

LE PRINCIPALI TEORIE DEL LUTTO E LA RELAZIONE ETICA

a cura della Dott.ssa LAURA MESSINA

LE SITUAZIONI PARTICOLARI DI LUTTO E LA RELAZIONE "ETICA" TRA CHI MUORE E CHI RESTA

Secondo B. Raphael, il problema del confronto con la propria morte si fa sempre più evidente man mano che si diventa vecchi e si passa attraverso le perdite che inevitabilmente la vita porta con sé. Dalché si può giungere a dire ad un certo punto «Sono pronto a morire».

Se ci si riferisce poi a coloro che anche nelle età senili godono di una discreta salute, si deve far riferimento a due fattori massimamente importanti: una sorta di cruda forma di calcolo basato sui dati dello stato di salute e su quanti dei coetanei sono ancora in vita, che il vecchio fa cercando di valutare la sua attesa di vita, e una revisione della propria vita con i suoi aspetti positivi e negativi che sembra avere molto in comune con i processi del lutto e che, in quanto tale, rappresenta almeno in parte un lutto anticipatorio per la vita e il proprio sé che dovranno essere lasciati con la morte. Può essere tramite questo lutto per ciò che si è perso di sé che l'individuo risolve questa crisi finale dello sviluppo personale, giungendo a ciò che Erikson chiama "senso dell'integrità dell'io" invece che alla "disperazione" per la prossima perdita di sé.

È intuitivo pensare che chi ha spinto la propria maturazione personale fino ad integrare nella sua vita la morte e non averne paura, o chi è soddisfatto della sua vita, lascia agli altri un minor dolore e minori problemi nell'elaborazione del lutto, perché lascia loro il messaggio che si può morire bene cioè soddisfatti della vita che si è avuta e maturi al punto da accettare la morte.

Si potrebbe allora pensare che il modo di sanare la contraddizione che abbiamo evidenziato tra il morire come "compito" di rendere sensata la propria morte (per sé e per gli altri) e il diritto di essere consolati per la perdita della propria vita, stia proprio nell'aiutare chi muore a fare il lutto per la propria vita, a raggiungere l'ultimo stadio della maturazione personale che consiste nell'accettare la morte.

In quest'ottica la consolazione è possibile solo se il morente arriva alla fine della sua vita con il bagaglio di esperienze e con la maturità di chi ha avuto una vita soddisfacente e piena di realizzazioni e di affetti. Se è così egli stesso si assumerà spontaneamente la responsabilità di pensare a coloro che restano e si preoccuperà di lasciarli bene, cioè si sentirà affidato alla morte.

Affidarsi alla morte significa assumersi di fronte ad essa la propria responsabilità, cioè continuare a fare, accettandone tutte le conseguenze, proprio ciò che da sempre facciamo: desiderare che sia giusta con noi e con i nostri cari, e continuare a desiderarlo anche quando, essendo essa arrivata, dobbiamo constatare che non siamo riusciti a determinarla (cioè a renderla giusta).

In sostanza la morte ci coglie sempre impreparati, perciò è sempre prematura ed ingiusta, ma noi possiamo continuare a desiderare che così non sia fino all'ultimo istante.

Non c'è amore che possa vincere la morte, siamo soli di fronte ad essa, ma proprio per questo nessuno può morire al posto nostro, a nessuno cioè possiamo cedere la responsabilità di morire. E se mi assumo fino in fondo questa responsabilità, per quanto ingiusta sia la mia morte, finché c'è al mondo qualcuno che mi ama l'ingiustizia può essere "ridotta", mentre nessuno potrà continuare ad amarmi se non mi sono assunto la responsabilità di morire, cioè se muoio dominato dalla gelosia per chi resta in vita, gelosia propria di chi avrebbe voluto che qualcun altro morisse per lui.

Insomma, continuando a desiderare una morte giusta fino all'ultimo istante io riesco a non interrompere completamente il filo che mi lega a coloro che restano. Comprendo che la vita non cessa con la fine della mia vita, sicché so che potrete, se vorrete, continuare ad amarmi e desiderarmi anche quando non ci sarò più, non facendomi rivivere (che è impossibile) ma continuando a portare avanti in voi, con la vostra vita, attraverso i vostri desideri, i miei desideri.

Possiamo ora ritornare alla contraddizione iniziale e dire che essa è tale se chi muore non si assume la responsabilità di morire, se non si affida agli altri nel morire.

Solo se di fronte alla morte mi assumo le mie responsabilità (nessuno può morire al posto mio), e cioè se non arrivo a pretendere che la mia vita valga di più di quella degli altri che amo, solo allora posso sperare che gli altri continuino a rappresentare il mio desiderio di una morte giusta e difendermi dall'ingiustizia che morendo ho subito. Si può capire da quanto detto che il modo di morire è importante per il successivo processo del lutto in quanto questo modo si basa sul rapporto tra l'io e gli altri.

Essere in contatto significa non investire l'altro per annullare la sua alterità e neppure sopprimermi nell'altro. E la situazione del morire è proprio una situazione in cui si rischia di perdere il contatto. Infatti: io posso investire l'altro per annullare la sua alterità quando morendo cerco di farlo morire con me o al mio posto; oppure posso sopprimermi nell'altro se morendo non gli lascio niente di me, come quando per non assumermi la responsabilità del morire cerco di morire "nel sonno".

Ovviamente anche l'altro può cercare di annullare la mia alterità sedandomi o coltivando le mie illusioni di mortalità. La conclusione che si può trarre è la seguente: lo svolgimento e l'esito del lutto per chi resta dipendono dallo svolgimento e dall'esito del lutto anticipatorio del morente per la propria morte; lo svolgimento e l'esito del lutto anticipatorio del morente e del lutto anticipatorio dei parenti si influenzano reciprocamente; lo svolgimento e l'esito del lutto in generale dipendono dal rapporto tra chi muore e gli altri; il rapporto tra chi muore e gli altri può essere analizzato secondo il criterio del contatto; i lutti possono essere differenziati a seconda della ricerca o del rifiuto del contatto nei rapporti interpersonali dei contraenti particolari, cioè a seconda del modo in cui si svolge la vicenda della distribuzione delle responsabilità tra chi muore e chi resta.

LE PRINCIPALI TEORIE DEL LUTTO E L'ETICA DEI RAPPORTI INTERPERSONALI

Nell'articolo *Lutto e malinconia* Freud indica le sue principali convinzioni sul lutto e sulla differenza tra lutto normale e lutto patologico.

Il lutto, dice Freud, è la reazione alla perdita di una persona umana o di un'astrazione che ne ha preso il posto (la patria, ad esempio, o la libertà o un ideale...). Il lutto induce l'Io a rinunciare all'oggetto dichiarandolo morto e offrendo all'Io, in cambio di questa rinuncia, il premio di restare in vita.

Sembra di capire che il processo, per Freud, sia pressapoco il seguente: il dolore per la perdita subita induce da un lato un sovrainvestimento dell'oggetto d'amore perduto, e dall'altro un rifiuto della perdita tanto profondo da determinare il tentativo di vincerla allucinatoriamente.

Se ora l'esame di realtà ci induce a farci dichiarare morti i cari che abbiamo perso, diventa chiaro che continuare ad amarli significa continuare a soffrire rischiando di morire a nostra volta. Sentiamo allora una sorta di ambivalenza nei confronti di chi ci ha lasciato. Cominciamo a capire che restare legati a chi non c'è più significa continuare ad amare loro e a distruggere noi stessi. Così il legame che ci unisce ai nostri morti si allenta e finiamo col rinunciare all'oggetto d'amore rendendoci disponibili ad altri rapporti, cosa che ci fa adire all'unico premio che da tale rinuncia può derivare, e cioè il restare in vita e continuare a vivere.

Ora, secondo Freud, se i processi del lutto restano inconsci si può determinare la situazione della "malinconia". In questi casi il rapporto con l'oggetto d'amore corrisponde al tipo narcisistico di scelta oggettuale. Significa che se io amo l'altro narcisisticamente (cioè più per amare me stesso), sarò ambivalente nei confronti di colui che amo (vorrei essere autosufficiente nell'amore ma constato che ho bisogno di chi mi ama); e tale ambivalenza dovrà essere rimossa se non voglio mettere in pericolo la relazione e non voglio essere troppo angosciato. Così se amo narcisisticamente, quando l'altro mi lascerà e morirà io farò molta meno fatica a staccarmi da lui perché non ero legato a lui ma lo legavo a me; e tornerò ad amarmi da me (ovvero rivolgerò la libido sull'Io).

In sostanza io mi "identifico" con l'oggetto d'amore perduto; ma ora mi riesce più difficile rimuovere l'ambivalenza: ora se odio te odio me stesso, potrei ucciderti, ma ucciderei me stesso! Da qui la malinconia, la depressione, la tentazione al suicidio di chi reagisce malinconicamente alla perdita.

Risulterà ora evidente quanto segue:

1. Non c'è nella posizione psicoanalitica nessuna considerazione esplicita del ruolo che può avere il lutto anticipatorio dei cari per la morte imminente del congiunto e del morente per la propria morte;
2. Che il lutto nel suo concreto svolgimento dipenda dalla "relazione" tra chi muore e gli altri è accettato in ambito psicoanalitico.

In sostanza è come se per chiarire la natura e lo svolgimento di un lutto basti analizzare, attraverso l'analisi di chi resta, il modo in cui il morente amava.

È come se la fine di un rapporto ci autorizzasse a "giudicarlo" solo in base ai processi psichici di chi

resta, e non fosse, invece, necessario chiarire come il modo di morire del morente la propria morte e di “vederlo” morire dei congiunti possano aver modificato il rapporto stesso.

La psicoanalisi trascura il legame tra il rapporto d'amore e la relazione etica, trascurando così il fatto che, nonostante il rapporto d'amore, ciascun contraente è un essere separato, una monade, che si fa uomo attraverso le relazioni di responsabilità, le relazioni sociali, nelle quali il singolo essere separato trae senso della sua umanità, pur restando una monade unica e irripetibile e non assimilabile a nessun tipo umano storico.

La concezione freudiana del lutto è sottesa da una concezione dell'amore secondo la quale il primo movente è l'amore di sé, inteso come pulsione erotica, come tendenza a scaricare le tensioni sulla base del principio del piacere. Si tratta di una concezione dell'amore inteso come relazione di bisogno, il bisogno di scaricare le tensioni, il bisogno di “godere”. Stando così le cose, l'altro come oggetto del bisogno risulta, nella relazione d'amore, sempre subordinato al soggetto del bisogno e non potremmo stabilire con esso altri rapporti che quelli genialmente esplorati da Freud.

La psicoanalisi sembra quindi valere per un caso particolare: quello in cui si concepisce l'amore come bisogno, indifferente all'amore altrui, poiché si parte da una concezione della pulsione in cui se ne sopravvalutano gli aspetti negativi (mancanza di tensione) e se ne sottovalutano gli aspetti positivi (attesa e desiderio come possibilità del godimento e della felicità).

La psicoanalisi ha trascurato la relazione etica, perché nella sua antropologia l'uomo è originariamente determinato, non libero, irresponsabile, e se diventa responsabile lo diventa per non soffrire, per sopravvivere alla guerra di tutti contro tutti che sortirebbe come conseguenza inevitabile dallo stato di natura se non intervenisse la “convenienza” della civiltà. Ecco perché la psicoanalisi ha concepito la morte o la scomparsa dell'oggetto d'amore come una mancanza o una perdita a cui esita un processo, quello del lutto, concepito come un cammino a ritroso rispetto a quello che ha portato nel corso dello sviluppo allo stabilirsi delle relazioni oggettuali.

Quanto a ritroso sia questo cammino varia, per Freud, a seconda del tipo di scelta oggettuale: nel caso di una scelta oggettuale di tipo narcisistico l'esito del lutto può essere patologico e possiamo avere un fatto malinconico (una depressione grave), dato che il cammino a ritroso giunge in questo caso fino all'identificazione ambivalente con l'oggetto d'amore propria delle prime fasi narcisistiche della scelta oggettuale; nel caso di una scelta oggettuale matura, invece, si avrà il lutto normale, cioè colpa, depressione rabbia potranno essere superate grazie all'identificazione matura con le figure genitoriali concrete. Come dire che, in fondo, se ho stabilito una relazione oggettuale matura io il caro l'ho già “lasciato”: egli vive in me sotto forma di Super-io. In tal caso gli autorimproveri per la morte del caro non sono rivolti a sé e contemporaneamente (a causa dell'ambivalenza) all'altro (come sono gli autorimproveri del “malinconico”), bensì sono rivolti a sé da parte di una parte di sé che “rappresenta” l'altro in sé.

Quindi, quando il proprio padre morirà ci si sentirà in colpa nei confronti del proprio padre interno e

basterà rafforzare quest'ultimo (cioè "ripararlo") per superare il lutto, come fanno coloro che dopo la morte del padre ne rispettano alla lettera valori che avevano fino a quel momento osteggiato, appunto per non sentirsi più in colpa.

La psicoanalisi è quindi una "via della tomba": bisogna decretare la morte dello scomparso (seppellirlo nell'interiorità attraverso l'identificazione) e impedirgli così di tornare per ottenere il premio di restare in vita.

La teoria biologico-evoluzionistico-cognitivista di Bowlby e Parkes:

1. Non prende in considerazione l'influenza che il modo di morire e il lutto anticipatorio per la morte di sé possono esercitare sullo svolgimento e l'esito del lutto di chi resta;
2. Attribuisce una certa influenza sul lutto di chi resta al "modo" della perdita, in quanto una mancata anticipazione della morte potrà ostacolare il riconoscimento e la spiegazione intellettuale della perdita stessa;
3. Attribuisce una notevole influenza sull'esito del lutto al rapporto tra chi muore e chi resta, sottolineando innanzitutto il peso che possono avere: l'ambivalenza, che può impedire l'accettazione emozionale della perdita attraverso le reazioni di rabbia, autorimproveri e colpa; la dipendenza, che può ostacolare lo scioglimento del legame con il defunto e la costruzione di nuovi legami e di una nuova identità.

In questo ambito ci si riferisce ai legami come a "legami di attaccamento". Essi si stabiliscono fin dall'infanzia sulla base di necessità biologiche e sul modello etologico.

Quando questi legami per qualche ragione (morte, allontanamento, separazione) si rompono, si hanno le "reazioni di attaccamento" che sono relative allo squilibrio che la perdita comporta per l'ambiente sociale ed al tentativo di superare questo squilibrio instaurando nuovi legami di attaccamento, tali da determinare il formarsi di un ambiente sociale nuovo, ma altrettanto favorevole alla soddisfazione dei bisogni del singolo e della specie rispetto a quello che la perdita ha compromesso.

Nella teoria di Bowlby la libertà riconosciuta all'Io è ancora minore che per la psicoanalisi. Per Bowlby l'Io è talmente determinato biologicamente che non può neanche fare il "tentativo" psicoanalitico di andare al di là degli "ordini" che gli dà il suo padrone più potente, l'Es, alleandosi con un altro dei suoi padroni, la Realtà, per edificare un mondo interno che, se lo domina (il Super-io è il terzo padrone dell'io) è pur sempre Io.

E quando qualcosa del genere si verificasse dovremmo, secondo Bowlby, connotare questa reazione come "anormalità" e dovremmo cercare di scoprire cosa non ha funzionato nel complesso meccanismo che dall'attaccamento biologicamente determinato alla madre porta al costituirsi dell'ambiente sociale e all'adattamento che ne deriva.

Come si vede, non c'è qui alcuno spazio di scelta, c'è solo un processo che ha i suoi "meccanismi" di funzionamento, che possono funzionare o non funzionare a prescindere dalle scelte individuali, le quali, in questa prospettiva etologico-cognitivista sono da considerare sempre "determinate".

In conclusione sembra di poter dire che per Bowlby e i suoi allievi la monade umana è un elaboratore di informazioni al servizio di una bisognosità biologica, la quale nel "contatto" con le altre monadi non si pone affatto il problema del "rispetto" di sé e dell'altra monade, bensì si pone solo il problema dell'adattamento e della soddisfazione dei bisogni.

Ne derivano legami di "attaccamento" che si stabiliscono sulla base del modello del rapporto madre-bambino, legami che danno luogo a qualcosa che più che una società è un ambiente sociale.

Quando poi questi legami si perdono o sono in pericolo, l'elaboratore di informazioni (la mente, il cervello) cerca le "ragioni" del pericolo che il suo ambiente sociale corre e le "soluzioni" per superarlo, correggendo gli errori fatti e cercando di prevenire quelli che si potrebbero fare.

E arriviamo infine ad analizzare la teoria fenomenologico-esistenziale del cordoglio. Bisogna fare riferimento in questo ambito all'opera di due autori: De Martino e Binswanger.

Cominciamo con De Martino.

1. Né il lutto anticipatorio per la morte di sé né il lutto anticipatorio per la morte dell'altro (né di conseguenza il rapporto tra i due) vengono presi in considerazione da De Martino;
2. Importante è invece la relazione tra il morto e chi resta, ma tale relazione non viene considerata una relazione d'amore, bensì una relazione sociale-storica.

Sembra credere, De Martino, che l'essere naturale, la monade biologica, dà un senso alla sua esistenza edificando la Storia e la Cultura e diventando così una "presenza".

Ed è proprio tale "presenza", cioè l'identità che l'individuo ha acquistato inserendosi nella sua Storia e nella sua Cultura, che viene messa in crisi dalla morte. Il lavoro del lutto consisterà, per conseguenza, nel tentativo di impedire che da essere culturale-storico qual'è l'uomo ridiventi essere di natura, e la sua esistenza torni ad essere senza "senso".

Se, in sintesi, per Freud la monade umana è pulsionalità aspecifica (Es) che entra nella civiltà attraverso il tentativo mai del tutto riuscito di costruire un Io ed edifica una società che si basa su ciò che è dell'Altro nell'Io, il Super-io; se per Bowlby e i suoi allievi la monade umana incontra l'Altro sulla via della soddisfazione dei bisogni e si "attacca" a lui se il "calcolo" gli fa prevedere un adattamento positivo, costituendo una società che sarebbe solo una società animale e naturale più evoluta; per De Martino la monade naturale nascendo trova una Storia e una Cultura nel rapporto con il cui ethos (e i suoi valori) si umanizza potendo così amare ed essere libero e responsabile, potendo cioè non essere più completamente determinato dai bisogni ma desiderare.

Sembra un modo di vedere molto simile a quello della psicoanalisi, solo più ottimistico: il desiderio di trascendere la propria naturalità (che è la bisognosità deterministica) ha fin dalla nascita nella storia la possibilità di edificazione di un qualcosa, la Società e la Cultura, che duri oltre la vita del singolo; non è attraverso un viaggio "tremendo" per farsi una "vita interiore" che la bisognosità può essere combattuta, ma assimilando i valori che già si trovano "pronti" nella storia in cui si nasce.

Risulta a questo punto chiaro che la maggiore responsabilità nel superamento del lutto ce l'hanno gli

altri, come la società, come storia e come cultura. Superare un lutto è un fatto individuale che se resta tale diventa una malattia individuale curabile, se grazie ai riti e ai miti della società e della cultura, si danno all'individuo in cordoglio gli strumenti culturali per non ricadere nello stato di natura, cioè per continuare a far parte della storia umana.

Passando poi a Binswanger, per capire la sua teoria del lutto, si deve fare riferimento a quanto egli dice in *Melanconia e Mania* e alla sua concezione dell'amore.

Se l'altro si costituisce nell'io mediante l'atto intenzionale di rendere co-presente, cioè mediante l'*appresentazione*, e se tramite l'azione dell'*appresentazione* si costituisce il mondo comune, il rapporto tra l'io e l'altro è il rapporto tra il mio io, che costituisce in sé quell'io che per lui è l'altro cioè l'alter ego, e questo alter ego. Tutto ciò inizia quando mi rendo conto che un corpo fisico che assomiglia al mio deve logicamente acquistare senso dal mio, è analogo al mio, è corpo organico come il mio.

Sicché se, oltre ciò che mi appartiene in modo esclusivo, cioè la mia "vita interiore", io considero ciò che è co-presente, si costituisce il mondo comune, che è l'insieme delle *appresentazioni* che le monadi hanno in comune.

Nella concezione binswangeriana, in sostanza, il rapporto tra l'io e l'altro viene considerato un' "intersoggettività monadica", dove abbiamo cioè un mondo comune che non è presente in modo diretto né all'io né all'altro, essendo l'altro sempre *altro* ma sempre *io* (alter-ego). Alla base di questa concezione c'è l'idea che tutto esista come "fenomeno" della coscienza intenzionale dell'io.

Se la costituzione intenzionale dell'io non è anormale nella sua struttura temporale, il soggetto accetta la perdita e la supera, altrimenti ha una reazione malinconica. Se, in altri termini, considero "avvenuta", "irreparabile" e ignara delle conseguenze, la decisione di fare la gita che ha portato mio marito alla morte, avrò una *retentio* (un riferimento al passato) non inquinata dalla *protentio* (il riferimento al futuro) e una normale *praesentatio* (cioè un normale riferimento al presente).

Se l'ego puro è ben costituito nella sua temporalità, non si avranno nel lutto colpevolizzazioni gravi e autoaccuse, e la morte del caro col tempo sarà superata. Nel caso, invece, che ci siano anomalie nella costituzione dell'ego e si attribuisce un futuro a ciò che è passato attraverso il "se non", l'ego non può "acquetarsi" e si avrà la reazione malinconica, reazione che, come si vede, a differenza di quanto fa Freud, non viene esplicitata a partire dallo stato d'animo che la caratterizza (l'autoincolparsi), ma a partire da ciò che si pensa sia alla base di questo stato d'animo, un'anormale costituzione dell'io.

Quanto poi al rapporto tra il tipo di relazione e il processo del lutto bisogna prendere in considerazione la concezione che Binswanger ha dell'amore.

Nell'amore, per Binswanger, l'io e il Tu costituiscono un Noi che va oltre il tempo e oltre lo spazio, costituiscono una dimensione di eternità e di trasparenza. Secondo Binswanger l'amore è indipendente dall'età cronologica; ed è quindi anche un sottrarsi alla morte che a questa è connaturale. Ciò è testimoniato chiaramente dal fatto che il *modus amoris* sopravvive alla morte fisica di uno dei due. La circostanza che l'amato muoia non significa che muoia l'amore; l'attimo dell'amore è *eternità*.

Due, pertanto, sono le concezioni del lutto che si possono far risalire all'opera di Binswanger. Abbiamo infatti due tipi di temporalità:

1. Una temporalità mondana per cui la morte è in grado di provocare dolore e l'Io deve "acquetarsi"; e può farlo solo se la sua costituzione a priori è normale. Si tratterà allora, nel caso della morte del caro, di accettarla e superarla, "semplicemente" ponendo nel passato ciò che è irreparabile e ormai impossibile, la perdita e ciò che l'ha provocata, e potendo così continuare a vivere e a sperare.
2. Quanto alla temporalità dell'amore, nella Noità la morte non ha diritto di cittadinanza, poiché nell'amore l'individuo e il tempo sono superati. Nella concezione binswangeriana dell'amore non si può quindi, a rigore, parlare di perdita dell'oggetto d'amore, dato che nell'amore non c'è un tu "altro" dall'Io, bensì l'Io e il Tu trovano nell'amore un superamento della singolarità opaca e finita nel tempo e costituiscono un Noi che afferma la trasparenza e l'eternità.

Possiamo in sintesi riassumere la concezione fenomenologico esistenziale del lutto nei due seguenti punti:

1. L'Altro è un altro Io (alter-ego) la cui costituzione è intenzionale cioè dipende dall'Io; pertanto il significato della perdita dell'altro dipende dalla costituzione intenzionale dell'Io. Come dire che a seconda di come l'Io costituisce sé stesso, costituisce l'altro e il mondo comune; da qui l'idea che per capire il lutto non bisogna partire dagli stati d'animo, bensì dai modi in cui si costituiscono l'Io empirico (oggetto della psicologia) e l'Io trascendentale (oggetto della filosofia fenomenologica) nell'atto puro che costituisce l'io puro come sintesi dell'io empirico e dell'io trascendentale. Così, se l'esistenza dell'Altro "dipende" dall'Io, quando l'Altro muore non muore l'Io, ecco perché, se l'Io è normalmente costituito la morte dell'Altro non può costituire un problema per l'Io.
2. L'Io e l'Altro possono trascendere nell'unità eterna e trasparente della Noità, mettendosi così al riparo dalla morte. Così, se l'Io e l'altro "ricevono" la grazia dell'amore, la morte stessa è superata attraverso il conseguente mento dell'eternità "atemporale" del Noi.