

Luigi Ioverno

Con chi parlo quando parlo con me stesso?



L'Io leader e l'Io supporter

Psicoanalisi, Spiritualità e Neuroscienze



Luigi Ioverno

Con chi parlo quando parlo con me stesso?



Buddhi Yoga

L'Io leader e l'Io supporter

Indice

VOLUME 1

Introduzione

Cap. 1

Il Super-io o *il pubblico immaginario*

Le quattro forme dell'Io

L'Io leader e l'Io supporter

Cap. 2

L'Io corporeo individuale

Il Soggetto o l'Energia che anima la materia

La matematica dell'Io

L'associazione e la dissociazione degli Io

Il Mito di Aristofane

L'Io fisico A (*leader*) e l'Io fisico B (*supporter*)

La coscienza e la consapevolezza dell'Io corporeo individuale

Dall'Io sono simile all'altro all'Io e l'altro siamo uno

L'Io corporeo individuale all'interno del complesso mente-corpo

L'intelligenza del corpo e i *nuclei di desiderio* istintuali

VOLUME 2

Io immaginario o *Ego* (l'*Ego Grande* e l'*ego piccolo*)

Io simbolico o *Ruolo* (il *leader* e il *supporter*)

VOLUME 3

Io Spirituale o *Sé Interiore*

(Anima individuale o *Jivi* e Anima Universale o *Atma*)

*Si può essere alleati di sé stessi o nemici di sé stessi.
(Bhagavad Gita - Cap. VI, 5)*

Introduzione

Prima di iniziare penso sia meglio fissare il concetto che sia arrivato il momento di non fare più una distinzione netta tra componente psicologica e componente organica in quanto

*la parte psicologica di un individuo non è altro
che la manifestazione dell'attività cerebrale, la quale
può essere conscia e comunicabile oppure inconscia e
non comunicabile né agli altri e nemmeno a sé stessi.*

Sì, perché il fatto che sia inconscia, non vuol dire che l'attività cerebrale non esista, semplicemente non arriva alla coscienza ovvero non può essere condivisa, tra l'altro, c'è da dire che anche questo aspetto (l'inconscio) non può più essere considerato solo appannaggio degli psicoanalisti, visto che anche sperimentalmente i neuroscienziati possono mettere in evidenza l'esistenza di pensieri inconsci, pensieri che il soggetto non è in grado di percepire, tantomeno di comunicare, come per esempio avviene nel caso delle *amnesie* dove, con opportuni strumenti (tipo la cosiddetta "macchina della verità" che rivela il cosiddetto *riflesso psicogalvanico*) è possibile distinguere se si tratti di un'**amnesia psicologica**, che origina cioè da una malattia mentale o da un trauma psichico, oppure di un'**amnesia organica** conseguente a un trauma cerebrale fisico, un tumore, un processo infiammatorio, ecc. evenienza che si può venire a creare in particolari situazioni legali (tipo durante un processo intentato a una madre assassina).

Questa premessa era indispensabile perché da qui in avanti non faremo più una chiara distinzione tra la componente organica (il cervello) e quella psicologica (la mente) ma considereremo queste due strutture facenti parte di uno stesso complesso che nel *Buddhi Yoga* dell'India antica (lo "*yoga dell'intelligenza*" su cui sto lavorando da anni) veniva chiamato, non a caso, **complesso mente-corpo** oppure **complesso mente-cervello**.

Come sanno i miei lettori, nella mia personale ricerca ho tentato di collegare a questo "*complesso mente-corpo*" anche la componente *Spirituale* e sono arrivato a capire che, proprio come dice il **Samkhya Yoga**,

*l'io individuale altro non è che la risultante dell'interazione
tra lo Spirito (Dio) che anima l'intero universo e la materia che
costituisce in generale tutto il corpo e, in particolare, il cervello;*

detto in altro modo: il prodotto di questa interazione tra *Spirito* e materia costitutiva del corpo, compresi i neuroni presenti nel cervello, diventa il cosiddetto **complesso mente-corpo** o, nello specifico, il **complesso mente-cervello**.

Per essere comprensibili al massimo, potremmo assimilare l'interazione su descritta a un musicista che suoni uno strumento musicale qualsiasi, per esempio un pianoforte:

- la componente spirituale, intesa come *Anima, Atma, Spirito* o *Sé Interiore* (usate pure il termine che preferite, perché sono tutti sinonimi) è ovviamente **il musicista**;
- il corpo o il cervello è **il pianoforte**;

da questa interazione vengono fuori dei **suoni** che combinati in maniera armonica diventano **musica** o, in caso contrario, anche solo dei rumori.

Nell'insieme questi *suoni* o questi semplici *rumori* corrispondono alla componente psicologica del soggetto, cioè alla **mente**, fatta in particolare di *pensieri* o *desideri*.

Quindi, mantenendo l'esempio di cui sopra, riassumiamo:

- **la materia**, cioè tutto il corpo, cervello compreso è lo strumento (il pianoforte);
- **i neuroni** sono i tasti di questo "pianoforte";
- **il musicista** è lo *Spirito* (e poi vedremo pure come sia possibile che uno *Spirito* possa "suonare" o animare la materia);
- da questa interazione *Spirito/materia* cerebrale vengono fuori una serie di **suoni** (i pensieri o i desideri) che nel loro insieme costituiscono **la mente**;
- a loro volta, i suoni possono essere armonici e diventare **musica** o rimanere solo un insieme di **rumori**.

In ogni caso, noi non possiamo separare la musica né dallo strumento, tantomeno dal musicista, semplicemente perché uno non può esistere senza l'altro: la musica non può venire fuori senza il supporto di uno strumento e di un musicista, anche se quest'ultimo non lo vediamo o non sappiamo chi sia; allo stesso modo, noi non possiamo separare **la mente** (i nostri pensieri o i nostri desideri) né dal nostro **cervello**, tantomeno dal **Soggetto** che lo anima (cioè dallo *Spirito*), semplicemente perché uno non può esistere senza l'altro; quindi,

*i pensieri o i desideri non possono venire fuori senza
il supporto dei neuroni che formano il cervello e
di un soggetto che li pensa e li agisce, anche se
noi non lo vediamo o non sappiamo chi sia.*

Ovviamente, non posso pretendere che i ricercatori in neuroscienze (ma anche gli atei comuni) possano accettare immediatamente il fatto che Dio (sotto forma di Spirito o Anima individuale) sia veramente il musicista che "suona" i neuroni del nostro cervello dando origine alla **mente** (i pensieri o i desideri, cui possono far seguito ovviamente parole ed azioni), anche perché, per credere nell'esistenza della componente Spirituale è comunque necessaria la fede (e sia Freud sia Lacan questa fede non ce l'avevano, perché erano appunto atei, così come gran parte dei loro successori) e dato che per il momento non è possibile una dimostrazione scientifica della Sua esistenza e del Suo funzionamento,

*va rispettato il desiderio di chiunque di credere o meno
all'esistenza sia di un Dio che anima il cervello o interagisce
con i neuroni di cui è costituito, dando origine alla mente.*

Una piccola parentesi religiosa, per evitare che i credenti di fede cristiana storcano il naso visto che nelle mie descrizioni uso l'induismo come base per le mie teorie sulla spiritualità, vorrei precisare loro che in termini teorici il *Samkhya Yoga* che adotto nel mio tentativo di collegare la psicoanalisi con la spiritualità e le neuroscienze non differisce assolutamente da quanto detto nella *Genesi* biblica, infatti nella Bibbia si dice che Dio abbia creato l'uomo partendo dalla materia (metaforicamente del fango) su cui ha soffiato il proprio Alito o Spirito Divino per animarlo; quindi, almeno in teoria,

*gli ebrei , i cristiani, i cattolici e tutti quelli che considerano
la Bibbia una Sacra Scrittura dovrebbero essere tenuti a
credere che **l'uomo altri non sia che Dio incarnato**
allo stesso modo di come dice il Samkhya Yoga.*

Invece, ai ricercatori in neuroscienze atei chiedo di avere pazienza e sospendere per il momento il giudizio sul "musicista" che "suona" dentro il cervello creando la "musica" dei pensieri o dei desideri e di considerarlo semplicemente

- dal punto di vista psicologico, come **il Soggetto che dice: "Io sono!"**

- oppure, solo dal punto di vista organico, come un gruppo di neuroni che nei miei lavori precedenti ho definito **nuclei di desiderio dell'Io**.

D'altro canto:

- lo strumento vero e proprio, cioè tutte le parti materiali che lo costituiscono (i tasti del pianoforte, bianchi e neri, i martelletti, le corde, la cassa armonica, ecc.), rappresentano il corpo e in particolare **il cervello** (tutto compreso, i neuroni, con i loro assoni e dendriti, le fibre nervose su cui viaggiano gli impulsi elettrici, ecc.),

- i suoni invece rappresentano **la mente**, cioè i pensieri o i desideri che vengono fuori stimolando appunto questi neuroni, siano essi consci e comunicabili, ma anche quelli inconsci, che non possono essere condivisibili e dunque non oggettivabili.



Il Soggetto che "suona" i neuroni del cervello e produce pensieri e desideri.

Vorrei ripeterlo: nell'immagine precedente ho chiamato lo Spirito che interagisce con i neuroni del cervello semplicemente “**il Soggetto**”, per consentire anche agli atei di seguire il discorso che andrò a fare; in questo modo, il mio tentativo di collegare la psicoanalisi con le neuroscienze e la spiritualità può per loro limitarsi anche solo a considerare le prime due componenti: quella mentale o psicologica e quella organica o cerebrale, certamente distinte, ma interdipendenti l'una dall'altra. Accettato questo, torniamo alla premessa iniziale nella quale dichiaravo che

*la psicoanalisi e le neuroscienze non devono più
essere considerate due materie distinte ma complementari*

ed entriamo nello specifico di questo lavoro partendo da una storia della mia infanzia.

Potrà sembrare strano, ma una delle esperienze che mi hanno maggiormente traumatizzato quando ero bambino è stato assistere, durante le mie vacanze estive, a un gioco fatto dai cosiddetti “grandi” del mio paese di origine, che in meridione è conosciuto come “*Padrone e sotto*” o anche “*Passatella*”.

Si tratta di una sorta di “gioco al massacro” con il quale un gruppo di giocatori, prima fanno una partita a carte per decidere i vincitori di una sorta di premio, normalmente consistente in una quantità più o meno grande di bottiglie di birra o alcolici vari, insieme ad altre consumazioni di tutti i generi, tipo patatine, pop corn, brioches, ecc. Dopo la partita, i due vincitori hanno poi la facoltà di decidere a chi fare consumare tutto quel *bendiddio* e chi invece tenere a bocca asciutta.

Per decidere chi dei due vincitori debba avere più voce in capitolo, ossia chi dei due debba essere **il capo** e **il vice** (e da qui il nome “*Padrone e sotto*”) della improvvisata dispensa, dopo la vittoria, i due giocatori vincenti giocano a loro volta un'altra partita, in questo caso brevissima, per non ritardare ulteriormente il gioco vero e proprio.

Decisi i ruoli di potere, da quel momento inizia il “gioco al massacro” di cui dicevo, a cui tutti, giocatori e spettatori, vogliono assistere e, ancora di più, partecipare.

Quello che si verifica dopo aver preparato il gioco finale è stato per me bambino qualcosa di assolutamente affascinante e al tempo stesso terrorizzante, nel senso che ho assistito ad un modo in cui i “grandi” potevano farsi del male mettendo in atto le proprie simpatie e antipatie, anche solo sotto forma di scherzi crudeli, senza per questo essere condannati pubblicamente (anche perché i partecipanti si giustificavano dicendo: “... è solo un gioco!”).

Come accennato, pure gli spettatori partecipavano al gioco, molto divertiti e facendo persino il tifo per influenzare la distribuzione degli alcolici e del resto.

In realtà, l'aspetto per me “affascinante” consisteva in una sorta di dialogo tra il cosiddetto **Padrone** e **il sottoposto** in merito a chi dovesse essere il destinatario, per esempio di un gelato o di una bottiglia di birra, godendosela perché magari faceva molto caldo, oppure subendola perché non ne aveva assolutamente voglia, o anche perché anziché una birra gliene venivano concesse tre o quattro, che però (e qui sta la

perversione del gioco) doveva obbligatoriamente bersi sul momento o comunque prima che iniziasse un'altra partita, rischiando pure di star male.

La regola principale per la gestione delle consumazioni era che **il Padrone** aveva comunque l'ultima parola sulla decisione però, normalmente era **il sotto** che faceva le proposte a chi attribuire le consumazioni e **il Padrone** aveva solo due possibilità, o accettare l'indicazione del suo sottoposto, oppure bersele lui stesso, perché egli era in ogni caso il proprietario della dispensa.

Mi spiego meglio: **il Padrone** non poteva decidere di far consumare nessuno senza il consenso del **sotto**, al massimo, visto che era il proprietario poteva consumarsele lui stesso; ma siccome le consumazioni non erano poche e avrebbero potuto fargli male, di conseguenza era obbligato a trovare un compromesso con **il sotto**. E in questo stava il bello del gioco (per modo di dire), nel senso che prima di arrivare a una decisione ci potevano essere delle discussioni interminabili.

Su questa premessa le combinazioni erano dunque tantissime, le stesse che si possono trovare in parlamento tra i politici di posizioni opposte; e infatti, il dialogo tra **il Padrone** e **il sotto** che in certi momenti diventava incandescente, riguardava le motivazioni per le quali era giusto dar da bere a uno o all'altro (*“Diamo una birra a quello perché è una brava persona! Non diamo da bere a quell'altro perché quando è stato Padrone lui ha consumato da solo più di quanto abbia distribuito! Diamo da bere a Tizio perché ha giocato bene ma è stato sfortunato!”* o *“Non diamo da bere a Caio perché si è comportato male mentre giocavamo a carte...”* e così via).

Allora, io assistevo a tutte queste infinite discussioni nelle quali “i grandi” si divertivano come dei pazzi (perché ovviamente ad ogni proposta c'erano da parte del pubblico battute di tutti i generi, anche volgari) e comunque quel che più mi spaventava era che a volte **Padrone** e **sotto** si mettevano palesemente d'accordo per far star male qualcuno, o facendolo bere molto, o non facendolo bere affatto. Ma questo doveva naturalmente essere coperto dalle chiacchiere, perché i presenti non dovevano accorgersi di quanto essi stavano tramando, in ogni caso, dopo breve si capiva in che direzione andava il destino del gioco e tutti se la ridevano, a parte ovviamente i malcapitati che rodevano per il fatto di rimanere all'asciutto o erano spaventati per il fatto di dover consumare montagne di roba, con il rischio appunto di star male.

Ovviamente, come in ogni gioco degli uomini, dove **“l'importante è non perdere la faccia!”**, anche chi era costretto a consumare oltre misura aveva quel minimo di rivincita se riusciva a dimostrare di “reggere” o resistere, nonostante l'assunzione spropositata di cibo e alcol.

Ma purtroppo gli uomini sono così e quello che all'inizio mi aveva spaventato era proprio il fatto che dei “grandi” (che, badate bene, continuo a non chiamarli *adulti*) potessero godere di questa violenza gratuita, fatta su qualcuno che non poteva nemmeno protestare, perché comunque era stata una sua libera scelta quella di partecipare al gioco, al massimo poteva sperare: o di dimostrare la sua determinazione o la sua resistenza all'ingozzo (cosa che da sempre stupisce le menti

deboli, infatti, non a caso spesso si sente dire con ammirazione: “*E’ un grande bevitore, è un grande mangiatore, è un grande fumatore, ecc.*”); in ogni caso, per i malcapitati, rimaneva comunque sempre la speranza di vincere con le carte la partita successiva per diventare **Padrone** o **sotto** e così vendicarsi dei loro precedenti aguzzini.

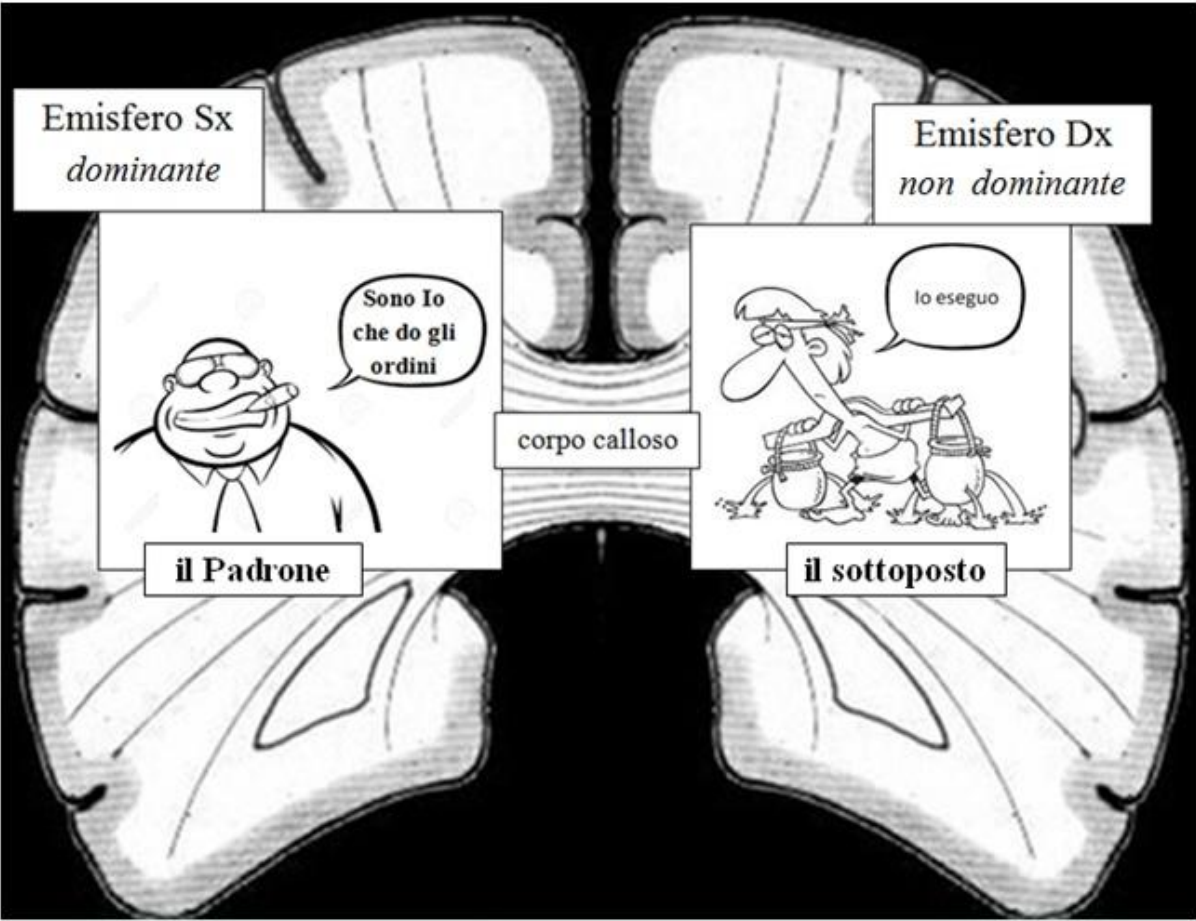
Dopo qualche anno, così come fanno tutti i ragazzini che imitano “i grandi” io e mio fratello abbiamo partecipato ad una *passatella* con i nostri coetanei (o meglio, con i suoi coetanei, tutti più vecchi di me di qualche anno), dopo la prima partita a carte, i vincitori, diventati rispettivamente **Padrone** e **sotto**, hanno preso di mira mio fratello e gli hanno fatto bere nove birre e mangiare non so quante altre consumazioni. Io sono rimasto a bocca asciutta (ma io ero il piccolo del gruppo ed ero a prescindere escluso dal gioco) invece mio fratello è stato vessato; a sua volta però ha goduto un po’ di gloria perché con il fisico possente che si ritrovava non è stramazato al suolo ubriaco marcio ed è persino riuscito a prendere la moto e, come dice lui ancora oggi “... *a riportarmi a casa!*”. Inoltre, questa dimostrazione di forza ha tamponato la sua frustrazione di essere stato preso di mira dai cosiddetti “amici” senza poter reagire o difendersi, salvo sperare in una nuova partita per vendicarsi.

Questa esperienza traumatica mi è comunque servita perché per anni mi sono chiesto cosa ci fosse di affascinante in quel gioco se poi, alla fine dei conti, era comunque un gioco violento, atto a far star male una o più persone.

Alla fine però l’ho capito ed è stata per me una vera sorpresa, ma parlare di sorpresa è dire poco, in quanto

il Padrone e il sottoposto, non sono altro che le due persone che stanno dentro al nostro cervello e “il Padrone” corrisponde all’emisfero sinistro (che nella maggior parte delle persone è anatomicamente e fisiologicamente il dominante) e il “sotto” all’emisfero destro (per i neurologi il non dominante)

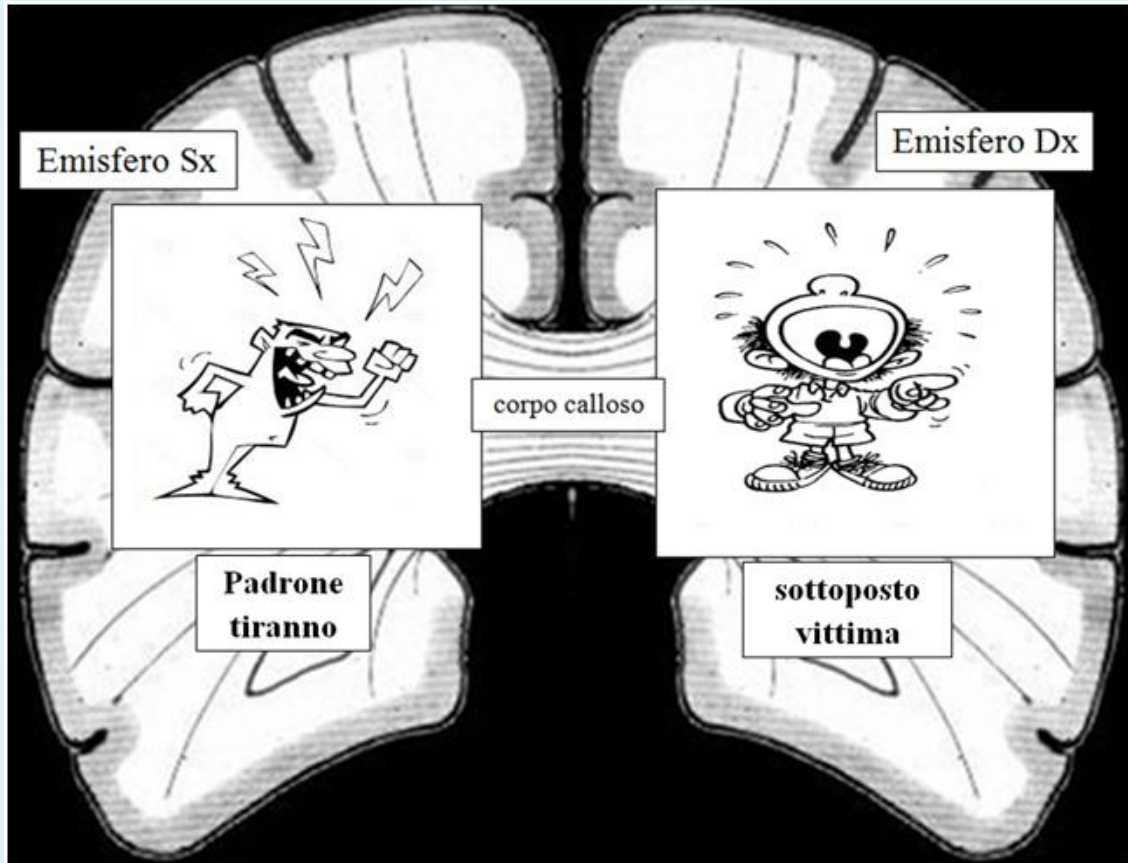
come ho cercato di rappresentare nella figura successiva.



In realtà questa è una visione molto semplificata di come stanno realmente le cose, nel senso che

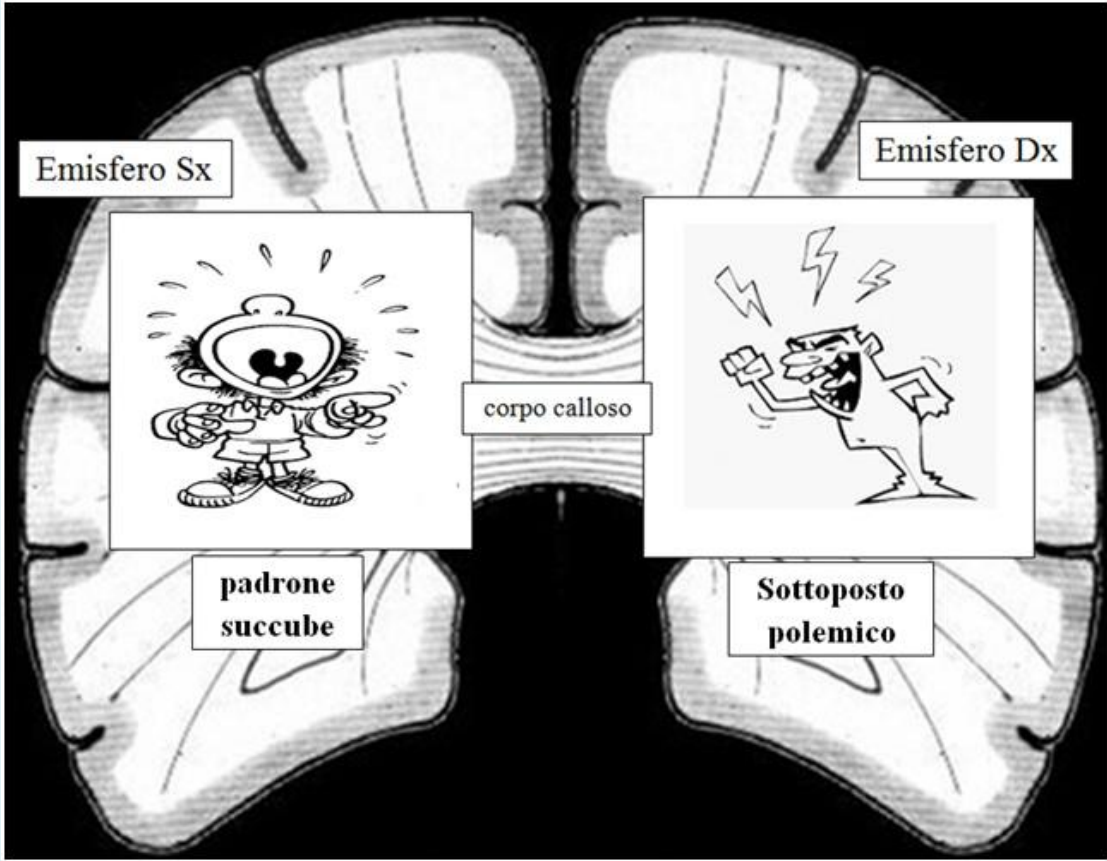
le forme dell'Io presenti negli emisferi cerebrali non sono soltanto due e la loro distribuzione all'interno degli emisferi stessi è molto più complessa di come rappresentato nella figura.

In ogni caso, questa prima impostazione può essere utilizzata per iniziare a capire il dialogo o il conflitto interno che noi viviamo continuamente e che per certi versi corrisponde al dialogo o al conflitto tra i giocatori della *passatella* sopra descritto, dove ciascuno dei partecipanti cerca una fonte di godimento che può consistere, nel **godimento dei sensi**, a seguito della consumazione di qualcosa di piacevole (una bevanda, una merendina o altro), oppure nel **godimento del potere** che nasce dall'idea di stare "sopra" l'altro, ossia di essere "il Padrone" e di poterlo comandare a piacimento facendogli fare quello che si vuole, ma purtroppo anche nell'esistenza del **godimento del male** che nasce dal desiderio di prevaricare qualcun altro che non sopportiamo o che ci sta antipatico, per poterlo deridere o comunque per farlo star male (come rappresentato nella figura successiva).



Questa condizione però non è sempre identica perché, come vedremo, a volte è possibile che queste due figure giochino a parti invertite per cui non è infrequente che sia il **sottoposto** a far soffrire il **Padrone**, situazione che a livello psicologico si traduce con il cosiddetto Super-io (scoperto da Freud) che perseguita il soggetto, per esempio con i suoi giudizi negativi.

Anche nella vita reale questa condizione può esistere e corrisponde per esempio a un **sottoposto** (tipo un dipendente), polemico, irascibile, continuamente prodigo di critiche verso chiunque, convinto di essere sempre nel giusto e di un **Padrone** (in questo esempio, il titolare dell'impresa) incapace di contrastarlo e destinato a subire in maniera succube tutte le sue continue critiche.



In ogni caso, l'intuizione di tale realtà mentale e/o cerebrale perché, come abbiamo detto all'inizio, per noi **mente e cervello sono solo due facce della stessa medaglia**, cioè la presa di coscienza che possa esistere un conflitto interiore giocato esclusivamente da parti rese autonome da noi stessi l'ho avuta anni fa, una mattina in cui, appena sveglio ma ancora nel letto, dialogavo internamente con *un altro Io immaginario* e stavo male perché quest'ultimo non mi dava ragione (un po' come quando facciamo quei dialoghi interni e dentro di noi diciamo: "Se lui mi dice quello, allora io gli dico che...", oppure "Se mi dice altro, allora io gli rispondo che.." e così via all'infinito) improvvisamente mi sono detto: "Ma l'altro sono io!!!" cosa che ai più potrà sembrare banale, ma che invece a me aveva fatto "risvegliare" in quanto

il dialogo interiore, noi lo possiamo fare grazie alla capacità che abbiamo di dissociare il cervello (o il complesso mente-cervello) in due o più parti (l'Io dell'emisfero sinistro e l'altro Io dell'emisfero destro) e di dare a ciascuna parte una voce e delle argomentazioni:

argomentazioni che molto spesso non sono nemmeno troppo campate in aria, perché assomigliano alle argomentazioni che normalmente ci portano le persone reali, che in quel momento interpretiamo, ma che in fondo conosciamo bene.

Per capirci:

*l'Altro Io dell'emisfero destro può essere la moglie, il marito, i nostri genitori, gli amici, ecc.; in ogni caso, **nel dialogo interno siamo sempre e comunque noi a parlare e a rispondere!***

Capitolo 1

Il Super-io o “pubblico immaginario”

Tutte queste figure interiori appena descritte, personalmente le ho raggruppate in una struttura psicologica unica che ho chiamato **pubblico immaginario** in quanto, anche se per certi versi, assomiglia al *Super-io* scoperto da Freud, esso non è una figura unica ma è costituito da diverse figure presenti nel nostro cervello (in particolare nella nostra memoria) che appartengono alla nostra storia e di cui valorizziamo il loro giudizio, spesso in maniera esagerata.

Come in un qualsiasi pubblico (teatrale, cinematografico, da stadio, ecc.) nelle prime file ci sono le persone più importanti per noi (i genitori, gli amici, i parenti, e così via) dietro invece stanno tutti gli altri e tra essi ci sono addirittura persone sconosciute, ma con questo non meno importanti.

Dal punto di vista neurologico, *il pubblico immaginario* (così come il Super-io, diciamo così “singolo”) l’ho inserito fisicamente nell’**emisfero destro**.

Invece, dal punto di vista psicoanalitico, di fatto questo *pubblico immaginario* è un altro **Io immaginario** (ovvero un altro *Ego* posto nell’emisfero destro) che ha come caratteristica principale quella di parlare in continuazione con il nostro *Ego* (dell’emisfero sinistro) e per il momento, ma solo a titolo di comprensione, questi due Io dovrebbero corrispondere rispettivamente al **Padrone** (l’Io o l’*Ego* contenuto appunto nell’emisfero sinistro) e al **sottoposto** (l’Altro *Ego* ovvero il Super-io o *pubblico immaginario* contenuti nell’emisfero destro) che comunicano tra loro tramite le fibre del *corpo calloso* e, come detto, sono proprio quelli del gioco della *Passatella* che abbiamo descritto in precedenza (come si vede nella figura successiva).

EMISFERO SX

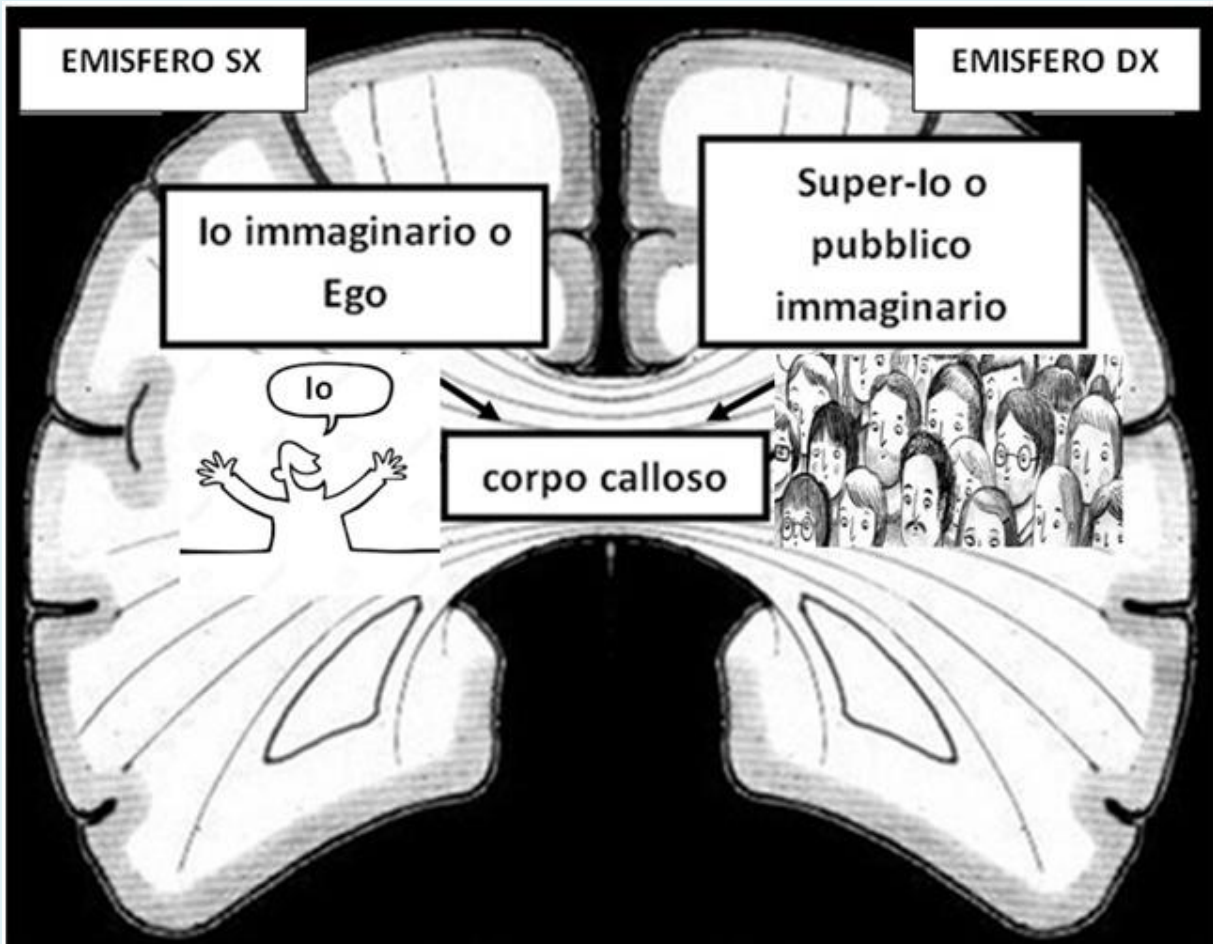
EMISFERO DX

Io immaginario o
Ego

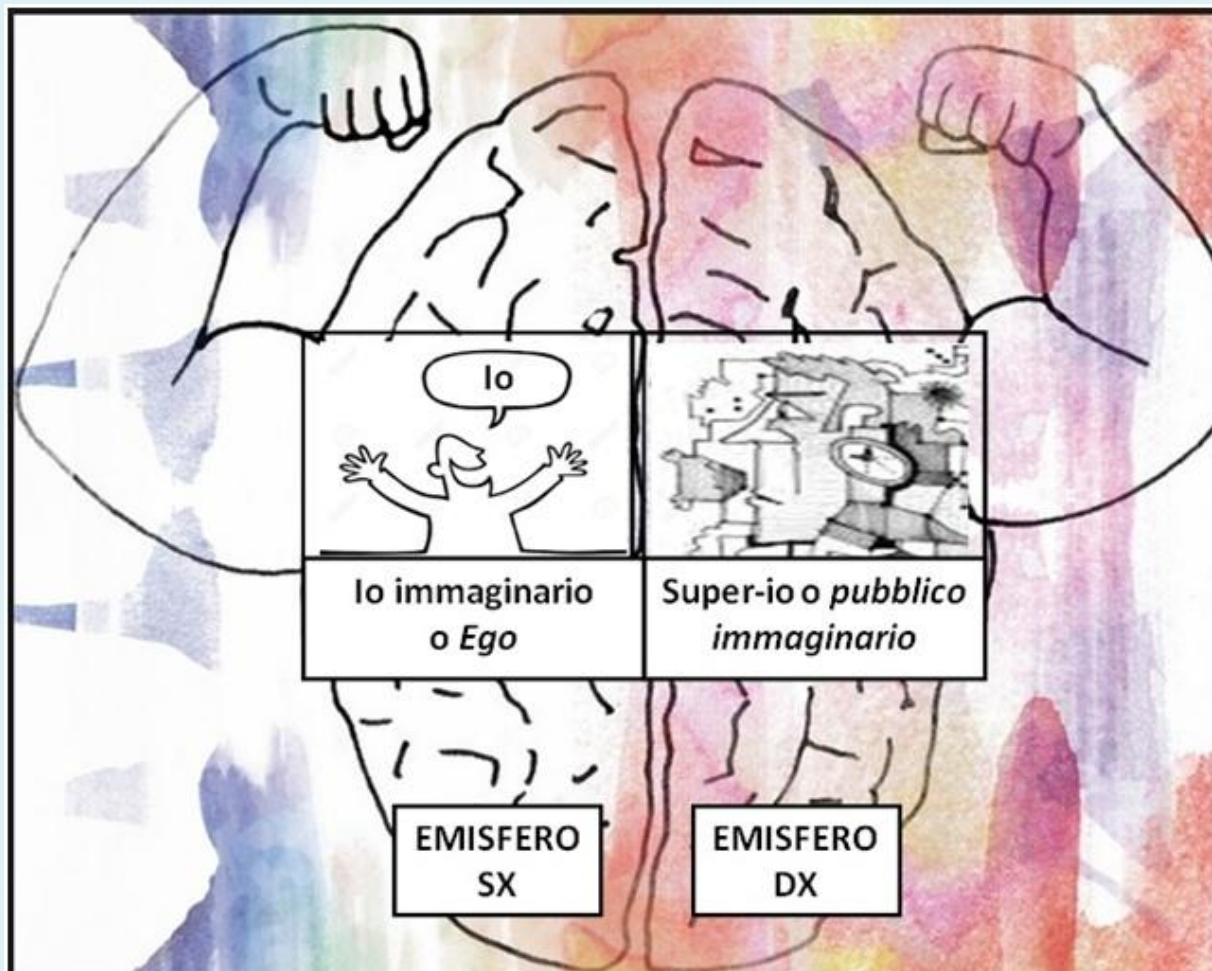
Super-Io o
pubblico
immaginario

Io

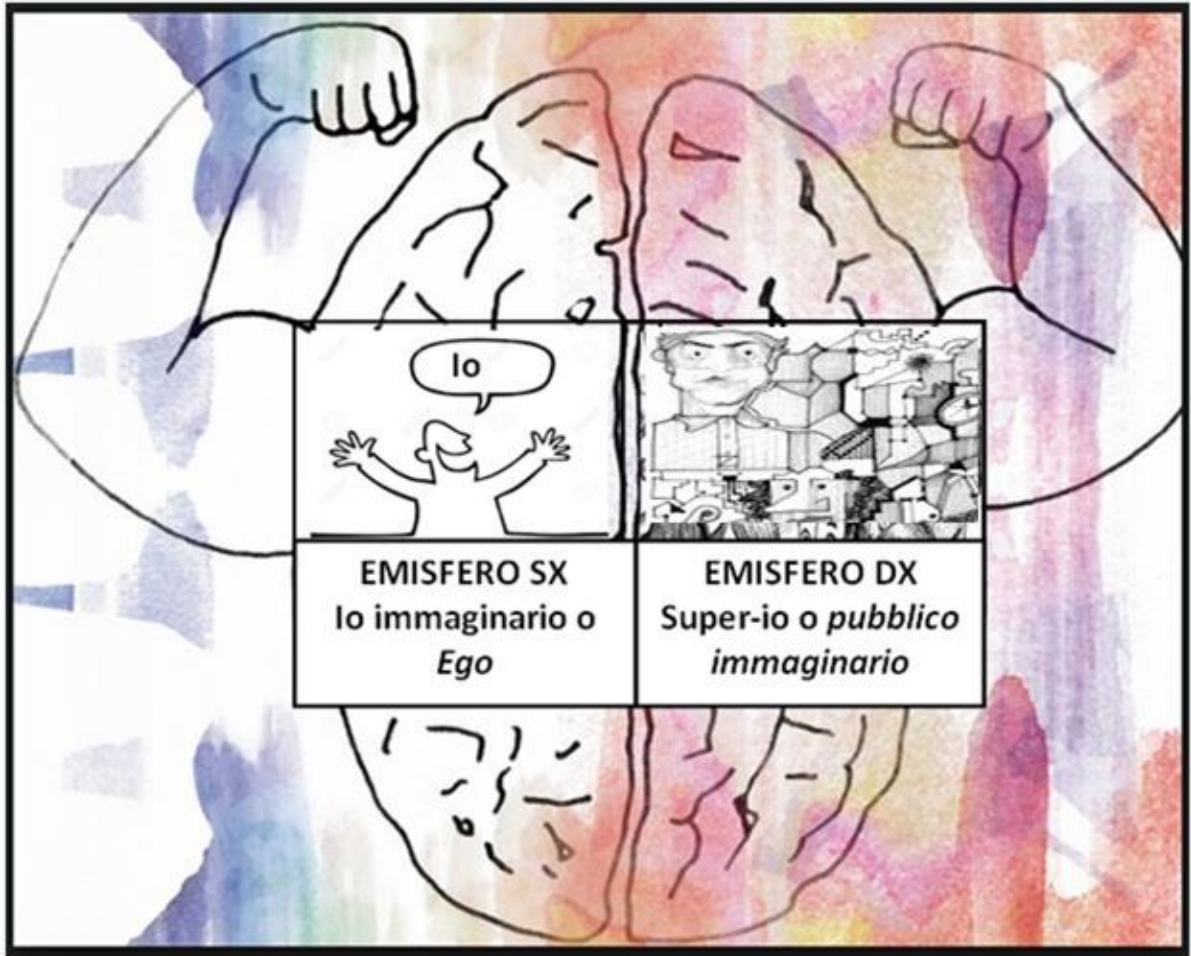
corpo calloso



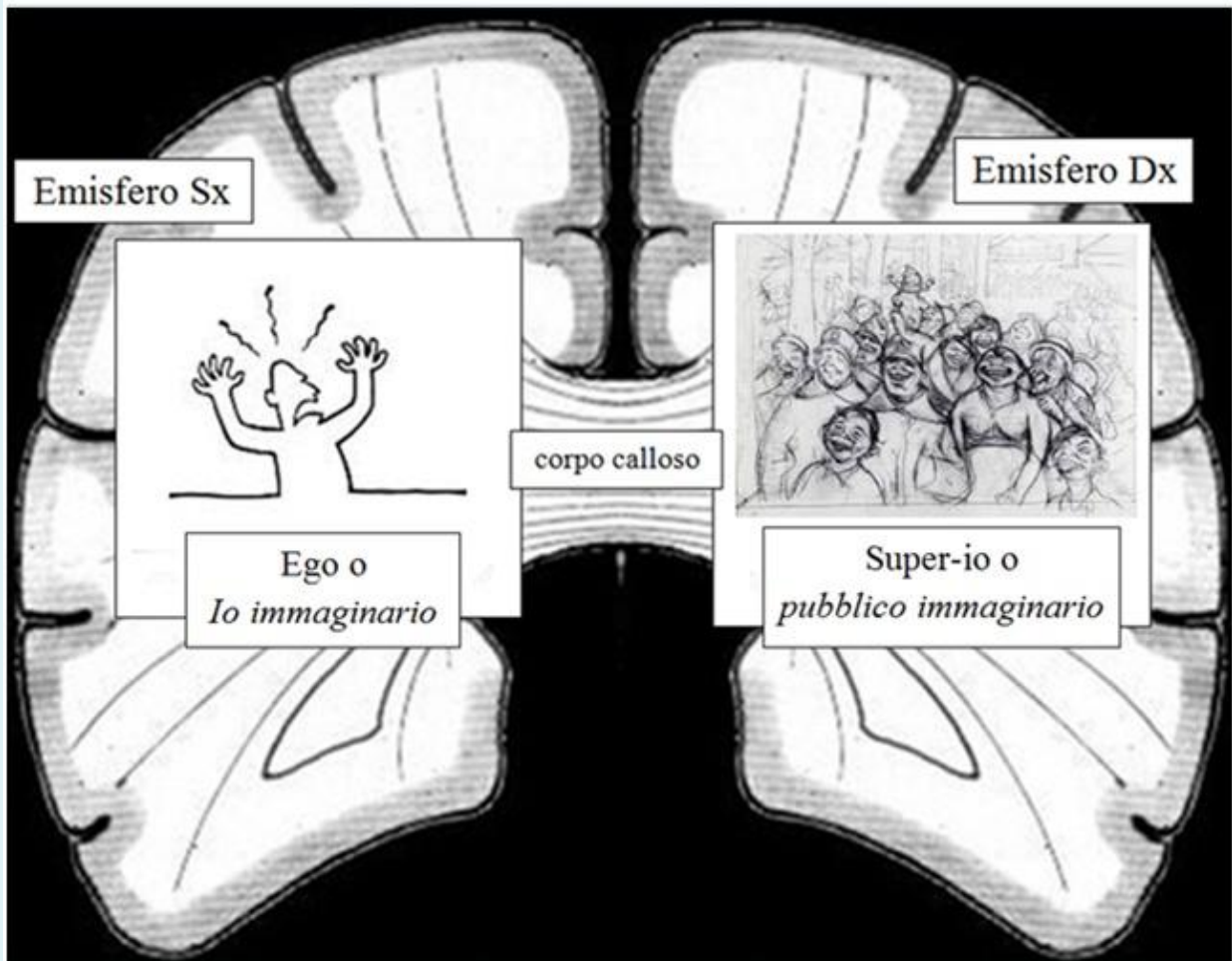
Ma siccome il rapporto tra il **Padrone** (l'Io o *Ego* contenuto nell'emisfero sinistro) e il **sottoposto** (il Super-io o *pubblico immaginario* contenuti nell'emisfero destro) è per lo più un rapporto di forza l'immagine più appropriata dovrebbe essere la seguente, in formato Super-io:



Oppure la seguente, in formato pubblico immaginario:



Volendo, potremmo ricordare che una forma del conflitto perenne che ci può essere tra l'Io e il Super-io (o *pubblico immaginario*) particolarmente pericoloso per il soggetto è quello del **pubblico immaginario ridicolizzante**; e, a tale proposito, un'immagine che può richiamare quella pesante situazione potrebbe essere la successiva:




Badate bene che ho voluto sottolineare con un'immagine questa situazione di conflitto interiore perché non solo i pazienti psichiatrici ma molte persone (diciamo pure tutti noi) la vivono costantemente all'interno del proprio cervello ed infatti

la paura del ridicolo è una delle più forti limitazioni a compiere certe azioni, non necessariamente trasgressive, specie quando tutti quei personaggi che vanno a far parte del nostro personale pubblico immaginario (genitori, amici, parenti, conoscenti, ecc.) li sentiamo ostili.

Tra l'altro, i commenti ridicolizzanti del *pubblico immaginario* sono all'origine di molte reazioni violente dei pazienti psichiatrici sia nei confronti degli altri (con aggressioni apparentemente immotivate) sia nei confronti di sé stessi (per esempio con autopunizioni) che possono arrivare anche al suicidio, come ormai non raramente succede nel caso di adolescenti ridicolizzati per motivi diversi sui *social network* (per esempio per le loro caratteristiche fisiche oppure per le loro inclinazioni sessuali) da parte di coetanei, magari compagni di scuola.

Sempre rimanendo in tema, Woodie Allen (il famoso regista newyorkese) che ha vissuto per decenni l'esperienza della psicoanalisi come paziente, ha inconsapevolmente confermato questa mia tesi riportando sullo schermo alcuni dei personaggi più significativi del proprio *pubblico immaginario*: il primo di questi è stata naturalmente sua madre che nel film "*New York Stories*" gli parla dal cielo di fronte a un nutrito gruppo di persone che assiste divertito al dialogo (come vediamo nell'immagine successiva, tratta appunto dal film).



Emisfero Sx
Ego o *Io*
immaginario

Emisfero Dx
Super-io o
pubblico
immaginario



Nell'immagine utilizzata qui sopra c'è da notare il motivo per il quale preferisco chiamarlo *pubblico immaginario* anziché Super-io, infatti, come risulta nel fotogramma, oltre alla madre, Woodie Allen magistralmente inserisce anche dei "passanti" i quali entrano a far parte a pieno diritto del suo *pubblico immaginario*, anche se si tratta di persone sconosciute.

Tutto ciò però non basta perché tra gli sconosciuti che appartengono alla gente comune, possono far parte del *pubblico immaginario* anche personaggi dello spettacolo, conosciuti solo per il lavoro che svolgono; non a caso, anche questo aspetto è stato analizzato dal regista durante la sua personale terapia e presentato cinematograficamente in maniera davvero esilarante: basti pensare al personaggio di Humphrey Bogart nel film "*Provaci ancora Sam*", da cui è tratta l'immagine successiva e che, universalmente (anche dai non addetti ai lavori) è stato riconosciuto come il rappresentante più significativo del suo personale *pubblico immaginario*:



Emisfero Sx
Ego o Io
immaginario

Emisfero Dx
Super-io o
pubblico
immaginario



C'è da dire che considerata la forza oppressiva del Super-io o *pubblico immaginario*, qualcuno lo vedrebbe meglio nell'emisfero sinistro (perché per i neurologi è “il dominante”) ma non è così perché il **Padrone** siamo sempre e comunque noi (nel caso specifico, il nostro *Ego*), però proprio come nel gioco della *Passatella*, anche se siamo “**Padroni**” dobbiamo fare i conti con il nostro cosiddetto “**sottoposto**” e che, per intenderci, potrebbe essere paragonabile a un segretario, il quale, se sa giocare astutamente, è in grado di portarci dove vuole e obbligarci a subire le sue scelte; proprio come succede nella vita reale, dove molti segretari sono così abili da gestire in maniera assolutamente autonoma le proprietà del padrone, a tal punto che, di fatto tali segretari sono più padroni del loro stesso padrone.

In questo caso però, una possibilità che abbiamo in quanto “**Padroni**”, simile a quella del gioco descritto, è quella di decidere d'autorità nonostante il parere contrario del segretario, nel senso che siccome siamo i “**Padroni**” possiamo fare di testa nostra (ovviamente facendoci carico di tutti i rischi connessi alla scelta) anche qui, proprio come succede nella vita reale, dove un padrone, resosi conto che il segretario gli sta rubando i soldi, può farlo tacere o addirittura licenziarlo e provare a gestire da solo le sue proprietà.

Comunque, nel “gioco interiore” con il nostro Super-io, proprio come nel gioco della *Passatella* il **Padrone** o accetta i consigli del **sottoposto** (cioè si mette d'accordo e trova un compromesso con lui), oppure si beve tutto da solo, il che è identico a quanto avviene nella nostra testa, dove

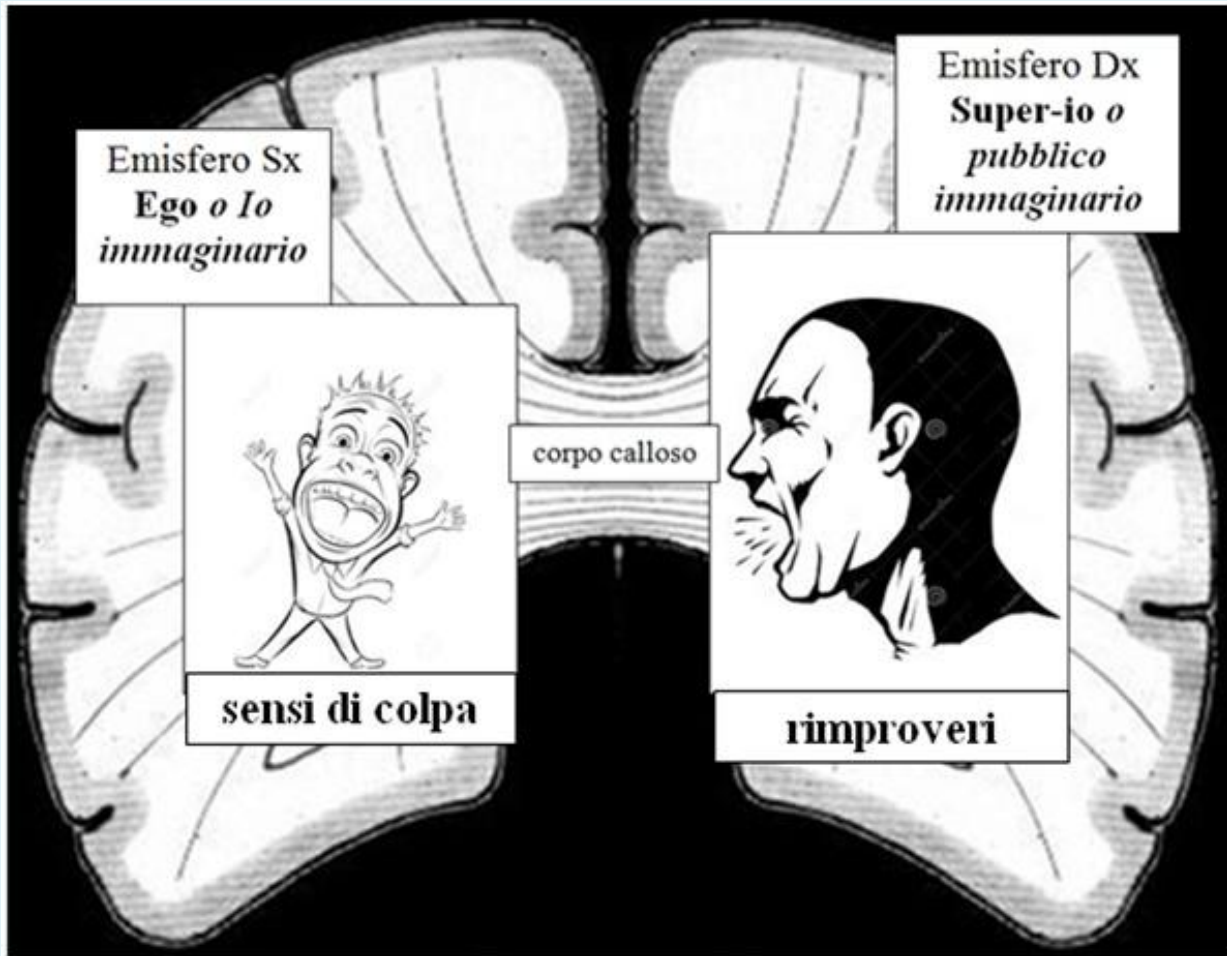
*o accettiamo i consigli o le vere e proprie direttive del
nostro Super-io (cioè del pubblico immaginario) o troviamo
con lui un compromesso, oppure facciamo di testa nostra*

la qual cosa può pure essere la scelta migliore, però sempre come nel gioco di cui sopra, **qualsiasi scelta facciamo noi non possiamo far tacere il nostro sottoposto**, né prima, né durante e nemmeno dopo l'azione da noi compiuta, specie se quel che facciamo è in contrasto con le sue vedute: in pratica,

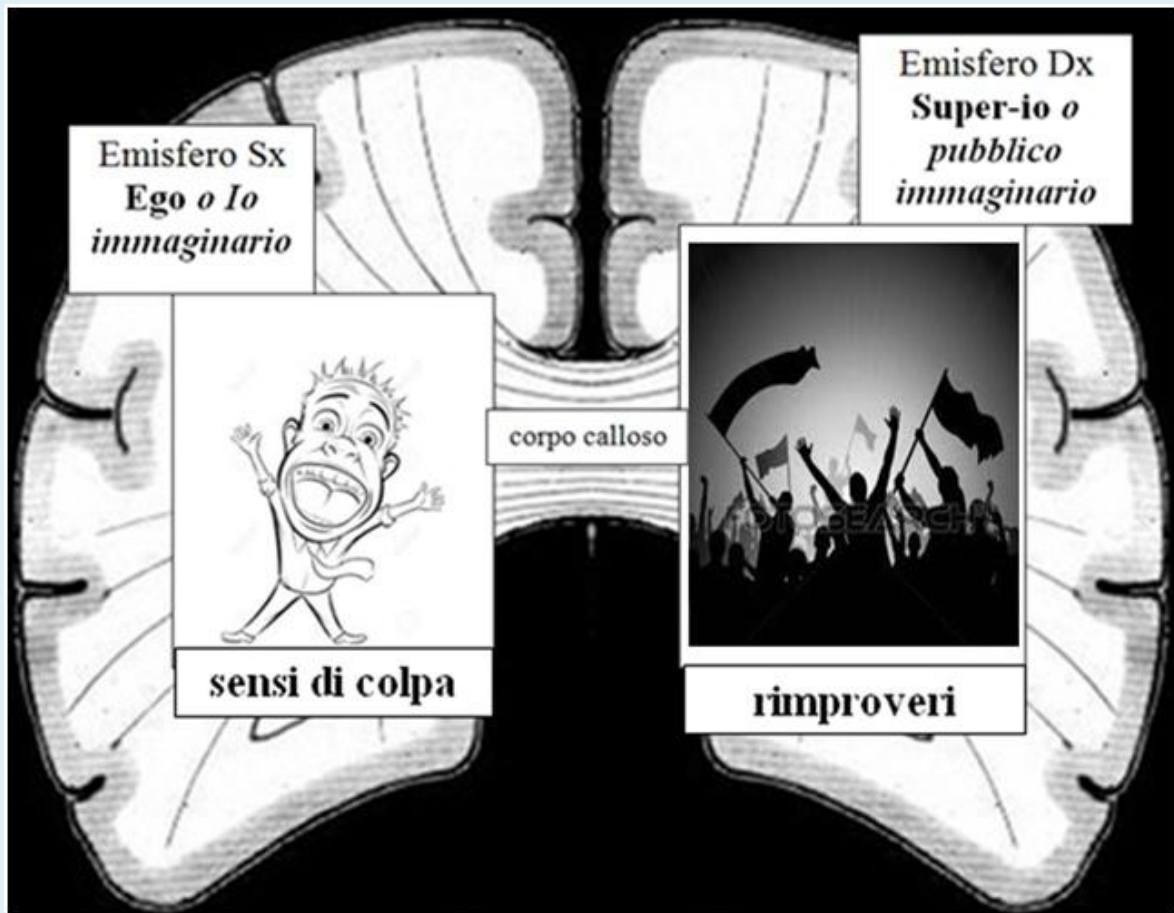
*sia che facciamo giusto, ma specie quando sbagliamo,
dobbiamo comunque sentirci i rimbrotti del
nostro Super-io o pubblico immaginario,*

o perché non ci perdona il fatto di non aver eseguito i suoi “consigli” alla perfezione oppure, ancora peggio, se abbiamo agito autonomamente senza consultarlo.

Nella vita reale e in particolare nel nostro cervello questi giudizi o **rimproveri** del Super-io o *pubblico immaginario* spesso si traducono nei classici **sensi di colpa**, conosciuti da tutti e che a volte sono così insistenti da farci letteralmente impazzire.



Rimproveri e sensi di colpa in versione Super-io.



Rimproveri e sensi di colpa in versione *pubblico immaginario*.

Sulla base di quanto appena detto domandiamoci ora:

- la comparsa dei sensi di colpa significa che il Super-io (o *il pubblico immaginario*) ha una sua autonomia sia in termini di pensieri che di parole?

- e se sì, come si è venuta a creare?

Se consideriamo la premessa fondamentale e cioè che i pensieri (ovvero i desideri di cui è costituita la mente) sono il prodotto di attività neuronali, ne deriva che,

*per formare il Super-io (o pubblico immaginario) prima
di tutto ci vogliono un certo numero di neuroni che dicono Io!*

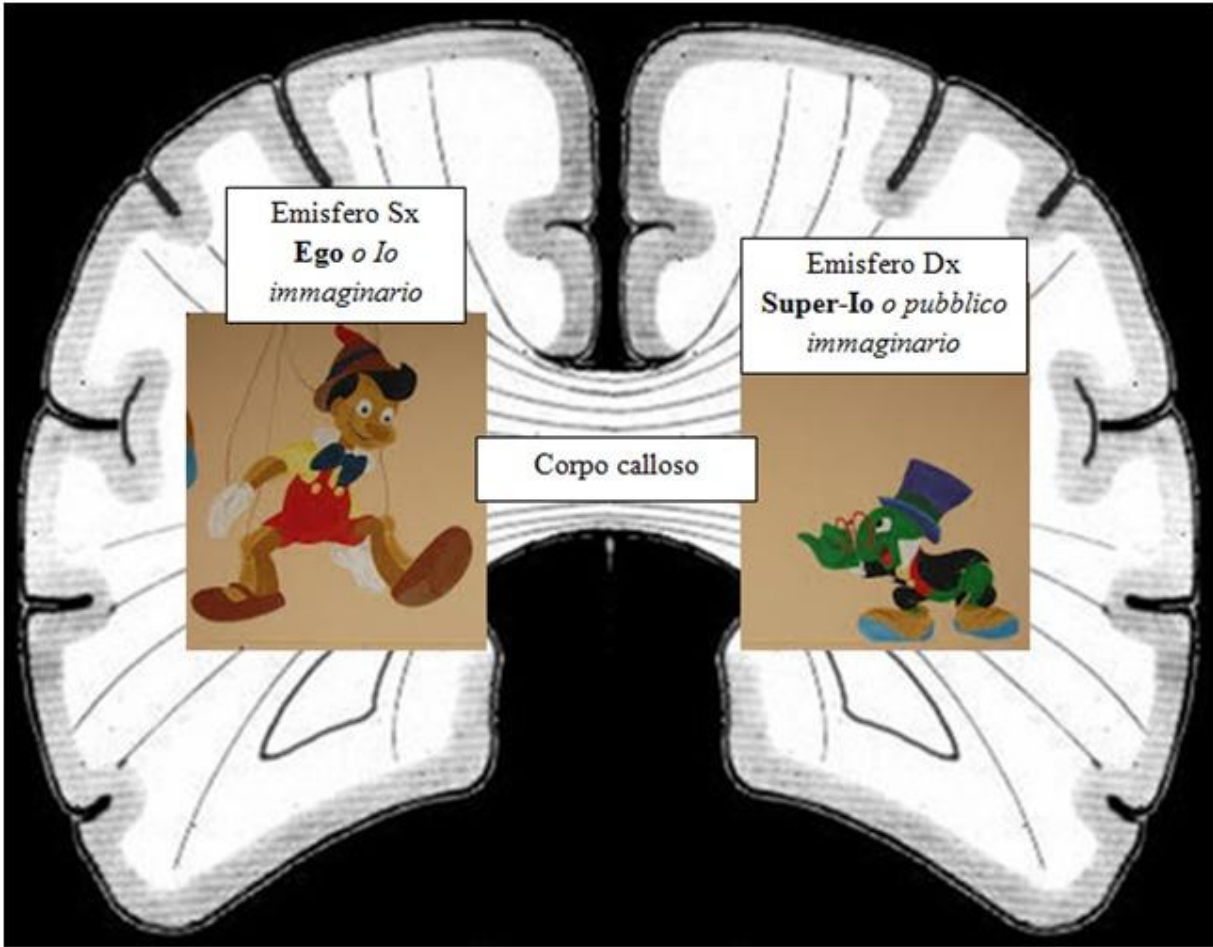
O comunque, ci vogliono dei neuroni che si identifichino in una struttura giudicante come è appunto il Super-io o *il pubblico immaginario* ed inoltre che è indispensabile che siano pure in grado di parlare e farsi ascoltare da noi.

In realtà, escludendo le psicosi, il nostro Super-io (o *pubblico immaginario*), non lo consideriamo un Io estraneo, noi sappiamo che è una nostra costruzione (nata per esempio dall'idea: "*Io so cosa direbbe mia madre, mio padre, mia moglie, i miei amici...*" e così via) e siamo noi che facciamo parlare il nostro Super-io proprio come farebbero nella realtà appunto i componenti del nostro *pubblico immaginario* (mia madre, mio padre, mia moglie, i miei amici... e così via) e

*siccome siamo noi a dargli la voce, usando le nostre
parole o usando le parole degli altri, a lungo andare queste
formazioni immaginarie (Super-io o pubblico immaginario)
diventano autonome e ci condizionano nei comportamenti,*

anzi, il più delle volte siamo orientati proprio da esse, specie chi non ha *elaborato il simbolico* e vive solo sul *piano immaginario* (e poi vedremo cosa ciò significhi).

Per i non addetti ai lavori il Super-io o *pubblico immaginario* è come **il grillo parlante** della favola di Pinocchio;



Purtroppo però, a differenza della favola, nel nostro cervello non sempre questo “grillo” ci dice cose di buon senso, semplicemente perché nel *pubblico immaginario* ci sono pure delle voci ambivalenti, ambigue, o addirittura irrazionali, in quanto

non è detto che quelli che entrano a far parte del nostro Super-io o pubblico immaginario (genitori, parenti, amici, insegnanti... e persino gli attori dei film o delle pubblicità) siano realmente persone sagge, anzi spesso si tratta di veri e propri nevrotici.

In ogni caso, l'esistenza di questo “Altro Ego” che abbiamo nel cervello e a cui diamo facoltà di parlare, può crescere a dismisura e condizionarci: questo è il motivo per il quale è stata inventata la pubblicità che è costituita appunto da “voci” o, ancora meglio, da “giudizi altrui”, specie di persone importanti, che vanno a inserirsi nel folto gruppo del nostro *pubblico immaginario* e quando sono cresciute a sufficienza di intensità, ci obbligano a comprare oggetti di tutti i generi, anche superflui, inutili o dannosi (come le caramelle, le bibite gassate, le merendine, il fumo, l'alcol, ecc.).

Questa capacità creativa della nostra mente dei **nuclei di desiderio dell'Io che poi si autonomizzano e ci perseguitano** ci rimanda alla leggenda ebraica del *Golem*: un genio creato dalla mente di uno stregone e reso schiavo, ma che per superficialità il suo padrone l'aveva reso autonomo e aveva rischiato perciò di essere distrutto dalla sua stessa creatura.

Il significato simbolico di questa leggenda va ricercato nel fatto che il desiderio dell'*Ego* è proprio di controllare e di rendere schiava la propria mente, disponibile a offrire qualsiasi servizio a lui come padrone, l'*Ego* però non cerca le cose giuste, ma vuole solo godere dei piaceri del mondo, senza alcuno sforzo e senza alcun effetto collaterale (un esempio per tutti: mangiare in abbondanza quel che piace di più senza fare indigestione o quantomeno senza ingrassare); purtroppo però (o per fortuna) procedendo in questa direzione i **nuclei di desiderio dell'Ego** diventano autonomi e, proprio come il segretario di cui abbiamo fatto cenno in precedenza, diventano l'*Altro Ego* che mette a rischio l'incolumità del padrone stesso (cioè noi).

Più avanti capiremo che in questo “giochino immaginario” sta pure il significato dell'origine e dell'evoluzione della maggior parte delle malattie mentali.

Per riassumere: nel cervello esistono diverse forme dell'Io che si sviluppano con la nascita (quindi su base genetica) e con l'educazione; in particolare, grazie alla capacità creativa del soggetto compagno e si sviluppano dei **nuclei di desiderio** che raggiungono gradi diversi di autonomia e che poi gli condizionano l'esistenza; proprio per questo, il fine dell'educazione (ma anche di ogni forma di psicoterapia) dovrebbe essere di arrivare ad armonizzare le varie forme dell'Io (ovvero i diversi *nuclei di desiderio*), soprattutto in termini di principi o di valori altrimenti la salute o l'equilibrio mentale salta, difatti

qualsiasi forma di malattia psichica altro non è che un processo

di “dissociazione” tra le diverse forme dell’Io, ovvero dei nuclei di desiderio dell’Io che costituiscono il soggetto e che una volta autonomi diventano incontrollabili e dannosi per il soggetto stesso

specie quando sono orientati al consumo di sostanze inutili o dannose.

A tale proposito, basti pensare alle tossicodipendenze per cui, all’inizio il soggetto gode liberamente di una certa sostanza piacevole, ma dopo un po’ le parti del suo Io assuefatte alla stessa (i *nuclei di desiderio dell’Io* legati alla droga) pretendono un quantitativo minimo giornaliero di godimento e il soggetto per evitare di star male fa qualsiasi cosa pur di “farsi la dose giornaliera”.

Allo stesso modo, per capire la dissociazione mentale, pensate per esempio a cosa può essere la vita di un bambino zingaro che magari di giorno frequenta una scuola normale, o addirittura di religiosi, dove gli insegnano i valori morali ed etici e quando torna a casa i genitori invece gli spiegano che rubare non è peccato e che quando ne ha la possibilità lo deve sempre fare, soprattutto per evitare di passare per uno stupido all’interno della comunità zingara cui appartiene. E’ chiaro che il bambino rimane disorientato, in quanto dentro il suo cervello gli compaiono voci che parlano “lingue” diverse, oppure parti diverse che convivono ma che sono portatrici di valori assolutamente in contraddizione gli uni con gli altri (tecnicamente, nel cervello si ritrova *nuclei di desiderio dell’Io* orientati da valori o criteri di giudizio diversi o comunque verso oggetti di desiderio diversi). Quindi, andando nello specifico, fissiamo subito il concetto che

*le varie malattie mentali (dalla nevrosi alla psicosi)
non sono altro che un temporaneo o progressivo e in certi casi
irreversibile aggravamento della “dissociazione” delle diverse forme
dell’Io (o dei nuclei di desiderio dell’Io) che costituiscono il soggetto.*

Tutto ciò ci viene confermato dalla clinica dove vengono descritte patologie in cui il paziente è succube della presenza di **Io separati e autonomi** che sono in costante conflitto tra loro: per esempio, si va dalle nevrosi, dove il soggetto è perennemente in conflitto con il proprio Super-io materno e/o paterno (o comunque con il proprio *pubblico immaginario*) fino ad arrivare alle psicosi dove gli Io del paziente sono così nettamente separati che egli “sente le voci” di persone estranee, subisce i loro giudizi critici e a volte agisce le loro direttive comportamentali qualsiasi esse siano; in pratica, egli parla realmente con entità che stanno dentro il suo cervello, che a loro volta gli ordinano persino di commettere atti violenti nei confronti di altre persone, di conseguenza può succedere che improvvisamente egli si accanisca in maniera verbale o anche fisica con dei poveri malcapitati (come è avvenuto solo recentemente a Milano dove un extracomunitario ha preso a picconate dei passanti) e, non a caso, questi pazienti interrogati sul motivo per il quale abbiano aggredito altre persone, o anche sé stessi, spesso rispondono: “*Me l’hanno ordinato le voci!*”.

Ma ricordate, siccome ho detto all’inizio che non dobbiamo fare distinzione tra componente organica e psicologica allora

sia le diverse forme dell'Io che i nuclei di desiderio ad essi associati sono il prodotto dell'attività di un numero più o meno grande di neuroni, che funzionano in maniera diversa a seconda delle aree cerebrali o degli emisferi nei quali sono contenuti.

Questo è il motivo per il quale questi gruppi di neuroni oltre a dire: **“Io sono!”**, dicono anche: **“Io voglio!”** e ciò significa che tendenzialmente i neuroni identificati nello stesso Io, desiderano la stessa cosa e parlano, o meglio, ordinano al soggetto delle azioni volte a quel soddisfacimento specifico...

Ora, chi volesse continuare, può acquistare il libro in formato e.book su [Amazon.it](https://www.amazon.it)