

Rita Corsa, Lucia Fattori, Gabriella Vandi

(a cura di)

Vecchiaia e psicoanalisi

Collana

Psicoanalisi & fede

Diretta da LUCIA FATTORI e GABRIELLA VANDI



Alpes Italia srl – Via Romagnosi 3 – 00196 Roma
tel./fax 0639738315 – e-mail: info@alpesitalia.it – www.alpesitalia.it

© Copyright

Alpes Italia srl - Via Romagnosi, 3 – 00196 Roma, tel./fax 06-39738315

I edizione 2020

RITA CORSA, medico, psichiatra, psicoanalista con funzioni di training della S.P.I. e dell'I.P.A., ha diretto servizi psichiatrici pubblici ed è stata professore a contratto di Clinica Psichiatrica presso le Università Statale e Bicocca di Milano. Esperta di storia della psicoanalisi italiana, ha scritto i volumi *Edoardo Weiss a Trieste con Freud. Alle origini della psicoanalisi italiana* (Alpes, 2013) e *Vanda Shrenger Weiss, la prima psicoanalista in Italia. La psicoanalisi a Roma in epoca fascista* (Alpes, 2017). Della sua copiosa produzione saggistica si segnalano, tra gli altri, i libri *Se la cura si ammala. La caducità dell'analista* (Kolbe, 2011), *Limite è Speranza. Lo psicoanalista ferito e i suoi orizzonti* (con L. Monterosa; Alpes, 2015), *Vivere con Barbabliù. Psicoanalisi e violenza sulle donne* (con C. Barducci e B. Bessi; Magi, 2018). Ha inoltre curato *Corpo, generazioni e destino* (con G. Gabbriellini; Borla, 2012) e *Oggi, la Speranza? Una contraddizione della contemporaneità* (Quaderni C.M.P., Milano, 2016).

LUCIA FATTORI, psicoanalista, è Membro ordinario con funzioni di training della S.P.I. e dell'I.P.A. Docente a contratto di Psicologia dinamica presso l'università di Padova, città dove vive e lavora, è co-autrice del volume *Psicoterapia psicoanalitica e deficit cognitivo* (Cortina, 1996) ed ha co-curato *Psicoanalisi e fede: un discorso aperto* (F. Angeli, 2017), *Nostalgia di infinito* (Guaraldi, 2018), *Oltre* (Alpes, 2019), *Derive della fede* (Guaraldi, 2019), *“Tra” questa immensità* (Guaraldi, 2020). Fra gli articoli: *Existential crises in two religious patients*, International Journal of Psychoanalysis (2015, con C. Secchi), *Rancore e depressione melanconica*, Rivista di Psicoanalisi (2020).

GABRIELLA VANDI, psicoanalista, Membro Ordinario con funzioni di training della S.P.I. e dell'I.P.A. Ha pubblicato articoli e presentato vari lavori a Congressi Nazionali e Internazionali. Tra gli articoli pubblicati *“De la confusión de lenguas a compartir un código: la experiencia de rêverie”*. In Revista de Psicoanálisis de la Asociación Psicoanalítica de Madrid (2012, con C. Carnevali). Tra i volumi co-curati: *Psicoanalisi e fede: un discorso aperto* (Franco Angeli, 2017); *Oltre* (Alpes, 2019), *Derive della fede* (Guaraldi, 2019), *“Tra” questa immensità* (Guaraldi, 2020), *Federico Fellini. La vita è sogno, il sogno è vita* (Pendragon, 2020). Vive e lavora a Rimini.

TUTTI I DIRITTI RISERVATI

Tutti i diritti letterari e artistici sono riservati.

È vietata qualsiasi riproduzione, anche parziale, di quest'opera.

Qualsiasi copia o riproduzione effettuata con qualsiasi procedimento (fotocopia, fotografia, microfilm, nastro magnetico, disco o altro) costituisce una contraffazione passibile delle pene previste dalla Legge 22 aprile 1941 n. 633

e successive modifiche sulla tutela dei diritti d'autore.

Indice generale

<i>PREFAZIONE - La vecchiaia è una viaggiatrice di notte</i> di Maurizio Balsamo	V
---	---

PSICOANALISI E VECCHIAIA

<i>I vecchi che saremo</i> Tipologie libidiche nella vecchiaia di Ezio Maria Izzo	3
<i>La vecchiaia e l'orizzonte</i> L'ultima stagione di Freud di Gabriella Vandi.....	25
<i>Vecchi e bambini: come si tramanda la forza di vivere</i> Note sul transgenerazionale positivo di Lidia Leonelli Langer.....	41

ANALISTI ANZIANI E PAZIENTI ANZIANI

<i>Il tempo dell'analisi, il tempo dell'analista</i> di Marta Badoni	67
<i>Psicoterapia in tarda età</i> di Franco De Masi	83
<i>L'emergenza coronavirus nei pazienti anziani: un "momento della verità"</i> di Lucia Fattori.....	111

QUALE VECCHIAIA?

<i>Invecchiamento normale, invecchiamento patologico</i> di <i>Sophie de Mijolla</i>	135
<i>Essere “vivi” nel tempo senza tempo</i> Dialoghi sull’ <i>invecchiare</i> di <i>Carla Busato Barbaglio</i>	145
<i>Le intermittenze della vita</i> di <i>Lucia Monterosa</i>	163
<i>La neo-vecchiaia</i> Ovvero essere anziani nell’era cibernetica di <i>Rita Corsa</i>	173

Essere “vivi” nel tempo senza tempo

Dialoghi sull'invecchiare

di *Carla Busato Barbaglio*

«*Non c'è nulla di bello nell'invecchiare*» mi dice con aria ferma una signora di 96 anni in un tono che non sembra ammettere repliche e, dopo una lunga chiacchierata, conclude: «bisogna riprendere la vita normale». Siamo nei tempi della quarantena per il coronavirus. È la prima volta che la incontro dopo mesi di telefonate e sento che l'isolamento, l'essere a contatto quotidiano solo con il personale di servizio, è un qualcosa che ha molto pesato. Pensavo alle molte situazioni di anziani che mi hanno confidato la difficoltà del sentirsi soli, isolati dal mondo e fondamentalmente a contatto con una grande “melanconia”. Avvertivo che, a mano a mano che si parlava, avveniva come uno stemperarsi di quel «non c'è nulla di bello» e cresceva al contrario la piacevolezza del parlarsi, ascoltarsi, pensare assieme. La frase *tranchant* che non ammetteva repliche, dell'inizio, si stava sciogliendo in comunicazione, condivisione, racconti, fino a farci giungere a sorridere e poi a ridere su un libro di racconti di montagna letto da entrambe. Io ero impressionata non solo dalla lucidità del racconto che ne faceva e dall'osservazione sui vari personaggi, ma anche dalla sottigliezza con cui la “vecchia signora” coglieva e ricordava particolari, che a me un po' più giovane, ma sempre nella fascia del tempo breve, erano totalmente sfuggiti. Acuta, presente, viva.

Pensavo a come questo tempo di quarantena, che ci ha isolati per certi aspetti dalla normalità e ci ha imposto i non incontri insieme, ancora di più abbia inciso in chi si trova più solo, meno agile con le varie piattaforme (Skype, Zoom, ecc.), più in rapporto con il tempo senza tempo, con il corpo che risponde sempre meno e che delude e le forze che se ne vanno, mentre i fantasmi popolano il silenzio e diventano più forti.

Da più persone, pazienti e non, mi sono sentita dire che in questo tempo l'età è stata vissuta come una cartina di tornasole crudele, definitiva, non più negabile. Un'età che immette in categorie precise di rischio, forse sempre sapute, ma ora alla prova di una realtà mai vissuta, quotidianamente ricordate e proposte in mille modi.

Ritorno ad una esperienza clinica molto importante per me dalla quale molto ho appreso, pensato e ripensato. Ricordo Vera, una mia paziente avuta in terapia da quando aveva 78 anni e per quattro lunghi anni. Mi diceva: *«quanto è brutto essere anziani: c'è un corpo che non viene più toccato e coccolato da nessuno, perché non è più bello, non è più fonte di desiderio. L'unica cosa che si ha davanti è la morte»*.

Abbiamo camminato e lavorato assieme, perché potesse vivere tutto ciò che le restava *da viva*, come diceva lei, e non solo come *futura morta*. M'incuteva tenerezza e mi affascinava questa signora dai capelli bianchi e dagli occhi azzurri e fieri. Durante la guerra aveva fatto la partigiana con contatti e relazioni importanti e profonde: mi appariva come la rappresentante di un mondo ricco di valori e battaglie condotte con rigore e onestà assoluta. Forte, combattiva, "tutta d'un pezzo", come si diceva nel passato, una donna di altri tempi. Abbiamo ripercorso la sua storia e tentato ipotesi la cui funzione fondamentale era quella di tenere vivo il pensare e smussare aspetti dolorosi della memoria avvicinandone altri, sul perché di determinate depressioni nelle quali ciclicamente incorreva.

Ho dovuto creare per lei uno spazio terapeutico particolare, a proposito delle estensioni del metodo. Aveva difficoltà a camminare e andavo a prenderla al portone per aiutarla a braccetto a salire le scale che portano al mio studio. Per lei, su sua indicazione, è stato messo un corrimano, che l'aiutava, oltre al mio braccio, a salire. Poi la riaccompagnavo all'uscita. Ho pensato che il nostro salire e scendere a braccetto fosse il suo modo concreto di avere una risposta al suo dire «i vecchi non vengono toccati da nessuno». Sembrava la ricerca di una risposta incarnata.

Molto abbiamo parlato del suo matrimonio e della domanda che tormentosamente si faceva: se avesse fatto tutto il possibile per aiutare il marito o se in qualche modo potesse essere stata causa di malessere; sentivo

Quale Vecchiaia?

che la dovevo aiutare ad essere accogliente con se stessa, a coccolarsi e poter guardare alla sua vita e a tutte le cose belle con occhio meno severo e giudicante.

La vedevo ogni settimana il sabato pomeriggio per avere più tempo a disposizione per quel lento salire e scendere. Per lungo tempo all'inizio si disperava profondamente quasi a sprofondare in un abisso, tremando tutta: un attacco di panico dal quale sembrava non poter uscire, facendomi temere che potesse avvenire qualcosa di più grave. In questi casi, oltre a tentare di rassicurarla, rimanendo io il più possibile tranquilla, le facevo una camomilla calda. Era come se alla fine della sua esistenza avesse bisogno di un accudimento che quasi la facesse sentire come agli inizi della vita, un *maternage* caldo e accogliente che le creasse la possibilità di continuare a vivere, una rimessa in vita per pian piano trovare motivi d'interesse, di vita, nello spazio tra una seduta e l'altra.

Vera è diventata una paziente modello: si appuntava diligentemente in un quadernino nero, dall'aria un po' antica, i sogni che poi commentavamo assieme. Era via via ritornata a leggere e a vedersi dei film, a essere aggiornatissima e guerriera sulle questioni politiche. Aveva smussato il suo sguardo troppo critico su alcune fasi della sua vita, riuscendo a leggerle anche in un'altra prospettiva. «Sì, forse è vero», mi diceva con gli occhi azzurri tornati a illuminarsi. La frase con la quale si era presentata, **«vedo davanti a me solo buio, non ho più nulla da fare, ho solo la morte davanti che mi paralizza»**, tra una seduta e l'altra si è stemperata in una ripresa di vita, per certi versi ancora di nuovo viva.

Lunghi racconti riempivano le sedute anche affascinandomi. A volte io ricordavo quando da bambina la nonna, su nostra richiesta, raccontava a noi nipotini ciò che accadeva ai "tempi di guerra" e noi ascoltavamo affascinati. Altre volte lo spazio del nostro incontro si riempiva di domande dilanti sul suo «non essere stata all'altezza»: domande, domande su che cosa avrebbe potuto fare di più. Ma anche racconti su episodi belli, momenti ricchi di vita e di amore, o situazioni esilaranti avvenute nella sua vita.

Abbiamo chiacchierato, parlato profondamente, sorriso, riso, pensato, insomma per quattro anni abbiamo vissuto assieme.

Dopo tre mesi dalla fine della lunga terapia scrupolosamente osservata ho appreso dai giornali che era morta. Onnipotentemente pensavo: e se non avessimo concluso? Ma ormai, nonostante il mio braccio, le sue gambe non riuscivano più a salire le scale e lei si sentiva troppo stanca e acciaccata; così con molto affetto ci eravamo salutate. Oltre il ricordo mi è rimasto il corrimano che ogni volta che utilizzo mi narra di lei.

La porta socchiusa

Parlo della vecchiaia, per questo mio testo, con la signora di 96 anni Rossana Rossanda, *La ragazza del secolo scorso*, dal titolo del suo libro. Le chiedo che cosa poteva raccontarmi del suo essere “vegliarda”. Mi diceva: «ti accorgi di invecchiare a partire da una certa età». Lei la datava attorno ai 50 anni.

«*Ma il brutto*» – raccontava – «è *quando il corpo è altra cosa*». Le chiedo perché: diventa estraneo? «No – mi correggeva – lo senti che prende troppo posto ed è difficile da sopportare, un corpo che non risponde più. A me, per esempio, piaceva molto nuotare, il rapporto con l’acqua dove non hai peso. Avevo allora anche più paura di ammalarmi, ma pian piano ti accorgi che una quantità di esperienze ti sono precluse, non puoi fare questo o quest’altro... questa è la vecchiaia brutta. Non ho paura della morte, ma paura di quello che devo subire; la morte arriva e non ci sei più. Se sapessi di morire tra mezz’ora non mi importerebbe. Non penso inoltre che dopo ci sia qualcosa e non lo desidero neppure».

Le domando se quello che è centrale per lei abbia a che fare con una vita piena, ma lei non mi segue e insiste «nel voler parlare del tema del dopo morte. Non c’è spazio in lei per il pensiero di una vita dopo la morte e neanche per l’idea di incontrarsi, per esempio, con mio marito morto da tempo, da lei molto stimato: «non può essere – dice – come il rapporto che abbiamo avuto in vita e questo è il punto su cui il mio rapporto con il cristianesimo, per me, si blocca. Gesù ha vinto la morte che è sconfitta

Quale Vecchiaia?

quando incontra le donne nel “noli me tangere”, oppure “allo spezzare del pane”...».

Mi sorprende la sua conoscenza profonda della *Bibbia*, che a lungo mi cita. Poi ritorna al tema del corpo e afferma, con il suo tono severo, che: «non lo si può definire estraneo, mai l’ho sentito così presente nelle sensazioni, ma è un corpo diverso da me. **Il corpo è per fare, per sperimentare**; ora le cose che si possono fare sono ridotte e questo è quello che mi trovo a vivere: il corpo che è il poco che rimane, la “**porta socchiusa**”. Finché non muori qualcosa rimane aperto e quello che rimane aperto è quello che conta...».

Le parlo del mio essere impressionata al contrario della sua lucidità, della sua memoria molto più vivace della mia, del trovarla sempre a divorare libri, l’ultimo, *La storia del romanzo*, un grosso libro che riesce a leggere in un giorno e una notte. «Mah – risponde, scuotendo la testa – no, *anche la mente è socchiusa* e per quel tanto che permette, ripeto, la sento “una porta socchiusa”».

Chiedo se le capita di ripensare alla ricchezza della sua vita, ai tanti livelli vissuti: affettivo, politico, sociale, di amicizie e la risposta netta è: «penso a quello che ho sbagliato ed è molto...».

Non posso non collegare le sue riflessioni con quelle di Vera, la mia paziente di cui ho appena parlato. Sono affascinata dall’immagine-intuizione della porta socchiusa e fatico a mettere assieme la ricchezza di vita di questa signora con il suo giudizio secco e *tranchant* e quindi, ostinatamente, le ricordo che è molto quello che ha vissuto, in modo intenso, ricco, importante: ha fatto molto a tanti, a tanti livelli. Lei non ci sta, scuote la testa e continua raccontando che sente di aver mancato molto con gli altri, per esempio verso i due mariti, personaggi importanti. «Ma io sono mancata con loro...». Lo ripete a lungo, quasi parlando tra sé nel giudicarsi. Insisto nel ricordarle le mie impressioni belle della sua coppia con Carol, suo marito, da me conosciuto e visto in più occasioni insieme a lei e mi risponde: «sì, un rapporto bello, ma penso che avrei potuto stare più attenta a tutti e due».

Le chiedo se questo non possa appartenere alla fisiologia del lutto. Lei insiste sul suo sentirsi mancante e aggiunge: «come se in me avessero

cercato qualcosa che li risarcisse, un qualcosa che io non ho saputo dare». Rimango colpita dal verbo *risarcire*, che mi riporta alle tante riflessioni che si fanno nel mio lavoro di psicoanalista.

Parliamo di come la sua sia sempre un'analisi profonda sulla qualità dei rapporti, ma quando insisto sul che cosa rimane di tutto quello che ha fatto e profondamente vissuto, mi sento rispondere con grande tranquillità: «niente, non do un giudizio positivo».

Le ricordo testardamente le tante persone incontrate che le hanno voluto bene che ora la cercano, la vanno a trovare, e sono segno di un suo essersi fatta amare. Insiste di aver ricevuto più di quanto ha dato e non si può lamentare. E aggiunge: «... se avessi la forza vorrei ringraziare ad una ad una moltissime persone». Le domando ancora se questo non la riempia, non la faccia sentire bene e lei: «No, non ho saputo rispondere e non nella pienezza dell'avuto». Continua: «per esempio, considero il rapporto tra noi importante, ma di questi tempi non posso dire sia esperienza di vita, perché ora è nell'ambito, appartiene, a questo tempo della mia vita. La vita è una cosa più importante questo è il “**socchiuso**”. Se penso al giudizio universale penso a quante persone testimonierebbero una delusione nei miei confronti, penso invece a una persona come tua madre, che mi è rimasta in mente come una che ha dato moltissimo. È un bilancio, il mio, in penombra: se mi chiedessero che voto mi darei, io direi 6 -. Forse ci vuole più impegno e io mi sono sempre ritratta dall'impegno, quello decisivo».

Le chiedo con forza, incredula a quanto mi dice conoscendola: «ma qual è l'impegno, quello decisivo?» E lei mi risponde: «**quello che l'altro si aspetta e avrebbe diritto di chiedere**. *La cosa buona nell'invecchiamento è che viene meno la paura. Più uno diviene vecchio, più cala la paura.* Quando attorno ai cinquant'anni si comincia a fare l'elenco di ciò che si sarebbe voluto fare e non si è fatto ci si ritrova con un bagaglio pesante! Cinquant'anni è un po' un limite, è quando è finita la giovinezza. Ora ho l'impressione di vivere un supplemento di vita. Novantasei anni è molto!»

Le chiedo di rileggere con lei quanto scritto, preoccupata di aver segnato cose improprie. Alla fine della lettura mi dice: «*Sai, mi sta accaden-*

Quale Vecchiaia?

*do una cosa strana: a mano a mano che leggevi pensavo che avrei corretto la frase iniziale: “Non c’è nulla di bello nell’invecchiare”. No. Ora correggerei, forse c’era rabbia in quella frase, e invece direi: c’è qualcosa di bello, la capacità di riflettere che prima non si aveva». Sul momento non mi è chiaro che cosa intenda dire, dato che scorrendo la sua vita mi è sempre apparsa una donna con una notevole capacità di riflettere e le chiedo informazioni su questa qualità diversa: «Ora c’è qualcosa che mi piace di più e che non avrei apprezzato a 40 anni: mi pare più ricca l’esperienza della vita che conta» – e fa un ampio cerchio con la sua mano sana. «Come una somma di esperienze, ma è curioso che se non avessi detto il giudizio negativo, non sarei arrivata ad un giudizio positivo come adesso e forse è questo l’invecchiamento. È curioso il capovolgimento del giudizio – continua – come il gatto che cade sempre in piedi... Prima la rabbia e il rifiuto, poi il riflettere più ampio... **Forse si pensa meglio in due: nei dialoghi si libera qualcosa...**».*

Nei dialoghi si libera qualcosa. Ripenso a Vera, penso ad altre pazienti di età avanzata con le quali ho lavorato e lavoro, e mi risuona profondamente questo «in due si libera qualcosa». Che cosa si libera? Forse ritorna un po’ di vita?

«Rimani a mangiare», mi dice la “vecchia signora”. «È diverso mangiare da soli: il mangiare è un atto collettivo». Forse su questo atto collettivo varrebbe la pena di fare ulteriori riflessioni. Vera mi porta a fare la camomilla e ad aiutarla a salire le scale, Rossana mi invita a mangiare: ci sono dei gesti che rimettono in atto familiarità, condivisione, più essere assieme. Dei bisogni profondi di toccare quasi l’essere dell’altro per sentirsi esistere.

Freud e la vecchiaia

Alcuni passi di una lunga intervista di George Sylvester Viereck a Freud nel 1926 a Semmering, nella zona montuosa delle Alpi Austriache nella residenza estiva di Freud, mi aiutano a narrare ancora.

Racconta l'intervistatore: «L'ultima volta che avevo visto il padre della psicoanalisi era stata nella sua sobria casa nella capitale austriaca. I pochi anni che intercorsero tra la mia ultima visita e questa avevano moltiplicato le rughe sulla sua fronte. Avevano intensificato il suo pallore scolastico. La sua faccia era come disegnata nel dolore. La sua mente era vigile, il suo spirito integro, la sua cortesia impeccabile come in passato, ma un leggero impedimento nel suo eloquio mi allarmò. Sembra che un'affezione maligna della mascella superiore abbia reso necessaria un'operazione. Da quel momento, Freud usa un congegno meccanico che gli facilita l'eloquio. Ma per Freud stesso è causa di una molestia costante. "Eppure – afferma – preferisco una mascella meccanica piuttosto che essere senza mascella. Continuo a preferire l'esistenza all'estinzione. Forse gli dei sono gentili con noi, rendendoci più spiacevole la vita quando invecchiamo. Alla fine, la morte sembra meno intollerabile dei molteplici carichi che portiamo. Non mi ribello contro l'ordine dell'universo [...] Perché – disse tranquillamente – dovrei aspettarmi qualche favore speciale? La vecchiaia, con i suoi disagi manifesti, arriva per tutti. Colpisce un uomo qui e uno là. Il suo colpo arriva sempre in un punto vitale. Non mi ribello contro l'ordine dell'universo". "In fin dei conti – proseguì il maestro del cervello umano – **ho vissuto più di settant'anni. Ho avuto da mangiare abbastanza. Mi sono piaciute molte cose: la compagnia di mia moglie, i miei figli, i tramonti. Ho visto le piante crescere in primavera. Ogni tanto era mia la presa di una mano amica. Una o due volte ho incontrato un essere umano che mi ha quasi capito. Cos'altro posso chiedere?"**».

Viereck lo rincalza: «Avete ottenuto la fama. Il Vostro lavoro influisce sulla letteratura di ogni terra. A causa Vostra l'uomo guarda la vita e se stesso con occhi diversi. E di recente, per il Vostro settantesimo compleanno, il mondo si è unito per onorarvi, con l'eccezione della Vostra stessa università».

Risponde Freud: «Se l'Università di Vienna mi avesse riconosciuto, mi avrebbero solo messo in imbarazzo. Non avrebbe alcun senso che abbraccino me o la mia dottrina solo perché sono settantenne. Non attribuisco alcuna importanza irragionevole alla scala del dieci [...] La fama arriva

Quale Vecchiaia?

solo dopo che siamo morti e, francamente, ciò che viene dopo non mi riguarda. Non ho alcuna aspirazione alla gloria postuma. La mia modestia non è una virtù». E Viereck: «Non significa qualcosa per Voi che il Vostro nome vivrà?» E Freud continua: «Assolutamente nulla, anche se dovesse vivere, il che non è affatto certo. Sono molto più interessato al destino dei miei figli. Spero che la loro vita non sarà così difficile. Non posso rendere la loro vita molto più facile. La guerra ha praticamente spazzato via la mia modesta fortuna, i risparmi di una vita. Tuttavia, fortunatamente, la vecchiaia non è un carico troppo pesante. Posso andare avanti! Il mio lavoro continua a darmi piacere». Continua Viereck: «Stavamo camminando su e giù per un piccolo sentiero nel ripido giardino della casa. Con le sue mani sensibili Freud carezzò teneramente un cespuglio fiorito. «Sono molto più interessato a questo fiore – disse – che a tutto ciò che potrebbe accadermi dopo che sarò morto».

Viereck insiste: «Disapprovate i tentativi del Vostro collega Eugen Steinach³ di allungare il ciclo dell'esistenza umana?» E Freud: «Steinach non tenta di allungare la vita. Combatte meramente la vecchiaia. Andando a toccare la riserva di forza all'interno dei nostri corpi, aiuta il tessuto a resistere alla malattia. L'operazione Steinach a volte arresta sfavorevoli incidenti biologici, come il cancro, alle loro fasi iniziali. Rende la vita più vivibile. Non fa sì che valga la pena di viverla. Non c'è ragione per cui dovremmo desiderare di vivere più a lungo. Ma ci sono tutte le ragioni per cui dovremmo desiderare di vivere con il più piccolo ammontare possibile di disagio. Sono piuttosto felice, perché sono grato per l'assenza di dolore, per i piccoli piaceri della vita, per i miei figli e per i miei fiori!»

³ Eugen Steinach, fisiologo, ricercatore di ormoni e professore di biologia, era pervenuto all'ipotesi che la legatura dei dotti spermatici avrebbe determinato una relativa ipertrofia delle cellule interstiziali del testicolo produttrici di ormoni sessuali, successivamente individuato come testosterone, causando così un "ringiovanimento del soggetto". Poiché si riteneva che le formazioni cancerose fossero in parte effetto del processo di invecchiamento, si era diffusa la credenza che l'operazione di ringiovanimento di Steinach potesse essere utile nel prevenire recidive del male. In realtà oggi si sa che essa si basava su una falsa premessa: l'aumento di testosterone, lungi dal ringiovanire, favorisce l'insorgenza e lo sviluppo del cancro attraverso l'incremento dell'attività infiammatoria. Sigmund Freud stesso si sottopose all'operazione Steinach il 19 novembre 1923, un paio di mesi dopo aver subito il suo secondo terribile intervento chirurgico, fra il 4 e l'11 settembre 1923. Due anni dopo l'operazione di Steinach, Freud riferì che non aveva osservato alcun beneficio.

Il dialogo che libera i pensieri

Tre narrazioni di quella che si chiama vecchiaia, tre riflessioni che sembrano ricercare ciò che vale veramente. Vera poi ritorna ai suoi amati libri e rende parlanti i suoi sogni ad un altro: forse una delle mani tese strette da Freud? Quello dell'incontro che consente la comprensione, perché c'è un altro che condivide con sentimento e senso, è un tema importantissimo che necessiterebbe di lunga trattazione. L'esperienza di analisi è stata per lei un'esperienza nella quale si è sentita capita e in una profonda condivisione?

Rossanda dalla sua "porta socchiusa" gode questa capacità nuova di riflettere perché più completo è l'arco della vita; Freud parla del suo lavoro che continua a piacergli, delle cose belle che la vita gli ha dato, felice per i suoi figli e per i fiori... per ciò per cui vale la pena di vivere...

Mi torna anche in mente che, quando Winnicott morì, sua moglie Clare trovò una preghiera da lui scritta in un quaderno: «Oh Dio, fa' che io sia vivo quando morirò» (Winnicott C., 1989). Cosa voleva dire? Parson (2017) afferma: «io immagino che l'attenzione di Winnicott per l'essere vivi fosse un tentativo di contrastare il predominio concettuale dell'istinto di morte e di affermare che essere vivi non è solo uno stato temporaneo sul percorso che conduce alla morte, ma che la qualità di essere vivo del soggetto deve essere esaminata attivamente in quanto tale. La sua sensazione soggettiva di essere vivo emerge nella preghiera di essere vivo quando morirà e questa sua vitalità ha indubbiamente contribuito al suo pensiero sulle occasioni che ora siamo liberi di perseguire. Forse quello che Winnicott intende per essere vivi è connesso all'idea di quest'altro tipo di libertà: quella che a volte viene definita "libertà di" rispetto a "libertà da"».

Non è certo facile coniugare questa lettura con "la porta socchiusa" di Rossanda, fortemente provata nel corpo, o con le gambe gonfie di Vera, che la conducono alla rinuncia del poter continuare "la sua analisi", o con altre persone avute in analisi, segnate fortemente nel corpo e

Quale Vecchiaia?

con la percezione di un tempo che sta andando verso il capolinea e nel quale, lo si voglia o no, l'orizzonte della morte si è fatto troppo vicino. O ancora con altre situazioni incontrate di incapacità di riorganizzazione dopo il pensionamento, quando un'identità forte era data dal lavoro, e ora un nuovo apprendimento a viverci sembra estremamente complesso e improvvisamente una serie di angosce mai guardate in faccia sembrano saturare e imbrigliare la vita.

Che significa l'orizzonte che si apre e fa sentire "vivi", capaci di godere tutto ciò che la "porta socchiusa" ora permette? Eppure penso a quel **"dialogo che libera i pensieri"**. Penso sia estremamente vero. Il dialogo che libera i pensieri parla di una qualità di incontro che fa sentire vivi. Ma questo immediatamente ci pone l'interrogativo se siamo preparati a tutto ciò. Siamo in una società che aiuta la vitalizzazione, il dialogo tra generazioni, lo scambio di saperi, o siamo in un sistema di comunicazioni sempre più tecnologicamente avanzate che però non contempla una interconnessione della struttura sociale, di interdipendenza tra gruppi di età? Come le storie degli anziani si intrecciano alla vita dei più giovani in questa società liquida? La vitalità delle persone citate in questo lavoro, quali esempi di ricchezza di vita a tanti livelli, sembra contrastare con altre situazioni nelle quali l'invecchiamento viene vissuto secondo gli stereotipi della vecchiaia, come sostiene una ricerca americana: «si finisce per barcollare e diventare un po' rimbambiti [...] invecchiando si diventa infelici, incapaci di affrontare i problemi, preoccupati solo della propria scarsa salute e condannati ad una vita solitaria». La ricerca afferma che sono false credenze. Nella mia esperienza clinica ho notato come un lavoro terapeutico possa molto aiutare a riflettere su queste "false credenze", riuscendo al contrario ad avvicinare tutte le nuove possibilità che persino una vecchiaia molto avanzata, come quella di Rossanda, suggerisce: «all'inizio ho detto che è proprio brutto ora sono stupita che **parlando assieme** non lo direi più».

Nutrire la vita

Nella mia esperienza clinica ho anche toccato con mano quanto il **“dialogo che libera i pensieri”** possa non solo aprire nuovi desideri di vita, ma persino aiutare a far fronte alla difficoltà a dormire, che in una circuitazione senza via di uscita a volte fanno peggiorare problemi fisici, psicologici, cognitivi.

Ripensando ai miei tanti pazienti in età avanzata, passati o presenti nel mio studio, ancora vorrei citare Maria, una donna straniera di 84 anni, una fine intellettuale che mi chiede aiuto per angosce violentissime che non le permettono di vivere bene. È morto il marito da poco e non sa se tornare all'estero a raggiungere i figli o rimanere in Italia, paese che ama molto. Ma sta male. Durante il nostro lungo lavoro emerge il ricordo che da adolescente dipingeva. La invito a riprendere la pittura e nonostante la sua ritrosia inizia un percorso nuovo nel quale si appassiona e ritrova vita. Nel mio studio è appeso il primo quadro che riesce a finire, un omaggio ad un bimbo del Murillo, bellissimo, che mi emoziona.

O ancora ripenso ad una coppia simpaticissima di anziani venuti perché pur volendosi bene non si sopportavano più. Le litigate terribili nel mio studio mi facevano seriamente preoccupare. Ma pian piano si è creato o ritrovato tra loro un modo di vivere senza farsi male. All'ultimo incontro mi hanno portato un cesto di prodotti di un piccolo orticello che insieme si erano dedicati a coltivare... zucchine e pomodori di lei, patate e piselli di lui, unitamente a salvia, rosmarino, timo. Un corrimano per salire, un quadro di inizio di un nuovo corso, i prodotti di un piccolo orto coltivato assieme. Per non parlare di una coppia che festante mi ha annunciato che dopo sette anni di reciproche accuse avevano fatto all'amore. La vita riprende. Ma è anche come se nell'incontro e nello scambio la sensorialità divenisse o ritornasse a essere un elemento molto importante del narrare.

Pensavo ad un mio scritto recente dal titolo *Dare vita alla vita* (2020), nel quale insistevo sulla necessità di stimolare emozioni positive fin dai

Quale Vecchiaia?

tempi della gravidanza e segnalavo una ricerca di cui parla Music nel libro *Nature culturali* (2011), quando ricorda come la risata faccia aumentare gli ormoni che rafforzano il sistema immunitario. Cita un esperimento nel quale film comici di Charlie Chaplin erano mostrati a madri che allattavano al seno: una quantità più alta di ormoni, che rafforzano il sistema immunitario, era presente nel latte con evidenti ricadute positive sui bambini e sulla loro resistenza alle allergie rispetto al gruppo di controllo che aveva osservato le previsioni del tempo (Kimata, 2007).

Ora continuo a pensare che lo stato affettivo positivo sia da tener vivo, da alimentare per tutta la vita e in modo particolare nella terza età, come capacità di progettualità da tramandare a quelli che vengono dopo di noi. Stato affettivo positivo per “continuare ad allattare con ricchezza di ormoni” non solo i figli, ma anche e in modo particolare i nipotini, quando ci sono, in una reciprocità che è ricchezza di vita e consegna di una storia il più possibile positiva. Pensavo su questa linea a quelle persone che muoiono e lasciano situazioni di profondo litigio rispetto all’eredità, cosa che ha realmente a che fare con gli affetti e che spesso evidenzia una dinamica familiare in cui gli affetti negativi hanno prevalso su quelli positivi. Altri sanno programmare anche il dopo loro stessi, contribuendo come probabilmente è stato per tutta la vita, a costruire affetti positivi.

Ho saputo in questi giorni dal medico del paese nel quale mi trovo in vacanza di una coppia di signori, più o meno ottantenni, e seriamente ammalati entrambi, che nel momento in cui si sono ammalati di Coronavirus, non sapendo come sarebbe finita, e non avendo figli, hanno donato a persone loro care, parenti e amici, le cose a loro più preziose, contenti di essere presenti e di nutrirsi di questa esperienza. Li ho incontrati e a lungo abbiamo parlato: passeggiavano sereni e in pace, guariti dal contagio e nuovamente in lotta per la vita. Dignitosi e vivi, veramente “vivi”. È la rete di un piccolo paese che lo consente, a differenza della dispersione della grande città, o che cosa altro fa essere vivi, propositivi e profondamente dentro le relazioni sino alla fine?

E noi analisti quanto siamo preparati a lavorare seriamente riuscendo a stare in contatto non solo con gli aspetti rappresentazionali e simbo-

lici, ma anche con quella parte che funziona al di là della parola e ha a che fare con le memorie procedurali nostre e dei nostri pazienti? Specie quando la nostra età inizia ad attestarsi, o già sta, nell'anzianità? Quanto siamo, in parole povere, capaci di indurre vita? Qual è il nostro sguardo rispetto ai vissuti, alle paure, alle difficoltà, alle angosce di questo tempo senza tempo? Pensavo ai lunghi colloqui con molte pazienti over 60 con le quali pian piano, assieme, si riesce a raggiungere un livello di comunicazione per il quale alla fine ci si sente entrambe nutrite, anche se sotto la spada di Damocle di qualche brutto male superato o meno. O anche, quando sembra che non ci sia nulla che può consolare, va accettato che l'identità della persona consista nella lamentazione, che questo la regge, che questo è il sistema con cui si è tenuta in vita. Ma forse pian piano è ancora possibile una vitalizzazione di un qualcosa dentro di lei che a volte porta alla sperimentazione di un benessere assieme, che cambia, anche se lentamente, le dinamiche relazionali.

Come lavorare sul sistema appetitivo anche nella terza età? Questo è un tema per me fondamentale che, ripeto, sento faccia parte fondante di ogni età se si vuole una vita buona, ma che in questo tempo della vita diventa più problematico, sia per un cedimento del corpo che per una politica di disattenzione e di luoghi comuni. Panksepp nel suo bel libro *Archeologia della mente* (2014) parlando delle forze affettive che guidano la formazione della memoria, ad un certo punto segnala: «Molti filosofi e neuroscienziati da David Hume a Antonio Damasio, pensano che le nostre emozioni rafforzino e guidino i nostri processi cognitivi. Noi siamo tra questi. Il linguaggio è il più recente degli sviluppi cerebrali duraturi umani, ed è costituito e guidato tanto dalla cultura quanto dalla biologia». E continua: «Numerosi esperimenti hanno confermato l'effetto dell'emozione sul modo in cui apprendiamo e pensiamo, in parte nel modo in cui opera la nostra memoria di lavoro [...] Date queste relazioni tra esperienze affettive e apprendimento, sarebbe davvero importante per gli psicoterapeuti considerare i ricordi problematici in contesti neuroscientifici più profondi, specie perché la rielaborazione e il riconsolidamento possono aprire nuove e migliori opportunità per lavorare con

Quale Vecchiaia?

gli aspetti affettivi problematici di certi ricordi a lungo termine». Parla dei ricordi carichi affettivamente che spesso le persone tendono a ripetersi e a ripetere nel ricordo e continuamente senza riuscire ad uscirne; per questo invita i terapeuti con questo scritto: «[...] ciò mostra quanto sia importante che vi siano persone in grado di ascoltare e di rispondere con affettività e positività, nonché ad aiutare a ristrutturare la memoria in prospettive affettive più favorevoli. Possiamo ora immaginare modi completamente nuovi per alleviare il dannoso impatto dei ricordi traumatici sulle vite mentali delle persone [...]». Spiega poi che nel rapporto terapeutico si mettono in movimento una ricchezza di emozioni e pensieri che attivano memorie, carburante per una nuova memoria di lavoro. Doidge afferma: «una conversazione ben utilizzata può costituire la base per un cambiamento affettivo duraturo, una profonda plasticità del Cervello Mente che non abbiamo ancora compreso appieno a livello neuroscientifico» (2007).

Ho citato questi due autori di aree diverse per segnalare quanto si sta ricercando anche in aree limitrofe alla psicoanalisi sui funzionamenti mente corpo. Ritengo che tutto questo sia fondamentale per un'età poco presa in considerazione a tanti livelli, ma che ora, con il prolungarsi della vita, ci interpella profondamente. Sempre più sono le persone over 60 che chiedono aiuto per moltissime problematiche. Tutto questo ci interroga su quanto questa società sia in grado, o politicamente scelga, di lavorare sulla prevenzione, costruendo reti di contatto e di contenimento tra tutti gli operatori dei vari servizi o si continui invece a procedere e a intervenire sull' "incidente avvenuto". È questo un interrogativo importante, che purtroppo troppo spesso è inevaso. E questo ripeto vale per tutti i problemi che riguardano le varie età della crescita come già dicevo, dalla gravidanza in poi. I progetti di prevenzione, ancora troppo pochi, dovrebbero essere e rappresentare l'affetto positivo di una società per i suoi appartenenti. Una società che si prende cura non abbandona e quindi non è patogena. Questo poi vale per ogni persona – genitori, insegnanti, medici, terapeuti, psicoanalisti – chiunque si prenda cura della vita: il riuscire a dare vita alla vita.

A volte l'invecchiare presenta conti pesanti. E il tema della malattia è un altro capitolo importante. A volte chi "dà vita alla vita" sembra essere chi è più a rischio.

Stavo concludendo questo scritto quando a me e ad un giro di amici è arrivata questa comunicazione. L'ho vissuta come una lezione: la vita che ci si scambia, si condivide, la speranza che non cede, e l'insegnamento su cosa significa continuare a essere vivi e a non perdersi. Una sintesi commovente di quanto ho tentato di scrivere. È la forza e la potenza dell'incontro dell'essere insieme.

«Ci eravamo lasciati il diciassette agosto, la sera prima degli esami a cui dovevo sottopormi. Questa sera ho ricevuto i referti. Gli esami anche i più semplici, presentano sempre una dose di imprevedibilità e qualche sorpresa. Anche se ci sei abituato, perché da una vita dagli esami di tutti i tipi un po' d'ansia e di preoccupazione, l'attesa degli esiti te la mettono. E così è stato. Questa volta gli esami non sono stati superati. La bestia si è risvegliata. Ultimamente per salvare il portatore, è stata trattata in maniera troppo blanda, con troppa delicatezza. La bestia ne ha approfittato. Ha ripreso vigore in più parti, si è ringalluzzita. Gli oncologi hanno deciso che bisogna riprendere a bastonarla come cinque anni fa. Bisogna riprendere la chemioterapia. Il biologico non è più sufficiente. Bisogna risalire sul ring e riprendere a lottare con più vigore. E chi è mai sceso dal ring! È una vita che combatto per tutto. L'orfanità è una lesione indelebile della persona colpita, ti segna per sempre, te la porti dentro ovunque. Però ti insegna anche a rialzarti senza aspettare che ci sia una mano tesa, a non piangerti addosso, a contare sempre e per primo sulle proprie forze. L'unica cosa che chiedo è di continuare ad avere al mio fianco Mamù, Gammi, la famiglia allargata, le figlie adottive, le amiche, gli amici. Come è stato in passato. **Partiamo** subito: "è comente narai manneddu: in camminu s'acconza garriu". Come diceva mio nonno: lungo la strada si aggiusta il carico. **Spero** di andare il più lontano possibile e mi auguro non sia troppo faticoso».

L'importanza dell'essere insieme... partiamo subito, e la speranza che non viene meno.

Il nonno Titela

Ero adolescente quando assieme a tutta la famiglia, compresi gli zii e cugini, sono stata presente alla morte del nonno Titela. Lo ricordo come un momento particolarissimo di emozione, curiosità, paura, ma anche di un sentirmi parte di un contesto molto vivo, un tessuto di amore e di forza. Il nonno era sereno ed essendo uomo di fede e di preghiera voleva che tutti assieme recitassimo il rosario. Dopo però qualche decina di Ave Maria con occhio furbo ha chiesto a mio padre, suo figlio, di recitare assieme una parte della commedia in dialetto veneto dal titolo *La politica dei villani* (Pittarini, 1860), una commedia molto diffusa nel Veneto a cavallo tra l'Ottocento e il Novecento, una denuncia coraggiosa e colma di passione civile per le disastrose condizioni dei contadini veneti che passano da un padrone all'altro (dall'Austria all'Italia), trovandosi sempre più disperati. Ho ancora nella memoria la sua voce quando con ironia intrisa di sorriso e furbizia ha iniziato a declamare:

*Compare, compare, cossa desio,
No pare che 'l mondo sia belo finio?...
Ma daspò saemo che i prete xè prete,
che i siuri xè siuri, e nantri Bascian
Sem mone pi grande del monte Siman⁴.*

Non capivo bene che cosa stesse avvenendo, ma ricordo che pensai: Che coraggio pronunciare questo in questo momento! Ero stupita ed emozionata. E il nonno continuava sorridendo a recitarla alternandosi a mio padre tra il divertimento e qualche lacrima negli occhi di tutti. E così sorridendo, pregando e protestando, il nonno Titela ha diretto il gruppo presente al suo andarsene. Vivo fino alla fine tra preghiera e commedia con la quale esprimeva una sorta di tristezza e protesta che il mondo fosse

⁴ Compagno compagno che cosa ne dici, non ti sembra che il mondo sia ormai finito? Ma dopo sappiamo che i preti sono preti, che i signori sono signori e noi, Bascian, siamo...(intraducibile). Più grandi del monte Summano.

finito per lui, assieme ad un sorriderne. Il ricordo che mi è rimasto nel cuore è un misto di allegria, di profonda protesta mista a sopportazione, ma in fondo in fondo, di pace.

Un grande insegnamento di vita e di trasmissione di vita; ma siamo, sono capace oggi di trasmettere forza di vita così? Eppure tutte le persone di cui ho scritto hanno vissuto la guerra, sofferto la fame, la deportazione. Quale il segreto perché la vita sia buona fino alla fine? Come contribuire tutti ad una sana resilienza: individuale, sociale, politica?

Bibliografia

- BUSATO BARBAGLIO C. (2020). Dare vita alla vita. Sintonie, ritmi, passi. In: "Vulnerabilità", *Psiche*, 1, 187-198.
- DOIDGE N. (2007). *Il cervello infinito. Alle frontiere della neuroscienza: storie di persone che hanno cambiato il proprio cervello*. Milano, Ponte delle Grazie, 2014.
- KIMATA H. (2007). Laughter elevates the levels of breast-milk melatonin. *Journal of Psychosomatic Research*, 62 (6), 699-702.
- MUSIC G. (2011). *Nature culturali. Attaccamento e sviluppo socioculturale, emozionale, cerebrale del bambino*. Roma, Borla, 2013.
- PANKSEPP J., BIVEN L. (2012). *L'archeologia della mente. Origini neuroevolutive delle emozioni umane*. Milano, Raffaello Cortina.
- PARSON M. (2017). Winnicott sull'essere vivi. In: Busato Barbaglio C., Macchia A., Nicolò A.M. (a cura di), *Winnicott e la psicoanalisi del futuro*. Roma, Alpes.
- PITTARINI D. (1884). *La politica dei villani: scene rustiche in due atti in versi*. Schio Thiene, L. Marin.
- ROSSANDA R. (2005). *La ragazza del secolo scorso*. Milano, Einaudi.
- TRONICK E. (1999). *Regolazione emotiva. Nello sviluppo e nel processo terapeutico*. Milano, Raffaello Cortina.
- VIERECK G.S. (1957). *Psychoanalysis and the future. A centenary of commemoration of the birth of Sigmund Freud*. New York, NPAPinc.