

Freud, Jung Reich: dalla libido all'energia corporea e universale

di Nicola Sensale

Freud arriva a coniare il termine di *libido* o pulsione partendo dall'originaria idea di impulso o istinto, che caratterizza la tensione vitale e sessuale presente in tutti i mammiferi e che è volta a ricercare appagamento attraverso un dato oggetto, designato come la meta (preda) dell'appagamento stesso. La pulsione umana appare tuttavia a Freud differente dall'impulso istintuale che si ritrova negli altri mammiferi, nonostante la comune radice biologica relativa alla funzione conservativa e riproduttiva degli istinti stessi. Questo perché l'attivazione psichica, ovvero il modo di sperimentare la pulsione stessa a livello mentale è secondo Freud diverso e maggiormente pervasivo nell'essere umano rispetto a quanto avviene nel regno animale, tanto da diventare causa di sofferenza e alterazione dell'equilibrio generale in caso di suo ingorgo o rimozione.

Freud identifica con il termine di libido sia la sensazione somatica della "fame pulsionale", che la tensione eccitatoria dovuta al dinamismo della pulsione stessa, nella fase in cui non ha ancora trovato il suo oggetto. In altre parole egli identifica la libido nella voluttà, anelito e desiderio di qualcosa fuori di sé, che sazi la "fame" stessa. Per Freud non vi è differenza tra la fame di nutrimenti e la fame per l'oggetto che la può soddisfare: tutto è "sessuale", tutto è fonte di eccitazione, come la vista della ciotola della pappa per il cagnolino, testimoniata dalla produzione della bava. Tuttavia, differentemente dall'istinto animale, la pulsione umana si distingue per una sua qualità specifica, ovvero essa non esiste solo allo scopo di nutrire la forma fisica della fame di sessuale, ma anche e soprattutto per dare senso all'esperienza della sazietà, accompagnandola con gratificanti sensazioni di piacere psichico, che rappresentano la risposta esistenziale del sistema persona di fronte all'esperienza della pienezza del nutrimento. Per il padre della psicoanalisi la sofferenza fisica causata dalla privazione di nutrimento o il senso di sazietà cagionato dall'appagamento, trovano dunque sempre egual correlato e sostanza all'interno dell'apparato psichico umano. Non c'è dunque differenza tra fame fisica e fame psichica, anzi, esse sono saldamente legate assieme. Concetto chiave della teoria psicoanalitica è dunque proprio la libido, ovvero la spinta dinamica, insostenibile e insopprimibile, fatta di desiderio e tensione eccitatoria, risultato della pulsione "sessuale" che attende di trovare la sua meta e condurre all'esperienza del piacere. Secondo Freud, tutta la tensione a conservare la vita si sostiene sulla continua ricerca di piacere e di appagamento ed è massimamente volta a contrastare l'esperienza del dolore, dell'angoscia della privazione e della possibile perdita dell'esistenza corporea stessa.

Fare i conti con la realtà

Per Freud, ogni individuo, a partire dalla primissima infanzia, entra in perenne conflitto tra ciò che brama di ottenere -in totalità di appagamento ovvero senza differimento alcuno- e ciò che la realtà può veramente offrirgli, ovvero il "non tutto, non sempre, a volte mai". Questo conflitto, che come Freud ci ha ricordato possiede una sua qualità psichica e non solo fisica, è contenibile solo attraverso l'apparato di difese che il bambino inizierà a costituire, ma non sarà mai definitivamente risolvibile, poiché niente nel bambino è più sofferto della rinuncia all'appagamento. Essendo per lo più percepito come intollerabile e inaccettabile, il conflitto deve essere relegato nell'inconscio, come tutte le esperienze che provocano dolore, frustrazione e rabbia o addirittura l'angoscia di non sopravvivere.

Il concetto di libido è alla base della teoria psicoanalitica, tanto che il conflitto tra la pulsione che cerca la sua meta (principio di piacere) e gli ostacoli posti dall'ambiente (principio di

realtà), è per Freud all'origine della maggior parte delle sofferenze (nevrosi) psichiche umane. Freud, pur ammettendo che i processi interni che danno origine alla libido sono, in ultima analisi, riconducibili alla natura chimica degli istinti sessuali, ovvero trovano origine in una base biologica, collocherà infine la sua teoria della libido fuori dal corpo. In altre parole, una volta chiarito il concetto di libido, Freud focalizzerà il suo interesse solamente sugli aspetti psichici del conflitto, per lo più inconscio, tra gratificazione della fame sessuale umana e le continue frustrazioni della stessa, occupandosi della qualità specifica assunta da questi conflitti, ovvero delle diverse modalità reattive nevrotiche espressione dei conflitti stessi. Venne pertanto rimandato da Freud, o forse evitato, l'approfondimento della componente somatica dell'energia della libido e dei risultati corporei dei conflitti intrapsichici.

É **C.G.Jung** (1875-1971) il primo a prendere distanza da tale nozione di libido. Jung se ne distacca non tanto perché non intravede più nella teoria freudiana la base corporea del concetto stesso di libido, quanto invece perché ritiene riduttiva la focalizzazione sul solo mondo delle pulsioni sessuali. Per Jung (che fonda la psicologia analitica nel 1913, in contrasto con Freud e dopo esserne stato allievo e collaboratore), la libido é l'energia vitale che si manifesta ovunque, ovvero il flusso che investe ogni forma di vita nell'universo. Benché ancora di natura essenzialmente psichica e immateriale, l'idea di energia di Jung lo porta a misurarsi con il pensiero alchemico ed esoterico. Per il pensatore svizzero infatti la libido, intesa come energia psichica, non è solamente riconducibile all'attività della mente individuale: l'energia è anche il substrato attivo contenuto nei simboli e nei miti o in specifiche immagini e ruoli definiti archetipici, ovvero rimandanti a immagini e credenze ritenute innate e per lo più inconse. Gli archetipi sono contenuti nell'inconscio collettivo del mondo perciò abbracciano trasversalmente, nel tempo e nello spazio, l'immensità dei popoli dell'universo. Non è solo dunque l'inconscio individuale, ma anche l'inconscio collettivo a contenere le energie psichiche umane e i sogni sono la chiave per averne accesso e utilizzare quell'energia per creare trasformazione.

E' invece **W.Reich** (1897-1957) a ritornare alla forma corporea freudiana iniziale della libido, con il concetto di *orgone*. Anche Reich è un allievo di Freud, forse il più brillante e promettente, tanto che Freud gli affida l'incarico di vice-direttore del Freud's Psychoanalytic Polyclinic di Vienna (1920-1926) e quello di Direttore dei seminari di terapia psicoanalitica della medesima istituzione. Nel 1927, Reich entra nel Partito Comunista e da questo momento in poi le sue posizioni rispetto al movimento psicoanalitico viennese e a Freud in persona iniziano a differenziarsi, fino a configurarsi come inconciliabili. Reich inizia ad accusare la psicoanalisi di un'ingiustificabile "neutralità sociale", la quale la poneva in tal modo al di fuori della possibilità di incidere sulle trasformazioni della società. Reich identifica infatti nella società e nella morale la principale responsabile della repressione culturale e sessuale, una posizione che lo avvicina idealmente alle tesi sostenute da Herbert Marcuse (1898-1987) e dalla Scuola di Francoforte.

Reich rigetta sia il concetto freudiano d'istinto di morte che la concezione immateriale della libido. Per Reich esiste l'energia, una corrente vitale pulsionale che non ha nulla d'immateriale, essendo il corpo sia la sua sede biologica, sia il luogo in cui essa é immagazzinata in forma di blocchi e corazze, espressione somatica dei diversi e specifici gruppi di difese psichiche (caratteri) costruite dagli individui nel corso dello sviluppo. Reich attribuisce ai condizionamenti familiari e sociali e alle troppo rigide pratiche educative del suo tempo, un ruolo fondamentale nel costituirsi degli stili difensivi repressivi. Per il Reich comunista, la terapia deve avere pertanto forma di militanza: obiettivo della terapia non è la liberazione del paziente dalla sofferenza relativa alla rimozione inconscia delle pulsioni, né la

successiva adesione consapevole al principio di realtà. E non lo è nemmeno il processo psichico di sublimazione, necessario a sostenere la dolorosa rinuncia all'appagamento sessuale. Scopo della terapia deve essere la trasformazione della società, che può avvenire soltanto attraverso l'aumento della consapevolezza nel paziente dell'esistenza dei suoi blocchi corporei e la conseguente liberazione del proprio potenziale energetico, la ricerca della gioia e del piacere sessuale.

Le idee rivoluzionarie di Reich, provocarono in Freud una reazione contraria: egli fu prontamente allontanato dalla cerchia dei suoi più fedeli discepoli e alla fine anche espulso dalla società psicoanalitica europea. Ma con Reich la psicoanalisi stava compiendo degli straordinari passi in avanti, trasformandosi da pura teoria della mente a un più complesso sistema concettuale basato su di una visione più completa dell'essere umano e che includeva nella pratica terapeutica la mente umana, il suo corpo, gli stati emotivi, gli stili comportamentali, la morale. Non fu questa la strada che la psicoanalisi intese seguire, così Reich si trovò solo ed isolato, obbligato a seguire una sua autonoma via, che lo portò a sviluppare un nuovo approccio psicoterapeutico, definito **vegetoterapia** (il nome proviene dagli studi di Walter Cannon sul sistema nervoso autonomo). Furono Ola Raknes (1897-1985) in Europa e John Pierrakos (1921-2001) e Alexander Lowen (1910-2008) negli Stati Uniti, a seguirne le indicazioni, sviluppando ulteriormente il metodo psicocorporeo reichiano.

Per Reich, padre della psicosomatica, intesa come identità funzionale tra psiche e corpo, non c'è dunque nessuna differenza tra mente e soma, in altre parole ciò che accade nel corpo accade anche nella mente e viceversa. Per Reich il conflitto tra i bisogni dell'Es e i divieti imposti dalla realtà era visibile sia a livello psichico, negli agiti e stili comportamentali nevrotici assunti dall'individuo, sia nel corpo, che assumeva particolari fisionomie morfologiche. Ciò in relazione al carattere difensivo prevalente sviluppato nel tempo dalla persona e reso definitivamente stabile anche nel suo aspetto corporeo.

All'inizio delle sue scoperte Reich utilizzava in maniera abbastanza indifferenziata il termine di libido e di energia, in specie per sviluppare la sua teoria del carattere, ma poi più in là nel tempo, quando emigrò negli Stati Uniti (vi si trasferì nel 1939, dopo esser stato espulso dalla Norvegia come "indesiderato"), formulò il concetto di orgone, una forma di energia che permeava tutto l'universo. Un concetto che lo avvicinava a quello di *ki* o di *prana*, benché Reich non avesse nessuna visione spirituale correlata alla sua concezione dell'energia. Negli Usa, Reich formò, come accennato sopra, due grandi allievi, **Alexander Lowen** e **John Pierrakos** che saranno decisivi entrambi per lo sviluppo del concetto di energia e la sua applicazione nei modelli di lavoro psicoterapeutico e di sviluppo evolutivo.

Articolo a cura di Nicola Sensale (2016), riproduzione parziale o totale del presente articolo ammessa, citando l'autore medesimo.