo dell'idea ossessiva e non la degradazione.

74

Sono, soprattutto, *agitazioni*: questo è il loro carattere fondamentale; rivelano una frattura d'equilibrio, una perturbazione della vita morale e fisica. Questa perturbazione si manifesterà nelle idee, negli atti o nei sentimenti, in modo preciso o vago, secondo le circostanze. Questa o quella forma, innestata dalle circostanze sull'agitazione, è l'elemento accessorio e variabile del fenomeno; ma questa *agitazione* è il fondo immutabile ed essenziale.

È un'agitazione *forzata*: non che occorra prender questo termine alla lettera; il malato può sopprimere o sospendere le sue agitazioni, ad esempio, quando arriva un estraneo. La sua volontà non è dunque incapace di far presa su di esse. Ed esse sono coscienti, perché egli si rende conto, più o meno, che sono assurde. Ma si sente violentemente trascinato verso queste cose assurde, condannato, per così dire, a questi «lavori *forzati*» (13).

A questi due caratteri, occorre aggiungerne un terzo, cioè che tutti questi fenomeni sono d'ordine *inferiore*. Non solamente sono sterili; ma sono pure senza alcun rapporto con lo scopo perseguito, coi desideri o le tendenze del soggetto, senz'alcun rapporto con le circostanze obiettive, mal adattati per conseguenza; a caso, rozzi, spropositati, incompiuti o giranti in un circolo, senza ingranare con nulla di reale, senza nulla realizzare.

Oltre a questi caratteri comuni che già ci potreb-

(13) È l'espressione di un malato di Janet, I, 156. F, di fronte ai suoi perché, ci dice che si sente «condannato alla discussione».

75

bero permettere di catalogarli assieme, si costata che tutti questi fenomeni degradati si comportano in egual maniera nel corso della malattia e possono sostituirsi reciprocamente. Quando uno appare o aumenta, gli altri cessano o diminuiscono. Ogni malato può passare così dagli uni agli altri, non solo da una mania ad un'altra; ma anche da una mania ad un tic o ad una fobia, e reciprocamente. Egli può anche averli tutti più o meno contemporaneamente. È dunque lecito concludere che questi fenomeni costituiscono, nella realtà, le manifestazioni diverse o i sintomi di un identico modo d'essere.

Aggiungo che questo modo d'essere, questo stato morboso di cui sono i sintomi, non è altro che l'ossessione stessa. Questo si può concludere, in primo luogo, dal loro punto di partenza, così come Janet ci pare che stabilisca con una fine analisi. Ne riportiamo le conclusioni principali: ciò che dà loro origine, è innanzitutto un'*azione volontaria*, cioè «nuova in una certa misura e che il soggetto tenta di agganciare a tutta la propria personalità» (14). Per esempio, «il sorriso ossessivo sopravviene quando si deve entrare in un salone, parlare ad una persona poco conosciuta; in una parola, compiere un atto difficile» (15). Un altro punto di partenza, che è molto simile al primo, è lo sforzo di *attenzione*. «Una ragazza di quindici anni è costretta a fare i suoi tic quando comincia la scuola»; e la sua istitutrice è nelle stesse condizioni: ella cede ai suoi tic, «quando deve far lezioni ai grandi, il che richiede più attenzione» (16). L'*emozione* infine è la terza circostanza che sembra far scattare i fenomeni inferiori. «La gioia o il dolore,

(14) J., I, 241 e sgg. Vedasi R. e J., II. II3-II8.

(15) 242, 243.

(16) J., I, 244.

76

dice Mm, mi fanno perdere l'equilibrio e ricadere nelle mie fantasticherie. Le situazioni lugubri, dice Jean, mi creano agitazioni e crisi di folle riso» (17).

In una parola, tutte le volte che si presenta l'occasione di pender più forza del solito, e di adattarla ad un'idea, a un fatto o ad una situazione precisa, se questo adattamento non può riuscire, i fenomeni inferiori si scatenano col loro automatismo che prende il posto dello sforzo d'adattamento (18).

Janet ne conclude che bisognerà cercare, al disotto ancora di questi fenomeni, nell'impovertimento delle forze psicologiche dell'ossessionato, la loro spiegazione. Ed è giusto. Ma significa anche ricollegarli a quel modo d'essere che fa di questi malati degli ossessionati, e conseguentemente, alla loro ossessione. È ciò che volevamo stabilire.

Vi si possono ricollegare ancora, osservando che essi sono la fase intermedia fra l'ossessione e l'idea ossessiva. Abbiamo già detto che si manifestano nel Corso della malattia quando gli sviluppi dell'idea ossessiva sembrano aver spossato le forze attualmente disponibili. Questi atti volontari d'altronde, queste attenzioni o queste emozioni che servono loro di punto di partenza immediato, conducono molto spesso all'idea ossessiva stessa o a qualcuna delle sue inflorescenze. Ma v'è di più, le agitazioni diffuse, ed in particolare questo stato d'angoscia, d'attesa ansiosa, di cui abbiamo parlato e che si trovano completamente in fondo alla serie, segnano, fra le manifestazioni esteriori, la prima fase e l'ultima. È di là dapprima che la malattia si manifesta; è di là, quando cede di fronte alla cura, che essa scompare (19). Sembra

(17) 246.

(18) E per ciò perde contatto con l'idea primitiva.

(19) Vedasi Seglas, *Lécons cliniques*, 1895, e Dallemagne, *Dégénéretes et déséquilibrés*, 1895.

77

dunque che questi fenomeni degradati siano come le foglie dello stesso albero di cui le idee ossessive costituiscono i fiori e i frutti. È per la loro spinta che la linfa dapprima si manifesta, è in esse che essa esaurisce l'ultimo sforzo quando l'albero sta per morire. In altri termini, pare che i fenomeni che abbiamo studiato in questo capitolo siano il preambolo dell'idea ossessiva, quando la malattia comincia, e che essi ne divengano in seguito i resti o le derivazioni.

Bisognerà tener conto di queste apparenze e trovare una teoria dell'ossessione che le spieghi.

Ma prima di edificare questa teoria, bisogna compiere l'inventario dei fatti. Abbiamo visto quelli che si riuniscono attorno all'*idea ossessiva*; ci resta da vedere quelli che deve fornirci lo studio dell'*ossessionato*.

78

PARTE SECONDA

L'OSSESSIONATO

Dobbiamo esporre i caratteri dell'ossessionato quali si rivelano ai suoi propri occhi e quali appaiono agli occhi dell'osservatore. Da ciò, tre capitoli: Nel primo, descriveremo l'autoritratto dell'Ossessionato; nel secondo, le insufficienze reali dell'ossessionato; e nel terzo, i suoi antecedenti.

CAPITOLO I

L'AUTORITRATTO DELL'OSSESSIONATO

Impotenza e incompiutezza nelle idee: difficoltà della messa in moto, cattivo funzionamento, cattivi risultati. - Negli atti: difficoltà della decisione, cattiva qualità dell'esecuzione, scontentezza di fronte al risultato. - Nei sentimenti: gioia impossibile, torpore, bisogno d'eccitazione. - Alterazione dell'io. - Problemi da risolvere.

Ciò che caratterizza l'ossessionato, così come si autodescrive, è un sentimento più o meno profondo, più o meno contenuto, d'impotenza e incompiutezza, che domina tutta la sua vita cosciente. «Mi pare, ci dice Bb, di vivere in una perpetua incompiutezza», anche, ben inteso, all'infuori delle idee ossessive. «Io urto sempre, ci dice Ee, in qualche cosa di incompleto, fatto di rimpianti e d'impossibile». «Tutto è stanco in me, ci dice H, di un'immensa stanchezza. Uno stato languente, una specie di sonnolenza, di atrofia di tutte le facoltà: ecco la mia esistenza». «Io non so nulla, non posso nulla, non valgo nulla, non sento nulla»: tali sono le parole che quasi tutti ripetono.

Questa incompiutezza o questa impotenza, essi la provano innanzi tutto nel- loro modo di pensare. Si sentono incapaci di pensare a fondo qualsiasi cosa: «Potete essere tranquillo, dice Lisa, non arriverei a

81

delirare completamente. Sono incapace di pensare qualche cosa completamente, anche una sciocchezza» (1).

Il loro spirito che entra così facilmente in effervescenza, quando è azionato dall'idea ossessiva, pare loro, nelle altre occasioni, inerte e resistente alla messa in moto. Essi fanno molta fatica a fissare la loro attenzione, e, il che è un po' la stessa cosa, a coordinare attorno all'azione presente il gioco della loro memoria. «Prima d'essere malato, ci dice B, ero capace di una straordinaria concentrazione senza distrazione; dopo, questo sforzo mi è divenuto estremamente penoso. L'attenzione vien meno; dimentico istantaneamente i. dati precedenti e non posso più tenere la catena dei miei ragionamenti». Ed ancora: «Quand'ero studente lavoravo con un tale assorbimento che il rumore più infernale, le conversazioni a voce alta non riuscivano a disturbarmi e a distrarmi ... Ora non riesco a concentrarmi se non con uno sforzo enorme di volontà, con una tensione costante dello spirito, e non sempre ne sono capace o solo per poco». Dal momento in cui lo sforzo si rilassa, l'attenzione ridiventa debole o si eclissa o si dissolve nel sogno. Così, «non so ascoltare, ci dice P, e, quando si tratta di rispondere, non ricordandomi più l'argomento, rispondo alla rovescia o taccio per non dire una sciocchezza. Un tempo, questo difetto si accompagnava all'intenso assorbimento in un'idea che mi tormentava continuamente [periodo dell'idea ossessiva e della dissociazione di coscienza]; ora, questa idea è distrutta, grazie a Dio; non voglio più pensarvi: essa è sostituita dal sogno».

Questa impressione, sotto forme diverse, è generale negli ossessionati. Essi sentono tutti la loro atten-

(1) J., I, 298.

82

zione indebolita e ribelle. Non la fanno camminare «che con colpi di staffile d'eccitazione», come ci dice E; e ancor per poco tempo; essa sfugge loro, scivola, si sperde: «non posso arrivare a raccogliermi, ci dice lo stesso testimone, tutto è sparso in me, e ancor più nelle mie idee, la riflessione mi diventa impossibile». «Non mi attacco alle mie idee, dice una malata, che un minuto, un secondo appena» (2). H ci dice, quasi negli stessi termini: «Questa instabilità interiore che non mi lascia vedere per due minuti di seguito le cose sotto la stessa luce mi dà le vertigini».

Essi hanno anche l'impressione che non possono raccogliere la loro coscienza e fame qualcosa di stabile e di coordinato: «Ciò che manca nella mia vita, è la sintesi, ci dice B, la veduta d'insieme, la coesione». Man mano che si sforzano, pare loro ch'essa vacilli o che si abolisca. La paura di divenir pazzi è molto frequente fra essi. «Quante volte, ci dice Ee, rientrata a casa, correvo allo specchio dicendomi: Certamente, si deve notare che divento pazza». Abbiamo conosciuto una fanciulla che aveva non solo la paura, ma, a crederle, la convinzione di esser pazza. Ella non aveva altra follia che quella, che sarebbe stata veramente tale, se ella vi avesse creduto pienamente, abbastanza per non poter essere rassicurata dalle affermazioni contrarie. Ciò che è più frequente, è la sensazione del vuoto cerebrale, di svanimento delle idee: ora esse sembrano indebolirsi, attenuarsi, dissiparsi; ora mancano bruscamente per qualche secondo, lasciando un vuoto nero, «un'eclissi», «un'assenza» o, come ci dice Ma, «una panna»; ora attraversano la coscienza come un bagliore e scompaiono senza lasciar traccia:

(2) J., I, 282. Vedasi Duprat, *L'instabilité mentale*, Alcan, Paris, 1898.

83

«Ho dei bagliori, ci dice B, delle visioni interessanti, superiori forse talvolta a quelle che giungono alle altre intelligenze; ma queste luminosità sono immediatamente riprese dall'incoscienza».

Ciò che possono fissare nella loro coscienza non vi si stabilisce che a fatica e lentamente. Essi si lagnano di non poter seguire il concatenarsi di un discorso: va troppo in fretta. Così di una conversazione, se è «un po' vivace». «Delle frasi mi sfuggono, sono obbligata a far ripetere. È una sensazione di mancanza» (3). «Sono come un candidato arido», ci dice Ma, che ha subito parecchi esami. Essi impiegano molto tempo per le letture, eppure queste non entrano, sfiorano lo spirito e non vi lasciano nulla. «Inutile leggere, dice Ma, nulla ne rimane».

Pur così ottenute, le idee non sembrano ripagare la fatica che costano. Paiono loro vaghe, oscure, velate, «evanescenti, dice ancora Ma, come quando ci si addormenta». Essi non sono mai soddisfatti nel modo con cui le vedono o con cui le esprimono. Rz ha un dono notevole per esprimere con chiarezza le idee più difficili e più complesse; è stato sovente complimentato per aver «chiarificato» i problemi: egli ha sempre fatto molta fatica a credere che queste congratulazioni fossero sincere. Gli pare, al contrario, che «il suo pensiero tremi come un piccolo bagliore

bizzarro, lontano, dietro la propria testa, in una grotta oscura flagellata dal vento, in cui la povera piccola fiamma vacilla sempre sul punto di spegnersi, e che lascia a mala pena indovinare le cose imprecise che si nascondono attorno», Né chiarezza né vigore: questa la sua impressione ed il suo tormento. È un po' la stessa impressione che esprime uno scrittore di Le Havre,

(3) F. Raymond, *Néuroses et psychonévroses*, Delarme, Paris, 1907, p. 78.

84

Jules Tellier (4): «Mi pare che non capisco nulla interamente, che vi è in tutto del non so che, e come una nebbia sul mio pensiero e sulle cose. Alcuni mi vogliono dire che ragiono in modo rigoroso e chiaro. Chiaro per gli altri, forse, ma niente affatto per me». E un altro che già abbiamo citato, uno spirito brillante, vivace, artistico, che parla o scrive con una precisione di termini ed una vivacità di colori assai notevole, ci dice: «La mia testa è invasa dalle nebbie. Ho molte idee, ma non posso coglierle pienamente, ragionarle, disporle, utilizzarle. Cerco, sì, di concentrare tutte le forze che posso avere in me, ma mi pare di cercare nel vuoto e questo sforzo mi spossa... Come un apparecchio fotografico che non è più perfetto, non produco che cattive immagini, e stampe confuse».

Così la realtà, mal fotografata e mal resa dal loro apparecchio mentale, sembra loro, attraverso «queste stampe confuse», appena riconoscibile, senza rilievo, sbiadita, estranea, strana, mutata, ristretta, lontana, Tutte queste espressioni sono familiari per loro. Essi hanno anche, talvolta, di fronte ad uno spettacolo nuovo, l'impressione del già visto, e molto sovente quella di vivere in un sogno, il che vuol dire che non hanno il sentimento di cogliere la realtà (5).

E, inoltre, non possono affatto sentire quella nettezza di visione e quel vigore di possesso che porta nello spirito la certezza. Il dubbio domina ed è in agguato. Esso attacca soprattutto, lo sappiamo, la

(4) Comunicazione del dottor H. Fauvel, in «La Chronique Médicale», 15 aprile 1904, p. 278.

(5) Vedasi J., I, 282-291. Janet nota con ragione che questa impressione del «già visto. non è per nulla l'allucinazione di un ricordo, è piuttosto la negazione del carattere presente del fenomeno che non una affermazione del suo carattere passato. Essi dovrebbero sentire altrimenti una realtà presente. Bisogna interpretare analogamente la loro impressione di sognare.

85

loro tendenza favorita; ma dopo, man mano che la malattia s'accentua, discende come un'ombra che si allunga e può a poco a poco sommergere tutto. Solamente, al contrario dell'ombra lasciata dalla scomparsa del sole, il dubbio colpisce

innanzitutto i vertici, le convinzioni più elevate, le più complesse, le convinzioni religiose principalmente: e la teoria dovrà dirci perché. Costati amo i fatti: «Quando ho cominciato a esser malato, dice Bal, ho perduto la fede della mia infanzia; non sapevo per qual ragione non credevo più, ed ho fatto tutto ciò che ho potuto per ritrovare la fede, ma inutilmente». È la stessa cosa per Claire. «È curioso notare che questo indebolimento della fede non è causato da letture, discussioni, motivi. La sua ragione, se così si può dire [insistiamo su questa osservazione confermata da numerose esperienze], non ha perduto la fede religiosa e sarebbe incapace di formulare la minima obiezione; la fede, in questa malata, si perde senza ragione in virtù dello stesso meccanismo che fa sembrare il mondo estraneo» (6).

Questo meccanismo, a poco a poco, se la malattia s'aggrava e si prolunga, finisce per demolire da capo a fondo ogni certezza. «Un numero d'idee sempre più grande entra successivamente nella sfera del dubbio; l'incertezza e l'esitazione divengono la caratteristica di tutte le reazioni intellettuali» (7). E vi si dice, in una frase che pare stereotipata: «Dubito di tutto, di Dio, di me, degli altri, delle persone e delle cose. La mia vita intellettuale non è che un *chissà* generale».

(6) J., I, 296. Ciò non vuol affatto dire che i malati siano incapaci di avere obiezioni; ma che essi sono capaci di dubitare senza averne. E aggiungiamo che è ciò che capita nella stragrande maggioranza dei casi.

(7) Raymond e Arnaud, «Année médicale psychologique» 1892. II. p. 209.

86

In tre parole, lo spirito dell'ossessionato pare a lui stesso - a torto o a ragione - che resista alla messa in moto, che cigoli una volta partito, e che compia un pessimo lavoro, più d'ombra che di luce.

Analogamente accade per le facoltà dell'azione. Ed è da prevedersi: il torpore, l'imprecisione, le esitazioni dello spirito non possono non avere il loro riflesso sulla condotta; l'impotenza a fissare e porre in rilievo un'idea dominante avrà per inevitabile corollario la difficoltà a scegliere ed a decidersi. La sensazione di incompiutezza nel fenomeno mentale si tradurrà nel poco ardore e nell'imbarazzo durante l'esecuzione.

Ed è in effetti ciò che capita. La scelta, la decisione, anche all'infuori dell'idea ossessiva, spaventa molto spesso questi malati e li tortura: «Non vi è nulla, ripetono essi in coro, che io tema tanto quanto dovermi decidere a proposito di una qualsiasi cosa». Scegliere un cappello, una stoffa, entrare in un negozio, in un ufficio postale, ricevere degli estranei, rivolgersi a qualcuno, tutto pare loro un affare di stato: «quasi impossibile», è la loro espressione. Così pongono sempre indugi, al fine di rinviare il più possibile la decisione necessaria. Essi evitano quanto può evitarsi. «Ho incontrato M.X., ci scrive D; stavo per rivolgergli la parola, ma la forza mi è mancata e non l'ho neppure salutato». Accolgono, a proposito di tutto, l'altrui

opinione: è anche questo un modo per evitare la decisione, affidandola al caso o determinandola a testa e croce. Ma, in qualsiasi modo essi agiscano, delle idee restano sparse attorno a quella che bisogna far prevalere, onnubilandola e indebolendola; in modo che le loro decisioni sembrano restare vaghe, incomplete, insincere, esitanti, senza conferir loro né la calma né la forza (8).

(8) Vedere, in H. Hoffding, *Lineamenti di psicologia sulla base dell'esperienza*, Milano 1913, cap. VII, B, ciò che è detto sul sentimento della decisione.

87

Ne risulta che l'esecuzione li lascerà scontenti. Essi la troveranno insufficientemente rifinita e compiuta, incapace d'operare in pienezza il riposo gioioso che produce normalmente l'attività volontaria. Resterà loro una vergogna, un abbattimento, un bisogno ed una paura di ricominciare, una sensazione d'impotenza, di imperfezione, di disgusto di se stessi. Essi hanno in genere una assai cattiva opinione di se stessi e sono evidentemente sinceri quando dicono su tutti i toni: «Faccio male tutto ciò che faccio ... Ciò che vi scrivo è pieno d'incoerenze ... Non so esprimermi, sono noioso, penoso per me e per gli altri, incapace d'interessare chicchessia ... Mi accorgo che non potete più sopportarmi, che non potete non sprezzarmi». Una ragazza ripete a proposito di tutto e di nulla: «Non è vero che non avete mai incontrato alcuno della mia fatta? Non è vero che alla mia età non si pensa così, non si agisce così sciocamente? Non è vero che è abominevole aver così poca virtù? ecc.». Ee ancor bambina si ripeteva: «Io non sono come gli altri. Sono macchiata, segnata, separata». Un militare ci dice analogamente: «Quando guardo attorno a me, mi avvedo che non sono nulla in confronto dei miei compagni e dei miei amici».

Per poco che l'idea ossessiva si mescoli ad impressioni di questo genere, essi ne vengono facilmente a concludere che portano disgrazia a quelli che li attorniano, oppure che hanno da subire l'espiazione di qualche gran colpa sfuggita alla loro memoria, o che sono soggetti a qualche potenza misteriosa e malefica, segnata «d'una stigmata di biasimo».

In breve, tutto ciò che proviene da essi pare loro diverso da ciò che vorrebbero e che forse potrebbero

88

fare, almeno diverso da ciò che occorrerebbe. Cercano ad intervalli, di scuotersi. «Energicamente, scrive E, tento di reagire». Si ricomincia l'atto incriminato, ci si frusta i nervi; ma «è prendere un'agitazione per distruggerne un'altra», e non ci si trova meglio.

E infine ci si scoraggia. Il che è la prova che non si tratta di umiltà in tutti questi bassi sentimenti che si hanno di se stessi (9). L'umiltà vera, quella che è una virtù -

virtus - è una forza (10). L'ossessionato che si abbandona alle proprie impressioni, non vi trova che consigli di debolezza.

Anche quando ha potuto «concepire ed intraprendere», ci dice A, non ha più il coraggio di «condurre alcunché a buon fine». «Ho incominciato molte cose, ci dice H, faccio dei progetti e non giungo a concludere o concludo male, ridicolmente». E allora per qual fine? «Nulla vale la pena d'esser incominciato, dice una malata di Janet. A che serve darsi tanta pena per giungere a nulla? Tanto vale stare tranquilli» (11).

Questa stessa impressione di impotenza e di incompiutezza si ritrova nei sentimenti. «Non posso più, dice Lisa, venire a capo di un'emozione o di un sentimento» (12). «Si sa, ci dice H, che in condizioni normali, si sentirebbe, nella tal circostanza, assai vivamente; ed è l'inerzia, il vuoto. Ciò produce come uno stupore, una sofferenza a vuoto, un'angoscia, un'affanno talvolta che fa impazzire». E in un'altra circostanza: «Indifferente, guardo ciò che capita in

(9) «Non è umiltà, pentimento; è vergogna» dice E.

(10) È errato parlare di virtù deprimenti. Le virtù, quando sono vere, sono fortificanti: se esse sono deprimenti, non sono virtù, ma appena caricature di virtù di cui usurpano il nome.

(11) J., I, 268.

(12) J., I, 298.

89

me come uno spettatore, domandandomi che cosa bisognerebbe provarne». Ad un malato di Esquirol, pare che le emozioni restino isolate e non vadano più alla coscienza. «Ciascuno dei miei sensi, ogni parte di me stesso è, per così dire, separato da me e non può più darmi alcun sentimento».

Inutile dire che ciò che manca, innanzitutto, è il sentimento della gioia. «V'è sempre dell'acre, del pungente persino nelle mie gioie»; e ciò vuol dire, se abbiamo ben compreso il commento, che esse costituiscono tutte e sempre una delusione, perché non si compiono, si arrestano bruscamente, lasciando il cuore deluso assai, non solamente di fronte al sogno ideale che ogni uomo porta in sé e che nulla d'umano realizza quaggiù, ma anche di fronte al fenomeno normale atteso; tutto si traduce in uno slancio incompiuto, in un torpore delle potenze vitali. E «non potete immaginarvi, dice Lisa, come questo torpore che m'impedisce di giungere ad un'emozione, mi sia penoso» (13).

Ma, alla lunga, perché ci si logora forse con l'esperienza di tanti infruttuosi sforzi, o perché ci si prostra in tante agitazioni, o per ogni altra causa che si tratterà più oltre di spiegare, qualsiasi cosa sia, la facoltà stessa di soffrire in un modo preciso ed in rapporto con la circostanza, pare attenuarsi e scomparire, non lasciando che

un'immensa ed inesorabile noia. Invece delle eccessive agitazioni, delle emozioni esagerate dell'inizio, subentra allora l'atonia ed il disgusto di vivere. «Nulla mi tocca più, tutto m'è indifferente», dichiara B, dopo lunghe agitazioni. «La vita mi tedia, mi soffoca. Vorrei, in certi momenti, non esistere più. Non vedo che una sola cosa desiderabile: l'annullamento; Vivere è per me un'acuta

(13) J., I, 354.

90

sofferenza. Che cosa mi fa soffrire? Nulla; ecco tutto». K ci dice allo stesso modo: «Il mio cuore, come strozzato, mi soffoca», Perché? Non lo sa più. E Al dice a Janet con più calma: «Non ho desideri, non rimpianti, non ambizioni, nulla mi fa male, nulla mi fa piacere» (14).

La filosofia dell'impotenza, la rassegnazione della disperazione!

Ma essa non dura affatto, e l'ossessionato si tormenta ben presto per questa indifferenza, e si rimprovera di non aver più cuore, di non saper amare alcuno: «Non ho che l'apparenza di amare mia madre ... Desidererei tanto poter avere molti dispiaceri. Vorrei essere sconvolta, soffrir molto. Esser così tranquilla, così calma, mi atterrisce» (15). R ci dice analogamente: «Preferirei soffrire per sentirmi vivere».

Da ciò, questo bisogno di eccitanti che si è diffuso fra gli ossessionati. «A tratti, ho voglia di fare e di farmi del male, dice una fanciulla, la più timida e dolce che si possa vedere, di romper degli oggetti, di guastare un lavoro, di tagliarmi, o che so io». È lo stesso sentimento, dice Con ragione Janet, che si riscontra in un certo desiderio morboso d'amare e d'essere amato, e nel «bisogno pazzo di sensazioni nuove». Gli uni le chiedono al bere, alla morfina, alla letteratura di dubbio gusto; altri, a fantasticherie sentimentali; altri, all'ambizione: «Ho l'ambizione di tutto, dice Fa; ciò mi rende gelosa di tutto. Oh! se fossi come le persone che sono in quella vettura, come quella bella signora ... Vorrei arrivare al colmo della fortuna e della gloria... e non sarei ancora soddisfatta» (16).

(14) J., I, 372.

(15) J; I, 300.

(16) J., I, Jo4 e sgg., 390.

91

Se si tiene conto di questo doppio sentimento d'impotenza e di incompiutezza, che sembra avvolgere, a gradi diversi, secondo il caso, tutte le operazioni dell'ossessionato, non si sarà più sorpresi che senta come un'alterazione della propria personalità, non solamente questa dissociazione che già abbiamo costatato, ma in più una incoesione, una diminuzione, una fragilità nell'io autentico stesso.

«Agisco in un modo *strano*, ci dice Fa, come qualcuno che viva al di *fuori di se stesso*». Ed un altro: «È un perpetuo malessere, l'impressione di *non essere che a metà se stessi*, ed una tensione istintiva di tutto l'essere, con uno sforzo disperato, per raggiungere la *stabilità*». «Non posso giungere sino all'unità della mia persona, dicono tutti loro (17); non posso raggiungere me stesso».

All'ultimo grado, essi hanno l'impressione che la vita o l'esistenza stessa sfugga loro. «Provo, ci diceva N, la sensazione di qualcuno che è sepolto, che è morto, e che tuttavia sente il suo stato, questo stato di morte». «Mi è parso, diceva un malato di Krishaber, che non ero più di questo mondo, che non esisteva più, che non esisteva affatto. Non avevo la sensazione di essere un *altro*, no; mi pareva di non esistere del tutto. Tastavo le mie membra, la mia testa, le sentivo. Ciò nondimeno, mi occorreva una grande lotta di spirito e di volontà per credere alla realtà che toccavo» (18).

Così sono gli ossessionati, come essi stessi si sono descritti: impotenti ed incompiuti nei loro pensieri, nelle loro azioni, nei loro sentimenti, al punto che arrivano a domandarsi se vivono veramente o se sono

(17) Secondo J., I, 318.

(18) In Taine, L'intelligence, Hachette, Paris, II, 463 sgg.

92

morti. Ci occorre vedere se dobbiamo crederli sulla parola, e che cosa, nella loro vitalità psicologica o fisiologica, potrebbe giustificare la triste opinione che esprimono su se stessi. Ma questa opinione è un fatto che bisognava innanzitutto registrare e di cui la teoria ci fornirà la spiegazione.

93

CAPITOLO II

LE REALI INSUFFICIENZE DELL'OSSESSIONATO

Non tare ma insufficienze.

I. Dal punto di vista PSICOLOGICO: Insufficienza di volontà, di adattamento alla realtà. - Apparenze bizzarre di queste insufficienze. - Problemi da risolvere.

II. Dal punto di vista FISIOLOGICO: Le insufficienze sono più o meno apparenti. - Esse si riassumono nei sintomi neurastenici. - Frequenza dei mali di capo e dei disturbi della digestione. - Problemi da risolvere.

È evidente, al primo colpo d'occhio, che gli ossessionati esagerano e che la loro vitalità non è così colpita come essi dicono e pensano.

Hanno un bel parlare dell'alterazione o della morte del loro io; la loro condotta, all'infuori delle idee ossessive, rivela che il loro io esiste e che la loro personalità si mantiene coerente ed ordinata, e non è raro che la loro malattia passi inosservata. I loro sentimenti appaiono a quelli che stanno loro vicino, almeno nei gradi medi della malattia, abitualmente delicati e anche generosi. I loro atti valgono più di quanto non immaginino; le lettere o le spiegazioni che essi proclamano assurde, incomprensibili, sono assai spesso chiarissime e d'una psicologia assai fine; le preghiere che sentono il bisogno di ricominciare, parrebbe-

94

ro a molti eccellenti; le opere manuali o letterarie che li umiliano o li disgustano, attirano loro sincere ammirazioni.

La loro intelligenza, soprattutto, si mantiene, all'infuori delle ossessioni, discretamente elevata. Sottoscrivo volentieri a questa testimonianza che rende loro P. Janet, che tuttavia, avendo incontrato nella sua clinica i gradi estremi della malattia, non è portato a vederli nei lati migliori. Essi sono spesso, dice, «persone intelligenti e delicate; e gli spiriti molto semplici, come gli idioti e gli imbecilli per esempio, non presentano questa malattia dell'ossessione (1). Dopo averli molto frequentati, ho l'impressione che essi siano superiori alla media intellettuale delle persone normali prese a caso» (2). La loro memoria è di una fedeltà implacabile, al punto che si lamentano a volte di non saper dimenticare e di viver sempre nel passato in cui sono tratti senza posa dai loro ricordi. Se, dopo la loro crisi, essa pare illanguidita, è per un prostramento di fatica che non presenta nulla di straordinario.

I loro sensi sono affinati e funzionano bene; essi li conservano sempre desti, a dispetto delle loro affermazioni contrarie, e non presentano mai, neppure durante le crisi, delle regioni insensibili. Inoltre, tutti i tentativi per ipnotizzarli sono rimasti infruttuosi, talvolta nonostante un numero straordinario di esperienze o l'intervento del cloroformio (3). La sugge-

(1) 604.

(2) 356.

(3) Vedasi J., I. 330 sgg., 703 sgg., 713. 719; P. e R., 91 sgg. e 268; Brissaud, «La Presse médicale», 25 luglio 1908; Grasset, *Thérapeutique des maladies du système nerveux*, Doin, Paris, 1907, 101 sgg., 112; *Le Psychisme inférieur*, Chevalier e Rivière, Paris, 1906, cap. VI, ecc. Janet.] c., discute alcune rare eccezioni conosciute sino ad oggi e ne contesta il valore.

95

stione allo stato di veglia non riesce meglio. È la prova che la loro coscienza è largamente aperta e non presenta lacune; o, se se ne possono costatare nei loro

periodi di crisi, è per un banale fenomeno di distrazione, come si riscontra nella vita normale, quando lo spirito è assorto.

Insomma, l'osservazione non rivela alcuna tara, alcuna malformazione psicologica. Tutti i sensi, tutte le facoltà sono in buono stato.

E tuttavia è impossibile che persone intelligenti provino i sentimenti che abbiamo detto, senza che vi sia un fondamento reale.

Dov'è dunque questo fondamento? Se non è nel *modo d'essere* dell'organismo, dev'essere nel suo *modo d'agire*. E, poiché abbiamo visto che non vi è né insensibilità, né diminuzione del campo della coscienza; in altri termini, poiché «il disturbo non consiste in un'azione insufficiente *della realtà sul soggetto*», bisogna che provenga da un'insufficienza d'azione *del soggetto sulla realtà* (4). In una parola, il disturbo è funzionale. Le facoltà sono intatte, ma funzionano male. Gli organi sono armonizzati, ma il suono è debole e vi sono delle note mute, il che produce, nell'insieme, una musica meschina. È dunque l'ispirazione che manca? Per il momento, non possiamo dirlo, ma solo constatare i risultati. Essi si riassumono tutti in quello che Janet chiama con felice termine: *insufficienze*.

I - LE INSUFFICIENZE PSICOLOGICHE

Ciò che stupisce innanzitutto, è una insufficienza di volontà. «Amare, sognare, sentire, imparare, com-

(4) J., I, 438.

prendere, tutto posso, diceva Amiel (5), purché mi si dispensi dal volere». Volere, ecco per essi la grande difficoltà. Questa si manifesta sotto forme varie: fiacchezza, lentezza, debolezza degli sforzi, rapido affaticamento, mancanza di perseveranza e di energia, sconforto.

Ma queste apparenze non sono ingannevoli? o per lo meno, questa mancanza di volere impregna tutti gli atti degli ossessionati? Non è raro che s'incontrino fra essi artisti, poeti, scrittori, filosofi di valore che hanno avuto bisogno di perseveranza, di sforzi, di una certa dose di energia, per rendersi padroni dei procedimenti dell'arte o per smuovere e coordinare questa massa d'idee generali che entrano in un'opera letteraria. Abbiamo visto anzi a quali sacrifici assurdi ma eroici essi si condannino per restar fedeli al loro ideale di perfezione, alla loro tendenza prediletta; e ciò suppone pure una certa forza di volontà.

In effetti, se si guarda da presso, si vedrà che la loro abulia non è generale, ma che si particolarizza in ciò che Janet chiama «la funzione del reale» (6), e che chiameremo, in termini più chiari, *l'adattamento alla realtà concreta*.

Le loro operazioni psicologiche sono corrette, o almeno delicate, quando si svolgono attorno al passato, all'avvenire o alle idee astratte; ma si turbano quando si tratta di adattare alla realtà presente.

L'astratto costituisce il loro dominio di scelta. «Quando ero fanciullo, ci dice B, e mi si dava dei giornali illustrati, io divoravo il testo e non davo un'occhiata alle illustrazioni. Le idee mi interessano, non le immagini; l'astratto, non il concreto, né il punto di

(5) *Journal intime*, I, 168.

(6) I, 431-439.

97

vista pratico... Mi passano idee pazze per la testa, non immagini ... Ho una difficoltà maggiore a scrivere che a leggere, che a ricercare il disegno d'un libro, che a risalire alle idee generali», Questo caso, per il suo grado assoluto, è un po' eccezionale; ma la tendenza è comune. I malati sono ricchi d'idee; ma le loro idee sono povere d'immagini. Essi vedono, in uno spettacolo, l'insieme più dei dettagli; negli oggetti, i nomi, l'idea generale più che le forme sensibili; nelle persone, la fisionomia morale più che i tratti del viso, e conserveranno fedelmente il loro ricordo senza esser capaci di riconoscerli nel rivederli. Essi apprezzano più di quanto non scrivano o raccontino. Essi intellettualizzano, affinano, analizzano, sezionano; ma il loro spirito si fa lento, circospetto, esitante, debole e turbato, quando bisogna cogliere un tutto concreto con i suoi dettagli, ed in particolare quel tutto, fatto d'innomerevoli elementi, che chiamiamo situazione presente.

Il presente li pone a disagio, come un nuovo venuto che non si conosce bene e che impone la propria importuna presenza. Esso «mi fa l'effetto d'un intruso», diceva un malato di Dugas (7). Proprio nell'atto da organizzare presentemente - non già nell'atto di abitudine già incorporato col loro io, ma nell'atto nuovo da decidere, nell'adattamento dell'io alle circostanze del momento - compaiono l'irrisolutezza, l'incoesione, l'inettitudine, la timidezza, la lentezza, i ritardi, il tentativo di rinviare o evitare l'atto, altrettanti segni d'un adattamento penoso, difficile o mal riuscito. Il balbettamento talvolta tradisce la stessa infermità: «Fu, ci dice E, la mia prima grande preoccupazione [o la sua prima ossessione]: l'ho conservata sino all'esclusione delle mie idee pazze».

(7) «*Revue philosophique*», 1894, II, p. 40. Cfr. J., I. 477.

98

Naturalmente è l'idea che dapprima vacilla, incerta, e, per contraccolpo, le labbra esitano e balbettano. Gli ossessionati hanno bisogno di tempo per trarre alla luce le proprie idee, che emergono con fatica dal subcosciente. «Il primo getto è fangoso ed

informe, dice B; il pensiero si elabora lentamente». «Essa non va per salti, dice Zr; essa sale o s'approfondisce a poco a poco». Così in essi l'intuizione è rara; essi son piuttosto dei deduttivi. E se essi hanno spirito, molto spirito anche, si tratta generalmente di «spirito tiepido». La «presenza di spirito» fa loro difetto. Essi non pensano al momento favorevole o non abbastanza per poterlo dire. A rileva vagamente qualcosa di difettoso: «ne sono impressionata, ella dice, e non ho la presenza di spirito di segnalare nulla; se un'altra persona fa l'osservazione, grido subito: Ah! è un'ora che me n'ero accorta». «Sento sempre che non agisco del tutto convenientemente» dice H, cioè non del tutto in modo adatto. La memoria appare a prima vista eccellente, come abbiamo detto; ma guardando meglio, si costata che essa si sottrae o si turba appunto quando l'ossessionato la comanda d'ufficio per chiarire e adattare la situazione in corso; ed essa riappare spontaneamente quando non la sollecita più o quando essa non può che disturbarlo. Analogamente, l'attenzione spontanea, provocata dal gioco automatico della coscienza, resta intatta; ma l'attenzione volontaria, il grande strumento dell'adattamento, pare guasta; essa è per lo meno debole e corta, come abbiamo visto, e perpetuamente spadroneggiata dalla distrazione o dalla fantasticheria (8).

Per quanto riguarda ciò che di morboso vi è nei sentimenti dell'ossessionato, per eccesso d'e-

(8) Vedasi il capitolo precedente. Vedasi pure J., I, 356 sgg., 362 sgg.

99

mozione o per difetto e per quanto riguarda questa alterazione dell'io di cui porta la testimonianza, di che altro si tratta se non d'una mancanza di sufficiente adattamento al particolare ed all'insieme della realtà che l'invadono?

Questa mancanza di adattamento riassume dunque e spiega un gran numero delle insufficienze reali dell'ossessionato. Ma non le spiega tutte, ed in particolare la bizzarria di questi sentimenti che pur cominciano in un modo adatto alle circostanze, poi bruscamente si arrestano, per perdersi nelle agitazioni diffuse! È per il loro sviluppo finale solamente che essi non s'adattano più: ma l'inizio era normale. E queste eclissi mentali, queste «perdite d'idee», di cui l'ossessionato si lagna, nelle sue letture e che si osservano nelle loro conversazioni? Non è l'adattamento che fa qui difetto, ma l'idea stessa che si dovrebbe adattare. E questa malinconia profonda, questa stordita noia che pesa sulla sua vita come una cappa di piombo, questo bisogno d'eccitazione, questo bisogno morboso, pungente, d'amare, d'esser amato, possono essere spiegate dalla mancanza d'adattamento, almeno in modo chiaro ed adeguato? Non pare; tanto pia che fra questi fenomeni, la noia almeno, è permanente, mentre il difetto d'adattamento non lo è; la maggior parte dei malati, se presentano questa infermità, non la presentano sempre, né soprattutto in tutti i loro atti. Vi sono fra essi funzionari, professori, industriali,

madri di famiglia, donne d'azione, sacerdoti che compiono con correttezza il loro dovere (9), con distinzione, senza lasciare in

(9) Senza dubbio, l'abitudine ha semplificato il compito; ma è stato necessario adattarsi per prender l'abitudine, ed ogni giorno si presentano atti nuovi da organizzarsi in rapporto con le circostanze.

100

alcun modo sospettare il peso che portano sul cuore, l'insufficienza di volontà e di adattamento che si manifesta a proposito di certi atti. Come concepire questo male misterioso che pare venire dalle sorgenti stesse della vita, poiché può porre la propria impronta su tutti i fenomeni che la manifestano, ma che cela un fondo di capriccio, che appare ad intervalli, viziando certi atti e risparmiandone altri?

A questa domanda, la risposta dei fatti non è perentoria; è la teoria che dovrà fornirla. Riteniamo, per il momento, che dovrà spiegarci, con la mancanza di adattamento alla realtà concreta, ciò che vi è di malinconia profonda ed incompiuta, d'impotenza, nella vita affettiva dell'ossessionato, ed anche ciò che vi è di apparenza capricciosa in queste insufficienze psicologiche.

II - LE INSUFFICIENZE FISIOLOGICHE

Le insufficienze *fisiologiche* sono meno apparenti. Invano, diciamolo subito, si è tentato di scoprire negli ossessionati quelle che vengono chiamate «le stigmate della degenerazione». Almeno, le si è trovate così insignificanti o così rare che non è stato possibile farne uso nella spiegazione della malattia; e si deve concludere, ccl professor Raymond, che «nulla ci permette, attualmente, di ammettere alterazioni anatomiche come punto di partenza degli accidenti, sebbene molto probabilmente v'è alla base della psiconevrosi una difettosa costituzione cerebrale» (10).

(10) *Névr. et Psychon.*, 97. Egli aggiunge nella pagina seguente: «Al presente, non si può che supporre un difetto dinamico ed una spiegazione psicologica resta la sola possibile».

101

Ma questa probabile difettosità, la congetturiamo, non la constatiamo.

Possiamo tuttavia constatare, se non malformazioni dell'organismo, almeno un cattivo funzionamento: se non tare, almeno, anche qui, delle *insufficienze*.

Esse si riconducono, non sempre, ma solitamente, ai sintomi della neurastenia.

Intendiamo per *neurastenia* l'astenia o debolezza nervosa. È il senso etimologico, quello che Charcot aveva dato a questo vocabolo e che si tende oggi a restituirgli. La

neurastenia si caratterizza, dunque, essenzialmente «con una diminuzione generale della tensione nervosa e con un'accentuata disposizione alla stanchezza, che rende ogni sforzo penoso, anzi impossibile» (11). Quest'ultimo carattere, che è apparente, tradisce l'esistenza dell'altro che è nascosto, e ci fornisce dunque «nella pratica, il vero criterio [il segno esteriore] della neurastenia ... così, ogni volta che un soggetto presenterà uno stato cronico di depressione nervosa con stanchezza, saremo in diritto di dire che è neurastenico» (12).

Non dobbiamo sottolineare qui donde venga questa depressione nervosa tradita da questa perpetua stanchezza; ma semplicemente constatare che la si incontra abitualmente negli ossessionati.

Essa può presentarsi con tutta la varietà dei disturbi che ne formano il seguito ordinario; ma bisogna segnalarne due che sono di una notevole frequenza: i mali di capo e le cattive digestioni.

Come si collegano i mali di capo alla depressione nervosa? Non è molto facile dirlo. È probabilmente per una cattiva qualità del sangue dovuta alla pigri-

(11) F. Raymond, *ibid.*, 17.

(12) P. Hartenberg, *Psychologie des neurasthéniques*. Alcan, Paris, 1908, p. 238.

zia delle funzioni digestive, o per una cattiva circolazione dovuta all'atonìa muscolare. Sia ciò che si vuole, i mali di testa costituiscono, fra tutti i disturbi neurastenici, quello che gli ossessionati accusano più abitualmente. «Il mio cervello, ci dice H, mi fa l'impressione di una stoffa usata di cui si strappa la trama; ne soffro quasi senza tregua», La maggior parte sopprimono il quasi. Ora, secondo la loro testimonianza, il male invade tutta la testa; ora si localizza sulle tempie, o sulla fronte, o al vertice - ed è forse la forma più frequente - o all'occipite, e pare che questo sia il punto più doloroso.

Il dolore presenta tutti i gradi; spesso vivo, acuto, lancinante, come se si infiggessero aghi nella testa, o come se un topo divorasse il cervello; il minimo movimento del piede a terra, durante il cammino, basta a farlo insorgere, pare, e battere alle pareti del cranio. Più spesso, al contrario, è «una sofferenza sorda, ottusa, vaga, in cui si mescolano assieme sensazioni di pesantezza, di costrizione e di vuoto. Il malato si sente la testa stordita, il cranio chiuso come in un cerchio di ferro, come compresso da un casco troppo stretto», e tuttavia, «quando si abbassa, gli pare che una palla di piombo rotoli nella sua cavità cranica e si situi secondo le leggi di gravità. Ogni sforzo mentale aumenta [il dolore]; il lavoro, l'attenzione, la lettura, il discorrere stesso provocano una recrudescenza» (13). È il caso di insistere sulla sensazione di vuoto che si accusa con grande frequenza, e su quella d'inerzia: pare che il cervello sparisca ad ogni sforzo e divenga come una massa morta che non rivela più la propria vitalità che col dolore.

Dopo i mali di testa, i disturbi digestivi sono i più abituali. È facile, qui, vedere come si ricollegano alla

(13) Hartenberg, op. cit., 38.

103

debolezza nervosa: la fiacchezza dell'eccitazione diminuisce la secrezione delle ghiandole gastriche, paralizza lo stomaco che diventa floscio, e prolunga il ristagno degli alimenti che subiscono, per questo, fermentazioni anormali; in modo che la digestione sarà lenta, incompleta e di cattiva qualità.

Infatti, la maggior parte degli ossessionati ne soffre molto. Senza descrivere le disgraziate varietà che da essa derivano (14), notiamo solamente che le loro digestioni sono penose e lente. Pare ad alcuni che esse non siano mai finite e che ogni pasto si sovrapponga al precedente. Non è neppur raro che gli ossessionati presentino, a prima vista e anche ad osservatori completamente estranei alla medicina, i segni di una cattiva nutrizione: «essi sono magri, hanno un cattivo colorito e cambiano d'aspetto in modo molto rapido e molto frequente» (15).

Ora, per un circolo vizioso facile a prevedersi, questa cattiva nutrizione dovuta alla debolezza nervosa, oltre a ritemperare malamente le forze spese, dà origine a intossicazioni che viziano il sangue dell'organismo e che, perciò, aumenteranno ancora la debolezza delle cellule nervose e i disturbi delle loro funzioni.

Le oscillazioni di questo stato neurastenico hanno la loro manifesta ripercussione sul cammino dell'ossessione, e i malati frequentemente se ne rendono conto. «Quando il mio stomaco non fa il suo dovere, ci dice B, sono cattivi giorni, giorni neri, in cui tutto mi sembra angoscioso». «Stanco, ci dice A, per un sonno insufficiente ed una nutrizione non riparatrice, sono senza vivacità, tuffato nel marasma ... Mi pare

(14) Bouveret, *La Neurasthénie*: J., I, 409 sgg. ecc.

(15) J., I, 409. Vedasi Lagrange, *Physiologie des exercices du corps*, Alcan, Paris, 1905, p. 337 e passim.

104

di riconoscere tutti i segni dell'*esaurimento nervoso* ... Nello stato di *minor resistenza*, sento ridestarsi tutte le mie vecchie idee scrupolose»,

È inutile moltiplicare le testimonianze. Il fatto, senza essere costante, è comune.

Prima di chiudere questo capitolo, segnaleremo brevemente, senza essere in grado di fornirne la spiegazione, due fatti bizzarri che non abbiamo visti indicati da alcun

autore. L'uno ci è fornito da un malato in stadio molto avanzato, uomo d'altronde molto intelligente ed assai padrone della propria lingua: «Ho, ci dice, il cervello come bagnato in un liquido che mi brucia». È un'immagine per tradurre la propria sofferenza? oppure è l'impressione diretta della sensazione provata? Non abbiamo insistito per saperlo. L'altro fatto è ancor più caratteristico. Il testimone è un giovane di 27 anni; gli abbiamo chiesto di precisare il meglio possibile ciò che prova, e ci è impossibile mettere in dubbio la sua sincerità, né la sua intelligenza, né la sua facoltà di introspezione: «Sento, ci ha detto, come delle gocce d'acqua cadere dentro di me a intervalli regolari di circa due secondi». Vi è là, senza dubbio, un malessere organico tradotto in funzione della psicologia del malato; ma quale realtà può corrispondere a queste due sensazioni? Non facciamo alcuna ipotesi; segnaliamo il fatto; attirerò forse l'attenzione su altri analoghi, in attesa che si trovi il mezzo d'interpretarlo.

Sia quel che sia, abbiamo costatato che gli ossessionati non presentano tare propriamente dette ma, in generale, delle «insufficienze» psicologiche e fisiologiche. Abbiamo visto quali sono, fra le prime, quelle che meritano di richiamare particolarmente l'attenzione; abbiamo ora detto che le seconde si riduco-

105

no ai disturbi caratteristici della neurastenia e comportano in particolar modo il funzionamento difettoso del cervello e degli organi digestivi. Questa constatazione è un nuovo elemento per la teoria che dobbiamo stabilire.

Ma occorre ora, dopo aver costatato i caratteri soggettivi ed oggettivi che accompagnano l'ossessione, vedere se possiamo raccogliere indicazioni utili negli antecedenti dell'ossessionato.

106

CAPITOLO III

GLI ANTECEDENTI DELL'OSSESSIONATO

Vi sono ossessionati *occasionalmente*. Qualche esempio. Cause determinanti. - La maggior parte sono *predisposti* da loro antecedenti, soprattutto dall'eredità e dall'educazione. - Le cause determinanti si riducono ad un aumento di bisogni e ad una diminuzione di forze. - Problemi da risolvere.

Vi sono degli ossessionati che non presentano, fra loro antecedenti, nulla da rilevare.

Molti autori sembrano non ammettere questo fatto. Eppure esiste. Che sia assai raro nelle cliniche in cui non vanno che i «grandi malati», lo crediamo senza fatica. Che rimanga, tutto considerato, eccezionale, è possibile. Che si possa sempre dire che anche là dove non si trova niente d'anormale, vi è forse qualcosa, bisogna

convenirne: le famiglie non si prestano sempre volentieri a queste ricerche e i nostri mezzi d'investigazione non sono infallibili. Ma, se è una ragione per supporre che gli antecedenti esistono più sovente di quanto non lo si costati, non è una ragione per affermare che essi non mancano mai.

Al contrario, ancor prima di esaminare, in base ai fatti, a chi debba spettare l'ultima parola, è verosimile che si diventa scrupoloso come si diventa tubercolotico: la tubercolosi trova in certi temperamenti un terreno scelto, mentre intacca difficilmente

107

gli organismi vigorosi; ma non è impossibile che i primi, usando delle precauzioni, vi sfuggano, e che i più forti, in certe occasioni, se ne lascino colpire. Perché non sarebbe la stessa cosa per l'ossessione?

L'ipotesi è confermata dai fatti. Vi sono degli ossessionati *occasional*i, che non sembrano per nulla predisposti, dalla loro eredità o dal loro carattere. Non diciamo che la malattia, in essi, non abbia una causa; diremo il contrario ben presto; ma la causa è stata accidentale, non ha rappresentato nulla di fatale, il male avrebbe potuto facilmente essere evitato, nulla dapprima lo faceva prevedere, e in quell'epoca della loro vita, nessuno psicologo, nessun medico avrebbe potuto pronosticarlo.

Ecco, per esempio, Sant'Ignazio di Loyola.

Si è molto parlato di quest'uomo; ma nessuno senza dubbio ha osato dire che fosse un neurastenico o un abulico, né che presentasse nel suo temperamento le stigmate del degenerato. La sua costituzione, per quanto si può giudicarne dai suoi biografi, era sana e forte; la sua infanzia e la sua giovinezza furono piene di iniziative e d'ardore, alla corte e nell'esercito. Se, nell'una, passava per un perfetto gentiluomo, nell'altro passava per un valoroso, e lo fece pure vedere, a Pamplona, nel consiglio di guerra e sulla breccia, che non era al disotto della sua reputazione.

Ora, Ignazio subì, durante alcune settimane, una crisi violenta di scrupoli. «I giorni e le notti passavano in questa orribile tortura. In lotta continua con se stesso, cercava di determinare ciò che fosse o non fosse peccato, se doveva o no, confessare antichi errori; e più si sforzava di veder chiaro, e più affondava nelle tenebre» (1).
Le associazioni per contrasti, l'im-

(1) D. Bartoli, Della vita e dell'istituto di S. Ignazio, Milano 1834, pp. 26-31. Uno studio recente e completo è quello di G. Papasogli, S. Ignazio di Loyola, 2 ed, Edizioni Paoline, Roma, 1956.

108

pulso al suicidio, le idee di disperazione sono segnalate pure dal suo biografo; insomma, si ritrovano, in questo esempio, tutti i caratteri dell'idea ossessiva. E

senza dubbio, si sarebbero anche potuto trovare, durante la crisi, i sentimenti e le insufficienze che abbiamo descritto nell'ultimo capitolo. Ma tutto questo insieme non fu che un accidente nella vita di Ignazio, senza radici nel suo passato, come senza ripercussioni morbose nel suo avvenire.

Ciò non vuole affatto dire che un tale accidente sia stato senza una causa precisa, e dobbiamo anzi sottolineare le circostanze che sembrano aver influito sulla sua vita.

Senza dubbio, le cause soprannaturali possono intervenire, soprattutto nella vita dei Santi; ma noi non dobbiamo citare, in questo studio, che cause naturali, che abbiano conservato la loro funzione. La soprannatura rispetta la natura; pur reggendola, la lascia agire, ed è alla natura che dobbiamo collegare, sino a prova contraria, gli effetti naturali (2).

Ora, se non è ancora il momento di definire la causa degli scrupoli, possiamo almeno constatare due fatti che sembrano in relazione intima con la crisi

(2) Dobbiamo mantenerci, qui, nella psicologia sperimentale, con ugual preoccupazione di non affermare nulla al di là delle nostre prove, e di non negare nulla di ciò che trascende il nostro soggetto. Prescindere non è negare. Segnalare le cause immediate e costitutive di un fenomeno, non è esaurirne la genesi, né dichiarare impossibili altri interventi. Insomma, nostro compito presente non è di rinchiudere in una formula la psicologia della santità, ma solamente di catalogare un fatto preciso. Sant'Ignazio e gli altri che noi citeremo sono passati per una crisi di scrupoli: ecco il fatto. Furono essi predisposti allo scrupolo dal loro temperamento? Furono degli ossessionati costituzionali? Tale è l'unico interrogativo che si pone, e noi diciamo che occorre rispondere: no.

109

di cui ci occupiamo: il primo è che il nuovo convertito, nemico delle mezze misure, d'altronde senza esperienza e senza guida, s'era prefisso un compito gigantesco, quello di riorganizzare tutta la propria vita sul più alto ideale che avesse potuto concepire, e ciò bruscamente, d'un colpo, per così dire, senza voler fare i conti col tempo. Il secondo fatto è che, al dispendio enorme di forze richieste da una tale attività interiore, aveva aggiunto digiuni e macerazioni che avevano prostrato il suo fisico. Tali sono i due fatti da ricordare.

Abbiamo insistito su questo esempio, perché è tipico, ma potremmo fare considerazioni analoghe sul periodo di scrupoli per cui passarono sant'Alfonso de Liguori (3), san Luigi Gonzaga (4), san Francesco di Sales (5), san Bonaventura, sant'Agostino e molti altri.

(3) Vedasi Salvini, S. Alfonso de' Liguori, 3 ed., Edizioni Paoline, Bari. 1958.

(4) Vedasi Gualandi, S. Luigi Gonzaga, 2a ed. Edizioni Paoline, Roma, 1950.

(5) In San Francesco di Sales, in particolar modo, è impossibile vedere un temperamento scrupoloso, un predisposto, un degenerato a qualsiasi titolo. Tutta la sua vita è in opposizione netta con una simile diagnosi. Essa è un modello raro di euitmia, di mens sana in corpore sano. Nulla ha più stupito i suoi storici e tutti i testimoni della sua vita. La sua divisa era: «Nec plus nec minus»; essa ne riassume il carattere, come la vita e ne spiega la popolarità, che ancora dura. Nicola di Hauteville, dottore in teologia, canonico della Cattedrale di Ginevra, che fu molto ben documentato, pronunciò l'11 settembre 1667, nella Chiesa della Visitazione di Santa Maria di Clermont, un elogio del Santo, nel quale prese per testo: *Ponam in pondere iudicium et iustitiam in mensura (Is.28)*, e in cui si propose di mostrare l'uomo armonico: «Egli ha conservato l'armonia naturale nelle sue affezioni, nei suoi discorsi, nella sua condotta, nelle sue virtù». Alexandre Aloin, in una tesi sostenuta alla facoltà di Lettere di Montpellier (Strasburgo, 1870), ha presentato San Francesco di Sales come l'apostolo della libertà religiosa e della ragione. Egli dimostra con sagacità (p. 194 sgg.) il perfetto equilibrio del santo e lo difende contro le malevole insinuazioni di Sainte-Beuve e di Michelet. *Le véritable esprit de saint François de Sales*, dell'abate di Baudry, 4 vol., Lione, 1846, fornirebbe una miniera inesauribile di fatti per stabilire la stessa diagnosi. La deposizione canonica di Santa Jeanne de Chantal (*Oeuvres de la Sainte*, t. III, Paris, 1876, pp. 136 e 185) sarebbe più che sufficienti: per dare la stessa conferma. Infine, nulla parla più chiaramente degli atti del Santo: non solamente egli ha passato la propria vita a combattere, negli altri, l'abulia, la malinconia, le vane emozioni; ma nessuno è stato più padrone della propria anima, più uguale d'umore, più sereno, più imperturbabile, il che lo colloca anzi agli antipodi del temperamento scrupoloso.

110

Si riscontrano, ancora oggi, crisi rapide di scrupoli che sorgono in condizioni simili e scompaiono senza lasciar traccia. «*Psicastenico?* ci diceva F, sia! Ma lo sono diventato, non lo sono naturalmente», Non eravamo del suo avviso; ma abbiamo finito per accettarlo, se non per il suo caso che rimane incerto, almeno per la possibilità che esprime. Vi sono dei malati che nulla, nei loro antecedenti, faceva prevedere una tale esperienza e che hanno dovuto la loro crisi a circostanze accidentali. E se si può sempre sospettare l'insufficienza dei nostri mezzi di indagine e delle informazioni fornite dalle famiglie, bisogna almeno piegarci dinanzi ai fatti. Ora, di fatto, abbiamo visto guarigioni radicali e definitive sopravvenire assai rapidamente dopo alcuni consigli, pur incapaci a colpo sicuro di trasformare il temperamento. Il che prova che il temperamento non era per nulla - almeno per nulla di decisivo - nell'origine della malattia.

I fatti confermano dunque, crediamo, il nostro modo di vedere e ci dimostrano che vi sono ossessionati *occasionalmente*. Ma ci mostrano anche che la malattia coincide allora con una grave depressione di forze o con un considerevole sforzo nell'impiegarle, o con ambedue assieme. Queste costatazioni devono essere

111

ricordate e dovremo tenerne conto quando stabiliremo la teoria.

Ma, se vi sono ossessionati occasionali, bisogna affrettarsi a dire che la maggior parte sono dei predisposti. L'ossessione incontra generalmente negli antecedenti lontani del soggetto, nella sua costituzione, nel suo modo d'essere ed agire, un terreno propizio, e basta allora una circostanza più o meno banale per gettare, in questo terreno, il seme morboso e determinarne lo sviluppo.

Fra le cause che preparano il terreno, la più frequente e la più grave è l'ereditarietà. «Tutti gli autori sono d'accordo» a questo riguardo (6). Pitres e Régis hanno scoperto antecedenti ereditari in 80 casi su 100; Janet, in 92 (7). L'eredità «similare», come si dice, cioè quella in cui gli ascendenti o collaterali presentano la stessa malattia, è relativamente frequente: l'ultimo degli autori citati ne rileva 39 casi su 100; gli altri, 28. Ma, quando non vi sia la stessa malattia, bisogna tener conto di quelle che sembrano vicine, che hanno la loro ripercussione sul vigore e l'equilibrio del sistema nervoso: la tubercolosi (8), per esempio, l'artrite (9) o una nevrosi qualsiasi. Non è vietato credere che l'eredità possa

(6) F. Raymond, *Névr. e Psych.*, 103.

(7) P. e R., 217; J., I, 607 sgg.

(8) «Gran numero di soggetti entra nella patologia nervosa attraverso la tubercolosi» (Grasset (citando Dufour), *Thérapeutique des maladies du système nerveux*, p. 29).

(9) «Tutti gli Autori hanno insistito sulla parentela ereditaria che unisce l'artrite e le malattie del sistema nervoso» (Grasset, *ivi*, 31). «L'emotività rappresenta, nel momento in cui si associa all'artrite, il terreno di cultura per la neurastenia (F Raymond, *op. cit.*, 52).

112

influenzare in altro modo ancora, come quando, per più generazioni, gli ascendenti hanno rivelato un carattere bizzarro, agitato, violento, autoritario, caparbio; o, in senso inverso, esitante, timido, debole, pauroso (10). Vi sono ancora abitudini che alla lunga logorano il vigore morale e compromettono l'equilibrio del pensiero.

È di questo insieme che si è potuto dire: «L'eredità morbosa ... ha nella sua genesi [dell'ossessione] una funzione di pesante preponderanza» (11).

Ma «i partigiani più convinti dell'eredità morbosa riconoscono che la trasmissione dei caratteri patologici non è fatale» (12); (d'eredità non è ineluttabile» (13). L'educazione, una buona igiene fisica e morale potrebbero scongiurarla (14).

Disgraziatamente si costata che non fu così nell'ossessionato. L'ambiente familiare, generalmente colpito da malattie analoghe, come abbiamo detto, l'ha esposto dopo

la sua infanzia a una specie di contagio nervoso (15), in cui le tare costituzionali si sono sviluppate.

Sovente, inoltre, l'educazione è stata troppo debole o troppo oppressiva. Il fanciullo è divenuto anemico in una serra calda o divenuto debole in un'atmosfera dura. Aveva bisogno di molta aria per il fi-

(10) J., I, 609 e sgg.

(11) Cullerre, op. cit., 64.

(12) Ch. Féré, *La famille névropathique*, 1894, p. 313.

(13) Paul Raymond, *L'hérédité morbide*, 1905, p. 2. «Si è esagerata l'influenza dell'eredità. La si è troppo creduta inevitabile». Dubois, *L'education de soi-meme*, Masson, Paris, 1908, p. 246.

(14) Vedasi Toulouse e Damaye, «*Revue de Psychiatrie*», giugno 1905.

(15) Cfr. Vigouroux e Juquellier, *La contagion mentale*, 1906. Grasset, op. cit., 34 sgg., fa osservare che l'espressione di «contagio nervoso» sarebbe più esatta.

113

sico e per il morale, della vivacità e della gioia, dell'esercizio per sviluppare i polmoni e distendere i nervi, dell'iniziativa, dell'abitudine, della decisione, dello sviluppo armonioso del suo pensiero e della sua volontà: non li ha avuti. Aveva bisogno di utilizzare il suo capitale di vita troppo povero: egli l'ha sotterrato.

L'ha sotterrato forse per gli eccessi, per il soverchio affaticamento del lavoro o del piacere, per il logorio dei dispiaceri, delle emozioni, della fantasticheria; perché la fantasticheria stessa logora alla lunga le energie vitali e dà allo spirito abitudini di fiacca debolezza: «è là, più che non si pensi, una predisposizione morbosa... che si deve collocare al punto di partenza di molte ossessioni) (16).

Sovente sono sopravvenute malattie che hanno ancora sottratto una parte di questo capitale già così indebolito, «le malattie infettive, principalmente la febbre tifoidea, l'influenza», ecc. (17).

Riassumendo, tutte le cause fisiche o morali che debilitano il sistema nervoso e diminuiscono l'energia del carattere, principalmente quando si aggiungono all'eredità, paiono, fra gli antecedenti degli ossessionati, avere una funzione nefasta e preparare il terreno dell'ossessione (18). Vengono le circostanze che getteranno, in questo terreno favorevole, il seme morboso, e l'ossessione si svilupperà.

Più il terreno è favorevole, in altri termini, più gli antecedenti sono gravi, e più le circostanze determinanti possono essere banali. Ma si può dire che

(16) R. e J., II, prefazione, XVI.

(17) F. Raymond, op. cit., 103.

(18) Baumgarten, op. cit., 259, giunge a conclusioni analoghe. «Scadimento delle capacità, scadimento dell'energia e delle facoltà reattive del sistema nervoso, tale è la disposizione alla neurastenia» e, anche, all'ossessione.

114

esse hanno tutte per carattere comune di porre il soggetto di fronte ad uno sforzo eccezionale.

Ecco perché questa malattia può comparire ad ogni età ed in ogni circostanza, quando si rompe l'equilibrio fra la forza disponibile e il bisogno; ma ecco anche perché non compare affatto nella prima infanzia, in cui i bisogni eccezionali generalmente non esistono; né nell'estrema vecchiaia, in cui non esistono generalmente più. Le tabelle redatte da Pitres e Régis e da Janet si accordano nel segnalare che è fra 26 e 34 anni che i malati ricorrono in maggior numero ai medici.

Sarebbe interessante sapere l'età reale dell'inizio. Avendo Pitres e Régis interrogato i loro malati sull'età in cui sono cominciate le loro «preoccupazioni angosciose», cento fra essi hanno fornito una risposta precisa. Ora, si trova, tra queste risposte, che «in più della metà dei casi, le ossessioni sopravvengono nell'infanzia e nell'adolescenza, e, in più dei tre quarti dei casi, prima della fine del trentesimo anno» (19).

(19) P. e R., 217. Ecco la tabella in cui riportano i risultati della loro inchiesta:

	Uomini	Donne	Totale
da 5 a 10 anni	6	8	14
da 11 a 15 anni	8	24	32
da 16 a 20 anni	2	9	11
da 21 a 25 anni	4	10	14
da 26 a 30 anni	4	9	13
da 31 a 35 anni	0	9	9
da 36 a 40 anni	1	0	1
da 41 a 45 anni	0	1	1
da 46 a 50 anni	1	2	3
da 51 a 55 anni	1	0	1

da 56 a 60 anni 0 1 1

27 73 100

Non bisogna perder di vista che questi sono i grandi malati che vanno alle cliniche, e dunque i più gravemente predisposti. Nell'insieme, gli inizi devono essere meno precoci di quanto non indicherebbe questo quadro.

115

Il più forte periodo è da undici a quindici anni, il periodo della pubertà. Quanto alla pubertà «tutti gli autori sono d'accordo nell'ammettere [la sua] enorme influenza», e «non bisogna tener conto unicamente della pubertà fisica, ma ... anche della pubertà morale, che si produce un po' più tardi» (20). È in effetti un'epoca in cui la crescita fisica e l'adattamento della vita morale richiedono una spesa di forze considerevole, una attività vitale superiore a quella che era bastata sino allora. Il pericolo sarà tanto più grande, quanto questa doppia pubertà fisica e morale si produrrà in modo molto rapido e quanto più i buoni consigli faranno difetto.

La scelta di una carriera, il problema della vocazione, i fidanzamenti, principalmente per le fanciulle: tante occasioni ancora in cui si deve compiere un lavoro psicologico enorme e in cui ben spesso i predisposti incontrano l'inizio della loro ossessione.

Analogamente avviene in quelle circostanze in cui bruscamente la vita si complica: mutamento di situazione o di fortuna, crisi di fede o di cuore, difficoltà professionali. Un esame da sostenere, il fastidio anche per un piccolo nuovo adattamento, possono bastare, quando il terreno è più favorevole, soprattutto se il fatto coincide con una emozione od una malattia, con un qualsiasi abbassamento di energia vitale. Janet segnala casi in cui è bastato un cambiamento di domestici, uno scherzo fuori luogo, una minaccia, una cattiva lettura, ecc. (21).

Così accade, una volta che la malattia si sia svelata, per il ritorno delle crisi. È sempre uno sforzo da

(20) J., I, 617 sgg.; cfr. R. e J., II, prefaz., X.

(21) J., I, 627-631.

116

compiere che le scatena nuovamente; ma questo sforzo può essere tanto più insignificante quanto più gli antecedenti hanno preparato il terreno, soprattutto quando coincide con un'emozione od una malattia, con una causa deprimente qualsiasi; il periodo della digestione, per esempio, è pericoloso per i malati gravi, o la fatica provocata da una cattiva notte. «Wye nota che egli perde sempre la propria sicurezza alle due e la riprende alle cinque» (22). «Dopo una cattiva notte, ci dice A,

quando sono più sofferente, sento un malessere indefinibile, delle inquietudini che si ridestano, un vecchio fermento che si agita. Basterebbe una parola fuori luogo o un malaccorto consiglio per rituffarmi nell'abisso».

Così, si tratti di ossessionati costituzionali od occasionali, si tratti dell'insorgere della malattia o del ritorno delle crisi, possiamo concludere che il fenomeno coincide con una certa depressione di forza od un certo aumento di bisogni. Più il capitale di vita è considerevole, più la spesa deve esser grande per lasciar apparire questa miseria vitale, questa «insufficienza» che costituisce l'ossessione; ed inversamente, più gli antecedenti del soggetto hanno ridotto il suo capitale, più potrà bastare la minima spesa sopraerogatoria per porlo in fallimento.

Abbiamo compiuto l'analisi dei fatti; occorre ora esporre la teoria che ne presenterà la sintesi. Alla fine di ciascuno dei capitoli precedenti, dopo aver confrontato i fatti gli uni con gli altri, abbiamo trovato un residuo che l'analisi non poteva risolvere: Perché l'idea ossessiva si riferisce specialmente alla tendenza preferita? Perché ogni sforzo per raggiungere la certezza è, non solo sterile, ma nocivo? Perché, sotto

(22) J., I, 515.

117

questo sforzo, il fenomeno finisce per degradarsi e dare inizio ad agitazioni vane, assurde e dolorose? Perché l'ossessionato si dice impregnato, in ogni sua attività vitale, da un sentimento di impotenza e d'incompiutezza? Perché questo inadattamento in certi atti, questa insufficienza reale che si osserva nella sua vitalità psicologica e fisiologica? Perché, infine, la malattia dell'ossessione e le crisi che l'intersecano paiono in funzione di un abbassamento di forze e di un accrescimento di bisogni?

A tutti questi perché la teoria dovrà rispondere.

118

PARTE TERZA
LA TEORIA DELL'OSSESSIONE

CAPITOLO I
ESPOSIZIONE DELLA TEORIA

Primo abbozzo della teoria. - La sua esposizione precisa poggia su due ipotesi:

I. LA TENSIONE PSICOLOGICA. - Nozione sommaria. - Tentativo di precisazione: la teoria dell'energetica; riserve da fare. - L'energia vitale è una potenza d'unificazione. - Il grado di questa unificazione esprime la tensione vitale, che noi chiamiamo psicologica quando rende possibile gli atti coscienti. - Le oscillazioni della tensione vitale: essa è in ragione inversa della quantità di lavoro, ed in ragione diretta della vita in atto.

II. LA GERARCHIA PSICOLOGICA. - Essa deve essere stabilita dal punto di vista della difficoltà relativa degli atti da eseguirsi. - Scala proposta da Janet. - Aggiunte e precisazioni necessarie. - La complessità dell'atto costituisce l'elemento principale della difficoltà. Come queste due ipotesi bastino alla teoria.

Man mano che i fatti ci ponevano le domande che abbiamo ora ricordate, sembravano sempre più suggerirci la risposta.

Riprendiamo, per un istante, il paragone che abbiamo già proposto: ecco degli organi che si presentano bene; le canne, le tastiere, i mantici, tutto pare in buono stato; vi è un artista che suona; e tuttavia la musica è orribile. Vi sono tocchi che non dànno alcun suono; su altre note il suono sorge, poi s'affievolisce o si tronca. Guardando più da vicino, si vede che sin tanto che si sgranano ad una ad una le note più basse, tutto procede bene; ma che se si giunge alle note

121

acute che esigono più pressione, soprattutto se si aprono i grandi registri e si moltiplicano gli accordi, il soffio si affievolisce rapidamente e gli organi non emettono che suoni fiacchi ed incoerenti. Voi non esitate, sapete dove è il difetto e dove Occorre por rimedio.

Non accadrà, nell'ossessione, qualcosa di analogo?

La coscienza è più o meno ricca, secondo la quantità di fenomeni che ritiene (1). Non vi è coscienza umana che ritenga tutto ciò che ha colto, né che colga tutte le impressioni della realtà sull'organismo. Quante idee o sfumature ci sfuggono alla prima lettura d'un libro scientifico! Quante cose entrano nei nostri occhi, e non vediamo; nelle nostre orecchie e non udiamo! Sono note le famose discussioni di Boileau e dei suoi amici sugli a solo nel teatro; e chi non sa che siamo soggetti alla

distrazione? Ma, se non coglie, se non trattiene tutto, l'uomo normale fa tuttavia ampia provvista di idee e può vederle coesistere in gran numero nella propria coscienza. Ora, l'ossessionato, come abbiamo visto, a questo riguardo è un uomo normale. I suoi sensi e le sue facoltà sono tutti in buono stato. Nulla di rovinato, né di sconnesso. I tasti della tastiera funzionano sotto l'impressione esterna, le canne sono aperte, ed il soffio della vita, per quanto ve n'è, vi passa. Ma ve n'è abbastanza? E abbastanza potente? Vi è fatica per compiere i suoi accordi, per armonizzare il suo suono. È un fatto che esprimiamo direttamente dicendo che gli è difficile compiere la sintesi della propria coscienza. Ma questo fatto, da che cosa è condizionato? Non potrebbe dipendere dal fatto che la vita è troppo debole, che il mantice manca di pressione?

(1) Vedasi il nostro studio sull'Ipnotismo in «Revue des questions scientifiques» gennaio 1910.

122

L'uomo normale ha la vita abbastanza intensa per suonare a fondo la propria vita psicologica, per quanto estesa ne sia la tastiera. L'isterico sgrana le proprie note o non fa che accordi semplici sulla propria tastiera ridotta a qualche tasto, e, per povera che sia la sua forza vitale, essa gli basta. L'ossessionato, povero lui pure, non se n'accorge per tutto il tempo in cui suona le piccole arie che esprimono la sua vita d'infanzia, ma quando vede la propria tastiera estendersi e ne giunge a tirare i grandi giochi, si troverà a corto di fiato.

Tale è l'abbozzo della teoria. Occorre provare a stabilirla in modo più preciso.

Due ipotesi basteranno: quella della tensione e quella della gerarchia psicologica (2).

I - LA TENSIONE PSICOLOGICA

I fatti psicologici sono dei fatti: hanno quindi una causa; essendo fatti vitali. questa causa è la vita.

Ma deve essere la vita in uno stato o in uno sforzo particolare; poiché la vita è in modo stabile e ovunque nel vivente, e la forza in questione non si manifesta che a tratti e, almeno per; fatti di sensazione, su certi punti. Senza dubbio è vita immagazzinata in tali organi od in tali funzioni; ma i fatti che abbiamo osservato in questo lavoro, ci hanno dimostrato che le facoltà o gli organi possono vivere, possono anche ricevere l'impressione della realtà obiettiva, senza che corrispondano loro, almeno in pienezza, gli atti psicologici che ne sarebbero la normale reazione. La forza misteriosa che produce questi atti e che ten-

(2) Prendiamo a prestito l'idea di questa duplice ipotesi da Janet, interpretandola però secondo i nostri criteri.

123

tiamo, se non di definire, almeno di intravedere, è dunque qualcosa di più che vita specializzata, canalizzata, su tale o tal altro punto; o piuttosto è sì questa vita, ma con una certa intensità, in un certo stato di *tensione*.

È impossibile d'altronde concepire una forza agente che non abbia una certa tensione. Nel linguaggio corrente, la tensione di una corda, di una molla, di un vapore, d'una forza qualsiasi, è in effetti questa forza in quanto tesa per la sua propria azione; in altri termini, il grado in cui questa forza opera. Se essa non opera a nessun grado, se non ha tensione, non produce nulla, non agisce più.

In ogni attività vitale, come in ogni forza in atto, vi è dunque una certa tensione. Ma essa non basta sempre perché l'atto sia psicologico, cioè cosciente. Occorre, perciò, che sorpassi un certo livello. Non basta che l'aria circoli nelle canne dell'organo; occorre che vi sia una certa determinata pressione perché comunichi loro delle vibrazioni sonore. Non basta che la corrente elettrica abbia un voltaggio qualsiasi, occorre che sia a 120 volts perché quella tale lampada si accenda. Al disotto la corrente passa, ma la lampada non si illumina. E così, non basta una corrente qualsiasi di vita perché la coscienza si manifesti; occorre vita intensificata, ad uno stato superiore di tensione.

I fatti ci dimostrano bene d'altronde che la coscienza si sovrappone alla vita organica, e non reciprocamente. Quando la vita si sviluppa, come presso i bambini, la coscienza a poco a poco si manifesta; quando la vita si ritira, come nella senilità o nella malattia, la coscienza decresce o scompare. È dunque permesso concludere che l'attività cosciente, essendo un ampliarsi, una fase superiore dell'attività vitale, suppone una tensione di vita più o meno elevata

124

secondo la difficoltà dell'atto da prodursi (3), ma sempre superiore a ciò che potrebbe bastare alla vita incosciente.

La tensione vitale elevata a questi gradi superiori, capace di produrre, oltre al mantenimento della vita organica, atti coscienti, ecco dunque che cosa chiameremo *tensione psicologica*.

Sin qui, pare che non abbiamo dato molto poste all'ipotesi, e questa semplice nozione, quale ora abbiamo esposta, della tensione psicologica, sarebbe già sufficiente ai bisogni della teoria. Ma, se vogliamo in seguito offrire indicazioni per il trattamento, sarebbe utile precisare meglio, ed è precisandola che entriamo particolarmente nel campo delle ipotesi.

Crediamo possibile applicare, in un senso, alla forza vitale un'equazione dell'*Energetica*; ma occorre subito dire in qual senso.

La teoria energetica è un metodo e non una dottrina. Non si può chiedere una metafisica della vita. Ciò supera il suo potere come le sue pretese. Essa non pretende affatto, almeno presso i suoi genuini rappresentanti, di fornirci la filosofia della materia. Essa stabilisce «delle relazioni numeriche definite tra grandezze direttamente misurabili» (4), e non sa nulla delle essenze delle cose; essa non può né misurarle né raggiungerle. Non coglie nel fenomeno che un solo lato, quello per il quale esso si collega ai suoi antece-

(3) E anche secondo la spesa che esige il mantenimento della vita inferiore; poiché la vita superiore si sovrappone alla prima, quindi la suppone sempre.

(4) Em. Picard, *La science moderne*, Flammarion, Paris, p. 128.

125

denti od ai suoi conseguenti, il *lavoro* prodotto o da produrre, l'*energia* (5).

Essa stabilisce una certa equivalenza di differenti forme dell'energia. Ma da ciò «si può concludere per la loro identità? La questione, per lo sperimentatore, non ha senso; è un po' come se gli si domandasse se due corpi sono identici perché hanno lo stesso peso» (6).

Ed infatti, quando si giunge alle applicazioni particolari, se si guardano le formule, occorre ricondurle al reale e stabilire le cifre mediante un campione che muta per ogni forma di energia. Occorre «definire che cosa s'intenda per energia. Così si distinguono le energie meccanica, termica, elettrica, chimica, ecc.» (7).

A maggior ragione, ci sarà necessario, se chiediamo una formula a questa teoria, distinguere accuratamente l'*energia vitale*.

Essa non esclude le altre, così come in una nave, l'energia del vapore non esclude quella dei venti e dei flutti. La vita, quale esiste sulla terra, si sovrappone alle altre energie e dunque le suppone. Essa le utilizza, se ne giova, ma ne rispetta le leggi, come fanno l'ingegnere ed il chimico; e se, un giorno, la scienza fosse così progredita da stabilire integralmente le equazioni delle reazioni vitali in ciò che esse hanno di materiale, siamo persuasi che essa ritroverebbe tutte le leggi della materia, come le ritrova nei trasporti di energia che effettua il funzionamento di uno stabilimento. Il pensiero degli ingegneri non ha lasciato

(5) Ed essa costata - o crede costatare - che l'energia in atto, rappresentata dal lavoro effettuato, è uguale al prodotto della tensione o intensità, per la quantità. In modo che, se si chiama E l'energia, T la tensione, Q la quantità, si ha l'equazione: $E = T \times Q$.

(6) Em. Picard, op. cit., 130.

(7) Em. Picard, op. cit., 129.

126

traccia nel lavoro meccanico effettuato. Ma è esso che l'ha concepito e messo in contatto, che ha coordinato le forze, libero di lasciarle in seguito agire a modo loro. Così fa la vita, con questa differenza, che rimane; mentre l'ingegnere se ne va. Essa rimane perché ha senza posa nuovi adattamenti da fare. L'officina rifà sempre i medesimi gesti, il vivente progredisce e non si ripete mai.

Vi è dunque materia e meccanica nelle manifestazioni vitali, e le scienze della materia non vi troveranno mai altro, per la buona ragione che esse non possono conoscere nulla di più, che lasciano passare il resto come un setaccio lascia passare l'acqua.

Ma non vedere, nel fenomeno vitale, altro che le energie meccaniche o materiali - si chiamino come si voglia (8) - è lasciar passare proprio l'essenziale e non ritenere della realtà che l'aspetto meno interessante, particolarmente poi nel problema di cui ci occupiamo; poiché questi movimenti di pura meccanica abbondano negli ossessionati a tutti i gradi della malattia, e sono anche prodigati in pura perdita, nei

(8) Ed è abbastanza difficile designarle esattamente, mutando tutti questi termini di significato con le diverse teorie; ma si comprende ciò che intendiamo.

Bisognerebbe che la scienza della materia fosse ben certa d'aver sperimentato tutto il reale per proclamare che nulla le sfugge. Ora, in questi ultimi anni (dopo il 1898), si è scoperto, in un mezzo assai accessibile alle osservazioni, nell'atmosfera, altri corpi nuovi di cui non si sospettava neppure l'esistenza in natura. A maggior ragione essa lascia sfuggire ciò su cui non ha presa. Essa sospetta sì che vi sono, nel grande mistero che l'avvolge, delle «forze sconosciute» che si riveleranno forse, ma quale mezzo ha essa per provare che, fra queste forze sconosciute, tutte sono di sua competenza? Non altro che dichiarare con un atto di cieca fede, che tutto è materia. E non v'è nulla di meno scientifico. È un postulato di cui la scienza che vuol fare della teologia contro Dio, non può far a meno, ma che la scienza in senso proprio non saprebbe ammettere, e che i fatti condannano.

127

tic. L'energia richiesta alla loro produzione non può dunque fornire alcuna base per la spiegazione che dobbiamo trovare. Non è questo che è in causa. Sappiamo che il difetto risiede nell'azione del soggetto sulla realtà; ma occorre cercarlo altrove, non in un'azione meccanica.

Insomma i fatti presi tutti interi, così come si presentano in concreto, nella realtà vivente, sono fatti viventi, e non è possibile negarlo.

L'esperienza li distingue come distingue gli altri. Un «lavoro effettuato», svela una certa «energia». E poiché in questo lavoro effettuato vi è qualcosa per cui è vitale, occorre pur ammettere - se nulla viene da nulla, *ex nihilo nihil* - che, mescolata all'energia che ne sviluppa certi aspetti nello spazio, vi è anche qualche cosa per cui il vivente è cosciente, qualcosa che lo fa idea, sentimento, desiderio, volontà, decisione, ecc.; e questo qualcosa che produce tal lavoro lo chiamo *energia vitale*.

Ma se le differenti forme di energia hanno ciascuna il proprio modo di agire, al punto che, quando si tratta di valutare il loro lavoro, bisogna ricorrere ad un campione particolare, analogamente sarà, senza alcun Dubbio, per l'energia vitale, e nel proporre analogie che possiamo scoprire con altre forme, non bisogna forzarle affatto, né dimenticare le differenze fondamentali che i fatti ci rivelano.

Ora, una differenza fondamentale è che la vita è una «forza unificante» (9). Fare l'unità nella molte-

(9) Espressione di Höfding, (op. cit., cap. V, S, B), a proposito della coscienza. I Moderni come gli Antichi, sono vieppiù obbligati a riconoscere questa o forza unificante». Vedasi, ad a proposito della vita, Cl. Bernard, e le sue dichiarazioni sull'«idea direttrice»: a proposito della coscienza, G. Dwelshauvers, in *La synthèse mentale*, Alcan, Paris, 1908. Il nostro manoscritto era già stato inviato all'editore, quando apparve nella «Revue des deux Mondes», 1 dicembre 1909, un articolo del Dr. Grasset, ove rileviamo questa frase (p. 619): «Ciò che caratterizza la vita è dunque precisamente il compiere l'unità nella complessità, costituire un individuo con dei particolari disparati».

128

plicità, l'omogeneo con l'eterogeneo, il permanente con l'instabile: tale è il suo modo proprio ed incomunicabile, irriducibile, contraddittorio al modo di tutte le altre energie conosciute. Tale è anche la sua operazione essenziale, nelle più umili come nelle più alte manifestazioni, dagli esseri unicellulari sino agli organismi superiori. Essa plasma, secondo una «idea direttrice», gli elementi che impiega, li «manifattura» (10), li coordina, li unisce in un tutto armonico; essa appone a tutto ciò la propria impronta, malgrado la disparata provenienza delle parti; ne mantiene l'architettura, la forma caratteristica, e la trasmetterà intatta ai propri eredi, nonostante il flusso incessante dei fenomeni che tendono a distruggerne l'equilibrio. Quando la vita è abbastanza forte per elevarsi sino alla coscienza, essa persegue lo stesso lavoro; e qui i materiali stessi, come l'operazione che li impiega, non hanno nulla d'analogo all'infuori della vita; essi si chiamano fatti di coscienza; e la permanenza, l'omogeneità, l'unità che la vita con essi si sforza di costruire, si chiama l'io. Essa vi riesce più o meno, ma vi tende con tutte le proprie forze, e vi riesce nella misura stessa del proprio valore. Qui, al suo apice, come ovunque e sempre, la vita è «una forza unificante», una potenza d'unificazione.

Una potenza d'unificazione: ecco dunque l'energia vitale; e il grado cui giunge, in un dato atto, questa unificazione: ecco la tensione vitale, che si chiamerà psicologica, se si eleva sino alla coscienza (11).

(10) Espressione di Claude Bernard.

(11) Nelle applicazioni particolari dell'Energetica, si è giunti a definire la forma speciale di tensione, come quella dell'energia. Essa è concepita come un'altezza, una pressione, una temperatura, una velocità, ecc. secondo si tratti dell'energia spiegata dalla caduta di un corpo, del peso, del calore, del movimento, ecc. Non ci si stupisca di vederci riconoscere una forma speciale anche alla tensione vitale.

129

Questa nozione, precisando quella che avevamo ora trovato, ci permetterà di raggiungere la formula dell'Energetica e di servircene senza confondere ciò che deve rimanere distinto (12).

In effetti, questa unificazione che costituisce l'energia vitale in atto, è l'unificazione di qualche cosa (tali elementi in tale numero e di tale natura); questo qualcosa che entra casi, per la sua parte, nel risultato prodotto, nel lavoro vitale effettuato, sollecita dunque, per una parte uguale, l'energia messa in opera; e ciò avviene a spese del grado in cui l'unificazione potrà compiersi, a spese della tensione; infatti ciò che la vita spende per ottenere una parte di risultato, deve economizzarlo sull'altra.

L'energia vitale non è infinita. Essa ha il suo limite; e forse non come le energie materiali: invece d'esaurirsi, sembra abitualmente svilupparsi con l'u-

(12) Se, da una parte, non confondiamo la vita con le altre energie della materia, sappiamo anche bene, dall'altro, che non possiamo utilizzare la formula energetica sino alla determinazione delle cifre che ne rappresenterebbero il valore completo. Trarremo, dai rapporti che stiamo per stabilire, indicazioni per il trattamento; ma questi rapporti, come i loro termini, non sono misurabili. Essenzialmente la vita sfugge alla misurazione, perché le quantità misurabili non sono, per così dire, che la sua gamba; mentre il suo fondo è essenzialmente qualitativo. Dwelshauvers, (op. cit., cap. III,»), mostra assai chiaramente che il minimo fatto vitale, una sensazione, per esempio, sfugge a tutti i nostri procedimenti di registrazione, malgrado tutti gli sforzi degli psicofisiologi: ciò che si misura non è che il fenomeno trasformato e meccanizzato, non la vita, ma la sua assenza, «il suo grado di mancanza». Vedasi anche Bergson, *Les données immédiates de la conscience*, Alcan, Paris.

130

so; si direbbe che la sorgente da cui scaturisce cresca a misura che vi si attinge. Ma, considerata in un qualsiasi momento è, nonostante tutto, d'una grandezza precisa e

finita. Se essa non ha una misura comune con le altre, come le altre sarebbe valutabile in quel momento, mediante il lavoro che è capace di effettuare, poiché dall'effetto si conosce la causa. Ora, questo lavoro che è, come abbiamo detto, lavoro d'unificazione, comprende due aspetti, o, se si vuole, due fattori: il grado in cui l'unificazione si produce, è la *tensione*; la natura e il numero degli elementi sui quali si esercita, sarebbe la *quantità*. È ovvio che bisognerà spendere cento volte più energia per unificare ed assimilare cento elementi che per assimilarne uno solo della stessa natura; oppure che, se l'energia in atto è la stessa nei due casi, il grado cui l'unificazione potrà essere condotta sarà cento volte minore del primo.

La stessa somma di energia vitale ha dunque due mezzi per impiegarsi: essa può concentrarsi su un piccolo numero di elementi e guadagnare in tensione ciò che perde in quantità; o, inversamente, allargarsi su un gran numero e guadagnare in quantità ciò che perde in tensione. Così come una sorgente luminosa che può essere concentrata su un punto con luminosità intensa; o spandere debole chiarore in un vasto spazio.

Infatti, quando la vita si concentra in uno sforzo intenso, nella soluzione di un problema, nella meditazione di un'idea, pare, per così dire, che si ritiri in altrettanta misura dall'organismo. E quando essa è intenta a costruire o a riparare gli organi, nell'infanzia, nella malattia, nel sonno, o semplicemente nella digestione, sembra invece che la tensione diminuisca a misura che l'estensione di questo lavoro aumenta, poiché vediamo i fenomeni che richiedono

131

una tensione superiore, quelli della vita cosciente, ridursi o scomparire.

Per un dato valore dell'energia vitale, si può dunque ammettere che la tensione oscilli in ragione inversa della quantità. Essa si eleva a misura che la quantità diminuisce, e reciprocamente.

Ma l'energia vitale non è fissa. Essa può oscillare sotto l'influenza di cause abbastanza poco conosciute, di cui dovremo discuterne alcune alla fine di questo libro. Se si suppone allora stazionaria la quantità; cioè se, in un dato atto, il numero e la natura degli elementi da unire non si modificano, l'aumento dell'energia sarà tutto intero a beneficio della tensione; in altri termini, la tensione oscillerà in ragione diretta dell'energia.

E in questi due casi, noi raggiungiamo la formula dell'energetica:

$$E = T \times Q, \text{ oppure } T = E/Q$$

in cui vediamo che T, la tensione, è in ragione diretta del numeratore E, che esprime l'energia, ed in ragione inversa del denominatore Q, che esprime la quantità.

Questa constatazione non è di mera curiosità. Essa ci fa vedere che il mezzo per rialzare la tensione psicologica è di modificare convenientemente il valore dell'energia in atto o della quantità. Dovremo ricercare, nella quarta parte, in quel

misura queste modificazioni dipendano da noi. E l'interesse che può esservi a rialzare la tensione psicologica ci apparirà dal paragrafo seguente.

132

II - GERARCHIA DEI FENOMENI PSICOLOGICI

Esiste una gerarchia, e nessuno si sogna di contestarlo, né pretende che tutti gli atti da noi compiuti siano dello stesso valore. Ma nel problema che stiamo trattando, occorre stabilire questa gerarchia da un punto di vista speciale; è qui che l'evidenza ci sfugge e non possiamo che formulare un'ipotesi.

Non si tratta di sapere quali siano i fatti di più alto valore ontologico, quelli che paiono più spogliati della materia e si avvicinano maggiormente alle operazioni del puro spirito; non si tratta neppure di decidere quali siano quelli che meglio rispondono ad un ideale di bellezza o di virtù, e che presentano la più alta perfezione estetica o morale. Occorre, per spiegare il meccanismo dei fatti che l'osservazione ci ha fatto scoprire in questo studio, porci da un punto di vista unicamente psicologico, e domandarci quali siano gli atti che esigono il massimo dispendio vitale e che, per conseguenza, sono i più difficili da realizzare.

Janet, che ha avuto il merito di segnalare questo punto di vista, giudica con ragione che gli ossessionati ci forniscono un mezzo per stabilire questa gerarchia. Basta vedere in quale ordine i fenomeni psicologici divengano loro progressivamente impossibili. supponendo, il che è naturale, che scompaiano, che non siano più accusati. man mano che si abbassa il livello della tensione vitale di cui il soggetto dispone.

Riassumiamo innanzitutto le conclusioni alle quali perviene (13), liberi di criticarle più avanti o commentarle.

Ciò che scompare più sovente ed in primo luogo,

(13) J., I, 474-478

133

nelle operazioni degli ossessionati, e che per conseguenza deve esser posto al sommo della gerarchia, è l'*adattamento alla realtà concreta*. La sua forma più consueta consiste nell'azione *volontaria* del soggetto sulle cose esteriori; ma essa diviene più difficile, se si trova di fronte a testimoni, se «deve esercitarsi non solamente sull'ambiente fisico, ma anche su quello sociale nel quale siamo inseriti»; più difficile ancora se si tratta di un'azione «interessata», o piuttosto interessante nel senso etimologico, cioè che debba giungere a risultati pratici per noi o per gli altri. Questa difficoltà infine aumenta, contemporaneamente al grado di adattamento necessario, con la novità dell'azione, e conseguentemente con la

necessità di coordinarla più completamente, di ingranarla più a fondo con tutti i dettagli della nostra personalità.

Un po' al disotto di queste azioni volontarie che partecipano ancora, in notevole misura, dell'adattamento alla realtà, occorre mettere l'*attenzione* accompagnata da volontà e da certezza. È così che essa costituisce una presa di possesso della realtà. «Si può pensare e non credere (non essere sicuri), poiché vediamo tanti soggetti che vedono benissimo, che ragionano meravigliosamente e che non possono arrivare a credere». Ora, cogliere «un'idea col sentimento che è proprio quello reale, cioè coordinare attorno a questa percezione tutte le nostre tendenze, tutte le nostre attività, è il lavoro perfetto dell'attenzione». E gli ossessionati ci provano che una tale attenzione è atto difficile.

La *memoria* partecipa a questa difficoltà, nella misura in cui si collega all'adattamento al reale, cioè per la fissazione nel ricordo degli avvenimenti attuali da utilizzarsi più tardi, e per l'evocazione degli avvenimenti passati utili alla situazione presente. «Ciò

134

che caratterizza l'uomo d'azione, dice Bergson (14), è la prontezza con la quale chiama al soccorso d'una data situazione tutti i ricordi che vi si riferiscono: ma è anche la barriera insormontabile che incontrano in lui, presentandosi alle soglie della coscienza, i ricordi inutili od indifferenti». Abbiamo visto che una tale memoria sfugge sovente agli ossessionati.

La coscienza dell'*io*, col sentimento della sua coordinazione, della sua unità, comprende anche, sebbene a un grado reso meno difficile da esperienze tanto sovente ripetute, questa memoria, questa attenzione accompagnata da certezza, questo adattamento al reale.

L'*emozione*, dai contorni precisi e ben adattata alle circostanze, se ne avvicina ugualmente, a giudicare dai fenomeni di impotenza o di agitazioni intempestive che presentano gli ossessionati.

Ed infine al più basso grado dell'adattamento al reale, occorre mettere la semplice netta percezione del *presente*. Non si tratta di un presente convenzionale, quello dei matematici, per esempio, che è un'idea astratta. «Il presente reale per noi è un atto o uno stato d'una certa complessità che abbracciamo in un unico stato di coscienza ... Per le persone distratte, indifferenti alla realtà, questo presente si diluisce e resta vago (15); per degli spiriti attivi ... questo presente si circoscrive e diviene preciso». Ma vi occorre allora l'azione, l'attenzione, l'adattamento, con il sentimento del reale.

Tale è il primo gruppo della gerarchia: l'adatta-

(14) Matière et Mémoire, Alcan, Paris, 5 ed., 1908, p. 166.

(15) B ci diceva un giorno: «Mi pare che i quarti d'ora suonino più frequenti del solito». In questo periodo di più grande agitazione, il contatto con la realtà era così debole che gli era difficile credere d'aver vissuto quindici minuti fra i due suoni dell'orologio.

135

mento più o meno perfetto alla realtà. È il più alto, quello che le oscillazioni della tensione vitale sembrano abbandonare in primo luogo.

Al disotto, occorre collocare gli atti *indifferenti alla realtà*. «Sono le stesse operazioni psicologiche semplicemente spogliate di ciò che costituiva la loro perfezione» dal nostro punto di vista, cioè l'adattamento al reale, l'ingranaggio con tutti i dati dei fatti e dell'io. Ciò non vuole affatto dire che questi atti siano incoscienti; ma «sono accompagnati da una minore coscienza, che non ha la precisione, la concentrazione» che presenta nel primo gruppo. Difatti, gli stessi atti che gli ossessionati non possono compiere quando vi si sforzano, divengono loro facili quando essi sono distratti: «perché il mio lavoro proceda bene, dice Gisèle, occorre che io non ci sia, che lo faccia senza volerlo».

In un terzo gruppo vengono le idee astratte. I malati ai quali sfuggono gli atti appartenenti ai due gruppi superiori, sono ancora capaci di ragionare continuamente (senza raggiungere la certezza): ora, se i ragionamenti possono occupare un posto d'onore per altri aspetti, hanno un'elevatura modesta quando esigono un dispendio di forze e quando si riducono a rimuginare idee astratte senza raggiungere una conclusione (16). Bisogna porre ancora più in basso la memoria che non ingrana con la realtà presente, e, sempre più in basso, le semplici associazioni di idee

(16) Crediamo di dover introdurre questa restrizione; e ne approfittiamo per far osservare che l'uso delle idee astratte costituisce in certi casi un «adattamento alla realtà». Il filosofo, per esempio, costruendo le sue teorie rimuove e coordina più realtà, dal suo punto di vista, che il commerciante nello smerciare la propria mercanzia. Queste considerazioni rendono forse un po' imprecisa la «gerarchia psicologica». Si vedrà subito il mezzo di rimediarvi.

136

o di immagini, le fantasticherie, ed il processo mentale che va alla deriva o che si ripete indefinitamente.

A un quarto gruppo sembrano appartenere le *emozioni* senza rapporto «con la percezione presente», soprattutto quando non rivestono più forma distinta e si riducono ad «un insieme di disturbi respiratori e cardiaci assai vaghi, che non destano nello spirito il pensiero di alcuna tendenza, di alcuna azione particolare. È ciò che si chiama angoscia, la più elementare delle operazioni mentali».

Infine, all'ultimo grado della scala, vengono i tic, innanzitutto quelli che restano a caricatura di antichi movimenti, altre volte adattati; poi, più in basso, le *agitazioni diffuse*, «questi movimenti incoordinati che si avvicinano alle convulsioni».

Tale è la *gerarchia* dei fenomeni psicologici che propone Janet. Si vede, insomma, che essa è stabilita secondo il loro *coefficiente di realtà*. Senza dubbio ha voluto stabilirla secondo l'insegnamento derivato dall'osservazione dei suoi malati; ma si costata che l'ordine imposto da queste osservazioni, corrisponde al coefficiente di realtà dei fenomeni. Più essi ingranano con il reale, più presentano «questo carattere essenziale dei fatti dello spirito che consiste nell'agire sulla realtà... almeno a corrisponderle»; più si trovano posti in alto, in questa scala di valori edificata dal punto di vista della difficoltà psicologica. Ed egli ha il diritto di concludere (17): «Se si considera l'ordine di frequenza e di rapidità col quale si perdono nei nostri malati le funzioni psicologiche, si costata che scompaiono altrettanto più presto quanto più il loro coefficiente di realtà è elevato, e che persistono tanto più a lungo quanto più il loro coefficiente

(17) J., I, 437.

137

di realtà è basso. Ne concludo che queste operazioni formano una serie di difficoltà e complessità decrescenti, conseguendone che la loro relazione con la realtà, dal punto di vista della conoscenza dell'azione, in una parola della corrispondenza, va diminuendo, ed è a questa disposizione in serie che do il nome di *gerarchia psicologica*».

Che cosa possiamo dire di questa ipotesi?

Dobbiamo innanzi tutto ammetterla come verosimile, o almeno, sino a prova contraria, tenerla per vera, poiché sembra, salvo possibili errori nei particolari, suggerita ed imposta dai fatti che l'osservazione rivela. Vi è modo tuttavia di completarla o almeno, di commentarla e precisarla.

Notiamo innanzitutto che bisogna supplire ad una omissione collocando al supremo grado di questa scala psicologica l'*azione morale*. Essa rappresenta in effetti il supremo adattamento alla realtà, comprendente tutte le difficoltà dell'azione volontaria, sociale, interessata (nel senso definito), ed aggiungendo altri dati ancora di cui occorre tener conto per determinarla e completarla.

Affrettiamoci poi a dire che «il coefficiente di realtà) di cui si parla, non esprime un valore assoluto, ma essenzialmente relativo e mutevole. Vi è realtà e realtà. Si tratta, nella specie, della realtà psicologica. In quest'ordine, solo ciò che è cosciente è reale. I fatti di ieri e di domani, o anche di adesso, se sfuggono interamente alla mia

coscienza, non entrano per nulla nella difficoltà del suo adattamento, della sua organizzazione, e, da questo punto di vista non contano. Si vede dunque che questo adattamento

138

reale è una formula che, nelle sue applicazioni pratiche, non esprime mai due volte lo stesso valore; perché il reale che è in causa, si modifica, non solamente da uomo a uomo, ma, in una stessa coscienza, da un momento al momento che segue. Dal fatto che un uomo si trova all'altezza del compito mentale che si impone a un dato momento, dal fatto che si adatta al reale, e che un altro non vi si adatta, non bisogna concludere che quest'ultimo ha una tensione né soprattutto una potenza vitale più debole. Occorrerebbe sapere innanzitutto che cosa vale questo «reale» nel primo caso e nel secondo. L'idiota assai facilmente si adatta a ciò che è per lui il reale; l'animale ancor meglio. La «gerarchia psicologica» non è dunque, né può essere una regola esterna ed obiettiva, una scala graduata una volta per tutte ed alla quale si rapporteranno, per averne la misura, le differenti coscienze. Essa non serve che a mostrare come, in una *stessa coscienza*, si sovrappongano, a un dato momento, gli atti dal punto di vista della loro difficoltà di esecuzione.

Anche da questo punto di vista, occorre precisare ancora. Questa gerarchia, presa a rigor di termini, mal si difenderebbe contro certe obiezioni. Per esempio, l'atto di infilare un ago è un adattamento al reale ed appartiene al primo gruppo; ma è ben certo che sia più difficile di un semplice rimuginamento sull'origine delle idee, o d'un problema d'algebra o della lettura d'un romanzo, fenomeni del secondo e del terzo gruppo?

Evidentemente, bisogna dire che i differenti gruppi si sovrastino nell'ordine indicato: che lo stesso fenomeno dato, che un certo movimento, per esempio, che costituisce un tic, diverrà sempre più difficile a misura che potrà essere classificato nei gruppi superiori; ma non potrà salire così attraverso la «gerar-

139

chia» che alla condizione di aggiungersi successivamente i caratteri dei gradi superiori, che alla condizione di collegarsi a idee, a sentimenti, alla situazione presente, all'organizzazione dell'io, e conseguentemente di divenire sempre più complesso. La complessità è dunque anche un elemento della difficoltà che presentano gli atti e si comprende così che un atto del terzo gruppo come la lettura di un romanzo possa, in ragione della sua complessità notevolmente superiore, esigere più tensione vitale di un'azione assai semplice del primo gruppo, come quella di infilare un ago.

Per apprezzare esattamente la difficoltà che presenta un fenomeno occorre dunque tener conto, non solamente del posto che esso occupa nella lista compilata ora, ma anche del suo grado di complessità.

Ed infatti, un atto dieci volte più complesso di un altro dello stesso ordine, è quello che ha dieci volte più elementi da sollevare prima - il che decuplicherebbe già la difficoltà, - e da coordinare poi - il che la moltiplica ancora per un coefficiente impossibile a definirsi.

Ma questa spiegazione - così semplice - non ci fa solamente vedere che la difficoltà aumenta in proporzione della complessità, essa ci mostra ancora perché gli atti si sovrappongono nella gerarchia psicologica, con l'ordine indicato. Il fatto è che gli atti psicologici sono precisamente tanto più complessi, quanto maggiormente «il loro coefficiente di realtà» aumenta (18).

(18) Non è sfuggito a Janet che la complessità riveste una funzione nella percezione del reale. Si è visto che il termine compare nella definizione che egli ci dà della gerarchia psicologica; egli insiste sulla cosa, p. 492 sgg.; ma ne fa soprattutto un elemento della tensione. «La riunione di questi due fenomeni, dice, p. 495, una nuova sintesi, una forte concentrazione, e dei fatti di coscienza assai numerosi, costituisce un carattere che deve essere essenziale in psicologia e che si può chiamare convenzionalmente tensione psicologica». Ci pare preferibile considerare la complessità innanzitutto come elemento della difficoltà dell'atto, e che necessita di una tensione più alta, ma non la costituisce. Al contrario, questa complessità, quando l'atto si compie, contribuisce ad aumentare la quantità di lavoro vitale e quindi a diminuire la tensione.

140

I nostri vaghi ricordi, le nostre immagini, le nostre idee generali non sono che scelte pratiche nel reale, astrazioni più o meno spinte che spogliano sempre la realtà di un certo numero dei suoi elementi. Il colpo di rete del pescatore sembra prendere tutto il mare in un volume determinato, ma non ne trattiene che i pesci. Il setaccio che coglie l'onda quando giunge alla risacca, non trattiene che un po' di schiuma, di alghe e di rena. Se al posto d'un setaccio, si fosse raccolta, con un tino della stessa capacità, la stessa quantità dell'onda, si sarebbe conservata l'acqua con le altre materie, ed il peso da sollevare ne sarebbe stato più grave. Così, più l'atto psicologico tende a farsi adeguato con la realtà concreta, più porta con sé elementi diversi, più è complesso. L'idea generale del cane, per esempio, si ritroverà nell'idea precisa di questo cane visto là, in una certa cornice, una certa dimensione, una certa forma, certi colori, una certa andatura. Spontaneamente, essa si mescolerà all'idea generale di ciascuno di questi particolari, nello stesso tempo che a tutte le sensazioni che ne provengono; e per realizzare l'impressione cosciente, precisa, ammessa in piena sicurezza, di *questo cane* bisognerà inoltre combinare tutti questi elementi, svilupparli sino ad una data misura, arrestarli nei loro contorni, controllarli gli uni cogli altri, assegnare a ciascuno il suo posto nell'insieme, sintetiz-

141

zarli, in una parola, in un determinato sforzo mentale. È facile vedere che l'idea generale del cane si arricchisce e si complica nella misura stessa in cui si adatta alla realtà e questa complessità ci spiega la difficoltà che comporta, e di conseguenza la tensione vitale superiore di cui necessita questo adattamento.

Questi rilievi chiariscono dunque e confermano la «gerarchia psicologica» qual è stata proposta. Ma essi vanno più lontano: i fenomeni, quando non sono più dello stesso ordine, come nell'esempio citato, possono, in ragione di una complessità speciale, divenire più difficili in senso inverso alla gerarchia, come abbiamo già accennato; essi ci fanno vedere ancora che, se la difficoltà aumenta in tal modo per il solo fatto che l'idea generale si muta in percezione precisa, essa deve crescere in una proporzione enorme quando occorre pervenire ad un giudizio o ad una serie di giudizi condensati in una decisione *pratica*; e infine ci fanno vedere perché la decisione che interessa la tendenza preferita divenga necessariamente l'operazione psicologica più difficile di tutte, quella, per conseguenza, che si pone sempre al sommo della «gerarchia».

È, infatti, la più complessa. Oltre che essa si riferisce generalmente ad un'azione sociale (19) o morale, cioè appartiene già al gruppo superiore, a quello in cui si riscontra il più alto «coefficiente di realtà», essa accresce ancora questo coefficiente per il fatto

(19) Quand'anche essa si riferisse al corpo o alla salute - il che è frequente, come abbiám visto, - l'azione pratica rivela anche allora la complessità delle azioni sociali, perché interessa altre persone per i mezzi da impiegarsi o per le conseguenze temute. Per esempio nell'ossessione dell'arrossire (cfr. P. e R., cap. V) o di sembrare brutto, goffo, magro, ecc. (cfr. R. e J., II, 366-412), o di morire senza raggiungere l'età pensionabile di cui i figli avrebbero bisogno, ecc.

142

stesso che presenta il più alto interesse. Precisamente perché è ciò che sta più a cuore, che si ricollega alla tendenza più profonda, e costituisce il nocciolo della coscienza, il centro comune da cui tutti gli altri sentimenti derivano e verso il quale tutte le azioni convergono, essa è vicina a tutte le fibre, per così dire, dell'essere mentale, a tutti gli altri fenomeni psicologici, per associazione di idee, e li trascina tutti con sé. V'è di più, essa si riferisce anche alla subcoscienza, a tutte le tendenze, per connessioni diverse - associazioni o contrasti - e la scossa che la scuote agiterà anche tutto questo fondo vitale e ne farà sorgere in folla elementi nuovi, che si mescoleranno subito in un'inestricabile confusione. Ed occorrerà con un solo sforzo *sollevare ed armonizzare* questa massa. La complessità di tale operazione ce ne fa prevedere la difficoltà. Questa nozione della complessità dell'atto ha dunque funzione essenziale nello stabilire e nell'interpretare la gerarchia. È la complessità di un atto che è misura della sua difficoltà psicologica.

Ma, con questa ipotesi della *gerarchia* nella quale si sovrastano i fenomeni psicologici in ragione della loro difficoltà, e con l'ipotesi della *tensione vitale* più o meno considerevole, necessaria per vincerla, abbiamo la teoria dell'*ossessione*.

È sufficiente dire che l'ossessione è prodotta quando non v'è più proporzione tra la tensione vitale di cui si dispone e la difficoltà che occorre vincere, sia che la difficoltà sia aumentata troppo, o che la tensione sia troppo diminuita (20).

(20) Preghiamo che si sottolinei bene questo punto della nostra teoria, che è essenziale: per noi, l'ossessione non è una cosa assoluta, ma relativa, è una sproporzione. Vi sono uomini, come gli idioti, che sfuggono all'ossessione, anche con una tensione psicologica debole, poiché, per debole che sia, basta ai loro bisogni. E ve ne sono altri, quali Sant'Ignazio di Loyola, o San Francesco di Sales, che sono ossessionati, anche con una tensione elevata perché, per elevata che sia, non basta ai loro bisogni.

143

Vedremo che con questa concezione è facile risolvere i problemi che l'analisi dei fatti, nei capitoli precedenti, ci ha prospettato.

144

CAPITOLO II

SOLUZIONE DEI PROBLEMI

I. PROBLEMI INCONTRATI NELLO STUDIO DELL'IDEA OSSESSIVA. -

L'impotenza a cogliere la certezza: perché si riferisce soprattutto a ciò che sta a cuore? Alla religione o alla morale? E talvolta a tutti i desideri dell'ossessionato? - Perché questa impotenza aumenta con gli sforzi? - Perché le allucinazioni e gli impulsi non giungono sino al limite? - Perché l'idea ossessiva si sviluppa in fenomeni degradati?

II. PROBLEMI INCONTRATI NELLO STUDIO DEGLI OSSESSIONATI. - Come si spiegano: l'origine dell'ossessione nei malati occasionali e nei predisposti? - Le insufficienze fisiologiche e psicologiche (in particolare nella memoria, l'abulia, l'emozione)? - I sentimenti di incompiutezza e di impotenza? - Osservazioni sulla funzione dell'intelligenza, dell'età, del sesso, della condizione sociale e delle abitudini contemporanee, nell'ossessione.

I - PROBLEMI INCONTRATI NELLO STUDIO DELL'IDEA OSSESSIVA

Il primo problema che abbiamo incontrato, il fatto principale che abbiamo lasciato senza spiegazione, è l'impotenza dell'ossessionato a raggiungere la certezza sulle questioni che gli stanno più a Cuore (parte I, cap. »).

Appoggiandoci alla teoria che abbiamo ora enunciata, questo fatto non ha più nulla per sorprenderci. L'impotenza a raggiungere la certezza viene dal fatto che non vi è proporzione fra la tensione vitale di cui

145

l'ossessionato dispone ed il fenomeno psicologico che vuole realizzare; e tale impotenza basata su questa sproporzione si manifesta subito, e soprattutto, a proposito de l'atto che gli sta maggiormente a cuore, precisamente perché un tale atto, essendo per lui il più complesso, diviene più difficile, si pone necessariamente al sommo della «gerarchia», Quando il livello dell'energia vitale diminuisce, lascia emergere innanzitutto le cime della vita, come la marea, quando si ritira, lascia per prime a secco le più alte dune.

Ecco perché l'ossessione così sovente si collega alla religione o alla morale e prende la forma di scrupolo. In una lettera che abbiamo ricevuto e che citiamo per questo motivo, Hr ci ripete ciò che abbiamo sovente udito: «Talvolta mi dico che le persone non praticanti sono più felici; almeno, esse non hanno le preoccupazioni che io ho in questo momento». È vero, ma essi ne hanno altre. L'ossessione si riferisce alla religione o alla morale in quelli che ne hanno (1); ma essa trova sempre dove appigliarsi, perché vi è sempre qualcosa che, per l'ossessionato, è la preoccupazione principale; e dopo questo, il resto vi passa dall'alto in basso, nella misura in cui la tensione vitale s'abbassa.

(1) 18 volte su 110, secondo le statistiche di P. e R., p. 222. Gli stessi autori dicono ancora, p. 74: «Vi sono idee di ossessione che si impongono più frequentemente allo spirito. Fra tutte sono incontestabilmente, a nostro avviso, quelle che hanno riferimento alla salute, all'esistenza, alla vita futura. Vengono poi quelle relative alla paura di far male, sotto tutti i punti di vista, morale, religioso, sociale, ecc.; quelle relative alla paura di un avvenimento, di un oggetto, di un animale; infine quelle relative ad una inclinazione o ad un sentimento qualsiasi». Questa classificazione non è forse molto precisa; ma crediamo, e suona a onore dell'umanità, che, se si estendessero le statistiche all'infuori della clientela medica, si troverebbe una media più elevata per lo scrupolo propriamente detto.

146

Essa può diminuire al punto che ogni desiderio cosciente e deliberato divenga troppo complesso, troppo difficile e non possa più realizzarsi in pace (2). Abbiamo detto (p. 18) che il fatto si presenta.

Il capitolo II della prima parte ci ha posto di fronte ad altri problemi. E innanzitutto, perché tutti i tentativi dell'ossessionato per giungere alla certezza non fanno che sempre più rivelare ed aumentare la sua impotenza? Nulla di più semplice a spiegarsi, se, come vuole la teoria, quest'impotenza è fatta della sproporzione tra le risorse ed il bisogno. Se ci si ostina, per impiegare una

espressione comune, ma consacrata dall'uso, a coglier la luna col cesto, si ha un bel moltiplicare gli sforzi, ma non si raggiunge lo scopo. Se la pressione dell'aria fa difetto nei mantici degli organi, non è con l'insistere sui tasti che si troverà il rimedio. Così l'ossessionato, sprecando le proprie risorse in sforzi sterili, non fa che diminuire ancora la propria tensione vitale già troppo debole; e, nello stesso tempo, rende l'atto più difficile, perché queste ripetute esperienze agitano sempre più il fondo della sua coscienza per farne scaturire nuove idee, e producono con le circostanze esteriori delle associazioni sempre più ingombranti; di modo che lo scopo si alza nella scala della difficoltà, mentre si abbassa la tensione vitale, e la distanza si fa sempre più grande.

Nello stesso capitolo ci siamo domandati perché le allucinazioni, come gli impulsi dell'ossessionato, non giungano sino al limite: è la tensione che è col-

(2) Avviene altresì che tutti questi desideri si riallaccino, per una associazione di idee, all'ossessione principale e fanno un tutt'uno con essa. Esempio: «Occorre fare il proprio dovere; ora, forse è male concedersi qualcosa di gradevole, e ciò mi sarebbe gradevole».

147

pita, ma non la quantità degli elementi; in altri termini il campo di coscienza è largamente aperto, e le idee correttrici dell'allucinazione non sono svanite; esse sono deboli, sbiadite, offuscate, ma esistono; esse sono mal concentrate in un io sperduto, lente a giungere all'appello del buon senso, ma giungono e si oppongono in tempo affinché l'allucinazione non si trasformi in padronanza assoluta dell'io. In due parole, l'idea allucinatoria è combattuta troppo debolmente e troppo tardi, è perciò che si sviluppa; ma è combattuta, e per questo non si sviluppa sino al limite (3).

Una ragione analoga spiega lo scacco abituale degli impulsi. L'idea impulsiva s'impone sino ad un certo punto perché la concentrazione dell'io è mal fatta; ma essa non s'impone senza contestazione, perché è combattuta, e, essa pure, attraversata da dubbi. Non crede di dover spiare, e batte la fronte contro il marmo del caminetto; ma essa non è ben sicura delle sue colpe né della buona scelta dell'espiazione, e non batte troppo forte. «Colui che non agisce secondo ciò che pensa, pensa incompletamente» (4). E reciprocamente: colui che pensa incompletamente non mette molta energia nell'agire a seguito di ciò che pensa. È questo il caso degli impulsi negli ossessionati.

(3) Occorre ricordarsi anche che le idee dell'ossessionato sono generalmente molto astratte, povere d'immagini (p. 97 sgg.), il che non favorisce la tendenza allucinatoria.

(4) Dottor Paul Dubois, *Education de soi-même*, Masson, Paris, 1908, p. 87. Janet dice anche: «La convinzione fa agire» (I, 98). Egli dà (I, 597 sgg.) una spiegazione interessante che deriva dai «sentimenti d'incompiutezza» dell'ossessionato. Egli è spinto a verificare se le proprie tentazioni sono reali, poi recede spaventato; come, quando abbiamo un dente malato, verificiamo il dolore toccandolo sino a che un dolore più vivo ci fa ritrarre la mano.

148

Abbiamo segnalato (parte I, cap. III) altri fenomeni che costituiscono le degradazioni dell'idea ossessiva. Li abbiamo visti come derivazioni dai fenomeni superiori. E, in effetti, li abbiamo visti sorgere a proposito di un'azione volontaria o di uno sforzo d'attenzione o d'una emozione appropriata che non potevano compiersi. Ora, noi sappiamo che questi atti appartengono ai gruppi superiori della gerarchia psicologica e, per conseguenza, necessitano di un'elevata tensione vitale. È facile comprendere che lo sforzo esercitato per giungervi, anche se non arriva allo scopo, se è insufficiente per tale scopo, non è, nonostante tutto, nullo, e che le forze messe così in gioco si spanderanno, per derivazione, cioè per le vie di minor resistenza, col produrre atti inferiori. E non bisogna stupirsi che questi atti siano assai numerosi: la tensione d'una corrente elettrica insufficiente Per illuminare una lampada di 120 volts può far trillare una moltitudine di campanelli; un calore insufficiente per fondere un milligrammo di platino può fondere kilogrammi di piombo; ed analogamente la tensione psicologica, insufficiente per i fenomeni del gruppo superiore, può provocare «una vera e propria esplosione di fenomeni rumorosi e potenti», a condizione che essi siano inferiori nella gerarchia (5).

Possiamo vedere, nella vita corrente, e non solo presso gli ossessionati, analoghe derivazioni. In una discussione, ad esempio, se non trovate le vostre parole per i vostri argomenti, vi agitate. Vi è senza dubbio un'effervescenza di gesti che traduce l'emozione e partecipa allo sviluppo dell'idea; ma vi sono soprattutto atti esagerati, inadatti, inutili, e che cessano spontaneamente allorquando vi sentite «in possesso dei vostri mezzi». Pura derivazione.

(5) J., I. 559 sgg.

149

Similmente, nell'ossessionato, quando il fenomeno superiore finisce o semplicemente lo si sopprime, i fenomeni degradati non si manifestano. Una bambina di cui abbiamo parlato e che ha dei tic, li ha molto meno frequenti nei giorni di vacanza, in cui gli atti di attenzione sono più rari; quasi tutti gli scrupolosi sanno che, sopprimendo le loro comunioni o le loro preghiere, sopprimono le loro agitazioni: restando in riposo, la forza vitale non ha bisogno di derivarsi. Essa non si deriva più se perviene al risultato voluto, se, per esempio, si arriva con incoraggiamenti a render possibile al malato l'atto difficile, o se egli stesso ha preso

le precauzioni necessarie per riuscirvi. Wo sente anche il bisogno di prepararsi e di andare lentamente per «compiere la sua emozione» (6).

La teoria spiega dunque facilmente il fatto e la natura di questi fenomeni degradati, quand'essi costituiscono una derivazione più o meno immediata dell'idea ossessiva; ma abbiamo detto che talvolta la precedono e l'annunciano, che costituiscono allora, nelle manifestazioni esteriori dell'ossessione, la prima fase, e anche, quando la malattia sta per guarire, la fase del declino. La teoria può render ragione di questo fatto? Sì; ma lo vedremo meglio cominciando l'esposizione dal basso, dai caratteri che presentano gli ossessionati.

(6) 1- I, 567; cfr. 552-568. Una derivazione curiosa, ma suscettibile d'un'analogia spiegazione, è segnalata da Pitres e Régis, 220, che hanno visto tutte le agitazioni scomparire in seguito «ad un attacco rapido di tubercolosi polmonare». L'energia vitale ha dovuto impiegarsi a lottare per la vita, e non aveva più da derivare forze in eccesso.

150

II - PROBLEMI INCONTRATI NELLO STUDIO DEGLI OSSESSIONATI

Ci è parso (parte II, cap. III) che, fra gli ossessionati, si trovano alcuni che non presentano nulla di morboso nei loro antecedenti e che sembrano quindi arrivare all'ossessione con una tensione psicologica normale. In ciò nulla d'inesplicabile: basta, per stabilire una sproporzione fra le risorse e il bisogno, e giustificare così l'ossessione, che il bisogno, la difficoltà, si elevino al disopra del normale.

È senza dubbio quanto avviene quando Ignazio di Loyola, all'indomani della sua conversione, si prefigge lo scopo di vivere immediatamente un'intensa vita intellettuale ed affettiva diametralmente opposta, in tutti i particolari, a tutte le abitudini della propria vita ed a tutte le inclinazioni della natura, con la preoccupazione, non solo di espiare o di evitare rigorosamente il minimo fallo, ma anche di eguagliare, per così dire, ciascuno dei propri atti all'ideale delle virtù, che ancora ieri, gli erano ignote. Ciò sorpassa le forze umane; e se anche tutte le sue privazioni avessero lasciata intatta la sua forza vitale, essa non sarebbe potuta bastare per una tale ambizione. Tutti i turisti possono pure, accettandone la fatica e a condizione che abbiano buon piede e buon occhio, evitare i precipizi e salire, a poco a poco, sulle cime delle montagne; ma nemmeno i più robusti sarebbero capaci di compiere l'ascensione tutta d'un fiato e a passo di corsa.

Oltre che nella vita dei santi, si possono trovare anche altrove degli esempi di ossessione per l'improvviso sorgere di difficoltà da vincersi. Ecco un contadino di buon senso e di buona salute che dirige assai bene il suo podere; ma se, reso ricco improvvisamente da una grossa vincita alla lotteria, decide di

organizzare e condurre «un grande affare» assai complicato, tutto fa pensare che, per lui, l'ossessione è vicina. La si è vista più d'una volta assalire un ottimo impiegato, perfettamente all'altezza del proprio compito, ma divenuto direttore, non lo era più, appunto perché il suo compito, ora, si trovava ad un'altezza superiore. Una ragazza, preoccupata della purezza, non solamente non vuole sopportar nulla che possa porre, man mano che la vita si svolge, la più leggera ombra sul suo ideale; ma non vuol permettere neppure che il minimo dubbio plani sul passato, e si accanisce dunque, se un «cattivo pensiero» l'ha, forse, sfiorata a concentrare su questo istante ogni suo ricordo, ogni sua attenzione, tutte le proprie riflessioni, tutte le proprie energie, per farvi brillare l'evidenza formale ed assoluta, risplendente senza il minimo offuscamento, che tutto è stato per il meglio. Ella domanda più di quanto il pensiero umano non possa dare, e, «ostinandosi alla scoperta», come dice Zi, non incontra che lo scrupolo. È, come ella dice un giorno, «l'esagerazione del suo bisogno di evidenza». L'avarò mette lo stesso accanimento ad allontanare dal proprio tesoro persino il minimo pericolo; il geloso, a penetrare in tutte le sfumature, nei segreti del cuore di cui vuole essere sicuro. Ph, ossessionato dal pensiero che la moglie non meriti la sua affezione, viene da noi un giorno, con un fascio di ciò che chiama. i suoi documenti, e ci dice: «Io voglio avere il cuore tranquillo e leggete e provatemi *matematicamente* che la sua condotta è sempre stata irreprensibile». «*Matematicamente?* Io non me ne incarico affatto». Esigere, in tali circostanze, la prova matematica, è elevare lo scopo più in alto di quanto la tensione vitale non possa salire e, in questo vuoto inevitabile, troverà posto l'ossessione.

La teoria, lo si vede, spiega pure che si possano

incontrare soggetti occasionali che nulla, nei loro antecedenti, sembrava predisporre all'ossessione.

Ma, in pratica, come abbiamo visto, sono i predisposti che forniscono alla malattia la clientela ordinaria, ed abbiamo costatato che l'insorgere del male, come il ritorno delle crisi, coincide sempre «con una certa diminuzione di forze o un certo aumento di bisogni», Non abbiamo che da tradurre dalla nostra teoria: abbassamento di tensione vitale o accrescimento della difficoltà psicologica.

Ed infatti, comprendiamo, per esempio, che un bambino predisposto possa assai bene non presentar nulla di anormale per tutto il tempo in cui la sua vita si svolge in un ambiente simpatico e delicato, attorniata dalle cure più tenere, dal conforto, dalla gioia tranquilla. Non ha che da studiare un po', giocare molto e comportarsi bene nelle preghiere. Ecco la prima Comunione: le sue idee si moltiplicano, i suoi sentimenti si analizzano, si precisano e si sviluppano, le sue preghiere assumono un'altra importanza, e le sue riflessioni un'altra ampiezza; deve rivedere il suo passato, prevedere la sua condotta futura, formulare voti e propositi, prendere

risoluzioni, mettersi in rapporto infine, con la solennità dell'atto, prepararsi per l'incontro con Dio. La sua vita diventa dunque più complessa, e non è da stupirsi se la tensione vitale che, per debole che fosse, gli era sufficiente fino allora, non gli basti più. Non è la prima Comunione che dà a questo bambino un temperamento di scrupoloso, ma è essa che lo manifesta.

Così pure, dove, nonostante la debolezza della costituzione, gli spontanei tentennamenti dell'esperienza hanno finito per stabilire un certo equilibrio fra le risorse vitali ed i bisogni correnti, si comprende senza fatica che le minime oscillazioni della tensione psicologica bastano a rompere l'equilibrio: come un'e-

153

mozione improvvisa (7), una fatica, una digestione difficile, una delle cause qualsiasi che provocano, di fatto, come abbiamo visto, il sorgere delle crisi o dell'ossessione.

Su questo punto ancora, la teoria si accorda con i fatti.

Seguiamo il predisposto nella sua esistenza. Eccolo in piena crisi. All'osservazione esteriore, non presenta tare, abbiamo detto, ma *insufficienze* (parte II, cap. II). Dal punto di vista fisiologico, si riscontrano generalmente, i sintomi della neurastenia, specie i mali di capo e il cattivo funzionamento degli organi digestivi, cioè le cause o le conseguenze, e, in tutti i casi, i segni della debolezza nervosa. Noi non ne siamo sorpresi, dato che la debolezza nervosa, per una corrispondenza misteriosa ma certa, è in intima relazione con ciò che abbiamo chiamato energia vitale. I caratteri fisiologici dell'ossessionato costituzionale ci fanno dunque prevedere, per poco che la vita si sviluppi in complessità, una tensione che facilmente scenderà al disotto dei bisogni.

Dal punto di vista psicologico la mancanza d'adattamento alla realtà concreta riassume le principali insufficienze dell'ossessionato (97 sgg.): in effetti questo adattamento si pone, per la complessità e la difficoltà che presenta, ai gradi superiori della gerarchia, ed è naturale che la debolezza della tensione si manifesti nell'esecuzione degli atti che ne esigerebbero di più.

Abbiamo constatato, per questa mancanza di adattamento, degli aspetti bizzarri nell'esercizio della memoria e nella forma di abulia propri dell'ossessionato.

(7) Ci, una ragazza, è stata invasa da un'ossessione grave e assai bizzarra, qualche giorno dopo i terremoti di Provenza, che l'avevano, almeno sul momento, vivamente emozionata.

154

La memoria non è un magazzino di ricordi in cui l'io collochi le proprie idee etichettate ad una ad una, per andar più tardi a riprenderle tutte e pronte, a mano a mano che ne ha bisogno. Tutto ciò che esiste è essenzialmente presente, e ciò che

sarà oggetto del ricordo è attualmente passato: dunque non esiste. Il sistema nervoso, che non ha ricevuto le sensazioni né le immagini, ed ancor meno i pensieri, non li ha avuti in custodia. Esso ha ricevuto delle scosse che hanno modificato i propri movimenti. È così che gli oggetti hanno posto, più o meno precisa, la loro impronta sull'organismo, ed hanno permesso alla coscienza di estrarne le idee. L'idea, a sua volta, non si è accontentata di cogliere l'azione dall'esterno, ma ha reagito per adattare l'organismo all'azione utile e, quindi, modificarlo nuovamente. Sotto la direzione delle idee, come sotto la spinta delle cose, l'organismo si comporta sempre nella sua maniera caratteristica, che è quella di muoversi. Movimenti, vibrazioni, è tutto ciò che può ricevere per se stesso e tutto ciò che può dare.

Ma la coscienza non ha bisogno d'altro per ricordarsi: se un avvenimento qualsiasi, interno o esterno, torna a porre più tardi il sistema nervoso in uno stato analogo o, in virtù della legge di totalizzazione (8), l'idea antica tende a ritornare. È la memoria spontanea.

(8) Essa può così esprimersi: «Quando un elemento ha fatto parte di un certo stato di coscienza, basta che sia dato di nuovo perché tenda a ricondurre, per associazione, lo stato di coscienza tutto intero». Vedasi H. Höffding, op. cit., cap. V, B, 8; e G. Dwelshauvers, op. cit., 20 sgg. Si potrebbe vedere la spiegazione del fatto in ciò che abbiamo detto dello sviluppo dell'idea, in *Le grandi leggi*, Edizioni Paoline, Roma 1958, primo principio. È vero che la vibrazione nervosa, di cui qui parliamo, non costituisce un elemento di coscienza; ma noi abbiamo spiegato (stessa opera, secondo principio), che essa lo suscita.

155

L'uomo normale la raffrena, tanto quanto ve n'è bisogno per adattarla alla situazione attuale (134); l'ossessionato non lo può, non ne è padrone, poiché non ha abbastanza potere di concentrazione, e la memoria spontanea l'impaccia allo stesso titolo e per la stessa ragione dello straripare delle associazioni d'idee (9).

Per l'abulia, la spiegazione non differisce: vi sono abulici per viltà, per timore del minimo sforzo, o, se si vuole, per «povertà d'idee». Essi non trovano mai motivi sufficienti. e non si lasciano influenzare; deliberano solo per non venire meno alle usanze e, in ultima analisi, è l'impressione che decide. È un «lasciar fare». L'ossessionato invece è abulico per ricchezza d'idee (10), per ingombro di motivi ed insufficienza di tensione, per armonizzare questo tutto troppo complesso. «Volere, è scegliere per agire» (11), è «concentrarsi» nell'idea di un atto e guardarlo anticipatamente come proprio (12), è assimilarlo e incorporarlo al proprio io, è terminare la lotta dei motivi e fare la pace nella vittoria.

La volizione «è uno stato definitivo: essa chiude

(9) È della memoria spontanea soprattutto che bisognerebbe dire con F. Paulhan (La fonction de la mémoire, Alcan, Paris, 1904, p. 29): «La parte della memoria ci sembrerà tanto più considerevole quanto quella della coordinazione sarà minore». Vedasi anche pp. 30-32-35-48, ecc. A, suo malgrado, si ricorda le proprie idee, in un momento di calma: «Io non ne ero né inquieta né preoccupata, le giudicavo nel loro valore. Ma perché queste combinazioni bizzarre, queste associazioni strane passavano dinanzi ai miei occhi, un po' come fantasmi?». Perché l'io non era abbastanza concentrato su se stesso per vietare loro l'accesso, per esorcizzarle.

(10) Da Th. Ribot, *Maladies de la volonté*, Alcan, Paris, 1903, XVII ed. 35-37.

(11) Th. Ribot, *op. cit.* 115.

(12) H. Hoffding, *op. cit.*, cap. VII, B, I, C.

156

il dibattito!» (13). Sappiamo che l'ossessionato non può concludere.

Egli lo può tuttavia qualche volta. La sua insufficienza d'adattamento ci aveva stupiti per il suo carattere capriccioso, che si applica a certi atti e non ad altri, in certi momenti e non sempre; ma la maggior complessità di determinati atti può spiegare come essi siano impossibili a differenze di altri; e le oscillazioni della tensione vitale, spiegano come lo stesso atto che è impossibile oggi non lo sia forse domani.

Queste stesse oscillazioni ci dicono il perché delle «eclissi mentali» che interrompono un'attenzione già difficile, alla quale la tensione presente basta appena, e che non basta più per poco che venga a oscillare per un istante.

Se l'emozione che comincia bene, si arresta di colpo per perdersi in vane agitazioni, è perché manca la somma di energia necessaria per compierla e perché lo sforzo, non potendo riuscire, devia in fenomeni inferiori.

Perché l'ossessionato, infine, sia malinconico, i motivi non gli mancano; ma notiamo anche che l'abbassamento della tensione basterebbe a fornircene la ragione vitale. Tutti i depressi sono malinconici. Dopo le gare faticose, i corridori, vincitori e vinti, hanno un carattere comune: sono annoiati. «La noia domina tutta la scena; essa è la caratteristica della fatica spinta all'eccesso, conosciuta sotto il nome di sfinimento» (14). Ora, gli scrupolosi facilmente sono sfiniti.

Ed è ciò che spiega i sentimenti di incompiutezza e di impotenza che avvelenano tutta la loro vita (parte II, cap.». Si comprende dunque come essi siano giu-

(13) Th. Ribot, *op. cit.*, 36.

(14) Dottor Tissié, *La fatigue et l'entraînement physique*, Alcan, Paris, 1903.

stificati. Questa impotenza è reale, questa incompiutezza si manifesta nei loro atti, più o meno, secondo il grado della malattia, ma sempre sul punto che loro sta maggiormente a cuore, e non è da stupirsi che ne siano colpiti nel lato debole. Se essi estendono questo sentimento anche sugli atti che sembrano riusciti, vuol dire che, anche allora, la concentrazione e conseguentemente la armonizzazione del loro io resta indebolita, fluttuante, instabile, che sembra sempre pronta a sfuggir loro; e, inoltre, che si confrontano, non solamente con gli altri di cui vedono o credono di veder la vita svolgersi a loro agio, ma anche con ciò che avrebbero potuto essere o ciò che sono stati; poiché essi si sovengono d'altri tempi, e questo rende più evidente e più amaro l'indebolimento attuale della loro personalità.

Noi ritroviamo da ciò la spiegazione supplementare che avremmo dovuto fornire sui fenomeni degradati (P. I, cap. III). Si tratta di vedere come possano essere talvolta i prodromi dell'idea ossessiva per divenirne in seguito la degradazione. Quando la malattia appare gradualmente sul terreno preparato, giunta a questo stadio dei sentimenti di impotenza e di incompiutezza, il malato cerca di interpretarli, di rendersi conto del cambiamento intervenuto nella propria vita. Siamo già all'angoscia diffusa. Se egli ha desideri nettamente orientati verso un ideale preciso, dirigerà proprio là la sua angoscia ed esprimerà la sua forza, per trovarla ben presto insufficiente e vederla spandersi in vane agitazioni. Se, al contrario, egli si lascia andare, portato dall'abitudine, così a caso, giorno per giorno, senza ambizioni, senza carattere preciso, senza personalità, cercherà una giustificazione a questa angoscia diffusa che a poco a poco lo stringe. Alla minima inattesa circostanza, quali un fatto este-

158

riore o una malattia che attirino l'attenzione su un atto, questo atto, per ciò stesso, assumerà importanza, raccoglierà intorno a sé elementi psicologici nuovi, diverrà così sempre più complesso e difficile, ed a partire dal momento in cui mirerà, nella gerarchia della difficoltà, più in alto di quanto non possa salire la tensione vitale, lo sforzo, per realizzarlo, fallirà ed i fenomeni degradati si scateneranno come derivazione inevitabile. È la spiegazione che dovevamo dare.

Ma stiamo per trovarne, nello stesso tempo, un'altra; poiché questo scacco, moltiplicando i timori e le associazioni di idee, renderà l'atto ancora più difficile, ed è esso che, divenendo per ciò stesso il più desiderato, nello stesso tempo che il più temuto (15), costituirà forse il nocciolo dell'idea ossessiva; a meno che un caso qualsiasi non abbia apportato una sostituzione imprevista. Ed ecco perché, se «la maggiore» del sillogismo, la formula imperativa che sembra governare l'idea ossessiva, è generalmente saggia e bella, può capitare, come abbiamo già detto, almeno nei malati costituzionali e di vita semplice, che essa non sia né bella né saggia, perché può darsi che sia il caso a fare la scelta in tali condizioni, e che possa scegliere il bizzarro o l'assurdo. Si ha ragione, in questi casi, di

(15) Il più desiderato, perché il malato vorrà provarsi, riuscendovi, che ha trionfato della propria impotenza; il più temuto, perché non è sicuro di riuscirvi. Ci si ricorda, per esempio, quell'uomo di cui abbiamo parlato (p. 45) e che ripete: «Non bisogna fare attenzione, stiamo per pranzare». Era un predisposto che era arrivato a 47 anni senza crisi. A questa età, in seguito ad alcune fatiche e ad eccessi di bere, si sente più inquieto del solito. Soffre di stomaco: ha dunque paura d'esser ammalato e di sembrarlo. Per rassicurare se stesso e dare il cambio agli altri, immagina di dire, con un tono energico, una frase ad hoc. Ecco la sua ossessione localizzata. (Vedasi R. e J., II, 311, sgg.). Esempi del genere abbondano in questo volume. Vedasi un caso assai istruttivo, 165 sgg.

159

dire che «l'ossessione non è che la forma aggravata o intellettualizzata della fobia» (16), o anche dell'angoscia diffusa, o, più in basso ancora, dei sentimenti d'impotenza e d'incompiutezza. Il malato costata il suo disturbo, cerca di spiegarselo, lo spiega come può; oppure il caso, aumentando la complessità di un atto qualsiasi e finendo così per renderlo impossibile, impone alla debolezza vitale, prima insospettata, una forma intellettualizzata e precisa che è l'ossessione. Tale è la soluzione che sembrano comportare i differenti problemi che ci erano rimasti.

Diremo ancora, prima di chiudere questo capitolo, come la teoria spieghi i fatti che abbiamo registrato all'inizio (Introduzione, pag. 7), sulla frequenza dell'ossessione nelle differenti categorie di persone. Le persone intelligenti vi sono più esposte delle altre, perché lo sviluppo del loro campo di coscienza permette all'ossessione di sollevarvi raffiche d'idee, come la distesa dell'oceano permette alla tempesta di sollevare la tromba d'acqua. Gli idioti vi sfuggono per la ragione contraria, come i laghi sfuggono alla tromba. La bestia, più sicuramente ancora; «la continuità della natura» non estende l'ossessione sin là: si è visto che l'idea ossessiva ha per punto di partenza un'idea generale, una massima imperativa, che non rischia di far presa sulla coscienza dell'animale. Noi siamo lungi dalla tromba; ma essa da sola non può incominciare.

Il massimo della malattia coincide con la pienezza dell'età, perché è questo il periodo in cui devono farsi gli adattamenti più complicati, di cui il fanciullo non prova ancora il bisogno, e il vecchio non lo prova più.

Le donne vi sono più soggette degli uomini,

(16) L. Faure, *La Thérapeutique des obsessions*, Tesi, Jouve, Paris, 1898, p. 8.

160

perché più esposte, da una parte, alle dispersioni nervose che fanno diminuire il livello dell'energia vitale, e dall'altra, meno adatte a reggere le associazioni scatenate, più impressionabili, con una tastiera sentimentale più estesa, un

organismo più sonoro: tutto ciò che favorisce la complessità degli atti in cui si riassumeranno le tendenze preferite.

I ricchi sono colpiti più spesso dei poveri, per due ragioni: gli abusi della ricchezza comportano sovente una scadenza biologica, un'insufficienza vitale; e il lavoro psicologico è facilmente complicato, sia dal sogno con la sua corte, presso gli oziosi, sia, presso gli altri, da una vita intellettuale più densa o una cultura d'anima più raffinata.

E, infine, che gli ossessionati pullulino sempre più, è fin troppo facile a spiegarsi. Si potrebbe dire che la nostra epoca sia a questo riguardo «predisposta». Essa ha un'eredità gravosa. Le generazioni precedenti hanno tremato per la febbre delle guerre e delle rivoluzioni, delle collere ardenti e delle speranze folli. Esse si sono soverchiamente affaticate e ci hanno trasmesso, a questo proposito, una cattiva eredità. Noi l'abbiamo ancora aggravata. Accentuandosi l'affaticamento continuo, la lotta per la vita si fa sempre più aspra; il denaro, gli agi, il lusso hanno preso un'importanza colossale e complicano stranamente l'esistenza del maggior numero di persone; il commercio e l'industria, l'agricoltura stessa, tutte queste cose che una volta andavano dolcemente e quasi da sole, sono divenute battaglie campali da guadagnarsi e ripetersi senza tregua contro la concorrenza. A questa eccessiva fatica dell'azione si aggiunge quella del pensiero, e anche i più umili non vi sfuggono: la massa sociale è manipolata da mille cause diverse che ci gettano tutti, o quasi tutti, verso nuovi orizzonti, nuove relazioni, nuove amicizie; nuovi affari o anche nuovi mestieri.

161

E cerchi di calcolare la spesa, in moneta psicologica! Si le idee che saturano l'aria e che si respirano? Idee nuove che si volgarizzano con le applicazioni pratiche della scienza; problemi di politica, di sociologia, di morale, di religione, che si pongono più complessi e più pungenti che altre volte. L'eccessivo affaticamento emozionali e completa quello dell'azione e del pensiero: un desiderio esasperato di godimento, il malcontento allo stato cronico della propria sorte, le ambizioni folli, i bisogni di superare gli altri e di superare se stessi, «la tappa» superata troppo presto, senza che l'eredità della stirpe, i nervi, le idee abbiano potuto evolversi alla stessa andatura. Si riuniscano col pensiero tutte queste cause e non ci si stupirà che l'abbassamento dell'energia vitale non arrivi sempre all'altezza dei bisogni, né che, in una generazione gravata da tale atavismo e da tale soverchio affaticamento, i candidati all'ossessione si facciano più numerosi che mai.

Dopo questa lunga rassegna dei fatti e dei problemi, ci pare che tutto si spieghi assai naturalmente con la teoria proposta, e ci è permesso di vedere nel risultato di questo confronto un serio argomento in suo favore.

162

CAPITOLO III

LA DIAGNOSI E LA PROGNOSE

Utilità di questo capitolo.

I. LA DIAGNOSI. - Come distinguere l'ossessione dalla tentazione, - dalla follia - dalla neurastenia, - dall'isterismo, - dall'epilessia. - I casi misti. - L'ossessione conduce alla follia?

II. LA PROGNOSE. - La guarigione è difficile, impossibile anzi senza un soccorso dall'esterno; ma è possibile con questo soccorso. - Perché? sino a qual grado? - Essendo possibile, dev'essere tentata.

Dopo aver visto come la teoria parli dell'ossessione, del suo fondo essenziale e delle sue diverse manifestazioni; in altri termini, dopo avere, alla sua luce, studiata la malattia in se stessa, è interessante - di un interesse pratico - confrontarla, per distinguerla, con le malattie o gli stati di coscienza che se ne avvicinano. Dopo di che, prima di esporre il suo trattamento, occorrerà dire se esso è possibile e quali frutti se ne possono sperare. La diagnosi e la prognosi: tale è dunque il doppio oggetto di questo capitolo (1).

(1) Mi sono interdetto, per quanto possibile, in questo studio che destino a una larga diffusione, tutti i termini tecnici. Chiedo scusa per questi, che d'altronde sono pressoché correnti, e li definisco per i non iniziati: la diagnosi è l'azione di riconoscere una malattia, distinguendola da quelle che hanno con essa tratti di rassomiglianza. La prognosi è una congettura. Nel linguaggio medico, è la congettura, il giudizio anticipato sul decorso della malattia.

163

E se, su questi due punti, nulla deve prevalere contro i sintomi costatati e le lezioni dell'esperienza, in una parola contro i fatti, questi, tuttavia, potranno ricevere qualche lume dalla teoria.

I - LA DIAGNOSI

Il malato confonde assai spesso il suo scrupolo con la tentazione e, per mancanza d'esperienza, si potrebbe cadere nel suo medesimo errore di valutazione.

Egli esagera sempre nelle sue confessioni e si accusa molto di più di quanto sia convinto e, contro se stesso, crede molto di più di ciò che egli è. Abbiamo già dimostrato che l'idea del male, quando, rattivata dalla paura, penetra in una coscienza disarmata, trovandosi sola, per un momento, e così non combattuta, possa apparire come un'idea consentita e voluta. Sappiamo inoltre che questa idea

può, sino ad un certo punto, divenire impulsiva; e così il malato, vedendo che gli atti seguono o, per lo meno, che incominciano a passare in esecuzione, si trova confermato nel pensiero che egli ha verisimilmente voluto tali atti. Se, tuttavia, il suo buon senso protesta abbastanza per lasciargli dei dubbi sulla colpa, non ne ha affatto sulla tentazione. La tentazione si definisce: un'idea, un'attrazione, che inclina verso il male. Ora, può anche sembrare al malato che questa idea o questa attrazione ripugnino al suo vero io; ma come dubitare che egli non le abbia subite, quando ha sentito l'idea impiantarsi completamente viva nella sua coscienza ed il suo organismo muoversi per tradurla in atto?

Il suo confidente, d'altronde, dinanzi a questa raffica di idee malsane che sorgono a proposito di tutto e a proposito di nulla, che evocano le associazioni più

164

spudorate, le intenzioni più perverse, le combinazioni dei particolari più mostruosi, e tutto ciò che raggiunge il parossismo, precisamente nelle circostanze in cui il malato dovrebbe normalmente sentirsi il più distaccato dal male, al momento, per esempio, della preghiera o della Comunione; di fronte ad una tale situazione, il confidente, se non è sull'avviso, rischia di prendere, anche lui, la tentazione sul serio, e questo errore di diagnosi può ispirargli consigli assai perniciosi.

Occorre che egli sia sull'avviso e che neppure si lasci persuadere facilmente.

Gli scrupolosi, senza dubbio, non sono impeccabili, né al riparo dalla tentazione; e capita anche talvolta che, rigorosi su un punto a causa degli scrupoli, presentino, su questo o quell'altro, un sorprendente lassismo. Ma è assai raro che essi siano in colpa o anche che siano veramente tentati, sul punto cui si riferiscono gli scrupoli, soprattutto i malati gravi, almeno nei primi anni della loro malattia; e le tentazioni, quando veramente esistono, non si presentano sotto la forma che descrivevamo ora, bizzarra, sproporzionata, stravagante e che aumenta anzi in ragione delle circostanze che dovrebbero diminuirla, in proporzione dell'orrore, che ispira. La tentazione non giunge tutta a un tratto, specie nelle nature oneste, a tutto ciò che vi è di peggiore, ancora meno ad atti cervellotici, chimerici; essa spinge direttamente alla soddisfazione dell'istinto, al piacere per il piacere, e non al male per il male. Solo nei peggiori scellerati prende quest'ultima forma, e ancora dubito che giunga in essi così lontano come nell'immaginazione degli ossessionati. A, che, scrivendo la sua testimonianza, s'è trovata più calma, ci dice: «Non sarebbe bastato essere viziosa; sarei dovuta essere pazza a fondo per fare dei peccati simili». E altrove: «Un giorno, voleste darmi un consiglio: "quando avrete delle tentazio-

165

ni ..." Io vi interruppi per protestare violentemente: Ma non sono tentazioni che mi fanno piacere; sono ossessioni che esegro».

E, in effetti, la tentazione non esiste quando l'io spontaneamente l'esecra. Ciò deriva dalla definizione stessa a condizione di comprenderla: «Un'attrazione che inclina

verso il male». Verso il male morale, è sottinteso; ma allora questa attrazione deve inclinare, sollecitare, non solamente l'istinto, ma la libera volontà; è essa sola che può apporre ad un atto il segno dell'io umano, dell'io globale, cosciente di se stesso, padrone dei suoi atti e responsabile; è essa sola che ha la missione di realizzare il bene morale, che sola per conseguenza può mancarvi. Sin tanto che nulla l'inclina alla mancanza, che nessuna attrazione verso il male la colpisce, vi è un'impressione, un'idea, un'immagine, un assillo, una violenza subita, tutto ciò che si vorrà, meno che una tentazione. L'io subisce, ma non è tentato a consentire. È ciò che capita quasi sempre in questo straripamento di idee estreme, mostruose, in questi impulsi che assalgono, nello scrupoloso, la virtù alla quale egli è più attaccato; è ciò che capita in particolare in questa recrudescenza di immagini oscene che coincide con un più grande amore della purezza, nella preghiera o al momento della Comunione.

A maggior ragione, la tentazione non esiste quando l'istinto stesso, come il volere, si rivolta contro l'idea cattiva, come in quei disgraziati che sono tormentati dalle idee di suicidio, precisamente perché ne hanno paura, o in quelle madri che parlano di uccidere i loro figli, precisamente perché li amano con passione.

Che questi fenomeni esistano, abbiamo visto che l'esperienza lo dimostra e la teoria lo spiega. Basta, in questo momento, constatare che tali ossessioni, nonostante certe apparenze, non sono tentazioni. Per stabilire esattamente la diagnosi, nei casi concreti,

166

occorrerà tener conto del soggetto che prova queste idee malsane e delle condizioni in cui si presentano.

Nel soggetto, occorre valutare la misura con cui si sente attaccato dal suo vero io alla virtù in causa, e con cui, d'altra parte, la dissociazione della sua coscienza spiega l'evoluzione automatica dell'idea. Quanto all'idea, più essa è mostruosa e più si presenta stridente, meno è da prendersi sul serio. Da queste indicazioni, è facile concludere se vi è ossessione pura o tentazione reale.

E, con un po' d'esperienza, si giunge ben presto, nella generalità dei casi, a discernere subito questa conclusione, alla prima parola del malato, o anche prima che ne abbia parlato, senza veder altro che il suo atteggiamento, fatto di sorpresa e di paura.

In ogni ipotesi, questa diagnosi è importante, perché i due casi richiedono un trattamento contrario.

Abbiamo già indicato i sintomi che separano l'ossessione dalla *folia*: l'ossessione è una follia lucida. Il buon senso è oppresso, ma protesta, è offuscato, ma non è estinto. Il malato sa, o almeno sente più o meno che le sue angosce sono folli e dubita del valore logico della sua idea morbosa.

Questo carattere è essenziale. E, nei casi gravi, in cui ci si domanda se si è di fronte alla follia o all'ossessione, questo carattere deve fornire la diagnosi. Occorre interrogare il malato e vedere se crede pienamente, se è convinto veramente delle follie di cui parla. E non bisogna credergli facilmente sulla parola, se testimonia contro di sé; occorre vedere se gli atti spontanei confermano la sua idea, se si conduce, senza esitazione e senza reticenza, in funzione di questo

167

dato. Occorre impegnarvi gran cura, perché abbiamo visto persino specialisti esser tratti in inganno. Sin tanto che non vi è, stabilmente, nello spirito del malato, questa convinzione piena, sinché la follia resta più o meno lucida, non è un pazzo, è un ossessionato, e richiede il trattamento dell'ossessione.

Ciò deriva dai caratteri che abbiamo riconosciuto all'idea ossessiva. E la teoria conferma questa diagnosi, poiché ci mostra l'ossessione costituita oggettivamente, in sé, dalla sproporzione fra le risorse e il bisogno; e soggettivamente, quale la sente il malato, dall'impotenza a organizzare l'io in modo completo; mentre, nella follia, vi è proporzione fra la forza vitale e il bisogno intellettuale; vi è un'organizzazione difettosa, ma solida, durevole e tranquilla, della coscienza. I risultati del trattamento confermano anche questa diagnosi, mostrandoci che tali malati possono guarire per i procedimenti che convengono al trattamento dell'ossessione. N, per esempio, che abbiamo citato nel corso di questi studi, che si credeva morta e viva ed affermava d'esserne convinta, ma che ne dubitava pur sempre, ha potuto esser guarita assai rapidamente, e sono due anni che la guarigione si mantiene senza la minima ricaduta.

È più difficile talvolta distinguere, nella pratica, l'ossessione dalla neurastenia (2), perché le due malattie sono più vicine.

In sé, almeno, la distinzione è assai netta. La neurastenia è essenzialmente una depressione nervosa,

(2) È inteso che diamo a questa parola il senso già definito nella parte II, cap. II.

168

una sproporzione, se si vuole, fra la tensione nervosa, e il bisogno dell'organismo. L'ossessione è una sproporzione fra la tensione psicologica e il bisogno mentale. Nell'una, è l'organismo che è colpito, e per riflesso lo psichismo può soffrirne; ma anche allora, il disordine è limitato, poco profondo. Esso si riduce a «fenomeni semplici, generali, che traducono la depressione nervosa» in stati di coscienza, soprattutto in sentimenti di stanchezza, inquietudine, preoccupazione penosa; l'abulia o una emotività eccessiva, la suscettibilità o le idee nere potranno sorgere, ma senza implicare la perversione del giudizio (3). Nell'ossessione è l'inverso; il

disturbo ha la sua sede nelle funzioni psichiche; o, se colpisce l'organismo, questo avviene dopo, per un contraccolpo, «come una scia, un solco, un residuo d'un male funzionale e psichico, anteriore ed indipendente» (4). «I cavalli sono buoni» o quasi; se essi s'impennano, è perché «il cocchiere è ubriaco» (5).

Questa differenza di natura si riscontra nell'origine delle due malattie e nei sintomi che le accompagnano; ed è là soprattutto che la diagnosi deve coglierla. La neurastenia proviene da tutto ciò che diminuisce la resistenza del sistema nervoso: soverchio affaticamento, soprattutto emotivo, o malattia organica (6). Per conseguenza, si manifesta a poco a poco; mentre l'idea ossessiva giunge sovente come un

(3) F. Raymond, nel «Bulletin Médical» del 20 marzo 1907. Vedasi Hartenberg, op. cit., 17, 20, 140, 230-238.

(4) Van der Elst, Contribution à la notion d'hystérie par l'étude de l'hypnose. Vigot, Paris, 1908. p. 169. Parliamo di disturbo funzionale, il solo che sia conosciuto. È esso legato a disturbi anatomici? Lo congetturiamo; ma non se ne sa nulla sperimentalmente.

(5) Hack Tuke, citato da J., I, 471.

(6) F. Rayrnond, Névroses et Psychonévroses, passim.

169

colpo di fulmine. Essa è generalmente uno stato acquisito e transitorio; mentre l'ossessione è, nella maggior parte dei casi, uno stato costituzionale (parte II, cap. III): ed ecco una prima indicazione facile a raccogliersi.

Occorrerà confrontarla coi sintomi: poiché la neurastenia consiste in una sproporzione tra forza nervosa e bisogni organici, è qui che comincia ad esser provata dalla coscienza del soggetto, è di questo che egli si occupa, si preoccupa e si attrista. Le sue idee si chiudono in sentimenti egoistici e non sorpassano per nulla l'orizzonte stretto d'una questione di salute. L'ossessione, al contrario, creata dalla sproporzione della forza vitale coi bisogni del pensiero e della coscienza, scuotendo il malato nell'intimo, nell'organizzazione del suo io globale, si muove in orizzonti più vasti ed imprime una ferita più profonda. Essa non fa tremare per meschini egoismi, ma per idee generali, per tendenze di religione, di perfezione, di dovere, di giustizia, di carità, per ciò che vi è di più alto nelle preoccupazioni umane, in tutti i casi, per ciò che vi è di più alto nelle proprie preoccupazioni, perché deve costituire la chiave di volta dell'io che si sforza di costruire (7). Ma la differenza che subito balza agli occhi consiste nel modo di reagire del malato. L'ossessionato, come sappiamo, subisce un'angoscia

(7) Anche quando la sua salute par costituire per lui questa chiave di volta, le sue preoccupazioni sono d'ordine più intellettuale che neurastenico; la salute ne è ordinariamente il simbolo o l'occasione piuttosto che l'oggetto diretto. Così, un funzionario si preoccupa della propria cattiva salute, perché si tratta di sapere se potrà giungere sino alla pensionabilità che deve assicurare l'avvenire della famiglia; un altro, perché vi vede un ostacolo al suo dovere sociale, un castigo, un'indegnità, ecc. Se, in alcuni casi assai rari, i sintomi paiono da questo punto di vista confondersi, rimane, per fare la diagnosi, l'origine del male, di cui abbiamo parlato, e soprattutto il modo di reagire, di cui parleremo.

170

assai profonda, fatta di dubbio, di paura e d'impotenza; egli si sente disgregato e condannato ad una lotta senza tregua fra l'io morboso e l'io normale. Nulla di ciò nel neurastenico: egli non trova né questo dubbio angoscioso, né questa lotta, e, se non accetta il suo male, egli accetta la sua idea.

È dunque possibile, nonostante frontiere comuni, discernere praticamente l'ossessione dalla neurastenia. L'origine del male può fornire una prima indicazione; ma l'oggetto dell'idea dolorosa ed il modo di reagire del soggetto bastano a precisare la diagnosi (8).

Anche fra l'ossessione e l'isterismo, le analogie non mancano, ma neppure le differenze.

L'una e l'altro costituiscono una psiconevrosi (9), cioè uno stato morboso in cui, senza alcuna lesione conosciuta dell'organismo, si presentano disturbi singolari nelle funzioni psicologiche; non che

(8) Non basterebbe, per escludere l'ossessione, costatare in un malato i sintomi essenziali e primitivi della neurastenia. Abbiamo detto (parte II, cap. III) che essi si trovano spesso nell'ossessionato. Occorre dunque vedere se i caratteri dell'ossessione vi si sovrappongono.

(9) Il professor Raymond, (*Névroses et psychonévroses*, 16). non riconosce altre «psiconevrosi legittime». - Ciò è forse contestabile. Occorre osservare, in tutti i casi, che questo autore condivide, sulla natura dell'ossessione, un po' come tutti i suoi colleghi, l'opinione di Janet, che ne fa una psicastenia, un «abbassamento di tensione vitale» (*Obsess. et Psych.*), «una forma della depressione mentale» (*Névroses*, 367). Noi crediamo ed abbiamo detto che essa è una sproporzione della tensione vitale di cui si dispone, col bisogno del momento, colla difficoltà dell'atto da produrre. Questa sproporzione può esistere sia per la diminuzione della tensione normale, sia per l'esagerazione dei bisogni. In quest'ultimo caso l'ossessionato non merita più. dal punto di vista biologico, tutto il male che ne pensano gli autori. e la psiconevrosi, se psiconevrosi vi è, è di un carattere molto più benigno. Diciamo: «se psiconevrosi vi è», il che non è sempre vero negli ossessionati occasionali.

le funzioni siano sopresse ma non sono più a punto non rispondono cioè con precisione, oppure sono al disotto del loro compito. Esse possono ripetere correttamente atti antichi, abituali, od adattarsi, momentaneamente, a realtà semplici, a fenomeni frammentari o d'ordine inferiore; ma non bastano più all'organizzazione attuale e totale dell'esistenza; esse sono deficienti a partire da un certo punto, non potendo più utilizzare tutti i materiali necessari per costruire sino al tetto l'edificio mentale.

Ma, in questo genere comune, l'ossessione e l'isterismo segnano due specie ben distinte, ed i loro sintomi per la maggior parte sono opposti.

Se l'ossessione è incomparabilmente più dolorosa, l'isterismo, dal punto di vista biologico, costituisce un disordine molto più grave. Si può definirlo, con Pierre Janet: «una forma della depressione mentale, caratterizzata dal restringimento del campo della coscienza personale e dalla tendenza alla dissociazione ed all'emancipazione dei sistemi di idee e delle funzioni che, con la loro sintesi, costituiscono la personalità» (10).

Quindi, restringimento del campo della coscienza

(10) *Névroses*, 345. Da molto tempo, nella letteratura medica si è completamente rigettata, a proposito dell'isterismo, la grossolana concezione che se ne facevano gli antichi e che persiste ancora qua e là, fra il popolo o anche fra quello che si chiama il gran pubblico. Le appassionante discussioni di questi ultimi tempi sono riuscite, inoltre, a far cadere ad una ad una, almeno nel senso proprio del termine, le famose «stigmatie» (Vedasi, per esempio, in «*La presse Médicale*», agosto 1908, il rendiconto della Società di Neurologia di Parigi). Ai giorni nostri, si è pressoché unanimi a farne una malattia psichica, secondo l'esempio di Janet, che ha forse contribuito più di chiunque altro al progresso di questi studi. Vedasi F. Raymond, op. cit., p. 7; Bernheim, *Conception nouvelle et étiologie de l'hystérie*, nel «*Bulletin Médical*» del 1902, 89; J. Babinski, *Ma conception de l'hystérie*, Imprimerie Durand, Chartres, 1906, particolarmente p. 17; L. Schnider, *Définition et nature de l'hystérie*, Société Générale d'Imprimerie, Genève, 1907, particolarmente p. 36. Coloro stessi che vogliono mantenere qualcosa delle precedenti teorie fisiologiche proclamano, quasi tutti, che i caratteri psichici devono conservare la parte preponderante. Così, il dottor Claude, *Nature et définition de l'hystérie*, Société Générale d'Imprimerie, Genève, 1907.

e dissociazione della personalità; due caratteri che mancano nell'ossessione, e che sono essenziali all'isterismo.

Il campo di coscienza è misurato dal numero dei fenomeni che la coscienza abbraccia a un dato momento (11). È dunque «ristretto», quando questo numero

decrese al disotto del normale. Ora, mentre l'ossessionato presenta un campo di coscienza assai esteso, sovente, al di là del normale, esso è molto ristretto negli isterici. Un gran numero di fenomeni che, normalmente, devono essere percepiti dalla coscienza riflessa e costituire i materiali dell'io, rimangono in lui, a mezza strada, per così dire, nella coscienza diretta, senza essere incorporati dall'io cosciente, o, se lo sono stati, gli sfuggono ben presto, per isolarsi e riunirsi nella subcoscienza, con altri fenomeni analoghi di cui il soggetto ignora l'esistenza.

Da ciò seguono tre conseguenze rilevanti che illuminano la diagnosi.

Innanzitutto la tendenza alla dissociazione della personalità, come dice Janet nella sua definizione. Anche nell'ossessionato, come l'abbiamo visto (parte I, cap. I), vi è una certa tendenza alla dissociazione, ma incompleta, non potendo giungere fino al limite, poiché essa è fatta precisamente dall'opposizione di due sistemi di idee coscienti che non arrivano a soppiantarsi l'un l'altro. È così fatale che il soggetto,

(11) Vedasi P. Janet, *Autom. Psych.*, 194, e il nostro articolo sulla *Théorie de l'hypnotisme*, nella «*Revue des questions scientifiques*», gennaio 1910.

173

sentendosi dilaniato, conservi la coscienza delle due frazioni in lotta e l'unità profonda del suo io. Nell'isterico, al contrario, è tutto l'uno o tutto l'altro. I fenomeni che non può assimilare, li ignora, semplicemente. Essi non giungono alla sua coscienza globale o ne escono per svilupparsi a parte ed a loro maniera, in balia del caso. Nel suo io abituale, non sa nulla di ciò che sono e di ciò che fanno. Ma capita, per ragioni che non è il caso di spiegare qui, che questo io abituale scompaia bruscamente per far posto ad un altro che si costituisce con questi fenomeni ancora subcoscienti. Si direbbe che, in lui, la coscienza ha due facce, di cui ora l'una e ora l'altra è orientata verso la luce; si direbbe come un riflettore automatico che girasse sul suo asse, diffondendo attorno al suo doppio fuoco la luce venuta da orizzonti opposti. In modo più preciso, e per riprendere i termini della definizione stessa, i sistemi di idee, e, per conseguenza, gli atti coordinati, le «funzioni» che ne dipendono e che normalmente devono raggrupparsi ed armonizzarsi per costituire la personalità normale, si raggruppano e si armonizzano male nell'ossessionato; ma essi «si emancipano» nell'isterico, si dissociano e si isolano, costituendo dei blocchi casuali, di cui ora l'uno, ora l'altro, appare al malato come il vero ed unico suo io.

Dunque, tendenza alla dissociazione tra due io *distinti*: questo è il fatto. Questo fatto non è visibile ad ogni istante, ma ciò che è facile a costatare, è che l'isterico non soffre di questa dissociazione, quando si produce, precisamente perché essa è totale; e non soffre della tendenza permanente a dissociarsi, perché essa è incosciente (12); mentre l'ossessionato sente il

(12) Essa è incosciente perché essa tende a dividere la vita in io distinti, e non l'io attuale in frammenti opposti.

174

dilaniamento incompleto del suo io. E, ciò che si può anche constatare, sono le due altre conseguenze che derivano da quella.

Nell'ossessionato, vi è impotenza di adattamento alla realtà, insufficienza d'organizzazione, incompiutezza; certi fenomeni sfuggono alla volontà. Nell'isterico, sfuggendo alla coscienza, non sono solamente mal adattati, attenuati, insufficienti, ma soppressi. Anziché una memoria debole, vi è l'amnesia, la soppressione della memoria, l'oblio totale esteso su tutto un settore di vita. Invece della sensazione debole, vi è, in certe zone del corpo o in certi settori, bizzarramente suddivisi nel dominio dei sensi, l'anestesia, la soppressione della sensibilità. Al posto di un'azione maldestra, timida, lenta, vi è la paralisi, la soppressione di questa o quella funzione dell'organismo. In una parola, i disturbi a carattere negativo vanno sino all'estremo. Anziché rendere il fenomeno difficile, incompleto, lo sopprimono.

Sino all'estremo ancora - ed è la terza conseguenza - si sviluppano i disturbi a carattere positivo. L'idea assurda, anziché un controllo insufficiente, non ha affatto controllo. L'ossessionato dice a se stesso che ha rubato od ucciso, e se ne preoccupa senza la minima ragione, e ciò è morboso; ma non ne è sicuro e la sua idea non va più lontano del dubbio. L'idea assurda si affonda e penetra pure oltre il suo valore; il controllo delle altre idee è insufficiente, ma esiste. Nell'isterico, le idee che eserciterebbero il controllo sono spesso scomparse dalla coscienza, e l'idea assurda si sviluppa a fondo. Egli si dice o gli si dice che è un ladro, un omicida, un vescovo, un generale, un attore, un fanciullo, ed egli vi crede (13). L'ossessio-

(13) Tutti gli autori sono d'accordo nel riconoscere una suggestionabilità, non infinita, ma straordinaria negli isterici. Gli ossessionati non ne hanno, nel senso stretto, medico, del termine.

175

nato crede di vedere ciò che gli suggerisce la sua folle idea, particelle d'ostia, per esempio; l'isterico vede. Le sue allucinazioni, come i suoi giudizi, si sviluppano agevolmente nella sua coscienza quasi vuota, ed in pienezza, e gli atti rispondono, gli impulsi si realizzano. Se i due malati hanno l'idea di saltare dalla finestra, l'isterico vi va e salta, a meno che non lo si trattenga; l'ossessionato abbozza appena un movimento, oppure vi va e la chiude, o, secondo i casi, fugge o si aggrappa per resistere.

Riassumendo, restringimento del campo di coscienza, e, per conseguenza, dissociazione totale e tranquilla dell'io, in luogo della dissociazione parziale e dolorosa; soppressione e non solamente insufficienza di certi fenomeni; - sviluppo

completo e senza contraddizione, dell'idea morbosa; tali i caratteri che permettono di distinguere l'isterismo dall'ossessione (14).

Pare che l'energia vitale troppo debole, in un caso come nell'altro, per bastare a tutto, si distribuisca, comunque sia, in ogni attività dell'ossessionato, pronta a perdere così in tensione ciò che guadagna in estensione; mentre, nell'isterico, essa perde in estensione, si raccoglie anziché estendersi, e, abbandonando tutta una porzione della vita all'incoscienza, si concentra sul resto con un eccesso di tensione. Ecco perché «l'isterico non termina (non spinge sino all'estremo) che certi fenomeni, ma li termina troppo; lo psicastenico, (l'ossessionato) non perde alcun fenomeno, ma non ne termina nessuno» (15).

(14) L'età dell'inizio può talvolta anche esser utilizzata per la diagnosi. Secondo il dottor Claude, op. cit., 26, l'isterismo può fare la sua apparizione verso l'età di 5 anni. Sembra assai difficile che le manifestazioni dell'ossessione siano così precoci.

(15) Janet, I, 676. Cfr. 738. Vedasi anche, dello stesso autore, *Les Névroses*, in cui sviluppa, in tutto il volume, il parallelo fra le due nevrosi. Noi vi abbiamo ispirato la maggior parte delle idee precedenti.

176

Fra l'ossessione e l'*epilessia*, vi è pure qualche punto di contatto; ma praticamente, nella maggior parte dei casi, la diagnosi non può commettere errori. Esplosione dell'attacco, niente lotta o angoscia, oblio di questi fenomeni e vita quasi normale all'infuori della crisi; tali sono, in genere, i caratteri dell'*epilessia*, facili a distinguersi al primo colpo d'occhio. Anche quando l'attacco si presenta sotto la forma attenuata, le vertigini, l'offuscamento della coscienza che l'accompagnano, si distinguono ancora agevolmente dalle crisi d'ossessione. Insomma, la coscienza è offuscata o abolita, anziché essere impazzita e dilaniata. D'altronde, l'agitazione - atti impulsivi della forma benigna o convulsioni dell'accesso - offre un carattere di fatalità, di irresistibilità, che sorpassa manifestamente ciò che si vede nella ossessione.

Se, sorpassando i sintomi, si vuole tentare, qui ancora, una teoria che li spieghi, si può ricorrere all'ipotesi che suggerisce Janet e che tiene conto delle analogie come delle differenze rilevate tra queste tre malattie: l'ossessione, l'isterismo e l'*epilessia*. Le tre avrebbero per punto di partenza un'insufficienza d'energia vitale. Abbiamo già visto che l'ossessionato, estendendo questa forza a tutti i suoi fenomeni, manca, per ben riuscire nei più difficili, della tensione necessaria; e che l'isterico, riservandosi tutta la tensione desiderabile per riuscire in quelli ai quali si interessa, lascia cadere gli altri nell'oblio, ed il campo della sua coscienza si restringe. L'uno sacrifica la tensione, e l'altro la quantità di lavoro vitale. L'uno e l'altro presentano, nel loro grado d'energia, delle leg-

gere oscillazioni che non cambiano nulla alla loro fisionomia essenziale, ma che si manifestano nei periodi di crisi o di remissione. L'epilettico avrebbe abitualmente, in quantità ed in tensione, abbastanza energia per essere all'altezza del suo compito psicologico, ma subirebbe delle brusche oscillazioni che farebbero d'un sol colpo cadere il livello al disotto di quello che reclama anche la più elementare vita cosciente. Da ciò si spiegherebbero, oltre all'incoscienza, le convulsioni dell'accesso a titolo di scarico nervoso, di derivazione, sia pur violenta e di qualità assai inferiore, ma analoga, nella sua causa, alle manie, alle angosce, ai tic degli ossessionati; «Senza vedere, in questa proposizione altro che un'immagine ..., mi sembra che lo stato psicastenico [degli ossessionati costituzionali] sia un'epilessia attenuata e cronica» (16). Da ciò si spiegherebbe ancora come l'epilessia, quando tende a guarire, sembri mutarsi in ossessione, e che l'ossessione, nei casi più gravi, alla lunga, paia avvicinarsi all'epilessia (17).

Infine, dopo aver definito e distinto tutti queste malattie, occorre pur decidersi a dire che queste sono astrazioni. Nella realtà, vi sono dei malati, ed essi non rispettano sempre i confini che la teoria cerca di stabilire. Vi sono i casi-limite, e i casi misti, in cui le cause ed i sintomi si mescolano più o meno. Una tentazione non è uno scrupolo, ma lo scrupoloso può esser tentato. Analogamente, può essere neurastenico, e sappiamo che questo è un fatto comune. Egli non può riunire nello stesso tempo i caratteri della fol-

(16) Janet, I, 734.

(17) Vedasi Janet, I, 502-514 e passim; R. e J., II, 188 sgg.

lia, dell'isterismo, o dell'epilessia con quelli dell'ossessione, perché sono contraddittori, come abbiamo visto; ma si sono osservati dei casi - rari, è vero - in cui questi diversi sintomi s'alternano gli uni con gli altri. L'abbiamo appena detto per l'epilessia. Per l'isterismo, Janet ha segnalati alcuni esempi che sembrano caratteristici (18). Il problema è più delicato per ciò che concerne la follia, e merita che vi insistiamo un po' di più.

Noi lo porremo sotto questa forma, che è precisamente quella nella quale se lo pongono molti ossessionati: «Se l'ossessione non è la follia, non ne sarà la strada?».

Gli autori non concordano sulla risposta. Gli uni rispondono sì, categoricamente (19); altri, no, in modo altrettanto assoluto (20); altri non osano pronunziarsi.

Personalmente, conosciamo un solo caso di ossessione conclusasi con la pazzia. Ma sarebbe più

(18) R. e J., II, 455. *Néuroses et Idées fixes*, I, 58 sgg. - *Les problèmes du subconscient*, Congresso di Ginevra, 1909, 15.

(19) «Abbastanza sovente, nelle forme gravi e nei periodi avanzati, lo stato ossessivo ... giunge all'alienazione mentale» (F. Raymond, *Névroses et Psychonévroses*, 95). È anche l'opinione di Pitres e Régis, Seglas, Krafft-Ebing, Morselli, Schuele, ecc. Vi è luogo tuttavia ad esser circospetti a proposito di queste testimonianze, ed a ben distinguere ciò che gli autori intendono per alienazione mentale, pazzia, demenza, ecc. ecc. Tutti questi termini non sono sinonimi, e tutti gli autori non vi attribuiscono lo stesso senso. Per esempio, il professor Raymond scrive due pagine più oltre (p. 95): «La psicostenia non giunge mai ad una demenza vera, nei casi più gravi ... l'intelligenza astratta, le operazioni logiche e discorsive, l'apprezzamento ed il giudizio non sono sensibilmente colpiti».

(20) I malati «non giungono mai a questa fase ultima delle malattie mentali, che è caratterizzata dalla scomparsa progressiva della facoltà e che si chiama demenza». Cullerre, *Les frontières de la folie*, già citato, p. 72 sgg. - Falret, Trelat, Magnan, Baumgarten, ecc., professano la stessa opinione.

179

esatto dire, per tradurre il fatto: sostituita dalla pazzia. Essa si è manifestata in seguito ad una emozione assai brusca e violenta in cui l'idea ossessiva non entrava per nulla. Lo stato di depressione in cui lo scrupolo aveva ridotto il soggetto, l'ha forse posto nell'impotenza di reagire e di salvare la propria organizzazione mentale? È ciò che è difficile sapere esattamente.

Poiché i fatti e l'autorità dei maestri ci lasciano senza una risposta precisa, interroghiamo la teoria. Essa non è una semplice ipotesi campata in aria; abbiamo visto che i fatti la suggeriscono, ed è sotto la loro luce, sebbene più oscura, che noi la esamineremo. Ma questa luce non illumina che un solo lato del problema. Essa ci dice ciò che costituisce l'ossessione, ma non sappiamo, né da essa né da altro, ciò che costituisce la pazzia. Possiamo ben discernere la pazzia dalle altre malattie negli atti che traducono le loro idee; possiamo pur constatare certe cause o condizioni lontane; ma non sappiamo nulla sui suoi elementi essenziali. È dunque difficile dichiarare a colpo sicuro se e come possa esser portata dall'ossessione.

Ci pare tuttavia che nulla permetta di vedere, nella pazzia, l'azione immediata e normale delle cause che costituiscono l'ossessione: vi sono, fra i pazzi, tutte le varietà di tensione vitale e d'ambizione psichica; vi sono indolenti e molto attivi, inerti e agitati, malinconici ed ottimisti; gli uni hanno sempre avuto una vita assai debole ed assai calma; gli altri, come Nietzsche, un'esuberanza di vita che pareva inestinguibile.

Ma, si potrà dire, se vi sono, tra i pazzi, deboli ed esuberanti, non vi sono anche quelli che, di fronte a bisogni troppo grandi, dispongono d'una tensione vitale

troppo debole, cioè gli ossessionati? E se l'ossessione non è l'unica strada che porti alla follia,

180

non può essa avviarvi, essa pure, in via diretta? - No, non in via diretta, poiché abbiamo visto che si giunge per mezzo di questa, non ad una organizzazione di coscienza ferma, stabile, attorno all'idea folle, ma al suo contrario.

Confessiamo tuttavia che i fenomeni psicologici possono risultare dal concorso di cause diverse, e vi sono forse certe forme della follia, alle quali l'ossessione, se non è affatto combattuta, può avviare lentamente per vie indirette. Da una parte in effetti, il buon senso, a forza d'essere intaccato dall'idea fissa, può, ci pare, consumarsi sino a scomparire, se il malato s'ostina, nella ricerca di una impossibile sicurezza, a prender sempre partito per l'idea folle; ed allora può cancellarsi la lucidità che distingue l'ossessione, per fare, di quello che era il dubbio morboso, una certezza, ed ecco l'ipocondria, il delirio della persecuzione, o altre analoghe forme della follia (21). D'altra parte, l'organismo e le facoltà mentali possono estenuarsi, alla lunga, nell'inesorabile ed eccessivo affaticamento al quale le condanna l'ossessionato, sino a lasciar giungere uno stato analogo alla demenza precoce. In una parola, le forze dell'uomo sono limitate, e quando sono sprecate, possono esaurirsi.

Ma questo esaurimento non è affatto vicino per l'ossessionato, poiché questi risultati, se esistono, sono assai rari, dato che è stato mai possibile stabilirli con certezza (22). L'ossessionato, se ha la sintesi

(21) Questo risultato, possibile, quando l'ossessione si riferisce alla paura dei microbi, l'affezione altrui, e, in generale, sui fatti indipendenti dalla nostra volontà, pare, se non impossibile, almeno assai più difficile, nello scrupolo propriamente detto, derivando sempre da una questione di deliberato consenso; poiché il gioco della coscienza non permette affatto di credere certo, in questo genere, ciò che non è.

(22) Si è potuto stabilire con certezza che alcuni ossessionati sono giunti alla pazzia; ma resterebbe da dimostrare che è per l'ossessione. Ora, in tutti i casi conosciuti, si può, pare, supporre l'intervento di altre cause.

181

fragile, ha il campo di coscienza assai esteso; se il cemento col quale egli costruisce il suo io ha cattiva presa, i suoi materiali sono buoni; e l'edificio, se scricchiola, o anche se si screpola, non crolla.

Praticamente, si possono dunque assicurare coloro che hanno la paura di giungere alla follia, creandosi, in tal modo, un'ossessione di più.

Dato il piccolo numero e l'incertezza dei fatti, essi non hanno motivo di temere, a questo proposito, più di quanto tema l'uomo comune; e debbono convincersi che,

con il buon senso e la riserva vitale che possiedono, essi potranno sempre contare su quel minimo sforzo, necessario per guarire e che frappone a questo rischio una barriera che essi non supereranno.

II - LA PROGNOSE

La guarigione è difficile, ed i fatti ce lo dimostrano fin troppo. A questo proposito, tutti sono d'accordo. Se il male consiste in un abbassamento cronico della tensione vitale, la difficoltà salta agli occhi. Ma anche quando questo abbassamento non fosse che accidentale o quando il male venisse da una esagerazione passeggera dei bisogni, gli atti morbosi si precipitano, per il meccanismo dell'ossessione, a valanga, con una continuità dolorosa che crea rapidamente, nel sistema nervoso e soprattutto nella mentalità del malato, abitudini profondamente radicate.

In ogni ipotesi, la guarigione sarà dunque difficile. Ma essa è impossibile senza un trattamento appropriato. Essa non può guarire di per se stessa, sotto

182

la reazione spontanea della vita. L'idea, come tutto ciò che è vivente, come l'essere cellulare, per esempio, tende ad essere ed a meglio essere, e, per ciò stesso, a svilupparsi a spese del suo ambiente. Se essa non è controllata e combattuta, se essa non trova, nell'organizzazione mentale in cui penetra, una sintesi resistente che si eriga contro di essa, la dissocia o l'elimina, come un temperamento forte può fare contro il microbo nocivo, questa idea non muore di per se stessa, ma ingrandisce, pullula, tende ad invadere tutto. Ora, come abbiamo visto (parte I, particolarmente nel cap. II), è ciò che capita per l'idea ossessiva. Al suo contatto, l'ossessionato, anziché reagire, concentrandosi, per sbarrare il cammino all'idea morbosa o per soffocarla, spontaneamente l'esalta per l'attenzione che le presta ed egli stesso ne è indebolito per l'emozione che lo dilania. E la teoria come i fatti ci mostrano che questo è un risultato fatale. Il malato non può disinteressarsi di ciò che più l'interessa, e non può agire efficacemente al di sopra del livello delle sue energie. Da ciò, la sua impotenza radicale a reprimere l'idea morbosa, ed a soffocarla. Abbandonato alle proprie forze, è incapace di difendersi; e, se non si difende, la malattia lungi dall'attenuarsi, spadroneggia. Senza un soccorso dall'esterno ed un trattamento conveniente, non vi è dunque per lui alcuna speranza di guarigione.

Ma, con questo trattamento, si può sperare di guarirlo?

A tale questione la risposta dei medici è sovente scoraggiante. Ciò si spiega perché, come abbiamo detto, non sono che i malati più avanzati che frequentano le loro cliniche, ed essi vi vanno troppo tardi. Tuttavia, non è sempre senza profitto. Il professor Raymond, che non vede con ottimismo, finisce tut-

183

tavia per concludere: «Si può formulare la prognosi nel modo seguente: la psicastenia è sempre una malattia seria. Essa può divenire assai grave quando non è convenientemente curata. Sotto l'influenza d'un trattamento appropriato, essa è, al contrario, suscettibile di notevole miglioramento, al confine con la guarigione» (23).

Sottoscriviamo volentieri questa prognosi, con una sola riserva: essa è stabilita in base all'esperienza dell'esimio professore; ma, poiché tale esperienza è stata fatta esclusivamente su «malati gravi», occorre modificare un po' la prognosi per applicarla alla generalità dei casi. Ed infatti, abbiamo visto che il trattamento ha giovato a quasi tutti i malati, producendo sovente «miglioramenti notevoli fin quasi alla guarigione», e talvolta giungendo anche alla guarigione pura e semplice, senza ricaduta.

La nostra teoria d'altronde, che ci fa vedere nell'ossessione, non solamente una psicastenia o abbassamento della tensione vitale, ma una sproporzione tra la tensione disponibile e la difficoltà dell'atto da compiere, ci spiega anche questi diversi risultati del trattamento.

La malattia cessa o decresce nella stessa misura di questa sproporzione che la costituisce. La guarigione totale è dunque possibile quando la depressione psicologica è accidentale o quando l'esagerazione dei bisogni può essere soppressa (24). Quando i bisogni sono normali e quando la depressione è costituzionale, il vuoto è quasi fatale, e non si può più sperare che una guarigione relativa; essa sarà più o meno avvicinata, nella misura in cui si potrà aumentare nuo-

(23) *Névroses et Psychonévroses*, 97.

(24) Almeno, se il trattamento è effettuato abbastanza presto perché possa cancellare la traccia delle abitudini contratte.

vamente la tensione vitale, e diminuire la complessità degli atti che ne sorpassano il livello. Ora, è sempre possibile, vedremo presto come, riuscire almeno a ridurre questa complessità, e, per conseguenza, si può sempre, non solamente porre ostacolo all'evoluzione della malattia, ma anche provocare un miglioramento.

Per prevedere, nei casi concreti, sin dove questo miglioramento possa estendersi, occorre naturalmente tener conto del grado in cui il malato realizza le condizioni che abbiamo enumerato. La malattia è tanto più inquietante quanto più essa è precoce, più tenace, meno giustificata dalle circostanze dell'insorgere; è un indice, in effetti, che la depressione non è accidentale, poiché essa perdura, e che essa è considerevole, poiché la tensione vitale, si è trovata insufficiente per una organizzazione psicologica ancora assai semplice; e sarebbe quindi il caso di fare ricerche per vedere se essa fosse costituzionale, ereditaria. Ereditaria o accidentale, essa è tanto più inquietante, nella sua specie, quanto le manifestazioni si estendono più lontano, sorpassando il periodo dei sentimenti vaghi d'angoscia e d'impotenza,

descritti nella seconda parte, per presentare l'idea ossessiva in tutta la sua acutezza coi fenomeni descritti nella prima parte. E, qui ancora, vi sono dei gradi, misurati dalla natura dei gruppi psicologici che sorpassano la tensione disponibile. Più gli atti divenuti impossibili si abbassano nella gerarchia indicata più sopra (parte III, cap. I), più la malattia è profonda.

Ma poiché, anche allora, il trattamento può riuscire e poiché il malato ne ha altrettanto più bisogno, occorre provare. Raramente la compassione sarà meglio utilizzata. Dopo il primo capitolo di questo lavoro, abbiamo cercato di mettere in evidenza il grande tormento che abbiamo scoperto, col nostro esame,

185

negli ossessionati; e anche se non siamo più tornati su questo aspetto particolare, abbiamo visto, tuttavia, man mano che si svolgevano gli altri cinque capitoli dedicati a descrivere lo stato dell'ossessionato, che essi rappresentavano, ciascuno a sua volta, un inventario di una nuova collezione di sofferenze. Il tutto forma un blocco orribile. E se vi sono senza dubbio malattie più gravi dal punto di vista biologico, non ve ne sono, crediamo, che colpiscano il malato più nell'intimo e che siano più profondamente dolorose. Costatare che il trattamento è possibile, è dunque concludere che occorre tentarlo e non trascurare nulla per farlo riuscire.

186

PARTE QUARTA

IL TRATTAMENTO

Una tensione vitale troppo debole per la difficoltà da superare: ecco il male. Diminuire la difficoltà o rialzare la tensione, sino a che siano pari: ecco il rimedio.

Sappiamo che il malato, abbandonato a se stesso, vi fallisce fatalmente. Tutti i suoi sforzi non riescono che a render più difficili gli atti voluti e più debole la tensione, e conseguentemente lo scaRTok sempre più accentuato, cioè la malattia sempre più profonda, per cui ha assoluto bisogno di un intervento dall'esterno. Quale deve essere la natura di questo intervento e con quali procedimenti deve mirare allo scopo? In altri termini, il metodo del trattamento, i mezzi per diminuire la difficoltà, i mezzi per rialzare la tensione: questi sono i tre capitoli che ci restano da svolgere.

CAPITOLO I

IL METODO

I METODI INEFFICACI: l'ipnosi e la suggestione sono impossibili. Sarebbero inefficaci. Potrebbero esser nocivi. - La persuasione riesce tanto meno quanto più la malattia è grave. Essa può essere utile; ma è insufficiente. - **IL METODO NECESSARIO:** la direzione; collaborazione del malato e del suo medico. - Funzione

del direttore: ispirare la confidenza. - Il malato ne sente il bisogno, ma vi incontra delle difficoltà. Essa è indispensabile al direttore. Egli deve conquistarla con la sua competenza (qualche procedimento) e con la sua bontà (qualche osservazione). - Esigere l'obbedienza: fermezza necessaria. - Funzione del diretto: obbedire, unico mezzo di guarigione. - Voler guarire. Egli vorrebbe: occorre che voglia. - La sua tendenza preferita non ha nulla da perdervi; essa ha tutto da perdere se egli non guarisce.

Vedendo le torture dell'ossessionato e constatando che le più gravi gli provengono dalla sua idea folle, si pensa naturalmente che sarebbe proprio il caso di esercitare il potere di quella chirurgia mentale di cui certi autori ci dicono tante meraviglie, e che si chiama suggestione. Addormentare il malato col sonno ipnotico e praticare l'eliminazione della sua «idea», sostituirla con un insieme coerente di idee ben scelte, ben ponderate, ben sagge; che cosa di più efficace e che cosa di più semplice?

Contro questo metodo vi è una prima obiezione che potrebbe dispensarci naturalmente di esaminare le altre; l'ipnotismo e la suggestione, cioè, non fanno

189

presa sugli ossessionati. Tutti i tentativi a questo proposito sono rimasti infruttuosi, come abbiamo avuto modo di segnalare, e ne comprendiamo ora la ragione; l'ossessionato ha il campo di coscienza troppo esteso perché l'idea suggerita possa svilupparsi sino alla fine senza controllo; e il suo io, se è mal unificato, se è debole, allentato, non arriva tuttavia a rompersi. Egli resiste dunque all'ipnosi ed alla suggestione come resiste all'allucinazione completa e per gli stessi motivi (p. 96).

Non occorre lagnarsene. La suggestione, anche se fosse possibile, resterebbe inefficace. L'idea ossessiva è lo svolgimento della malattia, il fiore e non la radice. Caduto il fiore, resterebbero la radice e la linfa, che non tarderebbero a rifare altri fiori. Vi sarebbe sempre qualcosa a cui il malato terrebbe di più e in cui si verificherebbe di nuovo la sua impotenza. E, d'altronde, come si praticerebbe l'eliminazione dell'idea ossessiva? Essa comprende, come elementi essenziali (parte I, cap. I), una massima ed un fatto. Si sopprimerebbe dalla coscienza il fatto o la massima? Se si sopprimesse il fatto attuale, la tortura del momento, il *forse* che tortura, migliaia e migliaia d'altri gli sarebbero presto sostituiti dal gioco delle associazioni morbose. E se si sopprimesse la massima, si farebbe una cattiva azione, poiché questa massima è generalmente ragionevole, e si diminuirebbe quindi il valore umano del soggetto.

Ma il fatto stesso della suggestione, anche se potesse riuscire e qualsiasi ne fosse il modo o l'oggetto, comporterebbe una diminuzione fatale della forza che occorre precisamente ristabilire. La suggestione, nell'ipnosi o allo stato di veglia, non riesce che a spese della forza di volontà, dell'unificazione della coscienza, della concentrazione dell'io. Una tale riuscita presso i nostri malati «sarebbe disastrosa. I centri psichici

190

superiori sono deboli, non hanno la forza di cacciare o di classificare le idee più o meno assurde che si presentano ad essi. Con l'ipnosi, indebolirei ancor più il centro O, che ha bisogno di rinforzo» (1). Anche senza esser seguiti da effetto, i tentativi di questo genere, «le manovre ipnotiche ripetute non sono senza danno nei malati, di cui accentuano le tendenze all'abulia ed ai disturbi della personalità» (2). Di conseguenza, in ogni ipotesi, tali tentativi producono esattamente il contrario di ciò che si vorrebbe.

Non vi è dunque, nella specie, nulla da chiedere all'ipnosi o alla suggestione: è un rimedio impossibile e che d'altronde non potrebbe essere che inefficace e *dannoso*.

Ma poiché il malato è intelligente e la sua idea è folle, non sarebbe più semplice mettersi a ragionare con lui e giungere insomma, direttamente e gradatamente, alla persuasione?

Ahimè, i ragionamenti che gli si potrebbero fare non sono affatto più efficaci di quelli coi quali egli rimprovera se stesso. Egli è difficile a persuadersi come un perfetto scettico: l'uno e l'altro comprendono le ragioni che loro si portano e la logicità delle deduzioni; ma, come lo scettico non può credere al punto di partenza, l'ossessionato non può credere al punto d'arrivo. Egli solleva le ragioni ad una ad una, ma gli manca la forza per stringerle con un solo sforzo e concludere, per «chiudere il dibattito», «Perché

(1) Professor Grasset, *Thérapeutique des maladies du système nerveux*, Doin, Paris, 1907, p. 112. Egli ritorna su questa dottrina, con molta insistenza, a più riprese: *ibid.*, 101 sgg.; *Hypnotisme et suggestion*, cap. VII; *Le Psychisme inférieur*, *passim* ecc. Si sa che, nella terminologia dell'autore, il centro O rappresenta la forza regolatrice di tutta la coscienza, la coesione attiva del soggetto pensante, la padronanza di sé.

(2) F. Raymond, *Névroses et Psychonévroses*, IIS.

191

dunque, ci dice E, sono disperata di non «potervi credere?», «So pure che avete ragione, dice Lisa, lo so, ma non posso esserne convinta» (3). «Io sono convinto, dice un altro, ma fate che io possa volere» (4).

Più la malattia è profonda, cioè più grande è il divario tra la tensione necessaria per riuscire e quella di cui il malato dispone, e più la persuasione resta inefficace. Occorre dunque utilizzarla per gli atti e nella misura in cui è possibile; il ragionamento è assai indicato per restaurare il funzionamento della ragione; ma alla condizione che esso ingrani; ora, vi sono dei pezzi, in questo meccanismo, che sono guasti e non ingranano: occorre aggiustarli e, nell'attesa, supplirli.

Quale sarà dunque il metodo indispensabile? Esso è imposto dalla natura della malattia: l'*idea ossessiva* nasce dall'impotenza del malato a concentrare il suo io, ad adattarsi alla situazione presente, a «chiudere il dibattito», a decidersi, a credere, a «scegliere per agire», almeno sulle questioni che gli stanno di più a cuore: occorre fornirgli il complemento che gli manca, occorre aiutarlo a fare di mano in mano la sintesi del suo io. L'ossessione ha la sua permanente radice in una insufficienza di tensione vitale o in una esagerazione di bisogni: occorre diminuire i bisogni e riaumentare la tensione; in altri termini, compiere la messa a punto della sua vita, la sua rieducazione psicologica. Occorre però, in tutti i casi, la collaborazione del malato e di chi lo cura.

L'uno non può fare a meno dell'altro. Il malato ha

(3) J., I, 206.

(4) Th. Ribot, *Les maladies de la volonté*, 39.

192

bisogno di un soccorso dall'esterno, come abbiamo abbastanza detto. Colui che cura ha bisogno, a sua volta, del concorso del malato, poiché, per fare la sua sintesi o la sua educazione, si opera sulla sua vita cosciente. Ora, questa collaborazione necessaria si chiama *direzione*.

Dirigere, è «volgere verso un fine», «far muovere in un certo senso», «far funzionare seguendo una certa linea di condotta». È la definizione del dizionario. Vi sono dunque due attività e l'una implica l'altra. Vi è una pianta che cresce ed un giardiniere che la cura, il cieco che cammina ed una guida che lo conduce. Egli lo conduce, non con vaghi consigli, ma con indicazioni nette ed imperative; non dicendogli: «Ecco ciò che si può fare», ma: «Ecco ciò che bisogna fare, ecco il cammino, cammina», e prendendolo per mano, se occorre, o spingendolo per le spalle. Non si tratta di una direzione offerta, prendere o lasciare; ma di una direzione che, una volta liberamente richiesta, s'impone e non si discute più. Non è quella direzione consigliata dalla prudenza anche alle persone più abili, dato che «colui che fa da guida a se stesso, si fa discepolo d'uno sciocco» (5); ma è una direzione che il bisogno di vivere rende necessaria al cieco che non conosce la strada.

Si vede da questo la funzione del direttore e del diretto. Occorre che l'uno diriga veramente e che l'altro cammini. Ma perché questo cammini risolutamente e quello diriga efficacemente, bisogna osservare alcune condizioni.

Il direttore deve ispirare la *confidenza* ed esigere l'*obbedienza*. Potrebbe sembrare che non ci sia niente di più facile che ottenere la confidenza: i malati ne

(5) San Bernardo, *Epistolae*, 87.

sentono il bisogno e la loro più grande gioia consiste nel concederla, «in pieno», come dicono. Inabili, isolati, «come in un buco nero in cui sono soli e, essi sentono il bisogno di gridare verso qualcuno che li oda. Smarriti nella notte, sentono il bisogno di una luce che getti il suo riflesso sul loro cammino; indecisi, sentono il bisogno di una volontà che li conduca; deboli, sentono il bisogno di una forza che li sostenga e li protegga; incompiuti, sentono il bisogno di una personalità che li avvolga. Stufi di se stessi, volentieri si offrono agli altri. E lo fanno talvolta assai male a proposito (6).

Ma nella maggior parte dei casi questa confidenza «in pieno» è loro. difficile. La loro malattia, come una cattiva fata, tocca anche questo bisogno del loro cuore con la sua bacchetta avvelenata. Precisamente perché questa confidenza è loro dolce, può sembrare facilmente che sia proibita, ed i forse che la condannano accorrono da tutte le parti. O, se essi accettano questo sentimento, se deliberatamente lo vogliono, se ci tengono, pare che sfugga loro; essi temono tutto ciò che potrebbe diminuirlo, tutto ciò che potrebbe sminuirne la pienezza, e, in questa condizione di spirito, le obiezioni contro il direttore aumentano.

Ma, soprattutto, il grande ostacolo alla confidenza «in pieno», è la paura di compromettere il sogno amato, la massima sacra che è al fondo dell'idea ossessiva. Ci si abbandonerebbe per il resto, se si potesse almeno riservarsi sopra di essa il diritto di controllo. Gli uomini, specialmente, sono difficili a smuoversi su questo punto, ed è questo il motivo per cui anche se l'ossessione, in essi, è più rara, è più tenace, dato che la confidenza assoluta è loro più difficile. Essi vogliono

(6) Janet ne cita due esempi, I, 706 sgg., e in *Néuroses et Idées fixes*, I. 458 sgg.

calmare il loro spirito con la logica; domandano consigli, ma li discutono; cammineranno, ma quando avranno visto il cammino in piena luce. Sappiamo che non lo vedranno. Le donne, più volentieri, cercano la calma dello spirito in un sentimento di confidenza, nella sicurezza ispirata in esse dalla parola di qualcuno cui credono; e, in fondo, questa è anche logica; anzi, la sola logica che possa, nella circostanza, pervenire ad una conclusione.

Qualunque sia la difficoltà da vincersi nel malato, occorre che il direttore ottenga la confidenza. Senza di questa non vi è nulla da fare. «Quando un individuo è sotto l'impero della confidenza, le idee o le percezioni che gli vengono presentate, provocano direttamente una reazione d'interesse, d'adattamento» (7), e questo complemento, nella specie, è necessario. Occorre che il malato si adatti, e dunque adotti le idee che gli si danno: ora, se non le adotta che sotto beneficio d'inventario, non vi è più direzione. Vi sarebbe per altri una discussione od un insegnamento; non vi sarà per lui che una materia di più per dei rimuginamenti senza fine che

peggiorano il male anziché guarirlo. E se il direttore non può ispirargli una confidenza assoluta, deve abbandonare il compito ad un altro che sia più fortunato.

Per ispirare questa confidenza, deve innanzitutto meritarsela, il che è ovvio. Egli la merita sempre sino ad un certo punto, dal momento che è ben intenzionato: infatti, anche se non vede assai chiaro, vede sempre meglio dell'ossessionato, che è cieco; e per poco buon senso che abbia, potrà sempre render servizio ad un uomo impazzito.

Ma, qui come altrove, ci si renderà utile in pro-

(7) Claparède, *Esquisse d'une théorie biologique du sommeil*, Kundig, Genève, 19°5, p. 346.

195

porzione della propria competenza, tanto più che la confidenza del malato ben presto ne sarà raddoppiata. Il principale vantaggio che ci attendiamo da questo studio, oseremmo dire, sarà per i direttori. Essi potranno meglio, ci pare, dare l'impressione ai malati che sono al corrente del loro male e che sanno comprenderli. E questo fin dal primo colloquio.

Gli ossessionati, e soprattutto gli scrupolosi, hanno un immenso desiderio di esser sinceri ed un'immensa difficoltà a prospettare il loro caso. Ue ci dice, iniziando la sua testimonianza: «Io penso che quanto dirò sarà assai mal fatto e difficile a districarsi; ma almeno sarà sincero: desidero tanto farmi conoscere a fondo!». «Io ho il desiderio costante di esser sincero, ci dice K, sino alle peggiori confessioni comprese». Essi parlano tutti allo stesso modo; ma come far comprendere ciò che essi non comprendono da se stessi? E il loro tormento. Checché dicano, sono convinti che l'hanno detto male e che non l'hanno detto intero; essi vi ritornano senza fine; ed è il tormento del direttore. «Ah! gridano in coro, se avessi una chiave che potesse aprirvi la mia anima come un cassetto, come sarei felice di consegnarvela!» (8). Ebbene! si faccia veder loro, dall'inizio, che si possiede questa chiave.

Sarà necessario talvolta lasciarli parlare, dapprima, completamente a loro agio, in modo che si possa dir loro che hanno fatto l'inventario del loro cassetto. Ma ciò sarà assai lungo, confuso, carico di particolari

(8) At trova un'altra espressione: «Il buon Dio sa che se si potesse fotografare la mia anima, ve ne lascerei penetrare tutta la bruttezza, dovessi morirne». Tuttavia, col tempo, capita che questo desiderio si attenua, perché il malato si stanca di non poter mai distinguere fra ciò che è necessario dire e ciò che non ha importanza, e di sentire sempre, checché dica, che ha detto troppo o troppo poco per essere esatto.

196

inutili ed ingombranti. Sarà possibile, in molti casi, dopo aver ascoltato qualche frase, talvolta anche dalle prime parole, passare a dirigere l'inventario, tentando - con benevolenza e senza manifestare fretta, coll'attenzione tranquilla di chi sa ascoltare - porre alcune interrogazioni precise e caratteristiche. Generalmente, il malato, sorpreso ed affascinato che si metta il dito sulla piaga, risponde ed attende per dare la possibilità di porre una nuova domanda. Occorre profittarne: è già quasi un trionfo. Si prosegue allora l'interrogatorio metodico, sotto la guida del sommario dei nostri sei primi capitoli (che sarà preferibile talvolta prendere a ritroso); si formulano le domande in modo tale che il malato non abbia che da rispondere sì o no, sì soprattutto. Allorquando, durante un quarto d'ora, non ha avuto che da rispondere sì; quando ha visto tutte le proprie miserie, inesprimibilmente inestricate nel suo cervello, sfilare in buon ordine nel corso del colloquio, tutti i dettagli, il cui numero e la cui incoerenza l'opprimevano, condensarsi e riassumersi in alcune idee precise, tutta la sua complicata coscienza dispiegarsi, per così dire, in pieno giorno; quando ha sentito soprattutto il dito investigatore segnare alcuni punti in cui non aveva mai fissato l'attenzione: «Là, voi soffrite in tal modo» (9); allora, un immenso sollievo penetra nel suo cuore. Non può più dire a se stesso che non potrà mai spiegarsi e che non si arriverà mai a comprenderlo. Si è spiegato ed è stato compreso; ed è raro che non gridi questa gioia con parole schiette e profonde. Soprattutto, ciò che più conta, è raro che non conceda la sua confidenza, «in pieno», tutto disposto a credere alla propria guarigione, se la si pro-

(9) Il malato, assorbito dall'idea ossessiva, presta spesso poca attenzione agli altri fenomeni, specie ai sentimenti d'impotenza e d'incompiutezza descritti nel cap. I della parte II.

197

mette, ed a seguire la prescrizione che si stabilirà.

Ma, prima di chiudere così la consultazione, è assai utile - se il malato è intelligente e se si può, senza stancarlo, domandargli uno sforzo di più - di insistere ancora su due punti. Occorre innanzitutto, ed è generalmente facile, fargli costatare la sua principale angoscia sotto questa forma: «Impossibilità per me di giungere alla certezza, alla sicurezza, nelle questioni che più mi stanno a cuore». In secondo luogo, con poche parole assai brevi ed assai chiare, occorre riassumergli la teoria esplicativa (parte III, cap. I), e così fargli comprendere che l'impossibilità che costata è d'ordine vitale, un'impossibilità di fondo, e che tutti i suoi tentativi diretti per riuscire al di sopra delle proprie forze sono condannati ad uno scacco assoluto. La sua esperienza illuminata da questa spiegazione lo convincerà almeno teoricamente. E se ne avvantaggerà per la pratica, contro i suoi sforzi ed i suoi rimuginamenti.

Ma non bisogna lasciarlo sotto questa impressione scoraggiante; è necessario far brillare la speranza, mostrargli che, se i procedimenti che impiega sono impotenti e

malefici, ve n'è un altro meno costoso e più efficace, e che consiste nel diminuire la difficoltà rialzando la tensione sino a che esse siano pari. Si aggiunga che gli saranno indicati i mezzi a misura che ne sarà capace, e che gli si dirà con tutta franchezza, da quando lo si sarà visto all'opera, sino a qual grado ed in quanto tempo può sperare la guarigione. In tal modo, è sostenuto dalla speranza, nello stesso tempo che è illuminato sulla necessità della lotta; egli vede che il direttore lo prende sul serio e tiene in mano metodi razionali; si sente compreso e sostenuto; ha confidenza.

Questa confidenza, occorrerà conservarla con gli stessi mezzi. Il direttore, senza posa, ma naturalmente nel pieno possesso della propria dottrina e dei propri

198

metodi, dovrà mostrarsi in ogni occasione all'altezza del suo compito, e dimostrare la convinzione che risponde del risultato, ammesso che il malato risponda della propria obbedienza. Ma niente esibizionismo! per esempio ci si guardi bene, per mettere in mostra la propria competenza, dal raccontare al malato, nei particolari (10), casi più complicati del suo, idee ancora più folli, dei forse ancora più strani: si troverebbe nelle condizioni di raccogliarli e di arricchire così il suo repertorio (11). Niente fumo negli occhi e soprattutto niente bugie! Senza parlar d'altri motivi, ciò sarebbe deplorabile dal punto di vista del trattamento. Lo scrupoloso ha bisogno di concedere una confidenza assoluta. La minima menzogna la ucciderebbe definitivamente e lo rigetterebbe nell'abisso, più disperato. Niente facezie amare sulle sue idee folli: ciò non prova nulla, ed il malato, che si burla abbastanza di se stesso, sa bene che non v'è nulla di più facile, e sente che il suo male insomma è abba-

(10) Nulla impedisce di dire loro «sommariamente» che un caso assai più grave del suo è stato rapidamente guarito. Capita anche abbastanza sovente che egli crede di essere un tipo di miseria assolutamente a parte, che le sue «idee» sono inaudite e che non si ha dunque rimedio per tali mali; ed allora è opportuno disingannarlo con fatti precisi. Recentemente, recatici presso un giovane assai malato, abbiamo portato il manoscritto di quest' opera, e, man mano che il povero ragazzo ci raccontava i suoi casi "inauditi", ponevamo silenziosamente sotto i suoi occhi le pagine in cui ne raccontiamo dei simili, poi gli dicevamo: «Questa persona è ora guarita» o: «Essa è in via di guarigione». Egli è stato assai impressionato ed assai incoraggiato da questa piccola messa in scena.

(11) L'osservazione è di un autore anonimo, in un eccellente piccolo libro intitolato: *L'Ange conduceur des ames scrupuleuses*, Librairie St. Augustin, Lille, 1898, 2 ed., 113 sgg. Quest'opera abbonda di osservazioni utili. Si può consegnare agli scrupolosi l'edizione speciale che è loro destinata; ma gli eccellenti consigli che si dà loro sono forse un po' troppo diluiti.

199

stanza serio perché il suo medico abbia meglio da fare che di scherzarne. Si parli della sua follia, quando è il caso, seriamente, o con un sorriso pieno di benevolenza, che offra al suo buon senso un aiuto senza ferirne il cuore; e ci si ricordi che i cuori straziati dalla sofferenza ricevono le minime scosse su una piaga viva.

Così la competenza sola non basterebbe per ispirare e mantenere la confidenza necessaria; occorre aggiungervi la *bontà*.

Certo, essa non è sempre facile. «Se vi è un ministero ricco di dispiaceri e di meriti, è pur quello» (12). Occorre impiegare molto tempo e molta pazienza, occorre tessere a maglia a maglia la fragile tela del buon senso che un capriccio del malato può strappare in un batter d'occhio. E viene presto la tentazione di irritarsi contro questo disgraziato, nemico di se stesso che sembra accanirsi contro il proprio buon senso, contro il proprio cuore, contro il proprio dovere, pretendendo di obbedire agli ordini della propria coscienza. Si ha voglia di gridargli, col P. Faber: Dio «dandoci i suoi Comandamenti, non ha mai avuto l'intenzione di render pazzo chicchessia» (13).

Il P. Faber, l'apostolo della «bontà», si mostra terribilmente duro contro gli scrupolosi: essi «costituiscono la disperazione dei medici spirituali... C'è da dolersi che si parli sempre delle persone scrupolose con infinitamente più compassione di quanto esse non meritino... Sarebbe un gran punto di guadagno se si potesse persuadere gli uomini di questa verità ascetica: che non vi è nulla nello scrupolo che sia degno di rispetto. Esso non ha alcun valore intellettuale. Non merita alcuna stima morale... È semplicemente un

(12) L'Ange conducteur, 125.

(13) Op. cit., p. 271.

200

sentimento vizioso e perverso, degno di pietà senza dubbio, ma di quella pietà che proviamo per un uomo che sta per salire al patibolo» (14). E se egli maltratta in tal modo gli scrupolosi impastoiati in una questione morale, che cosa non direbbe degli ossessionati per una questione di stomaco, per la paura di ingrassare o di non digerire! E se un sant'uomo come il P. Faber è rude a questo punto, qual difficoltà non si troverà ad essere buoni nonostante tutto!

Poiché bisogna esserlo. Occorre mostrarsi, «non duro né aspro, ma dolce e soave» (15); «Ogni malato, ogni uomo che soffre è da compatire ... Medici e confessori mancano talvolta di bontà e di condiscendenza per questi poveri malati: se essi stessi fossero stati colpiti da questo male! Essi saprebbero allora come sono orribili queste miserie; (16). «Non vi è nulla nello scrupolo che sia degno di rispetto». Sia! ma non nello scrupoloso! È «un sentimento vizioso». No, non all'inizio: è un'impotenza. Il vizio verrà se il malato rifiuta di lavorare efficacemente per guarire; ma perché vi lavori, gli occorre una direzione che ispiri confidenza; e per

ispirare confidenza occorre che il direttore posseda, pronto a spanderli, tesori di bontà.

I malati ne sono avidi, non solamente perché sono deboli e soffrono, ma anche perché sentono fin troppo che possono essere penosi ed ingombranti: «Mi pare-

(14) 249 e sgg.

(15) Sant'Ignazio, *Exercitia*, Annotatio 77. - Il P. Aquaviva dice analogamente (*Industriae ad curandos animi morbos*, cap. XVIII): e *Hi ordinarie fovendi, amanter excipiendi, animandi*». Ma, dicono i moralisti, ci si mostri severi al caso, quando essi obbediscono male. (Cfr. per esempio, Lehmkühl, *Theologia moralis*, I, n. 61).

(16) R. P. Raymond, *Le Guide des nerveux et des scrupuleux*. Beauchesne, Paris, 1908, 13 e 16.

201

che nessuno si occupi di me, si lamenta Ue, e si ha ben ragione: sono noiosa, sempre malinconica, a corto di idee, incapace di interessare e di far piacere». È la nota comune. Se il direttore si mostra «duro e aspro», il malato è confermato in questa impressione, la confidenza muore, il povero piccolo fiore senza sole si richiude condannato. Al contrario, il minimo raggio di bontà lo scalda e lo fa aprire: «Mi sembrava così strano, dice V, e casi consolante che ci si volesse occupare di me, interessarsi ad una povera piccola anima che lo meritava casi poco ... Avevo così paura! paura che voi mi rimproveraste e mi abbandonaste! Così, sento che la confidenza, che era così difficile a spuntare, è andata sino in fondo».

Ma questo fondo resta timido e tremante (17), e questa sensitiva, al minimo contatto brusco, si richiude. E poi, anche se l'io si organizza, si concentra, s'adatta a poco a poco, la direzione ne resta, per molto tempo ancora, la pietra angolare e la chiave di volta; e la minima parola può far tremare il tutto, dalla cima sino al fondo, perché il malato si chiede allora, se non si tratti di una minaccia d'abbandono, e gli pare che, partito il direttore, la direzione data non varrebbe più nulla, o che già l'ha ritrattata forse «irritato». Non occorre di più perché l'edificio tremi e crolli. Ed il malato è a terra, «come una cosa che sia rotta», secondo l'espressione di uno fra essi. È una cosa spezzata.

Il direttore non deve mai perdere di vista che tocca non solamente un cuore straziato, ma una cosa fragile. Tutti i colpi, provenendo da lui, hanno importanza. Egli appare come il padrone della vita e della morte. Che egli conosca la sua forza e non percuota con la clava là dove una piega del labbro fa già tremare. Che

(17) Vedasi *L'Ange conducteur*, 114, 120.

202

non terrorizzi un malato che si tratta di guarire dalla paura. Riassumendo, che mantenga intatta, con la sua competenza e bontà, una confidenza difficile e di cui ha bisogno per riuscire.

Ma questa non è che la metà del suo "compito: gli resta da esigere l'*obbedienza*, ed egli deve dunque essere fermo tanto quanto buono.

Questa fermezza troverà presto il suo impiego. Dopo aver interrogato, una buona volta, il malato od averlo ascoltato tanto quanto ve ne era bisogno per ispirargli confidenza e per rendergli l'*obbedienza* possibile e ragionevole, occorre imporgli silenzio e «chiudere il dibattito»; in altri termini, occorre concludere la consultazione con una prescrizione pratica da far comprendere e fare eseguire. Ciò non sarà affatto senza difficoltà.

Occorre che il direttore parli netto, con i termini meno equivoci, più chiari, più precisi, in frasi corte, messe in pieno rilievo, accecanti di luce (18).

Occorre che parli all'imperativo, che parli chiaro, senza irritazione, e, sui punti in cui si fermano le sue decisioni, non resti nulla per inserirvi i forse. Si guardi dal dire: «*Se* ciò vi tedia, vi inquieta, vi eccita ecc., non fatelo»; o ancora: «Provate e vedrete da voi stesso» (19). Queste formule potranno esser tollerate più tardi, quando la guarigione si avvicinerà, o quando si tratta di consigli accessori, estranei all'idea ossessiva; ma all'inizio - quando non ci si preoccupa dei particolari - e sempre quando si tratta di punti riguar-

(18) P. Aquaviva, op. cit.: «Nec illis dubie aut cum hoesitatione loquendum, sed dare: Nihil hoc! Mittat ista securus! Ne repetat! Hoc facito! Ego rationem reddam Deo! etc.».

(19) R. P. Raymond, op. cit., 174.

danti l'ossessione, mai il condizionale, mai dei se o dei *forse*! L'imperativo ... categorico.

Non occorre *motivare* le decisioni, in quanto il soggetto non sarà capace, non solo di comprendere, ma di sentire il valore dei motivi, di essere persuaso in piena certezza. Le ragioni più giuste e più chiare non varranno nulla per lui, e non sarebbero che porte aperte per nuove angosce.

Non bisogna ammettere *discussione*. La discussione, o piuttosto l'esposizione del caso è stata fatta. È finito, non ci si ritorna più. Se vi è un'obiezione *di fatto* alla consegna, un impedimento di famiglia, di dovere professionale, di circostanza, ecc., la si ammette e se ne tiene conto; ma niente obiezioni *di dottrina*. Sappiamo che esse pullulano nello spirito del malato e che la discussione le rinforza.

Ma occorre anche, quando gli si parla, soprattutto *farsi ascoltare*. Egli non ascolta che con un orecchio o non ascolta affatto, occupato a cercare ancora ciò che ha forse dimenticato di dire. Occorre farsi ascoltare dalle due orecchie, ed assicurarsi, facendosi ripetere la formula, che si sia stati compresi.

Occorre infine *far eseguire*, ed è naturalmente il più difficile, nello stesso tempo che il più necessario. Non s'è fatto nulla se manca questo. Ora, l'ossessionato indietreggia di fronte all'esecuzione, come il condannato, se ne avesse la possibilità indietreggerebbe, di fronte al supplizio. Non bisogna lasciargli questa possibilità. Dirigere, è «far funzionare»; occorre industriarsi perché il malato «funzioni», anche suo malgrado; per esempio, dichiarandogli che non si ha più nulla da dirgli sino a che non abbia messo in pratica gli ordini già ricevuti.

Per mantenere questa necessaria autorità, occorre *non contraddirsi* né smentirsi; bisogna che il malato sappia sempre che le parole del direttore sono, non

204

vento che soffia, ma fatti che si concretano, oracoli cui può affidarsi, perché non ingannano; ma sui quali deve fare affidamento, perché non cambiano più. Ne consegue che essi non devono essere formulati alla leggera, e, per esempio, chiudendo ogni porta per cui il malato vorrebbe riaprire un dibattito esaurito, occorre lasciargli uno spiraglio per le confidenze e anche gli sfoghi, gli «sgonfiamenti» necessari, o per l'esposizione dei «fatti nuovi» che trasformerebbero - evidentemente - la situazione (20).

Infine, per quanto chiara, perentoria, ben compresa, sia stata la prescrizione, occorre sapere che la si dovrà *ripetere* sovente; e non sarebbe fermezza, ma un errore di tattica e di psicologia, dichiarare che si interdiranno tali ripetizioni. Esse sono fastidiose, senza dubbio; ma, sino ad un certo punto, sono necessarie. Non è logico farsi ripetere ciò che si è una volta ben capito; ma non vi è soltanto logica nell'uomo e soprattutto nell'ossessionato. Non gli basta comprendere; la sua volontà è malata più della sua intelligenza e occorre soccorrerla. È il blocco organizzato delle idee pratiche che costituisce la forza della volontà, e non vi è che la direzione per render pratiche le idee del malato ed organizzarle. Ora, la direzione ricevuta, man mano che il ricordo si allontana, sfuma, si fa astratta, vaga, fredda, perdendo così la sua forza per organizzare le idee e comandare gli atti. Ed essa è d'altronde talmente combattuta dalla coorte delle idee folli! Occorre rinforzarla di quando in quando, come si ricarica un accumulatore esaurito, rifornirla di immagini, di emozioni, di risoluzioni, di speranza, farla «incarnata, ricca e complessa» (21), sempre più,

(20) Vedasi *L'Ange conducteur*, 112, 130 sgg.

(21) Vedasi Eymieu, *Le grandi leggi*, Edizioni Paoline, Roma 1958, primo principio.

- rassegnandosi, dunque, alle ripetizioni fastidiose, per fare - al di là della logica astratta - della psicologia pratica.

Anche con queste attenuazioni, l'atteggiamento del direttore potrà sembrare autoritario a coloro che ragionano sull'uomo ideale; ma, in questo caso, «l'assolutismo autoritario è una necessità che il successo corona frequentemente e che non può nuocere ad alcuno» (22). Necessario al direttore per compiere il proprio dovere, ne è un suo diritto; questo diritto è d'altronde ratificato dal malato, che sarà lui pure ricompensato della sua obbedienza con la guarigione.

La funzione del diretto è correlativa a quella del direttore. Poiché questo deve ottenere l'obbedienza, occorre che l'altro la conceda. Poiché l'uno deve «far funzionare», occorre che l'altro «funzioni»; non per forza, per costringimento - non si hanno gendarmi da inviargli - ma liberamente, mediante la propria attività, secondo la linea tracciata, obbedendo.

Obbedire, è la sua maniera di essere ragionevole e libero. Ragionevole, perché sfugge alle proprie idee folli; libero, perché domina le proprie impressioni e riconquista la propria personalità. «Si sottomette liberamente e così fa un atto di volontà e di energia per agire conformemente alla propria ragione, rappresentata dal medico (o dal direttore), e contrariamente alle proprie sensazioni provocate dalla malattia» (23).

(22) Legrand du Saulle, Agoraphobie, 112, citato da J., I, 709.

(23) Professor Grasset, Thérapeutique des maladies du système nerveux, 129

Questa obbedienza, il malato la desidera spontaneamente (24), allo stesso titolo della direzione di cui essa non è che la forma pratica; ma è sovente tentato anche di rifarla a pezzi, sotto la pressione delle proprie folli paure, nel furore di «analizzarsi».

Ora, frammentata, non vale più nulla; essa deve essere assoluta per non essere inefficace, intera per non essere nulla; deve annientare tutti i forse per non esser divorata da essi. Non si lasci posto all'idea ossessiva. Tutto o nulla. Non bisogna concederle nulla, se non si vuole che essa prenda tutto. Un fanciullo, cui la propria madre insegnava a pregare, giunto a questo passaggio: «Mio Dio, vi offro tutto quanto possiedo», si arrestava improvvisamente e sottovoce aggiungeva: «eccetto il mio coniglietto» (25). Se si vuole conservarsi a parte il proprio coniglietto contro l'obbedienza, il coniglietto crescerà presto ed aumenterà, e si griderà addolorati, con E: «Perché dunque sono esasperata di non potervi obbedire?». Perché non si può obbedire non obbedendo, perché avete conservato un coniglietto, perché, dal momento che avete riservato il minimo forse alla vostra propria decisione, esso

scatena da solo l'armata dei dubbi e delle angosce, vi pone di nuovo di fronte all'insolubile problema: concludere al di là delle vostre forze, realizzare un atto vitale per il quale non avete abbastanza vita. Immaginate, tentate tutti i mezzi, i più assurdi ed i più eroici; fatica perduta. Il vuoto rimane. Voi non raccoglierete la luna col cesto. Non scaccerete le vostre obiezioni con le vostre forze, per la buona ragione che esse non vi bastano. Occorre il

(24) «Ho bisogno di una regola, di un comando», grida una malata di Janet. Altri giungono sino a simulare la follia, per farsi rinchiudere ed obbligarli ad obbedire, al fine di essere «protetti contro se stessi». Vedasi *Néuroses et Idées fixes*, I, 460.

(25) R. P. Raymond, op. cit., 176.

207

soccorso altrui, e di questo soccorso non profitterete che obbedendo alla consegna. Obbedire a fondo, senza riserva, o vedere il male imperare; ecco il dilemma. Sono i fatti che lo pongono, occorre subirlo.

E per compiere la persuasione, dopo aver messo in piena luce il dilemma ineluttabile, l'obbedienza come unico ed indispensabile mezzo di guarigione, occorre dichiarare al malato che, nella mancanza di questa obbedienza assoluta, si rinuncia ad un'opera vana e non ci si occupa più di lui. Questo gli farà comprendere meglio quello.

Ma anche quando si sarà ben convinto della necessità di obbedire, la pratica gli resterà difficile, perché va contro tutte le sue impressioni, perché lo obbliga a risalire la corrente di tutte le sue idee e di tutte le sue folli paure. La corrente è così forte: gli occorre vogare, per vincerla, con un accanimento tale, o almeno con una tale pertinacia, che gli è necessario, per resistere, per applicare il mezzo senza fallire, volere lo scopo, la guarigione, ad ogni prezzo.

Occorre che voglia guarire con un volere ardente, assoluto, indomabile. Certo, soffre abbastanza del suo male perché questo volere sorga spontaneamente. Ma, qui come sempre, l'infelice è votato a spinte contraddittorie. Sempre cerchi quadrati! Vuole e non vuole. Abbiamo visto (27 sgg.) che parla al condizionale: «Vorrei, se non avessi paura di compromettere ciò a cui tengo». Ora, egli ha paura; dunque praticamente non vuole. «Vorrei, se potessi farlo senza trascurare i miei dubbi». Ora, non lo può! Guarire, è precisamente trascurarli. «Vorrei» insomma ... un cerchio quadrato. E non ne riesce nulla. - Occorre condurlo a dire: «lo voglio».

Occorre dunque mostrargli che questo è possibile senza distruggere nulla né compromettere nulla

208

di ciò a cui tiene; e che, al contrario, compromette tutto non guarendo. La formula imperativa, la tendenza preferita che è alla base della sua angoscia e ne comanda

tutto il meccanismo, è abitualmente ragionevole, abbiamo detto (p. 16), o almeno necessaria (26). Gli si dichiara che la si rispetterà, e si mantiene la parola.

Ora, si tratta d'una questione di coscienza morale, o d'altra cosa.

Vediamo prima quest'ultimo caso: il malato ha concesso la sua confidenza, sa che il suo direttore ci vede più chiaro di lui; senza dubbio, non lo crede infallibile; ma lui non lo è di più: di questo almeno è sicurissimo: tutto il suo buon senso gli grida dunque che rischia meno di ingannarsi, seguendo una guida

(26) Se essa non è affatto ragionevole, occorre modificarla quanto è necessario. È possibile, crediamo, quando si ha veramente a che fare con un'ossessione, non con un delirio. Una malata è ossessionata dalla paura d'ingrassare. Idea bizzarra; ma si può liberarne la particella di verità accettabile; «Perché paura di ingrassare?». - «Perché sarei brutta». «Perché paura di esser brutta?». «Perché voglio essere amata». Si può dunque tentare di trasformare la preoccupazione di non ingrassare nella preoccupazione di meritare l'affezione di persone ragionevoli, e, in questa forma, non si ha più da combatterla. Un'altra, che abbiamo citata, era ossessionata dalla polvere. Perché? Perché occorre avere, a casa propria, una proprietà squisita. Benissimo! Va bene la proprietà squisita. È sempre insomma un'idea di bene che attira le volontà umane; prendendo quest'idea nel suo fondo, generalizzandola, liberandola dalle circostanze del caso in cui lo spirito l'ha racchiusa come in una ganga, si può farne uno scopo ragionevole. Si vede che, con questo mezzo, non si sminuisce il desiderio primitivo, lo si ingrandisce. Le persone, per esempio, che hanno orrore della polvere si assorbono su questa idea e sopportano ammirabilmente la sporcizia che si presenta sotto un'altra forma: come le persone che si lavano tutto il giorno sopportano un po' ovunque nidi di polvere. La preoccupazione generale della proprietà sarà più efficace per assicurare il desiderio reale che è alla base di queste formule impoverite.

209

che afferma di vedere il cammino, che camminando alla ventura solo nella notte nera. E se, dopo tutto, ciò non pone il suo sogno al riparo da ogni pericolo, è la migliore e l'unica sicurezza che gli sia possibile. Al di là è la chimera. Non vi è, all'infuori della morale, un solo bene in questo mondo che l'uomo sia capace di sottrarre a tutti i rischi, come d'altronde non ve n'è di cui abbia assolutamente bisogno. Occorre restare nei limiti fissati dalla natura, non fosse altro che per questa buona ragione che, cioè, non se ne può uscire (27).

Ma, se si tratta dello scrupoloso propriamente detto, se il suo sogno è di fare il bene ed evitare il male, questa sicurezza aleatoria non può più bastargli, precisamente perché, essendo il bene morale il bene supremo, occorre assicurarlo ad ogni costo, anche a costo della guarigione. Per fortuna, si può offrire qui allo scrupoloso una sicurezza assoluta. Non v'è nulla da temere per l'obbedienza che il suo direttore gli richiede. Anche se il direttore s'inganna, lui non può ingannarsi. Anche se l'atto

consigliato fosse materialmente colpevole, la sua coscienza in sé sarebbe a posto. La sua fede gli mostra, nel sacerdote

(27) Si dirà forse: è un appello al buon senso, e non rischia di rimanere inefficace presso l'ossessionato, come tanti altri che abbiamo visto? Rispondiamo: il giudizio, qui, non si riferisce all'idea ossessiva, ma solamente alla massima che ne è il punto di partenza; è così molto meno complesso, e quindi molto più facile; esso può non sorpassare la forza del soggetto. Egli paragona non i sì ed i no che si agitano nel profondo oscuro della sua coscienza, ma due persone distinte: il suo direttore, in cui ha confidenza, e se stesso, di cui conosce le «follie». Il giudizio essendo così più calmo, può sembrargli più chiaro. Ma il dubbio potrà sommergerlo a tratti; occorrerà che il direttore ricordi la decisione presa e soprattutto la fortifichi con gli atti, conducendo il malato a condursi «come se». (Vedasi Eymieu, *Le grandi leggi*. Edizioni Paoline, Roma 1958, secondo principio).

210

già scelto per direttore, l'ambasciatore di Dio presso la sua anima; e sinché non vede, con innegabile evidenza, che gli si chiede un peccato formale, ha il diritto, ha il dovere, di non considerare l'ambasciatore come squalificato, il diritto e il dovere di obbedirgli. Ora, usare del proprio diritto e compiere il proprio dovere è, a colpo sicuro, evitare il male e non comprometter nulla della propria moralità (28).

Egli non ha dunque nulla da temere per il suo sogno, volendo guarire con l'obbedienza ad ogni costo. Ma ha tutto da temere se non vi si decide; la malattia, se si prolunga, compromette il suo sogno e tutto il resto per sopraggiunta.

Gli autori asceti e i direttori d'anime hanno sovente constatato che una crisi di scrupoli purifica, stacca dall'inerzia, fortifica, orienta in pieno slancio le anime generose verso l'ideale; ma a condizione che la crisi sia breve e che se ne esca bene, con la vittoria, senza lasciarvi nulla dei propri buoni desideri e delle proprie buone speranze, senza chieder grazia e senza pagare il prezzo del riscatto. Quando il male si prolunga, perché si tergiversa, perché si vuole e poi si vorrebbe guarire, allora si paga il prezzo del riscatto, non solamente un riscatto di dolori, ma di rovine.

Si consuma la propria vita nel lavoro vano di cui abbiamo parlato (parte I, cap. II); non si approfitta

(28) Abbiamo voluto, in questi studi psicologici, non uscire dalla psicologia; ma la psicologia può proporsi tutti i fatti di coscienza: ora, è un fatto che il credente ammette i dati teologici ai quali abbiamo rapidamente alluso. Essi sono esposti in tutti gli autori ascetici ed in tutti i teologi morali a proposito degli scrupoli. Vedasi ad esempio S. Alfonso de Liguori (*Homo apostolicus*, I, n. 8- II), raffrontando questa dottrina al decreto approvato da Gregorio XVI (5 luglio 1831). Vedasi anche *L'Ange conducteur*, 30, 39, 149-155. «L'anima scrupolosa deve al proprio confessore

un'obbedienza senza limite, sia per credere alla bontà delle proprie decisioni che per praticarle» (p. 39).

211

dell'esperienza, perché non si registra nulla, essendo l'attenzione tutta occupata altrove; non si matura, perché non ci si adatta; si resta fanciulli e si diventa vecchi; non si ricava nulla dal proprio capitale di vita e lo si spreca. Se tutti gli eccessivi affaticamenti producono una degenerazione, un arresto dello sviluppo ed una senilità precoce; quello, che prende tutto l'essere sino all'intimo e che non dà tregua, non potrebbe non lasciare affatto tracce. I malati, a tratti, se ne rendono conto: «Sento dei sintomi di sterilizzazione intellettuale, esclama F; sento che il mio rendimento professionale, intellettuale, sociale, religioso, è compromesso. Se continua così, fatalmente e dolorosamente, fallirò la mia vita) (cfr. p. 32). «È quando l'uragano è passato che si costatano i danni, dice B, in un momento di calma. Vi sono, ahimè!, molte rovine nel giardino della mia anima; è una vera devastazione: rovine giacciono al suolo, e l'edificio è demolito».

Talvolta è proprio l'edificio che si voleva costruire ad ogni costo, che crolla; è il desiderio caro fra tutti e che si credeva di così preservare, che minaccia rovina. Qualunque sia l'amore dell'ossessionato per il suo sogno, esso non è infinito e, siccome in questo mondo ogni amore è una preferenza, può darsi che la tortura con cui lo ripaga gli sembri alla fine un prezzo troppo grande e che preferisca la pace pagata con l'abbandono del suo sogno. A forza di disperdersi in sforzi sterili, ci si stanca di ogni stretta e di ogni disciplina. Dopo essersi teso, per anni, verso un impossibile risultato, esplose la reazione, uguale all'azione. Uno scrupoloso, esasperato di non esser mai sicuro di nulla, di non sapere mai, nonostante i suoi eroici ed assurdi procedimenti, se ha commesso o no una colpa, si mette a peccare con tutto il cuore e con ogni impegno, per essere infine sicuro di qualche cosa.

212

Un uomo, che stupisce anche i suoi contemporanei, per l'esagerazione delle proprie dottrine e per la sfrontatezza della propria vita, è un antico scrupoloso che compie la sua reazione.

La più grande tentazione delle anime è la tristezza. Quando la pompa ha aspirato tutta la chiara acqua della fonte, sale la mota; quando il viaggiatore assetato non ha nulla di meglio per la sete, pone le labbra all'acqua di mare; quando il cuore non ha nulla, nulla, né in natura né in speranza, per farsene un'onesta gioia, aspira il piacere, ed, in mancanza di meglio, il più volgare, il più vile finisce per sembrargli buono. Ed ecco il pericolo per lo scrupoloso che non vuole guarire. «La tristezza uccide», dice la Scrittura (Eccli.38,19); e san Francesco di Sales dichiara che «l'inquietudine è il più gran male dell'anima, se si eccettua il peccato» (29). Gersonne giunge sino a dire che lo scrupolo è un male forse peggiore che la scostumatezza (30).

Su questo punto, ancora, gli ossessionati, a tratti, sono dell'avviso dei saggi: «Essere sempre costretta, sempre compressa, finisce per esasperarmi, grida A. E sono risvegli terribili, seti di gaiezza, di fortuna, di espansione, un bisogno imperioso di avere della gioia ad ogni prezzo, È un peccato? tanto meglio! Vorrei farne mille ... E sarei stata tentata talvolta di compiere mille vere sciocchezze, per liberarmi da questo incubo orribile se ...». Per fortuna, restava un se. Ma non rimane sempre (31). Un altro, confessando le proprie colpe,

(29) La Filotea, parte IV, cap. XI, Edizioni Paoline, Roma 1943.

(30) Citato da Faber (op. cit., 256) che dice, parlando delle «ree disposizioni» che accompagnano gli scrupoli: «Sono tanti piccoli centri di morte spirituale, macchianti l'anima; una specie di risipola morale» (254).

(31) Un testimonio degno di fede ci racconta questo curioso aneddoto: Un inglese che, dopo la sua conversione, era divorato da scrupoli, finì per dire: «Ritorno all'anglicanesimo per ritrovare una coscienza». - «Avrete assai più scrupoli» gli si dice. «No, perché almeno ci vedrò chiaro: non saranno più scrupoli, saranno rimorsi».

213

aggiunge: «Ho la nozione precisa di essere caduto per disperazione». La disperazione è il termine cui può condurre questa lotta che nessuna vittoria corona mai, questa inquietudine che nulla placa, questa tristezza che tutti i giorni rendono più amara. «Non v'è, ci dice B, affanno capace di accumulare tante rovine. Fare d'una creatura giovane, gaia, entusiasta, l'essere più infelice, invecchiato, scettico, disgustato di tutto, della religione e di Dio più che del resto ... Lo scrupolo ha esaurito in me il vigore della volontà, inaridito ogni ardore, ogni entusiasmo, ogni slancio, ogni buon movimento, ogni generosità ... Non ho più alcuna attrattiva verso il bene, alcun gusto per la pietà; tutto mi affatica, mi stanca, mi tedia, mi importuna».

Vi sono forse, in questi ritratti degli scrupolosi dipinti da se stessi, alcuni punti in cui forzano le tinte, per l'abitudine che hanno di calunniarsi, e, in questi «terribili risvegli», un resto dei loro impulsi immaginari; ma il fondo del quadro è vero per quelli che si perpetuano nel loro male, che vorrebbero e che non vogliono guarire.

Che essi vogliano! Hanno tutto da guadagnare in questa riuscita, e tutto da perdere nell'insuccesso. Il loro interesse si trova d'accordo col loro dovere. È l'amore della massima alla quale riferiscono la loro vita che ispira i loro crudeli forse; occorre indicar loro come questo amore imponga di sopprimerli, di voler guarire, costi quel che costi, e di camminare quindi per l'unica strada offerta: l'obbedienza integra al direttore.

214

In mancanza di questa obbedienza, non vi sarebbe più direzione; il malato rinunciarebbe all'unico metodo efficace, ed il direttore impotente dovrebbe rinunciare al suo compito reso impossibile. Non si può contare sull'efficacia del metodo se il direttore ed il diretto non sono ugualmente pronti ad adempiere la loro funzione, l'uno ad ordinare, l'altro ad obbedire.

Ci resta da esaminare quale deve essere, in questo caso, la prescrizione. Il metodo non è che l'involucro del trattamento; occorre vederne infine il contenuto.

215

CAPITOLO II

PER DIMINUIRE LA DIFFICOLTÀ

Ossessione e scrupolo. - Trattamento più particolare dello scrupoloso. - Occorre semplificare i fenomeni troppo difficili.

I. SEMPLIFICAZIONE DELL'IDEA OSSESSIVA: Non si può dissociarla: come semplificarla? - Il principio sufficiente e necessario: la sua formula e la sua portata. - Sua legittimità. - Sua efficacia. - Sue applicazioni. - Casi estremi in cui il suo uso è impossibile. Soluzione transitoria.

II. SEMPLIFICAZIONE NELLE ALTRE DIFFICOLTÀ: Nelle idee: Sopprimere certe idee false. Ridurre certe idee troppo complesse. - Nei sentimenti: Sopprimere i desideri irrealizzabili dall'uomo. Ridurre i sentimenti irrealizzabili dal malato. - Negli atti: Sopprimere gli atti inutili. Render possibili gli atti utili o necessari.

Sappiamo che, per ristabilire il funzionamento normale, occorre abbassare la difficoltà o rialzare la tensione, sino a che siano pari. Dobbiamo, nel presente capitolo, occuparci del primo mezzo.

Il procedimento naturalmente dovrà variare con le differenti ossessioni, e ci è impossibile considerarne tutte le categorie, che sono innumerevoli. Ma, fra esse, lo scrupolo costituisce una specie precisa e richiede un trattamento a formula unica. E ciò che esporremo con alcuni particolari, accontentandoci di dire, per le altre ossessioni, che il loro trattamento dovrà avvicinarvisi il più possibile. In un caso come nell'altro, occorrerà sempre trovare un procedimen-

216

to che diminuisca la difficoltà degli atti che sia superiore alla tensione di cui il malato dispone.

Ora, la difficoltà degli atti coscienti è costituita dalla loro complessità (p. 139 sgg.). Occorre dunque renderli meno complessi, *semplificandoli*.

Esporremo innanzitutto la semplificazione dell'idea ossessiva, riservando per un secondo paragrafo la semplificazione delle altre difficoltà.

I - SEMPLIFICAZIONE DELL'IDEA OSSESSIVA

È inteso che non ci riferiamo alla maggiore del sillogismo fondamentale, alla massima deliberatamente voluta che governa la vita del malato. Gliel'abbiamo promesso (p. 208). E d'altronde, essa non sorpassa le sue forze. Essa appartiene al secondo od al terzo gruppo della gerarchia (136 sgg.). È un'idea generale, relativamente semplice; è compresa e voluta, registrata nella coscienza dalle esperienze passate, organizzata dall'abitudine, assimilata dall'io. Essa è buona o almeno necessaria, e non è affatto un ostacolo alla guarigione. Sopprimerla o diminuirla sarebbe una cattiva azione ed un'azione vana: un'altra tendenza, che non varrebbe forse la prima, la sostituirebbe ben presto, per far sorgere un'altra idea ossessiva e manifestare l'insufficienza attuale della vita.

I fatti che forniscono la minore al sillogismo, che fanno sorgere i terribili forse, non possono essere soppressi efficacemente, poiché si tratta di fatti ordinari, insignificanti, che si sostituiscono anche gli uni agli altri, sempre agganciati, mediante un'associazione od un contrasto, con la maggiore, per ricomporre il blocco fatale. E d'altronde, essi, presi in se stessi, non sorpassano, per la maggior parte, le forze del soggetto. Ditegli: «Volete fare questa addizione?». «Senza dif-

217

ficoltà». Ed egli non dubita, nei casi medi della malattia, del valore del risultato. Ma se gli dite: «Questi sono i conti della vostra cuoca o del vostro cliente», immediatamente i dubbi sorgono con l'affluenza delle nuove idee, col confronto del fatto dell'addizione e della massima che non bisogna fare alcun torto al proprio prossimo.

In questo confronto sta la difficoltà, perché è qui che si trova la complessità (p. 139).

Ora, non possiamo impedire questo confronto, poiché non possiamo sopprimere i due termini che si congiungono automaticamente. Non possiamo dissociare e dissolvere l'idea ossessiva, che sarebbe un eccellente mezzo di semplificarla; restiamo di fronte al blocco.

E allora come renderla meno pesante?

Appoggiandola su un principio fornito dal direttore e che il diretto deve applicare ad ogni costo.

Infatti, qualunque sia lo scrupolo, si riduce sempre alla paura di compromettere un dovere, una virtù, una perfezione morale; cioè, in ultima analisi, alla preoccupazione di evitare il male, sia il male che è un peccato, sia il male impropriamente detto, che è un minor bene, un'imperfezione (1). Ora, esiste, per lo scrupoloso, un principio di condotta che basta a questo compito, la cui formula è questa: «Per me, in fatto di obbligo di coscienza - obbligo sotto pena di peccato mortale, o di peccato veniale, o di imper-

(1) Facciamo appello, in questo capitolo, ad alcune nozioni teologiche, per le stesse ragioni che abbiamo già invocato più sopra (p. 210).

218

fezione - non vi sono che le evidenze che continuo». O, in altri termini, identici per il senso: «Per me - si tratti di peccato mortale, di peccato veniale o d'imperfezione - non posso tener conto che del male di cui ho l'evidenza perfetta» (2).

Si sa che occorre pesare le proprie parole con gli scrupolosi. Quelle sono pesate e, a condizione che siano comprese, rispondono a tutto: «Per me», non è forse vero per gli altri; ma si tratta di me. Posso, devo e voglio obbedire; questa è la prescrizione, non ho che da seguirla. «In fatto di obbligo di coscienza», per conseguenza, in tutti i casi possibili ed immaginabili in cui la mia preoccupazione di moralità è in causa (3). Qualunque sia la gravità di cui si tratti: «del peccato mortale, o del peccato veniale, o dell'imperfezione». Se dunque l'evidenza non si riferisce che all'imperfezione, non vi è peccato; se essa non si riferisce che al peccato senza dire che è mortale, non è mortale, ma veniale. Poiché «non vi sono che le evidenze che continuo», vuol dire una certezza che esclude, di fatto, tutti i dubbi possibili, tutte le minime apparenze di errore; una certezza calma, pie-

(2) Per le ossessioni diverse dallo scrupolo, sarà spesso possibile formulare il principio sotto questa forma: - Non tenete conto che di ciò che sentite che vi consiglierai evidentemente. A maggior ragione, eliminate, non traducete in atti le idee che disapproverai, se vi fossi». Anziché il pensiero del direttore, si può fare intervenire quello di un'altra persona, che sarebbe meglio obbedita.

(3) Quando lo scrupolo si riferisce ad un solo punto, è a questo punto solamente che si applica la formula. Se, per esempio, uno scrupoloso si preoccupa unicamente della purezza, e si trova perfettamente o anzi piuttosto «largo» sugli altri punti, allora il principio di condotta dovrà formularsi con questa restrizione: «Per me, in tutto ciò che riguarda la purezza», ecc. Insomma, il principio deve estendersi quanto la massima fondamentale che produce l'idea ossessiva. cioè deve avere la stessa ampiezza del bisogno.

219

na, sfolgorante, come «due e due fanno quattro»; chiara al punto che mi sento disposto senza il minimo scrupolo a farne giuramento; al punto che nessuno, più di me, si senta capace di dubitarne. E poiché ciò solo «conta», non devo aver cura del resto. I forse, le paure non sono delle evidenze; le elimino, passo oltre, agisco come se non ci fossero.

La formula non si esprime al passato. Essa non dice: «Nell'atto compiuto ieri, o poco fa, o vent'anni fa, voi non avete peccato se non ne avete adesso l'evidenza».

Sotto questa forma, potrebbe a rigore essere inesatta; ma è infallibile al presente, e ciò basta: è al presente che occorre vivere. «Se in quel punto del passato in cui non vedo chiaro, se in quell'altro che ho forse dimenticato, di fatto, ho peccato, Dio lo sa, anche se io ne dubito o l'ignoro». «Egli fa il suo mestiere, che è di sapere; fate il vostro, che è, su questo punto, di ignorare e stare tranquilli. Se avete peccato, è fatto, non ci potete fare più nulla. Santificate il presente». «Ma se non sono in stato di grazia? ...». «Il miglior mezzo di porvici è di fare ciò che Dio vi chiede».

Lasciate il passato, che non è più: lasciate l'avvenire, che non è ancora. È il presente solo che potete render morale. Qualsiasi sia stata la vostra condotta sino ad ora, si tratta di sapere ciò che ora avete da fare per restar fedeli al vostro sogno di bellezza morale. La formula ve lo dice. Il passato vi impone a questo proposito un compito, un pentimento, una confessione, una riparazione? L'avvenire da prepararsi vi impone precauzioni da prendere, ostacoli da evitare? La formula ve lo dice, o piuttosto ve lo direbbe.

Praticamente, camminate, non pensando più alla vostra coscienza come se non ne aveste. Poiché, delle due cose l'una: o avete l'evidenza che violate un

220

obbligo, che fate male; o non l'avete. Se l'avete, lo vedrete bene; è proprio dell'evidenza che non si può non vederla, e ne terrete conto; se non l'avete, qualsiasi cosa facciate, va benissimo; non solamente non è male, non solamente non contraete la minima imperfezione - la formula ve lo dice; - ma è un gran bene, perché voi adempite generosamente, a differenza delle vostre impressioni, il vostro dovere, che è di guarirvi e, perciò, di vivere la vostra vera vita e di mettere al sicuro il vostro sogno di virtù (p. 210).

Camminate dunque, in piena sicurezza, come lo fareste sulla strada principale o nei viali d'un parco, se sapeste che solo le vipere viste e riconosciute con tutta evidenza possono mordervi, ed a condizione, anche allora, che decidiate liberamente di offrirvi alloro morso. Poiché questo è il vostro caso, il principio ve lo dice (4).

Questo principio, una volta compreso, è facile a ricordarsi. Due parole lo riassumono: camminate, salvo evidenza.

E questo basta. È assoluto, senza eccezione alcuna; deve restar unico, senza addizione. È beninteso che tutto ciò che si potrà dire non sarà che per spiegarlo e non per contraddirlo. Resterà al sommo della pratica, inviolato, superiore a tutti gli altri, limitato da nessuno, avendo ovunque e sempre l'ultima parola. Il malato non si riconoscerebbe più se dovesse far posto alle eccezioni possibili, o adottare un principio differente per ogni categoria di fatti. Quello basta a tutto: è unico. Niente eccezioni da prevedersi: è assoluto.

(4) È ben chiaro, in effetti, che, per gli scrupolosi come per gli altri, non vi è peccato quando non v'è né avvertenza né consenso. Conferendogli un privilegio particolare, non lo si priva delle facoltà largite del diritto comune.

221

Ma non abbiamo fatto sin qui che dire la formula ed esporne il senso. Occorre mostrare la sua legittimità innanzitutto, e quindi la sua efficacia e le sue applicazioni.

La sua legittimità balza agli occhi. Lo scrupoloso che sospetta il male dovunque, anche là dove non vi è il minimo fondamento, non mancherà di vederlo in piena evidenza là dove si trova. Ciò che non gli rende possibile alcuna certezza è l'invasione dei forse avvertiti come futili, ma che non giunge «a scacciare o archiviare»; è la moltitudine degli elementi sollevati dalla burrasca, e che non ha più la forza di raccogliere e stringere con un solo sforzo; la spinta contraddittoria delle sue tendenze, che la vita, troppo dispersa, non ha più abbastanza tensione per unificare. Ma, di fronte al male vero, il buon senso non protesta più: lo spirito non è più stiracchiato in sensi diversi, dai sì e dai no che crepitano da ogni parte come fulmicotone che brucia; è fissato in un campo circoscritto. L'idea è meno complessa; essa non sorpassa più il livello della tensione vitale. Il confronto con la tendenza preferita si compie senza disturbi, nella calma e nella luce, ed il disaccordo si palesa, la coscienza lo registra, la tendenza sempre desta è avvertita, ed insorge senza esitare. L'odio del male non è che l'inverso dell'amore per il bene. L'uno non è più difficile dell'altro; e lo scrupoloso non è più esposto a scambiare il peccato per un atto lecito, che l'avarò a scambiare il ladro per un amico.

A rigore, tuttavia, l'avarò, una volta o l'altra, può ingannarsi, e lo scrupoloso pure. È tanto peggio per l'avarò; vi ha perduto il suo denaro. Ma lo scrupoloso

222

non vi ha perduto nulla. *Lex non curat de accidentibus*, dice un vecchio adagio: la legge non ha cura delle conseguenze accidentali. Dando allo scrupoloso una legge di condotta, il direttore non ha da occuparsi di questi casi possibili; e, per conseguenza, lo scrupoloso, il cui mestiere sta tutto nell'obbedire, ancor meno. Se dunque, una volta su mille o su centomila, vi è un male reale là dove lo scrupoloso non ne ha l'evidenza, usa del suo diritto passando oltre, ed il male, puramente materiale, non intacca la sua coscienza. Pur essendo in questo caso, oggettivamente obbligato, tale obbligatorietà non gli è stata promulgata in quell'unico modo che per lui è il solo adatto: per questo egli non era in dovere di tenerne conto (5). Come per la comune degli uomini, il dovere sarebbe un compito impossibile se fosse obbligatorio al di fuori della certezza morale (6); così sarebbe per gli scrupolosi se fosse obbligatorio anche al di fuori dell'evidenza.

Prius est esse, occorre vivere innanzitutto, e, come diceva il P. Faber, la morale non è stata data all'uomo per renderlo pazzo.

Il principio è, dunque, di diritto naturale per lo scrupoloso. Ma si può dire che sia consacrato anche dal diritto positivo. I moralisti ed i confessori unanimemente, sotto forme diverse, lo applicano, sotto

(5) *Nemo ligatur praecepto, nisi mediante scientia praecepti.* San Tommaso d'Aquino, *Quaestiones disputatae*, q. XVII de Veritate.

(6) È la base del Probabilismo. Per la sua esposizione, la sua giustificazione e le sue restrizioni, vedere gli autori speciali. La certezza morale o pratica, in opposizione alla certezza assoluta o speculativa, è quella che non ha contro di sé che dubbi «imprudenti». quella di cui l'opinione contraria non è praticamente sostenibile. Insomma, si tratta di una grande probabilità, al punto che il contrario sia del tutto improbabile. Nella certezza assoluta, il contrario è impossibile.

223

lo sguardo della Chiesa, che ha la missione di vigilare per l'integrità della morale e della dottrina. Essa non avrebbe potuto tollerare questa pratica universale, se l'avesse giudicata condannabile. Il suo silenzio equivale ad una approvazione; e la stessa autorità che proclama, allo scrupoloso credente, i suoi principali doveri, si fa garante del principio che ne attenua per lui il rigore.

Ma se questo principio è per lui un diritto, diviene per ciò stesso un dovere, quando il suo direttore gliel'impone, poiché è il mezzo d'obbedire e l'obbedienza, come abbiamo visto, è l'unico mezzo per una guarigione sicura.

Ora, applicato risolutamente, questo principio è d'una evidente efficacia.

Al bisogno d'essere sicuro, sostituisce quello di non essere sicuro, e sappiamo (parte III, cap. I, II) che, nella gerarchia delle difficoltà, mentre l'uno occupa il sommo, l'altro si pone ad un grado modesto, con tutte le probabilità di trovarsi al disotto del livello della tensione, e quindi, realizzabile senza sforzo. L'ossessionato si imponeva l'impossibile compito di sollevare ad ogni istante, esaminare e concentrare tutta la moltitudine dei fenomeni che scaturivano da tutte le parti nella sua coscienza, di risolvere tutti i problemi, di chiarire tutti i forse; gli basta ora vedere un dubbio sollevarsi sull'obbligo o anche non vederlo. È chiaro che il compito gli è altrimenti facile, perché è incomparabilmente meno complesso. È molto meno complesso vedere un dubbio sollevarsi, che vedere tutti i dubbi contrari chiarirsi; dire: «Non posso giurare che ciò è male», che dire: «Posso giu-

224

rare che ciò è bene». Molto meno complicato percorrere la propria strada sinché non è sbarrata da un'evidenza necessariamente assai rara, che non poter fare un passo senza che un'evidenza più rara ancora vi si presenti. Il compito è semplificato veramente, quando non vi è più da ragionare e coordinare la sarabanda delle idee folli, ma solamente da eliminarle.

D'altronde, le idee folli svaniscono a poco a poco: non tutte, ma le più numerose e le più dolorose, o piuttosto non trovano più l'occasione di sorgere. Esse erano soprattutto lo «sviluppo delle idee ossessive» (parte I, cap. II), il prodotto dello sforzo sterile verso una certezza impossibile. L'applicazione del principio, sopprimendo lo sforzo, le soffoca in germe. Contemporaneamente, cadono le derivazioni cui dava anche origine (parte I, cap. III). Ed ecco, per questi due motivi, insieme ad una economia di dolori, un'immensa economia di forze che erano impiegate in pura perdita, e che vanno ora ad aumentare il capitale di vita; di modo che il principio, diminuendo la difficoltà, contribuisce già per riflesso a rialzare anche la tensione.

Inoltre, siccome tutti questi progressi si realizzano lasciando intatta la tendenza preferita, l'ossessione attuale, attenuandosi a poco a poco, finendo per scomparire, non sarà sostituita. Occorrerebbe, per farne sbocciare un'altra, una massima nuova, una nuova tendenza dominante, un nuovo orientamento della vita, che non può prodursi perché il primo permane. Il sillogismo fatale (parte I, cap. I), privato della maggiore, non potrà più comporsi. Il male è dunque, almeno, arrestato, anche se la guarigione non potesse essere spinta più oltre. Per l'abbassamento della difficoltà principale, si giunge alla realizzazione sufficiente della tendenza preferita, e la vita ridiventa quasi tollerabile. E, d'altronde, la fedeltà a regolarsi secondo

225

il principio, crea, a poco a poco, un più preciso adattamento del malato alle sue condizioni di esistenza e delle abitudini cui giunge ad adattarsi.

La coscienza trepida sempre, e, se non ci si sta attenti, impazzirà presto; ma le si tengono le redini. Essa è diffidente e rimane esposta a vedere del male ovunque; ma si hanno lenti particolari che riducono questo ingrandimento. E la vita dello scrupoloso docile, che adopera regolarmente il suo principio direttivo, non si distingue affatto da quella dei normali, se non per quel tanto che distinguere il miope o il presbite che portano buoni occhiali sugli occhi ammalati.

Naturalmente il principio non è efficace che a condizione che lo si *applichi*. Occorre assicurarsi che sia stato compreso ed accettato dal malato. Le donne non lo osservano. o non se ne preoccupano per la maggior parte del tempo e, quando vi si insiste, esse se ne dolgono, aggrappandosi ad una parola che risolva la loro difficoltà presente, vale a dire, ad uno «state tranquillo», Esse si affezionano a queste soluzioni per il fatto che sono assai chiare ... per un momento. E su questo punto, vi è «buon numero di uomini che sono donne», Gli uni e le altre s'ingannano. Liberati

dalla angoscia attuale, ne vedranno altre sopravvenire a centinaia, e, prima di essere rientrati a casa, sentiranno il bisogno di ritornare dal loro direttore per ridomandargli una nuova applicazione di questo «balsamo tranquillo» che calma solo per un momento e non guarisce nulla.

Il direttore, come tutti gli educatori, mira a rendersi un po' alla volta inutile, ad insegnare ai propri melati a camminare soli, a vivere la loro vita, ad organizza-

226

re il loro io. Occorre dunque che li decida a risolvere i loro casi da se stessi, ad usare il principio salvatore per porre, a questa luce fissa e sicura, il confine pratico fra il bene ed il male. È in questo modo che potranno dominare le loro impressioni, realizzare i progressi di cui parliamo, riadattarsi alla vita, anziché restare fanciulli incapaci di camminare da soli.

Ma essi non cammineranno soli improvvisamente. Hanno bisogno, in principio, di essere incoraggiati e sostenuti, affinché tentino i primi passi. Il principio che si è dato nelle loro mani dovrà bastare a parare tutti i colpi, come il fioretto nelle mani dello schermidore; ma occorre che il maestro d'armi gli insegni l'arte di servirsene. Indicheremo rapidamente alcune applicazioni pratiche, e la risposta ad alcune obiezioni comuni: il direttore troverà facilmente le altre, proporzionate mente ai bisogni, e saprà valersene a forza di pazienza e di fermezza.

Una delle ossessioni più dolorose consiste nelle raffiche di immaginazioni oscene nelle anime più pure. Abbiamo detto (164 sgg.) come si possano distinguere dalle tentazioni vere, perché sarebbe assai dannoso confonderle. Il principio è sovrano contro di esse e può esprimersi, in questo caso, con la formula seguente che è più facile ad essere afferrata. Due punti: durante la crisi e dopo la crisi. Durante la crisi, non consentite, ecco tutto (niente smorfie, stiramenti di nervi, niente gesti, niente grida, niente esclamazioni di orrore, niente imprecazioni contro il diavolo, neppure preghiera, nulla! Perché tutto ciò che voi faceste, fisserebbe l'attenzione, affonderebbe l'immagine nei nervi, creerebbe associazioni e l'abitudine di vedere osceno). Dopo la crisi, non esaminatevi (per le stesse ragioni), e sintanto che non vedrete con evidenza, e al primo colpo, senza esame, vostro mal-

227

grado, che avete fatto un peccato mortale (materia grave, piena avvertenza, pieno consenso) (7) - il che probabilmente non avverrà mai - non tenetene alcun conto, proseguite la vostra strada.

E la tortura delle Comunioni con la paura di non essere in stato di grazia! L'applicazione del principio, qui, è chiara. - Ma se non sono in stato di grazia? - La comunione vi ci porrà. Essa sarà buona, perché sarà fatta da voi come Dio comanda; dovrà dunque produrre il suo effetto che è di aumentare la grazia; se non ne trova in voi, essa ne metterà, il che sarà sempre una maniera di aumentarla.

La *confessione* è più torturante ancora per lo scrupoloso che non sa obbedire. Coll'obbedienza, essa è quanto vi è di meno complicato. - Ma non avrei forse il coraggio di dir tutto. - Non è necessario dire tutto e poco importa che ne abbiate il coraggio. Ne avete sicuramente più di quanto abbisogni per dire tutto ciò che c'è d'l dire: i peccati evidentemente commessi, evidentemente mortali, (materia grave, piena avvertenza, pieno consenso) evidentemente mai accusati in una confessione valida. Occorrono queste tre evidenze per fare l'evidenza dell'obbligo. Ne avete di tali peccati che partano questo triplice segno? Se non ne avete al momento della vostra confessione, non avete nulla da dire; tutto ciò che direte sarà di soprappiù. Se voi ne dite troppo, il vostro direttore vi fisserà un numero di accuse, due o tre, che non bisognerà affatto sorpassare; se la scelta vi disturba

(7) L'Ange conducteur, p. 139, esprime queste due condizioni classiche nei termini seguenti, che sono assai chiari: «Occorre che i due atti dell'intelligenza e della volontà, mediante i quali queste facoltà vedono ed accettano un male grave, siano completi e perfetti; cioè che, per l'intelligenza, la vista del male sia piena e chiara (al momento stesso del consenso); e per la volontà, che essa consenta pienamente e perfettamente».

228

vi interrogherà lui stesso, o sopprimerà ogni accusa, autorizzandovi sole mente a dire che avete peccato, cioè il vostro *confiteor*. Ma, si tratti di peccati mortali o veniali, nessuna esagerazione né nel numero né nella qualità; sforzatevi di diminuire piuttosto che esagerare (vi è molto meno pericolo per voi e molto più merito); prendete sempre partito contro lo scrupolo, eliminate tutto ciò che è dubbio. Il principio ve lo dire. - Ma se m'inganno per mancanza di esame? - Il principio vi risponde: i se ed i *forse* non contano; e il vostro direttore vi ha detto o vi dirà che i vostri esami devono essere assai brevi. Potrà fissarvi, anche qui, un limite da non sorpassare, o anche interdirti ogni esame. Il vostro tempo sarà meglio impiegato nella preghiera, a fare atti di contrizione e soprattutto di confidenza e di coraggio. - Ma non so se ho la contrizione. - Non avete bisogno di saperlo, il principio ve lo dice. - Ma chissà se il sacerdote ha ben pronunciato la formula dell'assoluzione? - Ancora una cosa che non vi riguarda. Lasciate il confessore fare il suo mestiere, e fate il vostro, che è di stare tranquillo. - Ma, precisamente, dopo le mie confessioni come dopo le mie comunioni, non sento la pace. - E chi vi dice che dovete sentirla?

Occorre insistere su questo punto, perché l'errore del malato a questo proposito è comune ed ha una funzione considerevole nella sua esitazione ad obbedire (8).

Egli vorrebbe sentire la sicurezza che gli dà l'obbedienza, sentire la pace discendere con i sacramenti, la vita soprannaturale scorrere nella sua anima in

(8) Nell'ossessionato in genere, e non solo nello scrupoloso. La materia dell'angoscia differisce; ma l'uno e l'altro vorrebbero sentire la sicurezza dell'obbedienza.

229

gran copia. Egli chiede troppo, pone lo scopo al disopra delle proprie forze, e anche, per ciò che concerne la vita soprannaturale, al disopra delle forze umane. La coscienza della vita soprannaturale ci sfugge come la coscienza della vita razionale sfugge al neonato, o quella della vita sensitiva al bambino che sta per nascere. La coscienza è una cima, occorre che la vita salga prima di giungervi; essa è uno sbocciare, il termine di una evoluzione, occorre innanzi tutto percorrerne le tappe; essa è una fioritura, occorre attendere il sole che deve scaldarne la linfa. Per far fiorire la coscienza della vita soprannaturale, occorre il sole dell'eternità. Come il bambino non ha sentito i propri polmoni e i propri occhi funzionare che fuori del seno materno, prendendo contatto con l'aria e la luce, noi non sentiremo il ritmo della nostra vita divina che oltre la tomba, prendendo contatto con Dio.

In questo mondo, non possiamo sentire che il riflesso della grazia nella nostra vita psicologica. Noi non abbiamo coscienza che della nostra attività umana, ed ancora per frazioni, fra le cime che non sono ancora fiorite e la base in cui la linfa si è concretata in abitudini e riflessi.

Ora, negli scrupolosi, questa vita cosciente è turbata; e la pace è «la tranquillità dell'ordine» (9). Mettere l'ordine nella propria vita - non solamente nella propria vita morale ma psicologica, - poggiare quest'ordine su una base solida, e prender coscienza di una vita così organizzata: tale è il mezzo di sentire la pace, e non ve ne sono altri. Si vede che esso consiste innanzitutto nel non essere scrupolosi, e lo scrupoloso che volesse «sentire la pace» prima di trionfare sui propri scrupoli, somiglia allo zoppo che pretendesse di camminare diritto prima di farsi raddriz-

(9) È la bella definizione di Sant'Agostino

230

zare la gamba, al malato che, prima di impiegare i rimedi, vorrebbe esser guarito.

L'applicazione del nostro principio pone l'ordine voluto nella coscienza morale; ma la coscienza psicologica continua a vacillare sinché perdura la malattia, sinché la tensione e la difficoltà non sono pari, ed in modo definitivo. Occorre dunque fare a meno della pace, o piuttosto occorre lottare per conquistarla. Essa è al limite della lotta, con la vittoria. Si vis pacem, para bellum. Anzi non è sufficiente «preparare la guerra», occorre farla ed occorre vincerla. La capitolazione non vi darebbe che una pace ingannevole, una pace parziale, una specie di gioia, perché certe tendenze, quelle dello scrupolo, riceverebbero allora soddisfazione (10); ma essendo soddisfatte esse si fortificano, e, all'istante successivo, esse affondano ancor più il loro aculeo e fanno la guerra più viva contro la tendenza fondamentale del vero io

ad unificarsi. Questa gioia si paga dunque col dolore; e questa pace con la guerra. Occorre seguire l'ordine inverso.

«Se non si obbedisce alle ingiunzioni dei propri scrupoli, e li si sfida, ci dice A, si provano, dopo, angosce orribili». «Quando ho osato, ci dice F, il rimorso mi conferma nei miei timori». Deve essere così all'inizio: l'obbedienza al principio non distrugge l'idea folle né la chiarisce; essa l'elimina, le impedisce di giungere sino all'atto; ma ogni idea non eliminata o non riassorbita dall'io, resta e lotta in proporzione alla propria forza. Ecco dunque l'io stiracchiato in

(10) La gioia è la coscienza dell'armonizzazione vitale. Vi è gioia per tanto e così a lungo quanto vi sia una armonizzazione vitale sentita. Ve n'è quando il bevitore degusta il suo alcool, ma breve e ridotta all'attività della sua gola, e che porta la disarmonia altrove. La gioia dello scrupoloso che cede al suo scrupolo è dello stesso genere.

231

sensi diversi ed incapace di sentire la pace, poiché non c'è.

All'inizio del trattamento, essa deve esservi meno che mai: «egli taglia nel vivo, eliminando inesorabilmente le vecchie abitudini e i mezzi insensati di sicurezza di cui ci si era fatta una seconda natura» (11). L'idea che combatte senza poter ancora distruggere, rappresenta la forza delle lunghe abitudini, la coalizione delle impressioni più vive, che, impedito di giungere allo scopo, ingombrano lo spirito e l'organismo, e vi pongono necessariamente il disordine. La coscienza di questo disordine non può essere la pace, ma l'agitazione e il dolore. Occorre passare attraverso a ciò. È anzi un buon segno da accogliersi bene. Ciò dimostra che la cura agisce, che essa smuove le abitudini. Vi è un momento terribile in cui essa scompiglia, in cui schiaccia tutto, in cui sembra di non poter fare un passo senza camminare sulla propria coscienza. Camminate! È il momento decisivo.

Camminate! Non è la coscienza che grida, è lo scrupolo ridotto agli estremi. Se lo risparmiate, se cercate la luce, se volete sentire la pace, siete perduti. Camminate! Siete nella galleria: la luce è al termine. Siete nella battaglia: la pace verrà con la vittoria.

Quando giungerà, non fidatevi troppo presto, e fortificatela con la fedeltà agli stessi mezzi. Non andate a frugare nei vecchi nidi di scrupoli per vedere se ne restano; non andate a stuzzicare le vespe per costatare se pungono ancora. Esse pungono sempre quando si stuzzicano, sino a quando non sono morte. E voi riconoscerete che sono morte quando ... le dimenticherete. «lo lascio dormire, ci scrive Ee, gli angoli oscuri, in cui sento pure che le stesse cose agitate esistono sempre». Sì. Quando si sente, dice A, che

(11) L'Ange conducteur, 86 sg.

«ciò giungerà, come la trepidazione di idee incoscienti, occorre assolutamente distogliere la propria attenzione». Si ancora. Lasciate le trepidazioni e le cose agitate rientrare a poco a poco nell'ordine, e rendete l'ordine «tranquillo» stabilendolo su forti abitudini, prima di rinunciare al principio, come si attende che la volta sia finita ed il cemento abbia fatto presa, prima di ritirare l'impalcatura. Sta al direttore, del resto, e non a voi, modificare la direzione; ed egli si guarderà bene dal farlo troppo presto.

Ma prima di giungere alla vittoria o almeno all'applicazione sincera del principio, il malato non mancherà di accumulare le obiezioni. Non vi è che da ripetere il principio per rispondere a tutto, ed è un modo pratico di farne comprendere la portata.

«Non sono scrupoloso, non sono stato sincero, ho dimenticato molte cose, mi stimate troppo (12), mi sono spiegato male, non mi avete capito». Giunge il momento in cui il direttore può rispondere: «Non è in seguito a ciò che m'avete detto, ma in seguito a ciò che so, motu *proprio*, che vi do questa consegna. D'altronde, non vi sono per voi che le evidenze che continuo. Aspettate d'avere l'evidenza che tutte queste belle ragioni vi interdiscono l'impiego del principio».

«Ma si tratta qui della base, del punto di partenza: appoggio dunque l'uso di questo principio sull'uso di questo principio? È un circolo vizioso!». «Tanto

(12) In ciò come in tutto il resto, il povero scrupoloso è preso in una morsa, vuole e non vuole essere stimato. Uno di essi ci scrive: - Ve ne supplico, non dite più che siete sicuro di me. Ciò mi fa molto male. Sono indignato della vostra fiducia, mi pare che io vi inganni ... Desiderando ispirarvi stima, ho forse oltrepassato la misura ... Non so che cosa sia più doloroso, se essere giudicato troppo male, o conquistare una stima che non si merita».

peggio per il circolo vizioso, o tanto peggio per la logica! Non vi sono per voi che le evidenze che continuo. E non avete bisogno di esserne convinto; è affar mio; il vostro è di obbedire a dispetto di tutto, di tutto».

«Ma se capisco male, se interpreto troppo largamente il principio?». «Non vi sono che le evidenze che continuo. Sinché non è evidente che capite male, procedete! Ed è impossibile che interpretiate troppo largamente il principio, precisamente perché nulla lo limita, ed ogni interpretazione che non vi è evidentemente vietata, è buona».

«Ma ho letto un libro, ho ascoltato una predica in cui si sosteneva una dottrina contraria. Almeno mi è parso», «Non è un'evidenza, e anche se lo fosse, non

sarebbe evidente che questo fosse per voi, poiché, per voi, ho detto tutto il contrario».

«Ma chissà se non avete ritrattata la mia consegna nel momento in cui la applico?». «Se non lo sapete, non avete l'evidenza che essa vi è interdetta, e non vi sono che le evidenze che contano».

«Ma non ho forse fiducia in voi». «Tanto peggio per me; ma non è evidente che ciò vi obblighi a disobbedirmi».

«Ma se vi obbedisco, è in fondo perché ciò mi aggrada, e perché il vostro principio è più comodo dei miei». «Se ne conoscessi uno più comodo ancora, ve lo darei».

«Ma io non so mai se ho l'evidenza». «Allora non ne avete affatto. Quando si ha l'evidenza si sa perfettamente che la si ha».

«Ma se non ne ho affatto, non vi sono dunque più obblighi per me?». «Non ve ne sono più: il principio ve lo dice. Fatene a meno, sino a che ritornino».

E così di seguito, sino a che si giudica opportuno terminare la discussione, con questa conclusione:

234

«*A dispetto di tutto*». Ora tutto non tralascia nulla. Qualsiasi siano le obiezioni dimenticate, questo tutto le racchiude e le sopprime.

Vi è una circostanza, una sola, in cui il principio pare insufficiente, non che ceda o che occorra modificarlo: ma al contrario perché non è più abbastanza ampio; è quando il malato vi assicura che vede dovunque delle evidenze, non solo, beninteso, l'evidenza del fatto materiale, ma l'evidenza d'un obbligo che sorge. Egli lo dice, ma non è affatto così. Se lo fosse, non saremmo più di fronte all'ossessione, alla follia lucida, ma alla follia pura. Occorre ingegnarsi per mettere in luce il dubbio profondo che squalifica queste pretese evidenze; ma, in qualche caso estremo, vi si fallisce. Pur avendo la convinzione che il malato non è un pazzo caratterizzato, che dubita realmente delle proprie idee folli, siamo incapaci di fargli riscontrare la minima distinzione fra le proprie evidenze e i propri forse. Occorre allora abbandonarlo?

No, se vuole veramente guarire, e dunque se vuole obbedire.

È il caso, per il direttore, di ricorrere a ciò che certi teologi definiscono «suo potere discrezionale». Ciò non vuole affatto dire che egli possa sprezzare la morale e sconvolgerne le leggi, bensì le formule classiche. Non è lo scopo che è alla sua discrezione, ma il mezzo. E ai grandi mali si possono applicare i grandi rimedi.

Nella specie, crediamo che il direttore, conoscendo il proprio malato e moralmente sicuro della sua buona volontà, possa dirgli coraggiosamente: «Procedete, anche contro le vostre evidenze». Poiché non vi sono

più altri rimedi, quello è buono. Il pericolo, del resto, non è grande; o piuttosto è praticamente nullo. Sappiamo che questi malati hanno delle idee o anche degli impulsi mostruosi; ma essi non hanno in verità che delle buone intenzioni. E poi, sono veramente capaci, in una crisi, della deliberazione e della libertà che il peccato suppone? B, cui avevamo dato questa consegna, ci scriveva: Volete dire senza dubbio «che, non avendo libertà completa, sarei incapace, in questo momento, di commettere un peccato mortale. Ebbene, cosa incredibile, questa spiegazione, umiliante per il mio amor proprio, è la sola cosa che mi tranquillizza. Se non ho più discernimento, ma solo la semilibertà dei pazzi, Dio ne terrà conto e non mi giudicherà».

Questa misura tuttavia non può esser che transitoria. Essa è destinata a dare, comunque sia, un mezzo di vivere, lasciando passare la bufera. Ritornata in seguito la calma relativa, ci si sforzerà di indurre il malato ad utilizzare il principio delle evidenze, perché esso solo ha un potere educativo, ottiene la collaborazione del soggetto e, se non rompe affatto il blocco dell'idea ossessiva, lo riduce almeno alla sua più semplice espressione, al suo nocciolo per così dire, e lo fa scivolare di numerosi gradi nella «gerarchia» della difficoltà. È esso, in una parola, che costituisce il rimedio di elezione, o piuttosto il solo efficace. «Perché dunque, esclama H, non danno tutti questa regola così semplice ed efficace? la sola che mi abbia guarito, la sola che possa guarire; *"Sintanto che non siate sicuro come due e due fanno quattro"*... Durante più di tre anni, i miei confessori hanno sempre esclamato; "Ma non bisogna aver paura! Ma occorre aver fiducia!" È quello un trattamento?». La malattia è abbastanza complicata perché i confessori come i medici siano perdonabili di non conoscerla affatto a fondo senza averla studiata; ma lo studio che ne

faranno li consolerà ampiamente. della sua aridità con i risultati.

II - SEMPLIFICAZIONE DELLE ALTRE DIFFICOLTÀ

L'idea ossessiva costituisce la più grave difficoltà, quella che necessariamente sorpassa la tensione di cui si dispone, ed è dunque da essa che occorre iniziare. Ma possono esservene altre da ridurre. Occorre occuparsene in proporzione al bisogno; innanzitutto di quelle che, per una ragione o per l'altra, si trovano a sorpassare la tensione, perché esse perpetuano l'angoscia; quindi pure di quelle che sono al di sotto, se esse costituiscono un inutile spreco di forze. Ma occorre tener conto anche del soggetto e della quantità di sforzo che può fornire; occorre graduare questo trattamento complementare e non richiedere troppo in una volta, per non nuocere al trattamento principale. È questione di discrezione, e tocca al direttore giudicare ciò che le circostanze richiedono.

Noi passeremo qui in rassegna alcune delle difficoltà che appaiono a proposito delle idee, dei sentimenti e degli atti. Abbiamo particolarmente sott'occhio gli scrupolosi; ma si osserverà senza difficoltà che un buon numero di queste osservazioni si applicano ugualmente a tutti gli ossessionati.

Certe *idee* sono fonte di difficoltà insormontabili, precisamente perché sono errori. A ciò, non v'è che un rimedio: la verità e il direttore la dica. È il caso di impiegare la persuasione nella misura in cui è possibile (p. 191). Queste idee false non si riferiscono talvolta che indirettamente all'ossessione, e la loro confutazione sarà allora facile. Negli altri casi, il malato si lascerà più o meno convincere dall'autorità del

237

direttore, e, sintanto che i dubbi sussistono, dovrà sforzarsi di sopprimerli almeno in atto, agendo come se la convinzione fosse completa, protetta sempre dal principio delle evidenze.

Diamo alcuni esempi di queste verità tranquillanti opposte agli errori degli ossessionati, senza insistere sulla loro spiegazione, perché sono di ordine generale e non appartengono in modo specifico a questo studio.

Non si è tenuti ad evitare assolutamente ogni occasione di peccato, a maggior ragione ogni possibile occasione di cattivi pensieri, i quali non sono essi stessi che occasioni di peccato. Occorrerebbe per ciò evitare di vivere. Ogni circostanza, ogni atto, ogni sensazione, ogni parola, ogni pensiero può fornire occasioni del genere, e gli scrupolosi, se ve ne fosse bisogno, si incaricherebbero di fornircene la dimostrazione. Le coscienze rette, anche delicate, troveranno d'istinto la giusta misura. I moralisti la ricollegano agevolmente ai principi, segnata mente a quello che essi definiscono «il principio del volontario indiretto» (13); quando una causa, buona o indifferente per se stessa dal punto di vista morale, ha due effetti *diretti* (14), l'uno buono e l'altro cattivo, si può lecitamente porre la causa in vista solamente di ottenere il risultato buono, e permettere indirettamente il cattivo, se vi è, per agire così, una ragione proporzionatamente grave. Per esempio, Z, anziché proibirsi tante cose (52 sgg.), può (o anche deve) andare liberamente nella propria casa di campagna, a dispetto dei cattivi pensieri che forse le verranno, e che d'altronde le verrebbero non meno restando a casa propria.

(13) Vedasi, ad esempio, Lehmkuhl, op. cit., I, n. 12-13.

(14) Tali che conseguono l'uno e l'altro direttamente dalla stessa causa; poiché se il buono dovesse conseguire dal cattivo, sarebbe vietato da un altro principio che dice che non bisogna fare il male per ottenere il bene.

238

I precetti positivi, quelli che impongono un atto da compiere, non obbligano in modo assoluto (15), ma solamente quando sono moralmente possibili, cioè quando non vi è scusa proporzionatamente grave - *proporzionatamente* - dunque tenendo conto della gravità della scusa e di quella del precetto. Così, l'assistere alla messa non è più obbligatorio quando esso comporterebbe un notevole danno alla salute.

Il precetto che obbliga coloro che hanno commesso peccato mortale a non comunicarsi affatto senza previa confessione, per grave che sia, è, in questo senso (16), positivo; ed allora, in certi casi estremi, il direttore non potrà prescrivere la comunione, fra le due confessioni regolamentari, in ogni ipotesi, anche se il malato crede di aver l'evidenza di una grave colpa commessa? E non vi sarebbe un enorme inconveniente ad applicare, anche allora, questo precetto positivo? Sta al direttore decidere; ma, ordinariamente, farà meglio a non fornire le proprie ragioni (p. 191).

Il *più perfetto* in teoria non è sempre il più perfetto nella pratica. «Il meglio è talvolta il nemico del bene». Gli scrupolosi lo dimostrano per il modo con cui cercano «il partito più sicuro» (pag. 49). Ora, la perfezione nel vivere è una perfezione di pratica; e la pratica deve tener conto di tutte le circostanze reali, ed in particolare dello scrupolo, circostanza che complica singolarmente l'azione. E poiché il primo dovere dello scrupoloso è di guarirsi, e non vi è per-

(15) I precetti negativi, quelli che proibiscono il male, sono assoluti. Non può mai esser lecito fare male.

(16) In quanto impone questo atto della confessione. È negativo, in quanto proibisce di comunicarsi in stato di peccato mortale. Ma il peccato, anche mortale, può esser cancellato dalla perfetta contrizione, che è assai facile allo scrupoloso. Vedasi *L'Ange conducteur*, 49 sgg., 69 sgg., 144 sgg.

239

fezione contro il dovere, solo assicurando, sopra tutto, la lotta efficace contro lo scrupolo, lo scrupoloso può tentare di fare qualcosa di più e mirare alla perfezione. Innanzitutto questo «bene» necessario, e quindi «il meglio», a condizione però che si sappia discernerlo dal punto di vista pratico e lo si cerchi con un cuore aperto, convinto che questo meglio non è un dovere, ma è un frutto dell'amore e non della paura (17).

Il *dolore* non è necessariamente buono, ed il piacere necessariamente cattivo. Queste cose non sono sullo stesso piano; appartengono a due piani che si intersecano, che hanno punti comuni; ecco tutto. Vi sono dei piaceri, come vi sono dei dolori, buoni e cattivi. Occorre scegliere il bene, anche a prezzo del dolore; e occorre respingere il male, anche sacrificando il piacere. Ma il compito della ragione non consiste più nel fuggire il piacere in se stesso che nel ricercarlo, ma nello scegliere il bene ed evitare il male, sotto qualsiasi veste si presenti alla nostra sensibilità.

Un'idea non è un'intenzione, come abbiamo già notato (p. 59); e le idee più mostruose non costituiscono un'intenzione perversa.

L'intenzione non è l'esecuzione, e anche quando l'esecuzione viene meno - soprattutto se essa fosse a lunga scadenza - non è una prova assoluta che la buona intenzione sia mancata. In senso contrario, l'esecuzione non prova sempre la cattiva intenzione; sappiamo che certi atti rapidi possono scaturire spontaneamente, senza preliminare deliberazione, sotto l'impulso dell'idea (65 sgg.).

L'ossessione non è la tentazione, come abbiamo già

(17) Vedasi un consiglio pratico in L'Ange conducteur, 97 sgg.

240

detto abbastanza (p. 164 sgg.); e anche quando la tentazione vi si mescola, non bisogna affatto perder di vista, nel trattamento, che l'ossessione sussiste, che bisogna vincerla col disprezzo, richiamandosi al principio delle evidenze.

La tentazione non è il peccato, sentire non è consentire. Questa distinzione è difficile per gli scrupolosi. Vi insisteremo con qualche parola. Vi si mette del pepe sulla lingua e vi si imbavaglia la bocca; voi sentite, non consentite. - Si ma è pepe. - Supponete che sia zucchero: sentite e senza dubbio consentite. Ma se vi si dice che questo zucchero è veleno, voi lo sentite egualmente, e il vostro palato, che non avverte nulla al di là della sensazione, si comporta come poco prima, trovando lo zucchero dolce e adattandovisi del suo meglio; ciò non impedisce affatto alla vostra volontà di protestare, di non cooperare per nulla all'opera che si compie, di agire sui muscoli che le obbediscono, per limitare il più possibile l'azione temuta, e per rigettare energicamente, al momento in cui il bavaglio cadrà dalla vostra bocca, tutti i resti del veleno, quale ne sia la dolcezza.

In base a questi tre esempi, tentiamo di definire i fenomeni: Sentire, significa prendere coscienza, conoscere qualche cosa che avviene in sé. È appunto ciò che capita nei tre esempi citati. Consentire, è incorporare coll'io, accettare come proprio; è respingere od escludere le tendenze contrarie e lasciare la nuova tendenza evolversi, realizzarsi; è mettere in atto i muscoli che obbediscono alla volontà per aiutare la realizzazione che lo spirito vuole e dà per scontata, per adattare tutta intera l'attività a questo modo d'essere nel quale, almeno per un momento, l'io si concentra. È compiere l'unificazione dell'io attorno all'idea nuova: è dunque viverla in pienezza.

241

È ciò che capita quando si prende volontariamente o si accetta una pastiglia zuccherata. Si scarta ogni preoccupazione di mortificazione, di rispetto umano, ecc., che potrebbe mettersi di traverso. Si lascia lo zucchero produrre la propria azione e l'organo rispondervi col gioco dei riflessi. Vi si aggiunge l'attenzione per aumentare

od accelerare il risultato, si degusta, si inghiotte la saliva. E tutto converge senza urto né reticenza; nulla giunge a guastare l'armonia. Questa armonia non ristabilisce, su un nuovo piano, tutte le profondità dell'io, ed il piacere che l'accompagna non sarà una gioia di fondo; esso ha per misura, nell'organismo, l'organo che funziona e le proprie frontiere immediate; nell'io, i gruppi di idee e di sentimenti superficiali che si ricollegano mediante associazioni a questa esperienza. È forse poco: ma è un piacere che nulla, per il momento, contraddice, che non pone nella coscienza alcuna lacerazione, alcuna cicatrice. Pieno consenso, quello del volere e quello dell'organismo. Siccome il termine nella sua accezione attuale, si applica solo all'atto libero, chiamiamo consensus, l'accordo dell'organismo col volere.

Quando è il pepe che agisce, tutto procede all'inverso. L'organismo e la volontà protestano all'unisono. Il pepe, nonostante tutto, compie la propria opera, in proporzione delle proprie energie chimiche, mediante il suo contatto immediato o i suoi riflessi più o meno estesi; ma non trova alcuna complicità, alcuna coordinazione di energie vitali in proprio favore. Esso dissocia dove passa, disorganizza; non provoca unificazione, non armonia. È dunque il dolore senza alcuna mescolanza di piacere, e senza ombra di consenso.

Nel caso dello zucchero avvelenato, sono di fronte due sistemi di idee che si oppongono e di cui l'uno deve respingere l'altro. Il consenso sarà una preferenza. I riflessi organici si mettono in moto come nel primo

242

caso; le idee del piacere previsto inclinano all'atto i muscoli ausiliari dell'azione. Ma l'idea del veleno pone un punto d'arresto. Il dibattito è portato di fronte alla volontà che tiene alle sue dipendenze i sì e i no, che può fissare la resistenza o toglierla. Se essa preferisce la vita, il sapore dello zucchero non ne sarà soppresso, né la sua azione; ma essa manterrà il punto d'arresto, e nulla di volontario coopererà all'azione esecrabile. Non vi sarà consenso. Si può anzi dire allora che non le piace questo zucchero: le piacerebbe se, al condizionale, non fosse veleno; ma, al presente, non le piace. Se, al contrario, essa volesse goderne malgrado tutto, se lo preferisse alla vita, ciò non vuole affatto dire che ha soppresso alla radice il desiderio di vivere; ma l'ha respinto, gli ha preferito il piacere; vorrebbe vivere, ma vi rinuncia, non lo vuole; si rassegna alla morte, perché consente al piacere che uccide. Qui, lo si vede, il consenso non è più il consensus, l'accordo perfetto. È una preferenza. Vi è qualcosa di sacrificato. Il sacrificio può lasciare una cicatrice nell'io ed un'ombra di rimpianto alle gioie del trionfo; ma è ugualmente il *pieno consenso*, a partire dal momento in cui il volere, pienamente informato, ha preso il proprio partito, «ha chiuso il dibattito»; e poiché «la volizione è il passaggio all'atto» (18), gli atti ben presto convergono, l'unificazione si compie, la lotta cessa, e, sulle rovine dell'io vinto, l'io nuovo si ricostruisce tranquillamente.

È facile vedere, dopo queste spiegazioni, che se lo scrupoloso sente con una tale intensità ciò che chiama le proprie tentazioni, è perché abitualmente esse gli fanno

l'effetto del pepe, che lo rimescolano in tutto il suo essere, e perché è ben lontano dal consentirvi. Sono paure e non pericoli; o, se vi è un pericolo, è

(18) Th. Ribot, *Maladies de la volonté*, 37.

243

quello della paura. «No, no, figlia mia, lasciate correre il vento e non pensate che lo stormire delle foglie sia strepito di armi» (19).

Anche quando queste «tentazioni» trovano complicità negli istinti, l'agitazione che provocano è la prova - niente affatto necessaria, ma più che sufficiente - che non si è consentito, che non si è «chiuso il dibattito» a loro favore. Il persistere della tentazione è un segno della sua mancanza. Se essa trionfasse, regnerebbe anziché lottare ancora; non solleciterebbe più, comanderebbe. Essa aprirebbe subito il varco agli atti, compirebbe «il passaggio all'azione», non a scatti, furtivamente, con gesti abbozzati e ben presto trattenuti, inefficaci ed incoerenti, ma tranquilli, decisi, precisi, coordinati, dritti allo scopo; e se lo scopo fosse fuori portata, lo si cercherebbe. È appunto ciò che fanno i peccatori, sempre alla ricerca delle occasioni e correndovi contro come la farfalla verso la candela. Non è questo che fa lo scrupoloso.

E infine se, eccezionalmente, avesse veramente consentito, lo saprebbe con piena evidenza, al primo colpo, senza esame, suo malgrado. Teso tutto intero verso il proprio ideale, non potrebbe accettare il peccato, almeno il peccato grave, senza rivoluzionare da capo a fondo tutta la propria mentalità, tutto il proprio sentimento, tutta la propria attività. Sarebbe talmente diverso che il punto di scissione tra questi due momenti del suo io brillerebbe in un contrasto folgorante. La minima oscillazione del suo edificio mentale lo mette alle strette: come gli sfuggirebbe una catastrofe? «Non potete inghiottire un moscerino senza starnutire, diceva il P. de Ponlevoy, e pensate di inghiottire un bue senza accorgervene!».

Oltre alle idee false da sopprimere, vi sono idee

(19) San Francesco di Sales, *Lettere*, 75.

244

troppo complesse che bisogna semplificare. Ma, nella maggior parte dei casi, questa grande complessità è composta da desideri eccessivi. Sono, per così dire, errori del sentimento. Mentre, nei casi che abbiamo ora passati in rassegna, l'errore dello spirito imponeva al sentimento un giogo troppo duro, è in questo caso un'esagerazione del sentimento che complica le operazioni dello spirito; il mezzo di rendere queste operazioni meno complesse si riconduce dunque al ridurre nei giusti limiti i sentimenti.

È soprattutto mediante i desideri che si sorpassano i limiti. I desideri sono le inclinazioni dell'individuo precisate dal loro orientamento verso un oggetto determinato.

Nel determinare quest'oggetto, il termine verso cui dirigeremo poi i nostri atti, occorre far attenzione a non sorpassare i confini. L'uomo non è una bestia né un Dio. Come non può contentarsi del destino della bestia, così non può vivere la vita di un Dio. Voler raggiungere, in questo mondo, l'infinita verità, l'infinita potenza, l'infinita fortuna, è voler essere un Dio, è sognare l'impossibile e condannarsi a non avere abbastanza vita per il proprio sogno. Per forte che sia la tensione vitale, essa non può sorpassare i confini segnati alla natura umana, come, in una pompa aspirante, l'acqua non potrà salire più in alto di quanto la sollevi la pressione dell'aria.

Vi è, nella luce con la quale si manifesta la verità e nella stretta con cui possiamo coglierla, un grado di chiarezza e di forza di cui occorre saperci contentare.

Gli assiomi stessi sui quali la scienza riposa ed i principi che servono di base alla pratica, parrebbero

245

vacillanti se li si scuotesse con troppo vigore, se ci si accanisse a convincersi della loro solidità. Un'intuizione della ragione ed un istinto della vita ci ammaestrano e ci rassicurano a loro proposito molto meglio dei lunghi ragionamenti. La logica non è tutto l'uomo. La vita è più profonda ed è un fatto, e, come tutti i fatti, ha diritto d'esistere anche prima di consultare la logica. I principi necessari vengono messi dalla natura di primo acchito alla portata delle intelligenze più umili; ma l'occhio del sapiente si turba a scrutarne troppo la base e lo colgono le vertigini. Essi brillano a tutti gli occhi come il sole; ma, come questo, accecano coloro che, anziché camminare alla loro luce, si ostinano a fissarli (20).

Se è un calcolo cattivo insistere troppo per dimostrarsi e sentire l'evidenza dei principi primi, altrettanto è quello di pretendere un genere o un grado di certezza che i fatti non comportano. La storia, per esempio, il commercio, la politica, il patriottismo, i sentimenti che presiedono alle relazioni sociali dipendono da un metodo diverso dalle matematiche; così pure le molteplici conclusioni pratiche di cui la vita corrente è tessuta. Bisogna perdere la speranza di sostenerle con un'evidenza a tutta prova. Ciò sorpassa il nostro potere nello stesso tempo che il nostro bisogno. Non è evidente che il nostro pane non sia avvelenato, che il ladro o l'assassino non si sia posto in agguato sulla nostra strada, che un certo movimento non ci romperà una vena o ci fratturerà un osso. Tuttavia camminiamo e mangiamo, perché è assai probabile che noi non ci troveremo male. Ci si contenta di questa grande probabilità e si fa bene. È la certezza pratica.

(20) Vedasi il nostro volume, Païens, Vitte Paris, Lyon, nuova edizione, 1905, pp. 257-311.

246

Avviene che gli ossessionati, anche all'infuori della loro idea ossessiva, non se ne contentano. Essi hanno torto, ed i loro desideri eccessivi, esasperandosi, si faranno sempre più irrealizzabili e più dolorosi, man mano che diverranno più complessi. Essi vogliono essere assolutamente sicuri, per esempio, di evitare tutti i microbi nocivi e moltiplicano le precauzioni. Le persone ragionevoli li trovano ridicoli, ed i microbi, se avessero dello spirito, se ne befferebbero ancor più. Almeno, essi agiscono lo stesso, e passano attraverso tutte queste precauzioni. Per vietare loro il passaggio, occorrerebbe non toccar nulla, neppure le monete d'oro ed i biglietti di banca, e soprattutto impedirsi di respirare. Altri pesano e ripesano infinitamente i pro e i contro in una decisione da prendere, nella scelta d'una vocazione, d'una carriera, di una fidanzata. Vogliono essere assolutamente sicuri; ma non possono esserlo. Vi è una saggia misura di riflessione da farsi per decidersi, come una saggia misura di precauzioni da prendersi contro i microbi. Dai due lati, non si pone capo che ad una ragionevole probabilità. Occorre contentarsene, per due ragioni, l'una delle quali è che non si può far meglio, e l'altra è che facendo di più ci si trova peggio: la preoccupazione eccessiva delle precauzioni porta con sé la paura che mette l'organismo in stato di minore resistenza e ne fa un eccellente terreno di cultura per i microbi; l'eccesso delle riflessioni logora, per così dire, i contorni delle idee, che infine non ingranano più, e le impressioni si attenuano o si deformano man mano che le si analizza, lasciandosi cogliere sempre meno: non plus sapere quam oportet sapere, sed sapere ad sobrietatem (21). Occorre esser savio con saggezza ed avere dello spirito con buon senso.

(21) Rom. 12,3. Si può vedere la discussione di questo testo nel R. P. Bainvel, *Les contre-senses bibliques des Prédicateurs Lethielleux*, Paris, 1895, p. 130 sgg.

247

Questa moderazione del desiderio nel grado delle nostre evidenze, occorre portarla sin nella vita morale. Senza dubbio, vi è in gioco una posta senza pari, ed importa enormemente qui, di procedere con cognizione di causa; ma la morale stessa non può esigere da noi l'impossibile e costringerci a vedere col nostro spirito di uomo la verità come la vedrebbe un Dio. La nostra coscienza a rigore può ingannarsi dicendoci: «Fa' questo, evita quello», Può darsi che questo sia il male e quello il bene. Questa possibilità d'errore appartiene alla nostra stessa natura, e non possiamo sopprimerla; occorre subirla e garantire la necessaria sicurezza della decisione pratica, mediante l'uso di un principio indiretto che allontani il male possibile e liberi la nostra responsabilità.

Analogamente occorre rassegnarci a non sapere sempre con piena evidenza se abbiamo consentito alla spinta dell'istinto che ci stornava dal dovere. Questa

evidenza sarebbe per noi una gioia; ma questa gioia, nella sua pienezza, non è di questo mondo ed è inutile chiedergliela. Possiamo sempre sapere ciò che dobbiamo fare di fronte al dubbio che persiste, e ciò basta alla pratica. Ma occorre anche sapere nello stesso tempo, se ci si trova in buono stato di fronte a Dio? «No, dice san Bonaventura, poco importa che sappiamo se abbiamo la carità; ciò che è necessario è averla». Diremo, noi, che ciò avrebbe pure la sua piccola importanza: sarebbe - se non assai utile - almeno assai gradevole saperlo con quella piena evidenza che non può lasciar dubbio; ma ciò sorpassa il nostro potere. Possiamo, secondo la serenità del nostro spirito ed il grado di possesso di noi stessi, concluderlo con una certezza più o meno approssi-

248

mata, ma che non sarà mai la certezza matematica, per la buona ragione che non si tratta qui d'un calcolo, né l'evidenza immediata, per la buona ragione che la vita soprannaturale sfugge alla nostra coscienza (p. 229). Anziché sprecare la vita in questa vana ricerca, vale più dire, con l'ammirevole ragazza di buon senso che fu Giovanna d'Arco: «Se sono in stato di grazia, Dio avrà la bontà di conservarmi; se non vi sono, Dio avrà la bontà di pormici!» e seguire il proprio dovere. Dopo tutto, abbiamo bisogno di sapere solo per agire, e, se pur sovente l'evidenza ci sfugge, resta sempre, a coloro che lo vogliono, abbastanza luce per dirigere l'azione.

Ma se occorre insegnare agli ossessionati a non esigere dal proprio spirito l'infinita verità, occorre anche insegnar loro a non pretendere l'infinita potenza per il loro volere. Dio dice e le cose sono. L'uomo pone delle condizioni e le cose si fanno. Egli non può né creare, né annientare; può stabilire o sopprimere contatti, ingranare o disgiungere il gioco delle forze fatali: ed è tutto. Se vuole un effetto, passi per le condizioni necessarie. Se pone le condizioni, non si stupisca di veder sorgere il risultato. Per esempio, se vuol guarire, impieghi le medicine; se vuol sopprimere un'abitudine, innesti, mediante la ripetizione degli atti, l'abitudine opposta. Ma non sogni di uccidere il proprio scrupolo nutrendolo, di raccogliere frumento seminando ortiche, di far avanzare la locomotiva senza dare il vapore.

E soprattutto non sogni di fare dei cerchi quadrati, né di vivere al condizionale, di obbedire disobbedendo, o di dire: «Vorrei correggere il mio passato! Vorrei che il presente fosse diverso!». Ciò sorpassa anche la potenza d'un Dio, perché ciò è assurdo, è un non senso. Il passato è stato ciò che è stato, e il

249

presente è ciò che è. Sono dei fatti. I fatti, una volta che sono, non si sopprimono; Occorre costatarli e trarne partito, il miglior partito possibile. Essi sono un aiuto od un ostacolo: quale mezzo resta per aggirare questo ostacolo o per utilizzare questo aiuto? Ecco il problema e occorre risolverlo al presente, non già mediante un «vorrei» che è una chimera; ma mediante un «voglio» che fa scattare gli atti e corre allo scopo.

L'infinita fortuna infine - non più dell'infinita potenza e l'infinita verità - non è in questo mondo in potere dell'uomo.

Limitati nella propria natura, infiniti nei propri desideri ...

È inutile impegnarlo a restringere i propri desideri. Il movimento della propria vita glieli impone. L'essere vuole il bene come lo vede. Se il cane pensasse l'infinito, lo vorrebbe. L'uomo lo pensa. Invano tenterebbe di rinchiudersi nella sensazione, perché il pensiero, suo malgrado, la supera; e anche se si sforza di limitare l'orizzonte del proprio sogno, anche se non vuole una felicità infinita, ne vuole sempre indefinitamente più di quanto ne possieda, e se non aspira all'infinito in blocco, è condannato a volerlo in particolare.

Ma si ricordi che è «limitato nella propria natura», e, spingendo i propri desideri di fortuna all'infinito, non ne chieda che pegni per i propri desideri immediati, non ponga il loro «oggetto determinato» al di là dei limiti possibili alla propria condizione presente. Dei pegni, è tutto ciò che può ottenere, quaggiù, in natura; il resto, è la speranza. Non può che attendere e meritarsela.

Queste riflessioni valgono per tutti gli uomini: ma gli ossessionati non hanno solamente, come gli

250

altri, da sopprimere i desideri, la cui realizzazione è sproporzionata alla specie, essi hanno anche da ridurre quelli che superano le risorse limitate di cui personalmente dispongono, sotto pena di condannarsi al disinganno e ad un accrescimento di dolore. Sono malati: devono tener conto anche di questo fatto brutto. Vi sono mille desideri realizzabili dall'uomo sano ma che i malati devono vietarsi sino alla guarigione.

Ciò s'impone tanto più agli ossessionati, perché l'acutezza del desiderio basta, in molti casi, a rendere impossibile la realizzazione; perché il sentimento, divenuto per ciò stesso troppo complesso, sorpassa il livello della loro tensione vitale. Più attenzione e sforzo apportano a certi sentimenti, più vogliono sentire che essi agiscono in pienezza, più ne sperano soddisfazione, e più la realizzazione diviene loro difficile o persino sfugge.

L'abbiamo visto per T, che voleva sentire una piena fiducia per il proprio direttore e che non vi è riuscito che rassegnandosi a non più pretenderla; l'abbiamo visto per tanti altri che finiscono per dubitare della loro fede, del loro amore, della loro riconoscenza, del loro dolore, del loro io, della loro stessa esistenza, a forza di voler perfezionarne il sentimento, che riapparirebbe da solo, a poco a poco, sotto il gioco della vita, quando essi non vi si sforzassero più.

È dunque molto importante per gli ossessionati, quando un sentimento sfugge loro, che essi non vi si ostinino. Lo sostituiscano con un atto di volontà calmo e semplice più che possibile: un giudizio di preferenza pratica. Ciò può bastare in tutti i casi, anche nelle questioni di morale. Assai spesso si potrà anche economizzare questo

sforzo, ci si contenterà di stornare la propria attenzione e di agire avvicinandosi il più possibile all'automatismo; o anche, se lo si può senza inconvenienti, non si agirà del tutto - il che

251

è la soluzione più semplice della difficoltà.

In ogni ipotesi, occorre non perder di vista che la difficoltà è costituita dalla complessità, e Occorre dunque impegnarsi a ridurla, se si vuol riuscire.

Questo principio trova in particolare un'applicazione necessaria in quella malinconia profonda, in quella noia permanente che presentano gli ossessionati (parte II, cap. I). Se essi non possono affatto sottrarsene, agendo come se l'impressione non esistesse (22), occorre che vi si rassegnino, semplicemente, non rimestando la propria miseria, ma accettando la condizione di questa «musica in tono minore», di «questo mesto chiaroscuro che avvolge la loro vita», come altri accettano la condizione d'essere sordi o ciechi. È per essi, non è solamente rassegnazione o filosofia pratica; è igiene, è anzi una diminuzione del male ed un mezzo di guarigione.

La guarigione non sarà che relativa per gli ossessionati costituzionali più colpiti. Essi non si sentiranno mai veramente felici; ma il metodo che indichiamo permetterà loro di sentirsi meno infelici. Sono essi soprattutto che, ponendo il loro ideale di felicità molto in alto, dovranno porre lo scopo immediato dei loro desideri assai vicino, contentarsi di poco in natura e chiedere alla speranza di un mondo migliore il compenso della loro esistenza sofferta.

Non vi sono solamente sentimenti e idee, vi sono anche *atti* difficili.

Ve ne sono alcuni che è meglio sopprimere. Ciò

(22) Eymieu. Le grandi leggi, Edizioni Paolina, Roma 1958. secondo principio.

252

è ovvio per quelli che sono radicalmente impossibili. Se un certo studio, per esempio, supera la portata del malato, o se la sua testa è indebolita al punto che non possa connettere due idee insieme, non guadagnerà nulla ad accanirvisi. Non vi è che da attendere in quest'ultimo caso, il ritorno delle proprie forze, e, nel primo caso, che da orientare diversamente il lavoro intellettuale.

Anche quando lo sforzo efficace non sarebbe impossibile, occorre sopprimerlo, se l'utilità non compensa il dispendio di forze necessario per compierlo.

Tuttavia occorre indurre il malato a vivere la propria vita e non abbandonare nulla di ciò che è ragionevole, ma renderglielo possibile. Se dunque si sopprime un'azione

utile, attualmente impossibile, perché lo sforzo tentato per compierla non produrrebbe che uno spreco di forze, la soppressione non può esser che temporanea. Un ossessionato ha le proprie angosce a proposito dei pasti. Non si può, per strapparli alle proprie angosce, dispensarlo dal nutrirsi. Si semplificherà sovente la difficoltà, lasciandolo mangiare di nascosto, senza testimoni; ma occorrerà indurlo a poco a poco a tollerare un convivio e ricondurlo presto alla tavola di famiglia. Un notaio non può più redigere i propri atti, un impiegato d'ufficio si tormenta in presenza del proprio libro di conti. Assai spesso si imporrà un congedo; ma occorrerà ricondurli al loro compito al più presto possibile. Si approfitterà del congedo per riprendere dalla base, dopo qualche giorno di riposo, la funzione avariata; vi si perverrà a poco a poco, mediante appropriati esercizi, sino a che l'abitudine ne abbia organizzato nuovamente tutti i dettagli, e l'abbia ricondotta al livello professionale. Analogamente sarà, in qualche caso assai grave, per gli scrupolosi, a proposito delle loro preghiere, delle loro confessioni, delle loro comunio-

253

ni: «Noi ci sforzeremo, almeno all'inizio del trattamento, di sopprimere le pratiche religiose» o piuttosto quella pratica religiosa. «Ma, a nostro avviso, occorrerà fare in modo di ristabilirle a poco a poco. In effetti, non significa guarire uno psicastenico, limitarsi a sopprimere le azioni che si compiono in modo imperfetto e a proposito delle quali hanno luogo le derivazioni penose. Limitarsi a questa soppressione, è piuttosto favorire la malattia, svilupparla; l'essenziale della malattia è in effetti questa soppressione degli atti, è a ciò che essa tende naturalmente nella propria evoluzione. Gli scrupolosi religiosi giungono da soli e spontaneamente all'impossibilità completa di ogni atto religioso. Non occorre favorire troppo questa tendenza ... In una parola, uno scrupoloso religioso non è guarito quando non fa più "gli atti che l'angosciano", ma quando giunge a farli senza angoscia e senza rimuginamento» (23).

Abbiamo detto che non bisogna consentire ad una soppressione che nei casi più gravi, quando l'angoscia è estrema e veramente insormontabile dall'obbedienza più generosa; ma ancora questa soppressione dovrà essere di breve durata. La ragione ne è che, il più spesso, il malato non indietreggia davanti a questi atti che per viltà, per preoccupazione di coltivare il proprio scrupolo, per rifiuto di passar sopra ai propri forse e di affidarsi alla direzione ricevuta. Accondiscendere allora alle sue ripugnanze è sviluppare la malattia e render più difficile ancora la cura indispensabile.

Non bisogna ammettere questa soppressione temporanea che a condizione che il malato fornisca d'altronde la prova della sua buona volontà ed approfitti di questa leggera tregua, non per ancorarsi nelle pro-

(23) R. e J., II, 471.

prie cattive abitudini, ma per liberarsene energicamente, nel campo provvisoriamente circoscritto dei propri sforzi. In questo modo, è ben presto possibile, con incoraggiamenti, riprendere le pratiche abbandonate. Anche fuori della virtù propria, esse sono un gran mezzo di guarigione, la Comunione soprattutto. La prova positiva dell'obbedienza reclamata è una vittoria pratica contro le impressioni, come il rullo (24) che passa periodicamente su di esse e a poco a poco le schiaccia.

Riassumendo, nello scrupolo come nell'ossessione, il metodo che si impone di fronte agli atti, ai sentimenti o alle idee troppo difficili è identico e deriva dalla teoria. Occorre sopprimere ciò che è inutile o irragionevole; e, per rendere possibile ciò che deve esser conservato, occorre, da una parte, costatare il posto occupato dai fenomeni in questione nella «gerarchia psicologica», ed industriarsi a farli ridiscendere di qualche grado mediante la soppressione degli elementi che lo pongono troppo in alto. D'altra parte, con incoraggiamenti, o anche con moderate minacce, occorre aiutare il malato a realizzare la sintesi così ridotta, a compiere quest' adattamento provvisorio del suo io.

(24) L'Ange conducteur, 82.

CAPITOLO III

PER RIALZARE LA TENSIONE

Occorre aumentare l'energia vitale utilizzabile. Vi sono due mezzi:

I. EVITARE GLI SPRECHI: Il soverchio affaticamento spreca l'energia vitale. Gli ossessionati sono degli affaticati eccessivi. - Misure preventive: ridurre i consumi. Nell'attività fisica, evitare la fatica, la stanchezza; nelle idee, evitare lo sdoppiamento del pensiero, le rimuginazioni, le idee troppo continue; nei sentimenti, evitare le emozioni, soprattutto le emozioni anormali; nel gwer di vita, evitare le situazioni troppo difficili. - Misure riparatrici: il riposo, il sonno, le distrazioni, l'isolamento, la cura fisiologica.

II. AUMENTARE IL CAPITALE: La vita è una potenza d'unificazione. Occorre aumentare questa potenza. - Il mezzo: l'attività. Questa attività, per unificare, deve adattare le funzioni in ritardo. Per adattarle, deve svilupparle. Prendere il malato come si trova. Graduare gli esercizi. - Qualche procedimento: esercizi coscienti, volontari, di concentrazione, d'attenzione, di sforzo, di decisione.

Riassunto: - Funzione dei sentimenti, Quelli che stimolano, quelli che fortificano. - L'ideale. - Conclusione.

Bisognava occuparsi, innanzi tutto, di diminuire la difficoltà degli atti di fronte ai quali l'ossessionato viene meno. Senza dubbio ciò non significava affatto attaccare il male nella sua radice, ma per così dire, nel suo fiore, nella sua manifestazione suprema. Bisognava tuttavia cominciare da questo, perché è là soprattutto che il malato soffre, e il suo dolore non può attendere; è là che la sua vita urta contro l'insuperabile ostacolo, e gli occorre vivere; è là che il trattamento opera più presto ed in modo più sensibile,

256

e ne risulta un incoraggiamento. E poi, abbattere i fiori, è sempre attaccare l'albero, soprattutto se si impedisce loro di ricrescere. Fortificando il malato s'indebolisce la malattia e, sopprimendone le angosce, lo sviluppo morboso e le derivazioni che accompagnano lo sforzo impotente verso la certezza, gli si costituisce una riserva di forze, che naturalmente vanno ad impiegarsi, come abbiamo detto, al rialzamento della tensione vitale. Questo rialzamento spontaneo, coincidendo con la diminuzione della difficoltà degli atti, può bastare, in molti casi, per ristabilire l'equilibrio psicologico e produrre la guarigione totale negli ossessionati occasionali.

Ma, negli ossessionati costituzionali, la tensione è troppo bassa perché questo leggero rialzamento basti a ricondurla al livello normale. Occorre dunque lavorarvi con altri mezzi e spingere più lontano il trattamento.

La disgrazia è che entriamo qui in un campo ancora quasi inesplorato. Tutto ciò che possiamo fare è di appoggiarci sui fatti che abbiamo stabilito e sulla teoria che i fatti ci hanno suggerito, per trarne alcune conclusioni pratiche.

La tensione vitale, come abbiamo detto (parte III, cap. I, I) è in ragione diretta dell'energia in atto ed in ragione inversa della quantità degli elementi. Abbiamo indicato nel precedente capitolo il mezzo per ridurre questa quantità, per semplificare ciò che era troppo complesso e mediante ciò rendere sufficiente, per un dato atto, la tensione vitale prima troppo debole. Occorre ora impegnarsi ad aumentare il valore dell'energia utilizzabile, e questo è il procedimento diretto per rialzare la tensione (1).

(1) $T = E/Q$ dunque il suo valore cresce contemporaneamente al numeratore E.

257

Ora, vi sono due mezzi per aumentare un capitale: il primo è evitare gli sprechi, il secondo accrescere gli utili. Sull'impiego di questi due mezzi dobbiamo fornire qualche indicazione.

I - EVITARE GLI SPRECHI

La vita si sviluppa con l'esercizio - dovremo ben presto ricordarlo - ma alla condizione, tuttavia, che l'esercizio sia moderato. Quando si abusa di un organo o di

una funzione, si diminuisce la sua potenza. Il capitale di vita si spreca. Perché? Perché l'afflusso del sangue nutritivo non basta più alla spesa, gli scambi, precipitandosi, esauriscono le riserve disponibili, l'organismo allora divora se stesso, «si brucia»; d'altro canto, le scorie di questa combustione non possono più essere eliminate a tempo dalle diverse vie troppo ingombre, ed i veleni restano, si moltiplicano, compiendo la loro opera di morte.

Ma il mezzo per sapere quando si sorpassa il limite, quando l'uso diviene abuso? - La risposta a questo interrogativo sarebbe complessa. Essa abbraccerebbe tutta la biologia, la psicologia e la morale. Vi daremo una risposta parziale che basta al nostro disegno: un segno manifesto che si è sul confine e che si sta per sorpassarlo, è la sensazione di stanchezza (2). Il confine è superato quando questa fatica diviene affaticamento eccessivo.

«Vi è affaticamento eccessivo tutte le volte che la stanchezza che si prova esige per il proprio ristoro condizioni eccezionali» (3). Le scorie che ingombrano

(2) Vi sono, per la stanchezza dei neurastenici alcune riserve da porre, che riscontreremo fra breve.

(3) Binet ed Henri.

258

e minacciano l'organismo in seguito ad un atto affaticante sono rapidamente purificate (4) dal flusso sanguigno, se la fatica non si prolunga. I pasti ed il sonno ristorano periodicamente i guasti dell'attività giornaliera. Quando questi mezzi non bastano più, significa che l'attività sorpassa le forze disponibili e si è in presenza di soverchio affaticamento.

Ora, le forze disponibili differiscono da un organismo all'altro. «Certi esseri non si stancano mai eccessivamente. Altri si affaticano soverchiamente con facilità. Alcuni infine sono sempre soverchiamente affaticati, per il fatto stesso di vivere. Essi sono al di sotto dei loro compiti» (5).

Gli ossessionati appartengono a queste ultime due categorie. Se dunque essi non vi fanno attenzione, le fatiche non ristorate ben presto si accumuleranno di giorno in giorno, traducendosi in uno spreco continuo di forze, che ben presto avrà consumato tutto il loro capitale.

Che fare per sfuggire a questa bancarotta?

Occorre evitare il più possibile questo spreco e riparare meglio che si può le inevitabili perdite. In altri termini, vi sono misure preventive che si impongono e misure riparatrici.

Innanzitutto le misure *preventive*.

Nel capitolo precedente, dovevamo considerare il malato di fronte a questo o quel fenomeno psicologico che egli non poteva compiere; si trattava di sa-

(4) Espressione del dottor Lagrange, op. cit.

(5) A. Deschamps, *Les maladies de l'énergie*, Alcan, Paris 1909, 79.

259

pere se occorreva renderglielo possibile o sopprimerlo. Abbiamo ora da occuparci dell'insieme di questi fenomeni, del suo modo generale di pensare, di sentire o d'agire, in una parola del suo modo di vivere, per vedere in che cosa esso sorpassi le sue riserve di forze, ed in qual misura egli debba ridurre i consumi per non sprecare il proprio avere.

«Limita la tua vita», ripete il dottor Deschamps. Niente lusso, quando si è poveri! Occorre far quadrare il proprio bilancio. E poiché l'organismo stabilisce lui stesso la propria contabilità, poiché la sensazione di stanchezza ci avverte che il bilancio vitale non è più in equilibrio, arrestiamo allora la spesa, altrimenti, a partire da questo momento, ci indebiteremmo.

«Passeggiate, fate esercizio», «Non ne ho la forza». «Allenatevi». Quante volte gli studi dei medici hanno udito dialoghi di questo genere! E non erano sempre i dottori ad aver ragione.

L'esercizio è eccellente, senza dubbio, ma alla condizione che il malato ne abbia la forza, ma non l'ha sempre. E quando non l'ha, non è l'allenamento che gliela dia. «Credo, so, sono sicuro - e ne ho esperienza lunga e precisa - che l'insufficiente non può subire alcun allenamento progressivo» (6). Egli non ha che una certa somma di forze disponibili, sempre le stesse per il periodo patologico in cui si trova. Dal momento in cui le ha spese, in cinque minuti od un'ora, secondo l'intensità della malattia, egli rifà, se vuole continuare o ricominciare, della fatica con tutte le sue conseguenze. Egli non deve ricominciare che quando ha potuto recuperare abbastanza reddito per bastare alla spesa, e forse gli occorreranno più giorni. Li prenda.

(6) A. Deschamps, op. cit., 324.

260

È raro che gli ossessionati siano degli «insufficienti»; ma è un fatto abituale che siano dei neurastenici; il che significa che sono essenzialmente degli «affaticabili», e che, se l'allenamento è loro permesso, lo è a condizione che ne usino con prudenza.

Ma essi sono talvolta inclini ad esagerare questa prudenza, perché accade loro di provare una sensazione di stanchezza in permanenza: oppure, mentre saranno pieni d'ardore, la sera, nonostante il dispendio dell'attività giornaliera, si alzano stanchi al

mattino. È allora un'indicazione che la fatica non è il risultato dell'azione, ma di una idea deprimente, o di un malessere generale, forse di un «insudiciamento dei tessuti» (7) che al contrario l'azione dissiperà. Il dottor Vittoz (8) obbligava i suoi neurastenici a cominciare la giornata con una passeggiata, dosata in base alle loro forze, con lo scopo di scuotere il torpore dell'organismo, di metterlo in moto. E il dottor Grasset dà, nello stesso spirito, il seguente consiglio: «Quando siete stanco prima di incominciare un atto, non tenete in alcun conto questa sensazione... che d'altronde si attenuerà e scomparirà se cominciate coraggiosamente e continuate risolutamente l'atto che pensavate impossibile. Quando, al contrario, dopo aver eseguito un lavoro per qualche tempo, vi sentite nascere una sensazione di fatica vera *che cresce con la continuazione dell'atto*, arrestatevi» (9).

Occorre arrestarsi soprattutto se la fatica si traduce con l'ansito. «L'ansito è un *non plus ultra* che l'istinto di conservazione s'impone. La sofferenza che l'accompagna è un vero grido d'angoscia dell'or-

(7) Deschamps, op. cit., 319.

(8) Dalla testimonianza di uno dei malati. Il dottor Vittoz ha pubblicato i suoi metodi: *Traitement des Psychonévroses par la rééducation du contrôle cérébral*. J.B. Baillière, Paris, 1911.

(9) *Thérap. des mal. du syst. nerveux*, 130.

261

ganismo al quale l'essere vivente non può impunemente restare sordo» (10).

Riassumendo, occorre allenarsi, negli esercizi fisici, se si hanno forze sufficienti per farlo e manchi solo l'abitudine per trarne profitto. Ma non bisogna «sforzarsi». Ciò vuol dire che Occorre arrestarsi quando la fatica è sopraggiunta, soprattutto se l'ansito l'accompagna. Andare oltre significa indebitarsi. Se si moltiplicano questi debiti si avrà il soverchio affaticamento e la rovina.

Ma il soverchio affaticamento mentale è, negli ossessionati, più frequente e più grave dell'eccessivo affaticamento fisico.

Ve n'è uno che risulta direttamente dall'idea ossessiva e non può scomparire che con la causa. È bene tuttavia, per affrettare la guarigione o almeno per rinforzarne il desiderio, attirare, in tempo opportuno, l'attenzione del malato sul torto che gli infligge lo sdoppiamento del proprio pensiero (parte I, cap. I). Mentre esiste una fatica enorme per la grandezza e la continuità dello sforzo, vi è altresì una cattiva abitudine presa che, diminuendo la concentrazione dell'io, diminuisce per lo stesso motivo la potenza mentale (11). Ci si abitua a non pensare che con una parte di se stesso, e si perde sempre più la padronanza della propria attenzione, il vigore del proprio spirito, che diviene incapace di far blocco al momento e sul punto voluto.

Il rimuginamento mentale è un altro spreco comune negli ossessionati. Il profitto logico si traduce con zero, poiché nessuna idea precisa lo conclude;

(10) Lagrange, op. cit., 97 e tutto il cap. II.

(11) Sappiamo che la vita, ogni vita, è potenza d'unificazione (parte III, cap. I, I).

262

così pure il risultato psicologico, poiché nessun adattamento ne risulta alla realtà, né nello spirito né nell'azione. Ma al contrario, le idee si decentrano sempre più, sfuggendo ai gruppi mentali già organizzati, all'attrazione delle tendenze personali, alla padronanza dell'io, per correre a caso, senza altro legame che le associazioni automatiche. La disgrazia è che questa mania risulta assai sovente, anch'essa, dall'idea ossessiva o dalla trepidazione subcosciente che la prepara (parte I, cap. III). Ma se il malato vi è condotto suo malgrado, può tuttavia opporvisi in una certa misura. Se non può impedire lo stormo di queste idee vane, deve sforzarsi di tagliar loro le ali o almeno di non seguirle con la sua attenzione volontaria; pensi deliberatamente ad un'altra cosa, all'azione concreta del momento; o, se è in una fase di impotenza, di tristezza, di prostrazione troppo grande, si sforzi - assai dolcemente e senza violenza - di non pensare a nulla, si tenga in dormiveglia meglio che può: è meglio non pensare a nulla, che a delle nullità o a delle sciocchezze.

È ancora un soverchio affaticamento, dunque uno spreco - uno dei più costosi - non saper arrestare a tempo il funzionamento dello spirito su un dato soggetto. Le riflessioni, gli studi, le occupazioni intellettuali più necessarie e più sagge devono essere sospese di quando in quando. «Il soverchio affaticamento mentale è quasi sempre il risultato di una tensione troppo univoca e monocorde dello spirito. In tutte le professioni, occorre sapersi render liberi, un certo numero d'ore, per occupazioni collaterali, che amplino la cultura risparmiando nello stesso tempo le forze della corteccia cerebrale» (12). In tutti i lavori

(12) Grasset, *Thérap; des maladies du systhème nerveux*, 131. Vedasi anche p. 48.

263

dello spirito, occorre, ad un dato momento, riprendersi, «ricrearsi», abbandonando, sul proprio scrittoio, le proprie idee con libri e note, per pensare ad altro; occorre interrompere il circuito ed orientare in un'altra direzione il movimento delle idee, per lasciare, alle cellule nervose che collaboravano all'azione, il tempo di «purificarsi» e di nutrirsi. In mancanza di che, non solamente non rendono altro che cattivi servigi, ma peggiorano, per sovraggiunta, quelli delle altre; esse impacciano, con la loro agitazione morbosa, il lavoro, il riposo, il sonno, e fanno pagar caro, sul capitale delle forze vitali, tutti questi cattivi servigio

Insomma, *age quod agis*, occorre concentrarsi nell'occupazione del momento, in essa *sola* più ancora che *tutto* in essa, e non bisogna che questo *momento* si prolunghi oltre il sopraggiungere della stanchezza.

Lo spreco sentimentale è ancora il peggiore.

Da abolire, innanzi tutto, i sentimenti tristi. Non diciamo semplicemente dolorosi, ma tristi: la noia, la melanconia, l'angoscia, i pensieri neri, l'abbattimento, il torpore, lo scoraggiamento, la prostrazione morale. Sono cattivi segni, che derivano da cattivi agenti. Sono già la coscienza di una disarmonia, di uno smembramento. Ma sono, per di più, una capitolazione, un'accettazione fiacca del fatto compiuto, un'assenza di coraggio, come dice la parola stessa: uno scoraggiamento, un abbandono di sé, un riposo nella molla vitale, della potenza unificante. Da qui, si indovina il risultato: le tendenze tiravano in senso contrario e la coscienza di questo fatto ha creato il sentimento; ma poiché si subisce il fatto senza resistenza, le tendenze continuano a divergere, seguendo ciascuna la propria china, rompendo sempre più l'unità e dissipando il capitale di vita. La vita

264

organica pure si estenua e si esaurisce: gli scambi si rallentano, le scorie male eliminate si accumulano, la coordinazione, l'unità fra le diverse funzioni, si indebolisce (13). In una parola, la vita se ne va.

I sentimenti gradevoli stessi deprimono quando sono puramente passivi o lo divengono; cioè quando ci si arresta come in un termine. L'uomo non è creato per pensare né per sentire, ma per agire. L'azione, ecco lo scopo. Il resto è mezzo o conseguenza. Quando se ne fa uno scopo, si violenta la natura, e la natura violentata, sempre, in un modo o nell'altro, si vendica. Precisamente perché è fatale, essa serve i nostri disegni a condizione che rispettiamo le sue leggi; ma se vogliamo sfuggirvi, ci schiaccia. È la stessa legge della gravità che può alzarci in aria con un pallone o precipitarci al suolo. Ora, il piacere è la coscienza di un'armonia. Si suppone dunque, nella funzione in cui ha il suo punto di partenza, una convergenza, una concentrazione di forze; e se questa armonia parziale non si oppone a quella dell'insieme, tutto si traduce con un aumento dell'energia vitale. Ma questa attività armoniosa da cui è nato il piacere, tende ad evolvere sino all'atto definitivo. Se si vuol sopprimere l'atto, arrestare questa evoluzione, stornare questa attività dal proprio scopo per prolungare il sentimento in se stesso, senz'altro disegno che di goderne (14), è ciò che si definisce la ricerca del piacere passivo. Allora, le tendenze violentate divergono, rompendo l'armonia, ingombrando l'organismo di forze mal orientate, la coscienza, di idee fluttuanti; e tutto si traduce con

(13) Vedasi G. Dumas, *La tristesse et la joie*, Alcan, Paris, 2. ed., 1900; C. Féré, *Sensation et Mouvement*, Alcan, Paris, 3. ed., 1900.

(14) È ciò che capita, ad esempio, nella fantasticheria sentimentale. Vedasi Th. Ribot, *Essai sur les Passions*, Alcan, Paris, 1907, p. 28.

265

una diminuzione di unità, uno spreco di vita.

Lo spreco è ancor più grande, allorché il sentimento - gradevole o triste - diventa un'emozione. Gli autori sono unanimi a questo proposito, ed il perché è facile a scoprire. L'emozione, in effetti, costituisce una dissociazione della coscienza (15): essa agisce dunque in senso inverso della vita. Senza dubbio, essa resta un fatto di coscienza, ed anche un fatto notevole che brilla e s'impone decisamente, conservando pure perciò un resto di unità; ma è un'unità diminuita e precaria, un barlume di coscienza su delle rovine (16). Cercare l'emozione, o non sapersene difendere, è sprecare la propria vita e disorganizzare il proprio essere. «Gli. amatori di emozioni sono quasi tutti infallibilmente sulla strada della nevrosi, come il bevitore su quella dell'alcoolismo» (17).

Ma sé l'emozione può disorganizzare un io robusto, si indovina quale ostacolo debba porre alla ricostituzione di un io disorganizzato. Essa è soprattutto pericolosa quando è troppo viva, troppo brusca, troppo frequente, e più ancora, quando è anormale, sproporzionata, e quando non si può o non si vuole vederla compiersi. È allora soprattutto che lascia nella coscienza residui non assimilabili, e nell'organismo spinte ingombranti di forze inutilizzate. Questo è il caso, spesso, per le emozioni che suscitano gli spettacoli, le serate, le esibizioni mondane; tale è il caso sempre per i balli di fanciulli e gli amori troppo precoci o senza speranza. È una deplorable igiene. È

(15) Vedasi Eymieu, *Le grandi leggi*, Edizioni Paoline, Roma 1958, primo principio, cap. II, parag. D, cap. III, parag. G.

(16) Se ci si permette un'immagine più grossolana, diremo, comparando l'unità dei fenomeni incorporati con l'io a delle noci in un sacco, che l'emozione conserva il sacco sparpagliando le noci.

(17) V. Poucel, in «*Etudes*», 20 dicembre 1902, p. 762.

266

come se si caricasse il proprio stomaco di materie non digeribili, che occorrerebbe eliminare senza impiegarvi una goccia di sangue; o di veleni che ci si industrierebbe poi a vomitare, Vi si lascia sempre, se non la vita, almeno qualche cosa della propria vita.

Abbiamo distinto un certo numero di affaticamenti eccessivi - fisici, intellettuali, sentimentali; - ma non è raro che essi si addizionino. Questo è il caso, quando il lavoro professionale supera le forze del malato, mantenendo stabilmente il soverchio affaticamento fisico per lo sforzo quotidiano che gli impone e il soverchio

affaticamento intellettuale e morale per le preoccupazioni che gli crea. Occorre senza dubbio non affrettarsi a considerare la professione al disopra delle proprie forze. Sappiamo che l'ossessionato si scoraggia facilmente e si calunnia, e che non è sempre saggio prenderlo alla lettera; sappiamo ancora che, eliminando dalla parte essenziale, del suo lavoro, gli elementi inutili che egli vi sovrappone, si può sovente giungere a fargli compiere quanto prima gli era impossibile. Ma sappiamo anche che le sue forze hanno un limite, ed allorché, veramente, le esigenze della professione lo superano, non vi è altro da fare che sceglierne un'altra. Il soverchio affaticamento sarebbe allora inevitabile, e gli affaticamenti eccessivi accumulati porterebbero presto la catastrofe. Non occorre mai perder di vista che l'ossessionato è un malato, e che un malato non può far sempre ciò che è possibile ad un uomo normale. «Ll... era un impiegato modello, un caso disgraziato lo fa salire ad un gradino più elevato e lo obbliga a dirigere la cassa della ditta; egli si spaventa della propria responsabilità, non giunge a prendere una decisione e comincia una grande crisi di ossessione scrupolosa. Dopo averlo curato per un certo tempo, e dopo esser riuscito a

267

calmarlo, gli ho imposto che riprendesse il proprio posto di sottordine ed ora si comporta di nuovo perfettamente» (18).

Occorre saper trovare il proprio posto e mettersi decisamente: The right man in the right piace.

Ma, qualsiasi siano le precauzioni prese, l'ossessionato non riesce ad evitare tutti i soverchi affaticamenti. Occorrerà che li ripari. Dopo le misure preventive destinate a lasciarne passare il meno possibile, vi sono, contro i soverchi affaticamenti inevitabili, delle misure riparatrici che si impongono.

La prima fra tutte è il riposo.

«Il riposo non è tutto, ma nulla è senza il riposo» (19).

Si protesterà forse, pensando che bisogna trarre, invece, da un capitale di forze già così povero, tutto il rendimento possibile, e non si ha tempo da perdere. Ma non è tempo perso. Si è dimostrato che, per un dato tempo, due o tre giorni per esempio, un organo affaticato produce meno lavoro utile, che questo stesso organo riposato che lavora a proprio agio, anche se si è dovuto, per riposarsi, prendere i tre quarti del tempo (20).

La natura d'altronde, che è industriosa e pare mirare sempre al miglior rendimento, ci dà l'esempio del riposo. Gli alberi e le piante si riposano durante l'inverno, per meglio slanciarsi e fiorire alla primavera. Il cuore, dopo ciascuna delle sue contrazioni, si

(18) J., I, 702.

(19) Dottor Deschamps, op. cit., 318.

(20) Vedasi A. Mosso, *La fatica*, cap. VII, Milano, 1916.

268

riposa; e così il cuore dell'uomo, ad esempio, un muscolo grosso come il pugno, può fornire ogni giorno un lavoro di 62.000 kilogrammetri. «I polmoni, i muscoli, le ghiandole, il cervello obbediscono nel modo più lampante a quest'obbligo dell'attività ritmica (intervallata dal riposo) ... la ragione ne è evidente: il funzionamento comporta una spesa di energia generalmente brusca, che deve essere coperta da una riscossione generalmente lenta. L'attività funzionale è [o piuttosto comporta] una distruzione esplosiva di una riserva chimica che si ricostituisce con più o meno lentezza» (21).

Ci occorre a questo proposito imitare la natura; o piuttosto dobbiamo fare i conti con le sue leggi, con i limiti che essa ci prescrive e le fatalità che ci impone. Lo spirito più attivo, come le terre più feconde, guadagna ad esser messo «a maggese», come diceva Cavour. Darwin, che era un malato e che ha prodotto tanto, si riposava regolarmente ed a lungo, ed anche nelle ore di lavoro, se sentiva la stanchezza giungere, smetteva di dettare, anche a metà d'una frase, dicendo: «Credo che debbo smettere».

Il riposo è veramente necessario per l'ossessionato che il soverchio affaticamento già avvelena. Solo il riposo può purificare le tossine che lo minacciano e rinnovare le riserve che gli permetteranno una feconda attività.

Ma, nei casi comuni dell'ossessione, il riposo non dovrà essere assoluto. Il rimedio sarebbe assai spesso peggiore del male. Favorirebbe il sorgere o lo svilupparsi delle idee micidiali. Il lavoro è ancora ciò che riposa meglio, secondo il termine della Swetchine. Esso è sano in se stesso e, quando se n'è fatta una abi-

(21) A. Dastre, *La vie et la mort*. Flammarion, Paris, 1908, 213.

269

tudine, non se ne può fare a meno senza violentarsi e senza provocare nell'organismo dei disordini che hanno i loro inconvenienti.

Il meglio sarà dunque in generale di moltiplicare, nel proprio ordinamento di vita, i tempi di riposo, in maniera di non aver bisogno di riposo straordinario; e nelle circostanze in cui, malgrado tutto, s'impone un riposo prolungato, ci si troverà bene, se l'esaurimento non è stato troppo grave, a Occuparsi assai dolcemente di facili lavori, variati e gradevoli, piuttosto che non far nulla. Facili, questi lavori resteranno pari con le forze disponibili; variati, diventeranno gli uni un riposo per gli altri; gradevoli, fisseranno lo spirito e lo storeranno dalle idee morbose.

Occorre che il direttore almeno non perda di vista che il soverchio affaticamento proviene dall'idea ossessiva, e che il riposo deve conciliarsi con la cura necessaria che abbiamo esposto nel capitolo precedente. Occorrerebbe ridurla al minimo indispensabile, se dovesse rappresentare per il malato un'occasione per lasciarsi invadere dalle idee folli. Poiché «il riposo fisico è senza effetto se non si accompagna col riposo morale, psichico, che è per il nervoso il vero riposo» (22).

Ma se la quantità e la qualità del riposo devono variare con i gradi di eccessivo affaticamento e lo stato mentale di colui che è soverchiamente affaticato Occorre sempre completarlo con un sonno sufficiente. Per essere sufficiente, deve essere «proporzionato all'attività del lavoro» (23). Ora, se il lavoro degli ossessio-

(22) P. E. Lévy, *Neurasthénie et Névroses*. Alcan, Paris, 1909, 169.

(23) Vedasi «*Revue de l'Hypnotisme*», Novembre 1906, 131, dove si discutono le esperienze dei dottori Acland, Patrick ed Allen Gilbert.

270

nati è sovente di cattiva qualità, comporta sempre una grande spesa di forze, ed è verosimile che il loro continuo sforzo per compiere le operazioni psicologiche giunge a deviare da questo lato una parte della tensione vitale che normalmente dovrebbe impiegarsi nella vita vegetativa. Sia perché la loro vita vegetativa è spesso debole, sia perché la loro vita psicologica l'esaurisce per derivazione, gli ossessionati, più degli altri, hanno bisogno di sonno, cioè di un tempo sufficientemente prolungato in cui la vita non abbia altra cosa da fare che riparare l'organismo impoverito. Otto ore di sonno ci sembrano costituire un limite al di sotto del quale l'ossessionato non deve mai scendere e che potrà talvolta utilmente sorpassare.

Ma forse non sarebbe senza pericolo abbandonare a questo proposito il malato alla propria personale ispirazione. Il capriccio potrebbe mescolarsi, e così la indolenza o l'abulia. Pare assai utile che il medico formuli il numero di ore da consacrare al sonno e si impongano poi al malato delle ore fisse per adempiere quest'ordine (24).

Le *distrazioni* costituiscono un altro genere di riposo assai spesso utile agli ossessionati.

Ma vi sono distrazioni e distrazioni, e ciò che basta a distrarre un bambino sarà senza interesse per un uomo maturo. Analogamente fra un uomo normale ed un malato. «Non si distrae ... chi vuole. Certi nevrotici, con la miglior volontà del mondo ... non si lasceranno distrarre dalla loro idea morbosa dagli spettacoli più attraenti» (25).

Non basta d'altronde che una distrazione operi perché sia utile. Ve ne sono buone e cattive. E sono le peggiori che troppo spesso attraggono gli ossessio-

(24) Vedasi J., I, 693.

(25) Grasset, op. cit., 130.

271

nati. Abbiamo visto (p. 91) che molti fra loro sentono un bisogno di eccitazione. Per un momento l'eccitazione li unifica, li solleva, li rimette a galla. Essi hanno conservato il ricordo di questo momento di vita; ma perché hanno dimenticato il seguito? «Gli eccitanti» fisici o morali «sono detestabili perché alla fiammata di passeggera energia che procurano, succede una depressione più profonda, compensatrice dello spreco nervoso» (26). A conti fatti, è uno spreco. «Come un mantice, attivano la fiamma, ma consumandone più presto il combustibile» (27).

Occorre che l'ossessionato preferisca loro le distrazioni calme, tranquillanti, per quanto possibile quelle che sono essenzialmente sane, intendendo dire quelle di cui si può aumentare indefinitamente la dose senza alcun pericolo; per esempio la leggera ebbrezza dell'aria libera (28), la contemplazione di un bel paesaggio o di un'opera d'arte vera, per nulla «sensazionale», o l'intimità di un'amicizia tranquilla e sicura.

I viaggi costituiscono talvolta una distrazione utile, ma a due condizioni, di cui la prima è che interessino il malato, e la seconda che non affatichino. Essi non sempre l'interessano, e ciò dipende molto dal suo stato di spirito, ma spesso l'affaticano, perché sono mal organizzati, troppo rapidi o troppo complicati. Egli ha poche forze da spendere, ed ha bisogno di tempo per compiere le proprie operazioni: occorre tener conto di questo duplice fatto. Il viaggio si compia

(26) Hartenberg, op. cit., 215.

(27) Ibidem, 217.

(28) «Le sole eccitazioni favorevoli che devono esser permesse al neurastenico, sono quelle che non snervano, non esauriscono, che favoriscono la nutrizione anziché diminuirla come le medicine, o sprecarla come la superattività. Tali sono le eccitazioni sane dell'alimentazione e dell'aria libera» Hartenberg, op. cit., 218.

272

a piccole tappe e non si esageri troppo il programma.

Insomma, la distrazione dell'ossessionato, deve essere innanzitutto una derivazione che lo sottragga al soverchio affaticamento delle idee che lo tormentano. Essa deve esser scelta in modo che prenda abbastanza lo spirito per ingranarlo altrove, ma senza opprimerlo, così come non deve opprimere l'organismo, per non trasformare la distrazione in un affaticamento di più (29).

Nei casi più gravi, le derivazioni, le distrazioni, il riposo, sotto tutte le forme, sembrano assai difficili, e si pone allora il problema di sapere se non occorre sottrarre il malato al suo ambiente per offrirgli un riposo assoluto e forzato, almeno dal t'unto di vista fisico, sotto la sorveglianza del medico. E il problema dell'isolamento. Esso ha fatto scorrere fiumi d'inchiostro, senza essere risolto. L'isolamento conserva i suoi partigiani convinti (30) ed i suoi oppositori irriducibili (31).

Gli argomenti seri abbondano d'ambidue le parti, i fatti non si sa a chi diano ragione, e ci pare malagevole prender partito.

Noi riteniamo, tuttavia, che gli inconvenienti di questa misura sono gravi: essa bolla, per così dire, il malato con un segno spiacevole di fronte alla sua opinione, lo abbandona senza compenso, all'inizio, in balia delle idee tormentose, lo pone in uno stato artificiale in cui l'adattamento alla realtà sarà necessariamente insufficiente e provvisorio. Sembra dunque evidente

(29) Abbiamo pubblicato, in «Etudes», 5 febbraio 1907, la teoria della *Dérivation psychologique*, e ne abbiamo suggerita qualche applicazione.

(30) Vedasi, ad esempio, Camus e Pagniez, *L'isolement et la psychotérapie*, Alcan, Paris, 1905.

(31) Ad esempio, P. E. Lévy, *op. cit.*

273

che non bisogna far ricorso a questo mezzo che nei casi estremi.

Ma questi casi si presentano. D'altronde, capita che il quadro della vita abituale (32) e l'ambiente familiare soprattutto mantengano il male o l'aggravino (33). Allora una separazione si impone, e, se non v'è altra possibilità, occorre far ricorso all'ospedale o alla «casa di cura», dove si potrà discutere la cosa ed il trattamento per ogni caso particolare. Quando si tratta di un bambino, la decisione potrà esser presa con minore esitazione, perché gli inconvenienti di questa misura sono meno gravi, e vi sono probabilità che la malattia, presa agli inizi, giunga ad una completa guarigione che merita d'essere acquistata a tale prezzo.

Ma, per gli scrupolosi, la collaborazione del sacerdote s'impone sempre. Il medico manca d'autorità per far eliminare i dubbi che angosciano la coscienza e vi potrebbe riuscire intaccando la preoccupazione morale che li provoca, ma questo non gli è possibile. Sappiamo d'altronde (parte IV, cap. I) che sopprimendo l'idea ossessiva attuale, non sopprimerebbe l'ossessione: non potrebbe rendere alla famiglia che un ossessionato anziché uno scrupoloso. Essa non vi guadagnerebbe nulla, ed il malato vi avrebbe perduto. La collaborazione del sacerdote e del medico è al contrario assai utile, e ci sarebbe da augurarsi che si verificasse più spesso. È un'esperienza che

abbiamo fatto più d'una volta; non abbiamo avuto che da rallegrarci del medico; speriamo che il medico non abbia

(32) «Ogni angolo, ci diceva A, ogni mobile di casa, ogni albero, ogni svolta di strada, mi ricorda uno scrupolo».

(33) Vedasi Grasset, op. cit., 34 sgg., 132 sgg.; Raymond, *Névr. et Psych.*, 23, 114; Camus et Pagniez, op. cit., passim; Vigouroux et Juquelier, op. cit.; Toulouse et Damaye, «Revue de Psychiâtrie t, giugno 1905.

274

avuto a lagnarsi di noi; e i malati, né dell'uno né dell'altro, poiché sono stati guariti (34).

Ciò ci induce a dire una parola sulla cura fisiologica. È ovvio, in effetti, che la malattia organica, senza esser la principale, contribuisce per la sua parte allo spreco di forze e che la sua guarigione costituirebbe un'eccellente misura riparatrice ed anche preventiva. Ma saremo brevi a questo proposito, poiché ... «non è il nostro compito» e poiché d'altronde, essendo i maestri assai poco d'accordo, la loro autorità non può affatto supplire alla nostra incompetenza.

Atteniamoci ai fatti ed alle conclusioni immediate che ci suggeriscono.

L'ossessionato ci appare talvolta con una salute contro la quale non v'è nulla da dire. Non vi è allora null'altro da fare, che prescrivergli una buona igiene per mantenerla o se possibile svilupparla ancora.

Ma, più spesso, egli presenta i sintomi della neurastenia (parte II, cap. II). È allora assai naturale applicargli il trattamento dei neurastenici. La disgrazia è che questo differisce presso i vari medici, il che sta a dimostrare che i fatti clinici pur costatati non ne impongono alcuno sino ad oggi. «I trattamenti proposti sono innumerevoli», dice Janet; ma, «il loro numero non dimostra il loro valore» (35).

Per insistere solamente sui fatti principali che abbiamo costatati, diremo che il medico deve combattere la cattiva qualità della nutrizione e della circolazione, e, per quanto lo può, la debolezza nervosa che ne sembra l'origine, prima d'esserne, per un circolo vizioso, il risultato. Quali rimedi a questi mali? Tocca

(34) Ad eccezione di uno solo, per il quale non ci si può ancor pronunciare.

(35) *Névr. et idées fixes*, I, 293.

275

a lui dirlo. Tuttavia la debolezza nervosa che è in causa e soprattutto la teoria esplicativa dell'ossessione che mostra la radice di tutto il male in una insufficienza di vita, gli dovrà suggerire, pare, che egli non deve abusare - e forse è meglio usare

assai poco - degli stupefacenti né dei «depressivi», per combattere l'agitazione, lo snervamento o i mali di capo. Egli cercherà piuttosto, contro i diversi sintomi, i trattamenti che stimolano, che tonificano, che fortificano (36).

Ma questi mezzi, poiché sono attivi, sono soggetti a molte indicazioni e controindicazioni, per cui il malato e i suoi familiari dovranno guardarsi dal sostituirsi al medico e redigersi da sé la prescrizione. Anche per le pratiche che sembrano, agli occhi dei non iniziati, le più anodine, per l'idroterapia ad esempio, un medico avveduto esiterà, almeno sul modo, prima di prescriverle; se i non iniziati non esitano, è appunto perché ignorano. Ma se questa ignoranza è comoda per decidere, la decisione può essere cattiva, ed il malato pagarne le conseguenze. Non faccia nulla, piuttosto che seguire una prescrizione redatta da incompetenti.

Ed infine, checché si faccia a questo proposito e per ben ispirata che sia la prescrizione, non bisognerà stupirsi se la cura non si riduce soltanto a questo, poiché il fondo del male è altrove. Non si può, nell'organismo, colpirne che «le briciole» (37). Il corpo non faccia dimenticare lo spirito; «malgrado l'importanza della terapia fisica, è incontestabile che il trattamento morale ha più influenza di questa e che assai sovente la

(36) Bisogna soprattutto fortificare. «Non basta in effetto stimolare il tono, la cui origine è soprattutto periferica, per aumentare il potenziale di un astenico dinamico. Stimolare un otre vuoto, è fare opera inutile. Dare un colpo di frusta ad un cavallo rattappito, ciò è vano» Deschamps, op. cit., 305.

(37) *L'Ange conducteur*, 19.

276

rende superflua» (38). È un medico che parla, e tutti i suoi colleghi, fra quelli che contano, gli faranno eco. I direttori esclameranno talvolta di fronte ad uno scrupoloso di cui non riescono a venire a capo: «È un malato! Ha bisogno del medico più che del direttore». Ed ecco che i medici in coro esclamano a loro volta: «Ha bisogno d'un direttore piuttosto che d'un medico». Ed essi si ingegnano a farsi direttori per guarirlo. Qui, sono i medici che hanno ragione.

Ci rimane da esporre un ultimo uso di questo ufficio di direttore. Non basta, in effetti, che l'ossessionato eviti o ripari del proprio meglio i consumi inutili, gli sprechi; non gli basta non impoverirsi affatto; è già troppo povero ed ha bisogno di arricchirsi. Quali mezzi proporgli per aumentare il suo capitale?

II - AUMENTARE IL CAPITALE

La vita, come dicevamo (parte III, cap. I, I), è una potenza di unificazione.

Proponendo questa definizione, abbiamo trascurato, per non appesantire oltre misura la teoria che era allora in causa, un'obiezione possibile che occorre ora affrontare.

Quando la scienza studia le manifestazioni vitali, quelle che essa può cogliere, costata un fatto singolare: la distruzione del materiale organico. Ogni atto della vita sembra gettare alla morte una particella del vivente e dissociare anziché unire. Nel riposo, che è una morte apparente, si ricostituiscono al contrario le sintesi organiche, queste meravigliose elaborazioni della materia che hanno sinora sfidato l'imitazione dei chimici, questi composti che condensano, in infimi corpuscoli, una potenza enorme, questi meravigliosi

(38) J., I. 699 sgg.

277

esplosivi così ben uniti, così delicati, così instabili, e che si accumulano in miriadi di pile nell'arsenale dell'organismo. Sotto la minima spinta della vita che agisce, l'arsenale esplode per sezioni, le sintesi si scompongono, la materia organizzata si dissocia e si sparge, coprendo i dintorni dei propri resti inerti. «La vita è la morte», esclamava Cl. Bernard.

Questo è strano. Senza dubbio, non occorre affatto forzare il senso di queste parole. Cl. Bernard ha inteso dire solamente che la morte accompagna la vita, che essa è come l'inverso delle manifestazioni vitali. E in definitiva, è per vivere meglio che la vita ucciderebbe una parte della propria sostanza, sacrificerebbe e dissocierebbe alcune delle sue sintesi per compiere una sintesi di ordine superiore, l'adattamento alla realtà del momento. E questa spiegazione già basterebbe alla nostra tesi.

Ma, per alta che sia l'autorità di Cl. Bernard, non è vietato, prima di credergli sulla parola, guardarvi più da vicino.

È vero che non è affatto facile guardarvi da vicino. La scienza contemporanea si sforza non di meno a distinguere, nel materiale organico, il protoplasma vivente e le riserve vitali, e se queste ultime non fossero le sole, quando l'organismo funziona, a pagare alla morte il tributo della vita. La scienza è incapace, per il momento, di dare la risposta; ma è molto che essa possa porre il problema. Esso ci lascia il diritto di pensare, sino a prova contraria, che la vita conduce il funzionamento dei propri organi come il guidatore la propria automobile, bruciando i combustibili e non i pezzi della propria macchina (39), o come un

(39) I pezzi si consumano a poco a poco, perché sono materiali e subiscono i riflessi dell'azione, e occorre talvolta cambiarli. Ma essi non forniscono il combustibile da ardere per agire. Analogamente per il protoplasma vivente. - Le Dantec, (Théorie nouvelle de la vie, Alcan, Paris, 1896) sostiene, contro Cl. Bernard, la teoria

dell'assimilazione funzionale; egli crede dare la prova dell'ipotesi che sosteniamo: ma i maestri non considerano le sue conclusioni come scientificamente fondate, nello stato attuale delle nostre conoscenze. È dunque attualmente un'ipotesi permessa, ma non ancora un fatto dimostrato, dalla scienza.

278

popolo fa la guerra sacrificando le proprie munizioni ma il meno possibile i propri uomini. Essa ha bisogno - per produrre un trasporto di materia attraverso lo spazio, un movimento, un lavoro, - di una certa somma di energia. Essa la chiede in prestito alle proprie riserve, al proprio combustibile accumulato, alle proprie munizioni, ai propri esplosivi, ed è a loro spese che l'atto si compie.

Non si può dire, in questo caso, che la vita è la morte, che per affermarsi essa si uccide; no, ma vivere è agire; vivere nella materia è agire nella materia, e dunque è operare trasporti di energia; e questa energia occorre pur prenderla da qualche parte. La grande meraviglia è che la vita sappia prepararla anticipatamente, metterla da parte e trovarvela al momento buono.

Ma allora quelle energie - che essa manipola ed immagazzina, sempre pronta ad utilizzarle per un suo piano, a spenderle, a sacrificarle - non sono essa; sono le sue armi o i suoi strumenti; e gli atti che ne risultano sono suoi, come le note che scaturiscono sotto i colpi d'arco sono dell'artista. Egli può rivendicarne il punto di partenza, l'intenzione musicale, l'ordine, l'armonia; ma il resto, che è precisamente tutta la realtà concreta, è il violino direttamente che lo fornisce. E così tutte le «funzioni» che sviluppano un movimento nello spazio, giungono, da una parte, dalla vita, ma di lontano; e se le si può definire delle «manifestazioni vitali», poiché veramente manifestano la vita, tuttavia

279

non sono la vita; ne provengono, ne testimoniano, ne portano l'impronta per tutto ciò che rivelano d'adattamento armonioso; ma, in tutta la loro realtà completa, non è la vita, non è la morte, è la materia che si sposta secondo le proprie leggi. Nulla da stupirsi se vi troviamo la molteplicità e la diffusione. L'unificazione non esiste che in ciò che è propriamente vitale, nell'idea, nell'adattamento che vi si esprime o vi si riflette.

Quando la vita si riposa, si dice, è allora che le sintesi organiche si costituiscono. Ma che cos'è questo riposo? È il riposo della vita di relazione, della vita animale manifestata all'esterno; ma è l'attività della vita organica, che non si riposa mai e che diventa allora più intensa, perché l'energia da cui emana, non essendo più derivata su altri punti, si concentra tutta quanta nel suo compito. E precisamente, si dimostra che è un compito di sintesi, d'organizzazione, d'unificazione, perseguito senza posa nella cellula, nei suoi elementi stessi, e nell'organismo intero. Le piante, non avendo altra vita che quella, non fanno mai altro, ed in esse nulla dà l'illusione che la vita sia la morte.

Ci è dunque lecito mantenere, per la vita organica, la definizione che avevamo proposta: è una potenza d'unificazione. Là, dove siamo sicuri di incontrare la vita all'opera, essa non fa altro; e là dove sembra che faccia altro, sarebbe, anche se le apparenze corrispondessero ai fatti reali, per compiere un'unità superiore; ma è probabile che queste apparenze ci ingannino e che siamo allora di fronte, non all'azione viva, ma al suo riflesso materiale. E se, in questo spostamento di materia, si mescola ancora della vita concreta, è l'idea, è la coscienza che se ne ha a governarla.

Ora, se parliamo della vita cosciente, ed è appunto di essa soprattutto che si tratta, nessuna apparenza può più far illusione: è ovunque e sempre l'operazione di sintesi che accompagna l'azione; l'azione ovunque

280

e sempre è essenzialmente unificante. La coscienza non esiste che alla condizione, per la vita, di cogliere, in un istante assai breve, la molteplicità degli elementi e di farne qualcosa di indivisibile, di inesteso, di essenzialmente uno, che si definisce una sensazione (40), un'idea, un pensiero, una gioia, un dolore, una decisione. Che cosa di più uno che una decisione, e che cosa di più complesso nei suoi elementi? Per complessi che siano, la decisione non esiste che nel momento in cui la coscienza li raccoglie, li domina, li fonde in un atto uno e semplice che è il suo sì o il suo no. E la sensazione stessa? La luce rossa compie quattrocento trilioni di vibrazioni al secondo; Bergson ha calcolato che per vederle minutamente ad una ad una, occorrerebbero venticinquemila anni (41), ossia 2.500 anni per vedere singolarmente i 40 trilioni che si succedono in un decimo di secondo. Ora, in questo decimo di secondo, la coscienza afferra la sensazione di rosso, in cui nessuna divisione appare più, in cui tutto è fuso nell'unità (42).

No, la vita non è la morte; la vita dell'uno è sovente la morte degli altri, sì, poiché essa si alimenta a spese del suo ambiente; ma la vita è essenzialmente concen-

(40) L'ambito della sensazione è esteso, ma non il fatto di coscienza. Con il molteplice, la coscienza fa qualcosa d'unificato.

(41) *Matière et Mémoire*. Alcan, Paris, 5 ed., 1908, p. 299.

(42) Analogamente per le sensazioni sonore: «Un fatto domina la fisiologia ... è questo: esse non cominciano che al momento in cui cessa la sensazione di vibrazione. Quando le vibrazioni si succedano abbastanza rapidamente perché ciascuna di esse non duri che un ventesimo di secondo circa, la sensazione cessa di essere analitica, la successione delle vibrazioni non è più distinta ed abbiamo una sensazione continua, uniforme, semplice, che è la sensazione tonale s Pierre Bonnier, *La Gamme physiologique*, nel «Bulletin Général de l'Institut Général Psychologique», maggio-giugno 1908, p. 189.

281

trazione ed unità; vivere è esser uno, e l'energia vitale si misura colla potenza d'unificazione.

Ed eccoci di fronte a questa conclusione pratica: occorre aumentare, nell'ossessionato, la sua potenza d'unificazione per aumentare il suo capitale di vita.

Il problema si trova così meglio posto. Esso non è ancora risolto. Quali mezzi abbiamo per accrescere questa potenza?

È forgiando, dice un proverbio, che si diviene forgiatore. A differenza delle altre forze, la vita aumenta impiegandosi. Il soverchio affaticamento, come abbiamo visto, l'esaurisce; ma la moderata attività, quella che non sorpassa le riserve disponibili, la sviluppa. È un fatto di comune osservazione e che si registra ovunque, nel corso di ogni giorno. L'esercizio favorisce la nutrizione e così lo sviluppo dell'organo, mediante l'afflusso di sangue che provoca; esso perfeziona, mediante l'abitudine, la funzione, organizzando sempre meglio le idee che la dirigono, come il gioco dei muscoli che la traducono in opera. Ne risulta, per l'energia vitale, che essa ha a sua disposizione dei gruppi di idee più coerenti e più docili, cellule ed organi in miglior stato e meglio disposti all'azione: ed ecco per essa, da questo lato, un accrescimento di valore. Ma gli ostacoli anche che doveva vincere si consumano nella ripetizione d'organizzazione progressiva degli atti, e le tendenze, che prima tiravano in sensi contrari, convergono sempre più e si sommano anziché combattersi; il lavoro perduto diminuisce dunque a profitto del lavoro utile (43): ed ecco, da

(43) Vedasi la nostra *Théorie de l'habitude*, in «*Etudes*», 26 febbraio e 5 marzo 1908.

282

questo lato, per un dato valore, un miglior rendimento. In modo che, impiegando meglio e più energicamente la propria forza, la vita, man mano che l'esercizio si ripete, è sempre più capace di realizzare il proprio compito di unificazione.

Niente soverchio affaticamento! È il riassunto del paragrafo precedente. - Attività! Potrebbe essere il riassunto di ciò che ci rimane da dire; poiché, se il soverchio affaticamento spreca il capitale, l'attività l'arricchisce.

Ma questa attività deve essere orientata secondo i bisogni dei malati. Ora, è la funzione, in essi, che è da restaurare, piuttosto che gli organi. Gli organi sono in buono stato o quasi, e i disordini di cui soffrono, quasi sempre, sono il risultato dei disturbi funzionali. È la funzione che è colpita; ed è colpita, non nel suo fondo, ma nel suo sviluppo (44). Essa adempie correttamente la propria funzione nelle occasioni facili od abituali, e recalcitra o si altera di fronte ad una situazione nuova e complicata. Il malato è capace di ragionare, ma non di concludere; di desiderare,

ma non di decidere; di agire ad occhi chiusi, ma non in pubblico; di procedere, ma talvolta, come i bambini, non sa procedere da solo, gli occorre qualcuno al suo lato. La forza vitale non è sempre potuta bastare al suo compito psicologico, e l'attività funzionale, su molti punti, è mancata di pienezza, di coerenza, di compiutezza, in una parola di adattamento. L'adattamento è stato spesso incompleto, e così lo sviluppo che avrebbe dovuto creare l'abitudine, è rimasto in ritardo, più o meno prossimo al tipo infantile. I bisogni si sono sviluppati più presto delle attitudini.

(44) Janet pone ben in rilievo questo fatto, nel suo ultimo volume, *Névroses*, già citato.

283

L'educazione psicologica, l'evoluzione personale non è a punto (45).

Bisogna dunque mettere a punto questa evoluzione, restaurare o completare il funzionamento normale. Si vede da ciò, una volta di più, che la cura è essenzialmente psicologica. E si vede anche che la sua funzione è di provocare una attività organizzatrice, rieducatrice, che ristabilisca o compia l'adattamento.

Ma poiché non basta adattare, o piuttosto poiché, per adattare la funzione in ritardo, occorre svilupparla, si dovrà dunque prenderla dove si trova. Non bisogna guardare l'età del malato, ma il suo grado reale di evoluzione o forse di regresso. Poiché la malattia è potuta comparire improvvisamente o essere stata aggravata da una crisi più profonda. Ora, la vita, man mano che il suo livello si abbassa, si ritira dall'alto, e, quando è insufficiente per ritenere tutte le acquisizioni passate, abbandona prima le più recenti. Può darsi, e gli esempi non ne sono rari, che una persona intelligente e di considerevole educazione, si trovi improvvisamente incapace di scrivere o leggere una frase, che un ufficiale bravissimo giunga a tremare di tutto, che un avvocato di grido non sappia più chiedere un'informazione a uno sportello della Posta. Occorre costatare il punto in cui il malato si trova e partire di là.

E non bisogna andare troppo in fretta, sotto pena di non essere seguito e di provocare, in seguito ad uno sforzo che non riuscirebbe, i fenomeni inferiori di derivazione (parte I, cap. III). Essi costituiscono un dispendio di forze vitali che non è compensato, poiché, non essendo riuscito lo sforzo d'adattamento e non essendo i fenomeni degradati altro che atti incoerenti od automatici, non ne risulta nessuna opera d'uni-

(45) Vedasi Janet, *Névroses*, 383 sgg.

284

ficazione. Al contrario lo scoraggiamento, col suo effetto di decentramento, di dissociazione, di accasciamento, attende al varco il malato in seguito ad ogni sforzo

mancato o fallito. È importante dunque dosare e graduare bene gli esercizi di allenamento psicologico, in modo da evitare questi inconvenienti.

Riassumendo, accrescere il capitale di vita, significa aumentare la potenza d'unificazione; e per aumentare questa potenza nell'ossessionato, occorre sviluppare e adattare, a poco a poco, le funzioni in ritardo, mediante un trattamento fatto su misura per lo stato attuale del malato e graduato in proporzione alle sue forze disponibili: tali sono i principi direttivi.

Con quale sistema di pratiche si possono attuare?

Gli psicoterapisti vantano ciascuno il proprio, il che significa che non si è ancor trovato il migliore. Ma sono tutti adatti quando sono applicati con intelligenza, poiché tutti rappresentano degli esercizi psicologici e mirano, in un modo o nell'altro, a sviluppare il soggetto mediante l'abitudine e ad adattarlo gradualmente al quadro della vita. Le qualità del direttore, l'abnegazione, la riflessione (46), l'esperienza, l'ingegnosità, la perspicacia, il tatto, hanno più importanza che il sistema (47).

Non è nelle nostre possibilità d'altronde raccomandarne alcuno, né entrare nei dettagli di applicazioni, che variano con la infinita diversità dei casi.

(46) «La medicina deve essere una meditazione costante sulla vita. H. Huchard.

(47) «Quanto vale il medico, tanto vale la sua psicoterapia» F. Raymond, op. cit., 29.

285

Indicheremo solamente alcuni esercizi o alcuni procedimenti che valgono per se stessi, indipendentemente da ogni sistema particolare. Essi non costituiscono né un corpo di dottrine, né un elenco completo dei mezzi possibili, ma solamente esempi che ne susciteranno altri, punti di riferimento che rappresentano una strada. Apriamo la serie con gli esercizi più elementari, quelli che convengono ai malati più colpiti.

Atti coscienti: consistono semplicemente nel prendere coscienza, con deliberato proposito, di ciò che si fa (48). Io muovo le braccia, la testa, gli occhi, cammino, ascolto, odo, guardo questo quadro, questo orizzonte, questo paesaggio, ecc. La vita cosciente sonnecchia spesso, nell'ossessionato, o si aliena; oppure tutto è evanescente, confuso. Questi esercizi, assai facili e che gli si impone di fare, durante cinque minuti ogni giorno, ad ore determinate, eccitano la sua coscienza, la concentrano, la separano, con un confine preciso, dalla penombra in cui essa svanisce. Vi è già così un certo adattamento ed una tendenza più ferma verso l'unità.

Atti volontari: siamo a un gradino superiore. Anziché solamente costatare, si vuole, si fa (49). - Che cosa? - Non importa che cosa e senza altro motivo che quello di fare l'esercizio. Io voglio alzare la mano, camminare, passare di qua, guardare là, spostare quest'oggetto, chiudere questa porta, ecc. «Noi invitiamo i malati a fare tre volte, tutte le mattine, tre movimenti determinati delle braccia, poi sei, poi dodici, poi di fame altrettanti con le estremità inferiori. Ordinando questi esercizi, facciamo meno conto sull'utilità dell'azione della ginnastica museo-

(48) Dottor Vittoz.

(49) Dottor Vittoz.

286

lare stessa che sullo sforzo di volontà che otteniamo dal malato col suo libero consenso. Nello stesso spirito, inviamo alcuni fra i nostri malati a fare una speciale ginnastica, tutti i giorni, con qualsiasi tempo, all'estremità di Parigi, quando essi possono sopportare la fatica di una passeggiata quotidiana) (50).

Questi esercizi si situano già nel gruppo superiore della gerarchia psicologica. Essi sono ancora assai semplici, ma perfettamente adatti nel loro genere; aggiungono all'io una «frazione di vita», pur minima ma che essi «unificano».

Esercizi di concentrazione. Questi riuniscono i due esercizi precedenti. Si scrive un numero, il numero 1 o 4 per esempio, lo si vede, lo si intende, si prende coscienza del movimento delle dita che lo tracciano; poi si chiudono gli occhi, e si continua a pensare a questo numero, il più a lungo possibile. Si può anche rappresentarsi un oggetto esterno o uno delle proprie dita (51). L'essenziale è che si tratti di qualcosa di preciso, materiale, che non possa affatto destare associazioni di idee, affinché sia più facile scartare ogni distrazione. Ne abbiamo sperimentato il metodo. Esso è veramente efficace, perché raccoglie la coscienza dispersa, la riunisce a poco a poco e rende più forte la sua unità. Per i sani, è una buona preparazione al lavoro intellettuale, e, per i malati, un eccellente esercizio da ripetersi di quando in quando nel corso della giornata.

Esercizi di attenzione. «Il trattamento deve essere innanzi tutto diretto in modo da sviluppare il potere dell'attenzione) (52). Essa costituisce, in effetti,

(50) Burlureaux, *La lutte pour la santé*, Perrin, Paris, 2. ed., 1907, p. 185.

(51) Il procedimento è del dottor Vittoz.

(52) Edw. B. Angell, «*Journal of nervous and mental diseases*», agosto 1900, citato da J., I, 718.

287

uno dei migliori segni e dei principali strumenti dell'energia vitale. È «il fenomeno essenziale della volontà» (53). «Ciò che caratterizza lo spirito di Buonaparte, è la forza e la costanza della sua attenzione. Egli può passare diciotto ore consecutive al lavoro, allo stesso lavoro ... Non ho mai visto il suo spirito stanco. Non l'ho mai visto distratto in un affare da un altro. Mai uomo fu più interamente immerso in ciò che faceva o distribuì meglio il proprio tempo fra le cose che doveva compiere. Mai spirito più inflessibile a rifiutare il pensiero che non giungeva a proposito, né più ardente a cercarlo, più agile a seguirlo, più abile a fissarlo, quando il momento di occuparsene era giunto) (54).

Per la forza dell'attenzione, è un ideale al quale ben pochi cervelli possono pretendere, e sappiamo (parte II, cap. I; parte III, cap. I, II) che gli ossessionati ne restano ben lontano. Ma precisamente, poiché l'importanza dell'attenzione è fondamentale e questa attenzione in essi è colpita, occorre industriarsi per restaurarla il più presto possibile.

Gli esercizi precedenti vi contribuiscono già, ma in modo breve e poco profondo. Occorre utilizzare i primi risultati per ottenerne altri più prolungati ed estesi. Il mezzo principale ci pare essere rappresentato dal lavoro, un lavoro fisico, intellettuale od artistico, convenientemente scelto e graduato. Esso deve essere interessante. Poco importa che l'interesse gli provenga dal suo proprio valore o da quello che gli si attribuisce, o ancora da quello che il direttore sa dargli. L'essenziale è che il malato vi si interessi per-

(53) W. James, Principii di psicologia, Milano 1901, pago 820.

(54) Roederer, «Journal» 6 gennaio 1801. Si può avvicinare questa pagina alla definizione dell'uomo d'azione che abbiamo citata, p. 134.

ché possa facilmente fissarvi la propria attenzione. Occorre anche che questo lavoro non sia troppo difficile né troppo prolungato, per non esporsi ai pericoli del soverchio affaticamento o dell'insuccesso. Ma deve essere abbastanza difficile per richiedere la persistenza dell'attenzione.

Come abbiamo visto poco fa, il Dr. Burlureaux usava la ginnastica (55). Il tennis, la bicicletta, tutti gli sport possono rendere dei servigi, secondo il soggetto e le circostanze, specie all'inizio, quando essi hanno più bisogno di attenzione (56). Ma il lavoro serio è preferibile (57). Esso è più educativo, impegna più profondamente l'attenzione e ricollega meglio l'azione in corso alla personalità. Il lavoro retribuito, ad esempio, può servire a risollevarlo il malato di fronte ai propri occhi ed interessarlo vivamente (58). Il lavoro disinteressato ancor meglio. La madre induca la ragazza a dirigere in parte l'andamento della casa, a ricamare per una persona della famiglia, a fare un indumento per i poveri, ecc. Il lavoro intellettuale è un procedimento facile ad essere graduato. Il malato legge una frase, un periodo, una

pagina, un capitolo, secondo il grado della malattia; poi lo riassume, oralmente o per iscritto. In capo a qualche tempo, si può porre un intervallo sempre più considerevole fra la lettura ed il riassunto. Abbiamo visto, con questo metodo, il cui impiego era sorvegliato dal padre, una ragazza giungere assai rapidamente all'attenzione normale. Il lavoro artistico ha il vantaggio di interessare agevolmente, ma avviene anche di eccitare i nervi e

(55) Egli vi insiste. p. 186-189.

(56) Vedasi J., I, 717. Ma occorre far attenzione a che essi non affatichino eccessivamente né il corpo né lo spirito. Lagrange, op. cit., li studia accuratamente da questo punto di vista.

(57) Vedasi Baumgarten, op. cit., 146.

(58) Vedasi Marro, citato da J., I, 717.

289

di esaurire il cervello. Crediamo, ad esempio, che si abusi spesso della musica. Il disegno, che esige un'applicazione calma e costante, ci pare preferibile per quelli che hanno le attitudini ed una prima iniziazione. E se l'iniziazione manca, si può sempre, almeno nei casi gravi, prescrivere i primi esercizi di disegno lineare come un eccellente mezzo di restaurare l'attenzione.

Tutti questi mezzi, anche quelli che dichiariamo facili, suscitano obiezioni da parte dei malati. Essi sono sovente apatici, malinconici quasi sempre, che non hanno gusto a nulla o 'piuttosto, come dicono, sono «disgustati di tutto». E, qualunque sia il lavoro, - o anche lo sport, la distrazione, il divertimento - che si propone loro, l'abituale risposta è che «ciò non dice nulla». Occorre convincerli, per quanto siano capaci, incoraggiarli, deciderli a impegnarsi in pieno, lealmente, per eseguire la prescrizione, anche con "lancio, con ardore come se «ciò dicesse loro qualcosa», come se ciò li attraesse. Avviene spesso che questo minuto di sforzo iniziale dia loro un'ora di forza, e che il gusto giunge quando essi sono così passati sopra alla ripugnanza.

Abbiamo pronunciato una parola sulla quale occorre insistere.

Lo *sforzo* è il «metro del nostro valore di uomini ... Chi non può render nulla non è che un'ombra; chi può rendere molto, un eroe». La nostra vita vale in proporzione della «somma di sforzi di cui siamo capaci» (59). Questa capacità è stata sminuita dall'ossessione. Occorre innalzarla di nuovo e gli esercizi che a poco a poco la restaurano sono fra i più importanti. Lo sforzo s'incontra già, più o meno dissimulato, negli

(59) William James, op. cit., 827-829.

esercizi enumerati sino ad ora. Ma occorre presentarlo al malato a viso scoperto, non appena diviene capace di guardarlo in faccia.

Che cosa sia lo sforzo dal punto di vista psicologico, o anche fisiologico, non è facile definire. Ma il linguaggio corrente esprime con questo termine un volontario spiegamento di forze, ed è abbastanza chiaro per il nostro piano. Questo spiegamento di forze per vincere una resistenza e realizzare uno scopo è già di per se stesso una rivolta contro l'automatismo, un'eccellente concentrazione dell'io, una specie di addizione delle energie, come una cateratta con cui si rialza il livello della corrente che ci porta. E in più, è un incoraggiamento che giunge presto col successo.

Poiché bisogna riuscire. Abbiamo già detto che gli sforzi mancati non valgono nulla. Occorre misurare accuratamente ciò che si esige. Per esempio, «non è affatto possibile richiedere immediatamente al malato degli sforzi contro la sua fobia principale (salvo quelle di cui abbiamo parlato nel capitolo II). Si rischia di non ottenere così che dei fenomeni di derivazione» (60). Non bisogna richiedere l'impossibile, neppure il molto difficile; ma sempre un po' più di ciò che è attualmente facile, un atto che esige, per riuscire, che si alzi leggermente il livello della cateratta.

Con il dosaggio della difficoltà, la qualità ha anche la sua importanza. Le prescrizioni *positive* che impongono un certo atto da compiersi in un certo momento ed in certe condizioni, valgono più, da questo punto di vista, delle proibizioni. È l'osservazione che ci faceva Za, una giovane ragazza. Oppure occorre ricondurre le proibizioni ad uno sforzo positivo, come, ad esempio, quando si curano gli affetti da tic, imponendo loro uno sforzo positivo che li immobilizzi

(60) J., I, 722.

in un certo modo, durante un certo numero di minuti.

Infine, poiché il successo degli sforzi tentati, ha molta importanza, dopo averli ben scelti e dosati, occorre ingegnarsi per farli riuscire. Ciò significa che occorre dare forza, coraggio, che occorre incoraggiare. La fioritura non può senza dubbio sorpassare lo slancio della linfa; ma la linfa si slancia, man mano che il sole si fa più caldo, sino all'estremità dei rami. Analogamente se non si possono esigere sforzi fuori stagione, né d'altra natura che il malato non possa fornire, ci si sforza, con tatto e dedizione, di condurlo a poco a poco ad aprirsi in sforzi ben adatti sino al limite della linfa.

Un *regolamento* è quasi indispensabile per inquadrare tutti gli esercizi precedenti. Il malato, abbandonato alla propria ispirazione personale, non avrebbe l'energia di

queste molteplici decisioni da prendersi contro le quali d'altronde si leverebbero ad ogni istante mille obiezioni. Occorre evitargli ogni deliberazione, e «chiudere il dibattito» con un regolamento - abbastanza largo per non impacciarlo con una tortura in più - ma abbastanza preciso per non lasciar luogo ad alcuna incertezza, ed abbastanza imperativo per scartare ogni esitazione.

La fedeltà a questo regolamento costituisce d'altronde, per il nostro malato, un esercizio in più della coscienza, della volontà, dell'attenzione, dello sforzo (61). E, nello stesso spirito, si può consigliargli anco-

(61) Quando il regolamento è accettato a fondo, in modo tale che non si pensa più a sottrarvisi, capita, per un effetto inverso, che egli riposa, poiché sopprime la maggior parte degli atti superiori nella gerarchia psicologica, perché semplifica l'esistenza. Esso serve allora non a rialzare direttamente il valore vitale, ma da evitare gli sprechi. Ciò può talvolta essere sufficiente per portare la guarigione. Tale è senza dubbio la spiegazione dei vantaggi ottenuti spontaneamente al servizio militare, come si citano alcuni casi: per esempio, R. e J., II, 468.

292

ra di prevedere lui stesso e di fissare su di un'agenda, per evitare le agitazioni dell'ultimo momento, ciò che dovrà esser fatto nella giornata, nella settimana, «poi, una volta scritta la cosa, eseguire puntualmente» al momento voluto (62).

La *decisione* infine deve occupare il punto culminante in questa serie di esercizi.

Si è ben visto d'altronde che tutto, in ciò che precede, la prepara, e se ci si ricorda la descrizione dell'ossessionato (parte II, cap. I), si sa che essa è il suo bisogno principale. L'indecisione è la sua sofferenza e la sua infermità, il suo segno più caratteristico; essa è rappresentata, nel pensiero, dal dubbio; nella scelta, dall'esitazione; e nell'esecuzione, dal tentennamento. Essa rivela ovunque la propria mancanza di adattamento alla realtà. Sostituirla con lo spirito di decisione, sarebbe guarire di colpo il malato e fornire la prova che la vita è risalita al livello normale e si è messa all'altezza dei bisogni.

Si intuisce che la cosa non riesce senza difficoltà. Ma, anche qui, forgiando si diventa forgiatori; è a forza di decidersi che si acquista lo spirito di decisione,

Ora, non basta dire al malato: «Deciditi», perché si decida; e non bisogna neppure pretendere, agli inizi, che si decida spigliatamente per casi importanti. È inteso, invece, che lo si aiuterà o che si deciderà per lui. Ma si può avviarlo a moltiplicare le piccole decisioni che non comportano conseguenze. Uno sguardo dello spirito sulla scelta da farsi, il tempo

(62) Burlureaux, op. cit., 177. Il procedimento tuttavia non è da impiegarsi ovunque e sempre; esso può presentare, in alcune circostanze, più inconvenienti che vantaggi.

293

di pesare il pro ed il contro, grosso modo, e si decide, qualsiasi cosa avvenga. Si guadagna di più, in tali circostanze, ad ingannarsi grossolanamente che a darsi colpi in testa per aver ragione. A poco a poco si troverà la forza con naturalezza per prendere alcune decisioni più importanti precedute dalla necessaria riflessione. E così di seguito.

Insomma, tutti questi esercizi - che, nella pratica, come abbiamo detto, possono essere variati all'infinito e debbono essere accuratamente graduati - discendono da uno stesso principio direttivo: forgiando si diventa forgiatori. Si tratta, per il malato, di utilizzare quel po' di forza vitale di cui dispone, per farsene di più: di mettere in moto l'attività normale, affinché si sviluppi in seguito da sé, sotto la spinta della vita, come l'elettricità, nella macchina di Gramme, si accresce mediante il movimento. La vita dai propri inizi si concentra in un germe e costruisce, cellula per cellula, tutto l'organismo; così può costruire a poco a poco la sintesi mentale.

È vero che, negli esercizi passati in rivista, la ricostruzione si attua per apporti successivi, piuttosto che con uno slancio continuo, con l'evoluzione sistematica di un'idea madre; ma essi si ricollegano tutti ad un fondo comune, che è la vita. Nell'organismo, dal momento in cui gli organi sono differenziati, lo sviluppo si compie per frazioni; quando le ossa o le braccia si sviluppano, i muscoli e gli avambracci si accontentano di vivere, e così per il resto (63). Ma tutti questi parziali sviluppi contribuiscono all'evoluzione dell'insieme, e l'unificazione realizzata in ciascuna cellula, all'unità del tutto. Analogamente avviene per la vita cosciente. Le costruzioni parziali

(63) Dr. Paul Godin, *Recherches anthropométriques sur la croissance des diverses parties du corps*, Maloine, Paris, 1902.

294

preparano e facilitano la sintesi totale ed i profitti di dettaglio accrescono il capitale impegnato. I piccoli sforzi nutrono lo spirito, come l'organismo del bambino si alimenta con piccole digestioni; essi lo sviluppano e l'adattano a poco a poco, mentre la potenza d'unificazione, che è l'energia vitale disponibile, aumenta coll'esercizio che la mette in atto e con i risultati che l'abitudine mantiene (64).

Nelle oscillazioni dell'energia vitale, anche il sentimento esercita la sua funzione, che è di un'estrema importanza. Era da prevedersi. Il sentimento è la coscienza di un'armonizzazione o di una disorganizzazione vitale. Esso riguarda dunque il fondo

stesso dell'io, e ne riflette tutte le sfumature. Esso esprime tutto il proprio presente e la reazione che provoca influisce necessariamente sul suo divenire. Importa dunque sapere se possiamo avvalercene.

È un grosso problema. Non possiamo pensare di esaurirlo qui, ci basterà dire ciò che riguarda particolarmente la direzione degli ossessionati.

È chiaro che, su questo punto, la direzione ha meno presa, e le è giocoforza farsi indicativa piuttosto che imperativa. Occorre ancora sapere quali indicazioni debba fornire.

(64) Sotto quest'ultimo aspetto, è la quantità dei fenomeni da unire negli atti susseguenti che si trova diminuita. Anziché unificare elementi sparsi, la tensione vitale non dovrà più esercitarsi che su elementi già organizzati per gruppi, e così più facilmente assimilabili in una sintesi superiore. I procedimenti che tendono ad aumentare l'energia diminuiscono dunque indirettamente la difficoltà, come abbiamo visto che quelli che diminuiscono la difficoltà aumentano l'energia disponibile.

295

Abbiamo già visto (paragr. precedente) i sentimenti esercitare una funzione nefasta. Ma essi hanno anche una funzione utile. Se ve ne sono fra loro dei deprimenti, ve ne sono anche che stimolano e tonificano; sono queste ultime due categorie che dobbiamo ora segnalare.

La sofferenza, se non ci si lascia affatto schiacciare, e, in certi casi, l'emozione stessa, se è normale e se si reagisce, possono divenire degli stimolanti.

Esse stimolano precisamente per la reazione che provocano. Di per se stesse, esse deprimono; ma possono anche concentrare il volere. L'ossigeno e l'idrogeno si combinano per l'incendio della «miscela tonante»; non che il calore entri per nulla nella combinazione, ma permette alle affinità chimiche dei due gas - che, alla temperatura ordinaria, sono «indifferenti», dissociati - di entrare in azione e di unirsi. Il volere pure, pungolato dall'emozione o dalla sofferenza, può entrare in gioco, riprendersi, reagire, raccogliere la coscienza dispersa e tendere tutte le sue energie per l'azione liberatrice. È allora che la vita si concentra e si esalta.

La storia è piena di esempi che illustrano questa dottrina. La fame è stata il primo stimolatore della civiltà umana. Per sfuggire alla sofferenza, l'uomo si è teso nello sforzo, si è industriato per trovare il proprio sostentamento, e, quando ha avuto il sostentamento, gli indumenti, l'abitazione, di che soddisfare ai bisogni urgenti, se ne è creati altri, di lusso, ed ha continuato il suo sforzo. Il piacere, in se stesso, è un aumento di energia vitale, e la sofferenza ne è una diminuzione; ma la reazione può prodursi in senso inverso. Il piacere allenta l'attività e la snerva, sopprimendo lo scopo ed il bisogno; la sofferenza l'esalta. Quasi tutti i popoli si sono accresciuti mediante

l'avversità; l'eccesso del piacere ha provocato la loro decadenza. Sino a quando i romani hanno avuto nemici da combattere, sono stati il primo popolo del mondo; divenendo un popolo felice, essi si sono rammolliti ed i barbari ben presto li hanno spazzati come foglie morte.

La storia delle famiglie e degli individui assomiglia a quella dei popoli. La maggior parte degli uomini che «hanno sfondato» hanno prima mangiato pane nero o, come si dice, «sono vissuti di stenti». Se Carnegie fosse stato meno povero, non sarebbe senza dubbio divenuto casi ricco. E se «le grandi famiglie» cadono casi presto, malgrado i loro vantaggi sulle rivali, non è sempre per la coalizione degli invidiosi. Manca loro il pungolo della sofferenza ed ascoltano i cattivi consigli del piacere (65).

Similmente per i nostri malati, un vero dolore li strappa spesso a quelli che essi si costruiscono (66). Ciò si produce innanzitutto per derivazione; quindi perché il dolore normale, adattato ai fatti reali, si presenta con dei contorni precisi che trattengono di più l'attenzione. Ma, soprattutto, la reazione sorge più facile, quando ha il suo scopo meglio segnato ed il suo momento imposto dalle circostanze. Ecco una donna ossessionata. Ella è «a terra», «non ne può più», incapace d'agire, di volere o di desiderare, si lascia andare come acqua che scorre. Ma improvvisamente suo figlio si ammala, il medico scuote il capo. 'Eccola subito, piena di coraggio e di forza, con impegno, giorno e notte, per contendere alla morte il proprio figlio. L'emozione di questa paura ha provocato la reazione (67). Il vostro cervello pare esaurito;

(65) Quasi tutta l'opera di Le Play ne rende testimonianza.

(66) Janet ne cita degli esempi. Vedasi I, 537 sgg.

(67) È per una ragione analoga che gli isterici passano così improvvisamente, sotto il colpo di una emozione, dall'accasciamento all'esaltazione e quasi dalla morte alla vita. In essi, la reazione emotiva è generalmente facile ed amplificata, in un senso come nell'altro, in conseguenza del loro campo di coscienza ristretto e della loro sintesi mentale assai instabile.

non avete più idee, o almeno non potete più venirne a capo, né riunirle. Eccovi sulla cattedra, l'uditorio ascolta: tutto si chiarisce, tutto si coordina, e la conferenza si svolge con bello slancio, senza difficoltà forse e lasciandovi alla fine meno stanco che all'inizio. L'emozione, la necessità hanno stimolato lo sforzo, lo sforzo ha raccolto e concentrato le energie sparse, e l'unificazione, che pareva impossibile, si è verificata. «Nella rotta che segue una battaglia, i soldati, tanto demoralizzati quanto estenuati, si trascinano penosamente lungo le strade... I loro piedi gonfi, le loro gambe rotte, le loro reni indolenzite non permettono loro più di avanzare. Gruppi di

ritardatari si accasciano lungo la strada: tutti cadono dalla stanchezza.

All'improvviso si alza un grido: Ecco il nemico! Ben presto ciascuno ritrova le proprie gambe. Le reni curvate si raddrizzano, i garretti si tendono, i piedi rattrappiti poggiano vigorosamente al suolo e quelli che non potevano più camminare si mettono a correre» (68). Prima ci si abbandonava all'emozione; poi, invece, la paura ha prodotto lo stesso effetto della scintilla nella miscela tonante: ha provocato la reazione delle energie.

Vi è in questi fatti, un'indicazione per il direttore. Sfortunatamente essa resta un po' vaga, poiché la sofferenza, l'emozione, il più spesso deprimono anziché stimolare. Tuttavia, se proviamo ad analizzare questi fatti contraddittori, ci sembra di notare che, quando l'emozione o la sofferenza stimola, essa è sempre precisa e lascia vedere la reazione come de-

(68) Lagrange, op. cit., 54.

298

siderabile e possibile. La libertà compie allora il resto.

Le emozioni vaghe, le sofferenze oscure, percepite confusamente, non producono mai nulla di buono, ma, quando nascono da un fatto preciso, quando mostrano un pericolo fondato, e fanno temere eventi determinati, ingranati nella serie delle cause, allora una tendenza precisa si rivolta, quella che è minacciata, e cerca di difendersi. Se la libertà interviene con l'attenzione, se la tendenza minacciata è cara, se i mezzi di salvarla appaiono, la reazione avviene, l'io si concentra, pronto allo sforzo.

Nella pratica, per conseguenza, se non si deve dimenticare che l'emozione è uno strumento delicato nell'uso, si può tuttavia servirsene e soprattutto guidarne l'impiego. Si può, di quando in quando, far uso della minaccia, della rampogna, a condizione che sia in termini precisi, misurati, e provochi la reazione di fiducia e di coraggio. Quanto alle sofferenze ed alle emozioni che il malato incontra da sé, occorrerà sforzarsi innanzi tutto di farle rientrare nell'ordine, di rimetterle sotto la luce delle idee sane, di ridurle alla proporzione dei fatti. Avendole così adattate, occorrerà mostrare gli sforzi precisi che costituiscono la reazione necessaria, e farli volere ed eseguire.

I sentimenti lieti non stimolano solamente, ma fortificano.

Se si hanno spesso troppi piaceri, non si ha mai abbastanza gioia. Il piacere è la coscienza d'una armonia parziale, e che può nuocere all'armonia dell'insieme e sconnettere l'essere umano. Tale il piacere del bevitore. La gioia è la coscienza dell'armonia dell'insieme. Essa accompagna, secondo il pensiero di Aristotele, l'attività perfetta, non di un organo, ma dell'organismo e dello spirito, dell'io umano tutto intero. Essa risulta dunque dalla coordinazione di tutte

le tendenze, traduce l'unità della vita, la pienezza della sua potenza, realizzata almeno per qualche tempo. Ma questa potenza non chiede che di tradursi in atto, ed è per questo che la gioia dilata, allarga, solleva, trasporta. È generatrice di slancio, di ardore, il che vuol dire di una azione facile ed amata, ardente e vigorosa. Essa è dunque al contempo un segno ed un principio di forza. È la grande forza.

Naturalmente non è affatto facile fare questo dono regale agli ossessionati. Non dona la gioia chi vuole. O piuttosto, essa non si dona, mai; essa si prende. Tocca a ciascuno farsela. È vita, e tocca a ciascuno vivere la propria vita.

Ora, la vita dell'ossessionato non è comoda a viverci.

Lo si può aiutare tuttavia a mettervi un po' di gioia, come gli alberi gracili giungono a fare qualche fiore. Segnaliamo tre procedimenti.

Il primo è di far loro concepire qualche ambizione ragionevole ed alla loro portata. Vi sono, in un'ambizione sana, un gran numero di sentimenti elementari a base di gioia, se così si può dire: l'adattamento sentito ad uno scopo, l'amore, lo slancio, l'ardore, la speranza, «questa prima fortuna che ne attende un'altra» (69); mentre, per derivazione, essa fa perder di vista una buona parte delle miserie correnti. E si vede bene che essa reca con sé una potenza d'unificazione, cioè una riserva di vita (70).

(69) Coste de Beauregard.

(70) Questo principio si applica ancor più alla scelta della carriera. «Una professione od un genere di vita sono molto più inoffensivi (e molto più tonificanti) se sono desiderati, amati, liberamente scelti dal soggetto; mentre divengono nocivi per i sistemi nervosi se sono subiti dal soggetto, se gli vengono imposti dalle circostanze, dalle necessità della vita o dalla famiglia. Le nozze, il celibato, la vita religiosa non fanno bene che se sono nel gusto e nella vocazione dei soggetti, e non fanno che del male se sono imposti o se non realizzano l'ideale sperato». Grasset, op. cit., 48.

300

Il secondo mezzo è di insegnar loro ad «oggettivarsi». Intendo con ciò che ci si metta tutto intero nell'oggetto del momento, nell'atto da fare, senza preoccuparsi del riflesso sul soggetto, senza domandarsi se ne risulta piacere o pena. La pena anzi, meno cosciente, si smussa; l'atto si compie meglio con la sua propria perfezione, e la gioia, «complemento dell'attività perfetta», sboccia da sola; non vi è che da accoglierla.

Infine, il terzo procedimento, che non bisogna stupirsi di veder qui rammentato, poiché traduce una legge generale che si applica ovunque, è di agire come se si

avesse ardore, speranza, gioia: queste cose giungeranno a poco a poco nella misura possibile.

Ma nulla è più tonificante, nulla coalizza meglio tutte le forze, nulla rende la vita più concentrata, più ricca, più allargata, più vigorosa, che una grande passione, quella che abbiamo chiamato, in mancanza di un termine migliore, l'ideale (71).

Si potrebbe credere che questa pratica sia controindicata per i nostri malati, che complichino le loro idee o affatichino eccessivamente la loro vita. Nulla di tutto ciò. Abbiamo già detto che la massima imperativa che su cui poggia l'idea ossessiva, non deve, quando è bella o solamente ragionevole, essere combattuta; che se essa conduce il dubbio e l'angoscia, non è per se stessa, e che un'altra qualsiasi idea fornirebbe una

(71) Cfr. Le grandi leggi, Edizioni Paoline, Roma, 1958, terzo principio.

301

occasione, generalmente peggiore, all'impotenza vitale, di manifestarsi. Non è affatto l'amore della massima che è morboso, ma il modo di testimoniarlo; e, poiché occorre pur amare qualcosa nella vita, è meglio amare il vero, il bello ed il bene. A più forte ragione, possiamo dire altrettanto dell'ideale, che è questo vero, questo bello, questo bene al massimo, che è in se stesso, come abbiamo altrove dimostrato, la grande gioia e la grande forza, il grande principio di eliminazione e di assimilazione, questo ritmo necessario di ogni vita. La stella non nuoce al navigante; essa gli indica, per quanto le nuvole la lascino vedere, la rotta da seguire, anche durante la tempesta. Il sole non nuoce alla pianta; esso attira la linfa, per quanto ve ne è, e la fa fiorire. L'altezza dello scopo mirato ed il desiderio di giungere non nuociono all'alpinista; essi lo spronano. Ciò che nuocerebbe, sarebbe un atto sproporzionato, mal combinato, male adattato alle circostanze; sarebbe se l'alpinista prendesse, dall'inizio, un passo di corsa, o se si tirassero con le dita i petali del bocciolo di rosa per farlo fiorire, o si chiedessero delle mele al roseto, o all'arbusto di eguagliare una quercia.

Non è dunque l'ideale che occorre abbassare, ma lo scopo immediato, la tappa da percorrersi con lo sforzo del momento. E, per misurare questa tappa, tutti i consigli che abbiamo dato conservano il loro valore. Ma tutto ciò che abbiamo detto in favore dell'unificazione vitale, parla in favore dell'ideale da amare. Gli sforzi ben adattati, le decisioni, i sentimenti lieti realizzano l'armonia dell'io nella chiara coscienza. È pur qualcosa, ma non è tutto; è il sommo dell'essere, ma al di sotto, vi è ancora il cuore con i suoi desideri oscuri, gli istinti, le tendenze, la vita profonda, l'essere subcosciente, la parte meno conosciuta di noi stessi, ma la più ricca e la più potente. È là

302

che l'ideale penetra a poco a poco, per sua segreta virtù, in seguito agli atti ed alle abitudini, per eliminare ed assimilare, per epurare, trasformare e coordinare, per operare questa concentrazione nello slancio, questo allargamento nell'armonia che è la pienezza della vita e la sua sicurezza, per compiere la messa a punto di tutto l'essere con le sue tendenze ed il suo destino (72).

«Occorre fare della vita un sogno, diceva la Signora Curie (73), e fare di questo sogno una realtà». Non una fantasticheria, un sogno assurdo ed evanescente, ma un sogno ideale assai bello ed adatto, e camminare verso questo ideale come il navigatore verso la stella, sapendo che non lo si raggiungerà, ma che ogni colpo di remo ne avvicina. Una vita senza ideale sarebbe un mare senza una stella od un inverno senza sole.

Non bisogna spegnere questo sole né questa stella nella vita dell'ossessionato. Occorre accendervela per rendere la sua notte meno oscura ed il suo inverno meno freddo.

Se mi si domanda il mezzo, mi inchino senza rispondere; non ho voluto fare che della psicologia, ed occorrerebbe, per rispondere, entrare nel dominio della filosofia e dell'ascetismo. Mi arresto sulla soglia; ma invitando a superarla.

In mancanza di ciò, non si avrebbero che del-

(72) Vedasi il nostro opuscolo *La Bienheureuse Sophie Barat*, Paquet, Lyon, 1909, 66 sgg.

(73) È lo stesso pensiero che esprimeva A. de Vigny dicendo: «Che cos'è una grande vita? Un pensiero della giovinezza realizzato nell'età matura».

303

le amare consolazioni da lasciare ai malati come parola d'addio: «È indispensabile, occorrerebbe dir loro col dr. Deschamps, consentire ad inchinarsi di fronte alla necessità; proporzionare la propria vita alle proprie forze, vivere una vita ristretta, assurda e senza gioia. Occorre avere una pazienza infinita (o prenderla?), della rassegnazione, dell'energia - poiché è più duro condannarsi all'inazione che attraversare l'Africa - ed anche della tenacia nell'impiego dei mezzi terapeutici che l'esperienza ha insegnato. Occorre che l'esperienza e la tenacia siano instancabili. Lo sforzo deve essere immenso per un risultato piccolo. La lotta è di tutti gli istanti. Occorre rifare, ogni giorno, ogni ora, ogni minuto, ciò che la vita sola basta a distruggere. Occorre lottare per durare, prolungare la vita, guadagnare del tempo. La natura farà il resto» (74). La stella è piccola e scialba.

Il dr. Baumgarten suggerisce che è necessario trovarne un'altra meno pallida, ed aggiunge: «Affermo che senza una simile concezione della vita, ed anche senza principi morali solidi, la guarigione della neurastenia è quasi impossibile» (75).

Il dr. Burlureau, se vede nella rassegnazione passiva, nell'«accettazione del fatto acquisito», un buon metodo di psicoterapia sedativa che produce «una specie di sonno della cellula nervosa», esprime una maggiore fiducia nella psicoterapia ricostituente che si compie con la rassegnazione attiva, «l'atto volontario, in virtù del quale il paziente accetta, in tutta libertà, senza restrizioni, senza proteste, le proprie sofferenze, per offrirle in un'intenzione qualsiasi ... Sfortunatamente, questa rassegnazione attiva è alla

(74) Op. cit., 310.

(75) Op. cit., 144.

304

portata di pochi iniziati. Essa suppone tutta una dottrina filosofica» (76) e religiosa.

L'iniziazione non è impossibile. Essa può dare, qualcosa di meglio della stessa rassegnazione attiva: può fornire un ideale che domina ed avvolge tutta la vita, per riempirla talvolta di fortuna, sempre di slancio, di forza e di speranza, per portare in una parola al massimo questa potenza d'unificazione che è la vita; ed esso contiene ancora, per soprappiù, il segreto della guarigione, almeno sino al grado in cui la pazienza non ha più bisogno di essere eroica ed in cui si possono attendere, a cuore tranquillo, le rivincite dell'avvenire.

(76) Op. cit., 181 sgg.