

Impatience

Renzo Carli*

Abstract

In this work, “suffering” is considered as the emotion one experiences in feeling emotions. Suffering is the emotion that focuses on itself as an object and is opposed to all other emotions that focus on the otherness as an object, or rather, that “shape” the otherness through emotional symbolization. Consequently, impatience is seen as a refusal to think about the emotions one feels; impatience, therefore, involves emotional acting out towards the reified otherness, considered as the cause, the responsible for the emotion one feels towards it. The analysis of impatience, which is very frequent in the dynamics of social coexistence, and its clinical implications is proposed.

Keywords: suffering; impatience; passivity; emotional acting out; violence.

*Past Full Professor of Clinical Psychology at the Faculty of Psychology 1 of “Sapienza” University of Rome, Member of the Italian Psychoanalytic Society and the International Psychoanalytical Association, Director of *Rivista di Psicologia Clinica* (Journal of Clinical Psychology) and *Quaderni della Rivista di Psicologia Clinica* (Cahiers of the Journal of Clinical Psychology), Director of the Specializing Course in Psychoanalytic Psychotherapy - Psychological Clinical Intervention and Analysis of Demand. E-mail: renzo.carli@uniroma1.it

Carli, R. (2020). Insofferenza [Impatience]. *Rivista di Psicologia Clinica*, 15(2), 108-116. doi:10.14645/RPC.2020.2.816

Insofferenza

Renzo Carli*

Abstract

La sofferenza, nella proposta presentata in questo lavoro, viene considerata come l'emozione che si prova nel provare emozioni. La sofferenza è l'emozione che ha come oggetto se stessi nell'essere emozionati, al contrario di tutte le altre emozioni che hanno l'altro come oggetto, o meglio che "costruiscono" l'altro tramite la simbolizzazione emozionale. L'insofferenza, di conseguenza, è vista quale rifiuto di pensare alle emozioni che si provano; l'insofferenza, quindi, comporta l'agito emozionale nei confronti dell'altro reificato, ritenuto la causa, il responsabile dell'emozione che si prova nei suoi confronti. L'insofferenza, molto frequente nelle dinamiche di convivenza, viene analizzata nelle sue implicazioni cliniche.

Parole chiave: sofferenza; insofferenza; passività; agito emozionale; violenza.

* Già Professore Ordinario di Psicologia Clinica presso la Facoltà di Psicologia 1 dell'Università di Roma "Sapienza", Membro della Società Psicoanalitica Italiana e dell'International Psychoanalytical Association, Direttore di Rivista di Psicologia Clinica e di Quaderni della Rivista di Psicologia Clinica, Direttore del Corso di Specializzazione in Psicoterapia Psicoanalitica - Intervento Psicologico Clinico e Analisi della Domanda. E-mail: renzo.carli@uniroma1.it

Carli, R. (2020). Insofferenza [Impatience]. *Rivista di Psicologia Clinica*, 15(2), 108-116. doi:10.14645/RPC.2020.2.816

Premessa

Una comprensione dell'emozione che passa sotto il nome di "insofferenza" presuppone che si colga il senso della "sofferenza", nei confronti della quale la nostra emozione sembra proporsi come negazione.

Soffrire è un termine di origine latina il cui etimo risale a *fero*, che vale "portare", unito alla particella *sub*, equivalente a "sotto". *Suffero* (*sufferre*) vale presentare (porgere un oggetto sostenendolo da sotto, in atto di deferenza), ma anche fornire, sostenere, tenere in piedi, e in senso traslato sopportare (un peso), quindi soffrire, patire, subire.

Soffrire, d'altro canto, è anche il significato del verbo latino *patior* (*passus sum, pati*), derivato dal greco *pàthos*. Qui le cose si complicano. Come ricorda Fitzgerald (2008), il termine greco *pàthos* significa, letteralmente, "sperimentare qualcosa" *sia in senso positivo che negativo*¹. L'emozione, quindi, e non si coglie il motivo dello stupore del Fitzgerald, è un termine che non si dipana lungo quella comoda, semplice e spesso inutile categorizzazione che vuole attribuire "un senso positivo" o "un senso negativo" all'emozione stessa. I greci non erano preoccupati di questa attribuzione di "valore", che porta ad accettare o rifiutare un'emozione. *Pàthos* indica, in senso generale, l'emozione e al contempo le diverse emozioni, se prese insieme.

Più interessante può essere il riferimento al latino *patior*, la cui etimologia sta alla base del termine italiano: passivo. Le emozioni, in altri termini, sembrano alludere al fatto che non si può non provarle, sperimentarle; di fronte alle emozioni siamo passivamente coinvolti e, forse, questa è la ragione dell'etimologia latina, comune per entrambe le parole: sofferenza e passività.

La sofferenza, se seguiamo questa ipotesi interpretativa – suggerita dall'identità etimologica dei termini sofferenza e passività – è intrinseca al "provare emozioni", in quanto ciò comporta un sentirsi in balia dell'emozione stessa, una sorta di costrizione, di accettazione ineluttabile dello stato emozionale.

In questo senso, il soffrire e il provare emozioni sono esperienze che si equivalgono.

La sofferenza è il contesto entro il quale si configurano le emozioni "non pensate", le emozioni che ci attraversano, che ci prendono senza che noi ci si possa far niente. Pensare emozioni, quindi, è l'alternativa al soffrire, quale stato emozionale irrefrenabile. L'altra alternativa al soffrire sta nel liberarsi delle emozioni tramite l'agito emozionale. Quest'ultima alternativa, d'altro canto, comporta "costi" elevati, come vedremo tra breve.

La sofferenza, a ben vedere, è l'unica emozione che non ha l'"altro da sé" quale oggetto o quale pretesto. Se si ama, si invidia, si desidera, se ci si vuole appropriare, se si prova ira, angoscia, rabbia le emozioni sono rivolte a qualcosa che sta al di fuori di noi, nella nostra percezione; le emozioni, in altri termini, costruiscono l'"altro", in quanto oggetto delle nostre simbolizzazioni emozionali. La sofferenza, identificabile con il provare emozioni, ha quale oggetto noi stessi. L'oggetto della sofferenza, al contrario di tutte le emozioni, è il nostro sé. L'oggetto del soffrire siamo noi stessi, in quanto proviamo emozioni. Proviamo emozioni passivamente, senza poterci far nulla, in modo irrefrenabile; il provare emozioni, l'essere attraversati dalle emozioni, in sintesi, è la prima e la più importante esperienza di impotenza. In questo senso la sofferenza, identificata con il provare emozioni, equivale al sopportare, al portare un peso.

La sofferenza è uno "stato d'animo" intrinseco alla simbolizzazione emozionale tramite la quale – ciascuno di noi e noi tutti insieme che condividiamo contesti – costruiamo la nostra relazione con la realtà contestuale. Il fatto che gli "oggetti", quegli aspetti della realtà che viviamo come altri da noi siano, nell'esperienza, parti di noi che intenzioniamo emozionalmente – nei modi più diversi – e ai quali possiamo rapportarci solo tramite agiti emozionali, tutto questo comporta "sofferenza". Il soffrire, in altri termini, è la componente mentale tramite la quale noi possiamo amare, odiare, irritarci, gioire, desiderare, idealizzare, sospettare, diffidare, pretendere, stimare, temere, invidiare e molto altro, nella relazione con il contesto.

Si può allora comprendere come il "valutare" le emozioni, classificandole entro la più primitiva delle categorie – la categoria positivo/negativo – sia già un modo per attenuare l'impotenza vissuta nell'essere attraversati dalle emozioni passivamente, un modo per attenuare la sofferenza del provare emozioni.

Il provare emozioni implica, comporta necessariamente l'emozione della sofferenza.

Le emozioni alle quali abbiamo fatto cenno, l'amore, l'odio, l'invidia, la preoccupazione, la diffidenza, la rabbia, tutte implicano una relazione con l'altro; sono emozioni che segnano, caratterizzano, organizzano, strutturano la relazione con l'altro. La sofferenza insita nel provare emozioni, di contro, è un'emozione riferita

¹ Il corsivo è mio.

univocamente a se stessi, caratterizza la relazione con se stessi. Si può dire che la sofferenza, intesa quale emozione provata nello sperimentare emozioni, sostanzia il rapporto con se stessi e con le proprie emozioni; la sofferenza, in altri termini, attraversa lo stare in rapporto con se stessi, lo stare soli con se stessi e con le proprie emozioni. Le emozioni che hanno come oggetto l'altro, possono essere pensate o agite: l'agito concerne l'altro e può connotare in modo agito – non pensato, quindi – la relazione. La sofferenza provata nel provare emozioni – di contro – non può essere agita, in quanto l'oggetto dell'agito non c'è; la si può pensare, oppure l'unico modo agito di rapporto con la sofferenza è la sua negazione; una negazione che comporta la reificazione dell'emozione riferita all'altro. Negare la sofferenza legata al provare emozioni, in altri termini, comporta anche – necessariamente – il negare l'accettazione dell'origine “interna” delle emozioni che concernono l'altro, e al contempo il rifiuto dello stare soli con se stessi al fine di riconoscere la propria realtà emozionale. L'origine delle emozioni che concernono l'altro, la si può cercare nel tentativo di “dare un oggetto” alla sofferenza, quale stato originario del nostro essere attraversati dall'emozione. Le emozioni che si rivolgono all'altro, quindi, sono una trasformazione della sofferenza caratterizzante lo stare soli con noi stessi. Noi “scopriamo” il mondo esterno tramite l'investimento emozionale di ciò che sta fuori di noi, quale trasformazione della sofferenza caratterizzante la relazione emozionata con noi stessi. La sofferenza, in altri termini, può essere considerata quale “grumo originario”, quale insieme emozionale infinito, che contiene in sé tutte le emozioni. La relazione con gli oggetti del mondo esterno, relazione originariamente emozionale, comporta il dispiegarsi di simbolizzazioni emozionali nei confronti degli oggetti stessi, originate dalla sofferenza insita nella relazione emozionata con se stessi. “Stare bene con se stessi”, allora, comporta l'accettazione della sofferenza emozionale e, quindi, la possibilità di pensare le emozioni con le quali simbolizziamo gli oggetti della realtà, dando un senso al nostro porci in relazione con tali oggetti tramite la loro connotazione emozionata.

Accettare la sofferenza emozionale, vuol dire accettare se stessi e la propria modalità di conoscere emozionalmente ciò che sta fuori di noi; una conoscenza che si realizza tramite la simbolizzazione emozionale con la quale facciamo esistere gli oggetti che attribuiamo alla realtà esterna. Solo il pensiero sulle emozioni che danno origine agli “oggetti - non noi”, consente di configurare come esterni a noi gli oggetti stessi e consente, quindi, di organizzare una relazione con tali oggetti. Tutto questo è possibile se si accetta il nostro essere emozionati, quindi se si accetta la sofferenza che ci configura quali entità emozionate. Pensare a noi stessi, in definitiva, comporta il simbolizzarci emozionalmente come sofferenza.

Perché sofferenza? Perché il provare emozioni comporta sofferenza, o meglio è esso stesso un evento identificabile come sofferenza?

Torniamo all'etimo greco, al *pàthos* e al termine da cui origina, il verbo *pàsco*, che letteralmente significa “ricevo un'impressione”. *Pàthos* significa “ciò che ci accade”. Nei vocabolari, poi, si specifica che l'impressione che riceviamo, ciò che ci accade, ha spesso una componente “negativa”.

Ma quello che “ci accade” implica una sorta di passività in chi subisce l'accadimento, così come il ricevere un'impressione comporta, in chi la riceve, ancora una sorta di passività.

Patior, il termine latino che corrisponde al verbo greco *pàsco*, vale sofferenza ma è anche – in questo caso soprattutto – la radice della parola passività.

Il provare emozioni, in sintesi, è un evento che comporta passività. Chi “prova” emozioni lo può sperimentare solo entro una accettazione passiva delle emozioni stesse.

Le emozioni si subiscono, l'esperienza emozionale comporta un “essere attraversati” dall'emozione, un vivere passivamente l'emozionalità.

Le cose cambiano se all'emozione segue l'agito emozionale; in quanto “agito”, esso comporta l'illusione di qualcosa che prevede l'iniziativa della persona coinvolta. Qui sta la grande differenza, proposta entro la teorizzazione psicoanalitica, tra agito e azione. L'agito consiste nella traduzione comportamentale dell'emozione, passivamente vissuta come se il protagonista dell'agito fosse un altro. Raptus, momento di follia, perdita del controllo di sé, stato di incapacità di intendere e di volere, impulso irrefrenabile ... tutti modi per indicare che l'agito è, sì, un comportamento che ha conseguenze sociali e giuridiche nel suo essere messo in atto ma, al contempo, implica che chi compie l'agito non lo fa intenzionalmente, è preso passivamente in un irrefrenabile bisogno di mettere in atto qualcosa, senza esserne “consapevole”, senza viverci come attivamente implicato in ciò che viene agito. Ben diversa è, di contro, la nozione di azione, ove l'attore di ciò che viene messo in atto appare consapevole della cosa, e il suo agire viene percepito come intenzionale.

In sintesi, la sofferenza insita nel provare emozioni può essere considerata quale stato emozionale evocato dalla passività alla quale costringe l'emozione stessa. Passività e sofferenza, dunque, sembrano sinonimi quando si tratta di descrivere, categorizzare, conoscere ciò che avviene a tutti noi nel provare emozioni.

L'insofferenza

Pensare emozioni, in base a quanto ho affermato sino ad ora, comporta – quale evento importante e preliminare – l'accettare la sofferenza insita nel provare emozioni e nel poter riconoscere come proprie le emozioni stesse. L'insofferenza, quindi, consiste nel rifiutare la sofferenza della quale parlo e nell'attribuire le proprie emozioni all'"altro", agli eventi o alle persone del contesto che, con la loro specifica esistenza, causano e giustificano le nostre emozioni. In questo senso, il rifiuto di accettare la sofferenza comporta la necessità compulsiva di agire le proprie emozioni, di trasformarle in agiti che coinvolgono gli "oggetti" del contesto ai quali attribuiamo il movente, la causa delle nostre emozioni.

Una vecchia battuta può aiutare a comprendere quanto sto dicendo: "Non sono io che sono razzista, sei tu che sei negro"². La sofferenza insita nel provare emozioni, d'altro canto, è ben espressa da Gaio Valerio Catullo nel distico elegiaco del suo *Carme* 85: "Odi et amo. Quare id faciam, fortasse requiris. Nescio, sed fieri sentio et excrucior"³. Catullo, in due soli, splendidi versi, riassume mirabilmente l'intera sua esperienza amorosa nei confronti di Lesbia.

Excrucior rimanda alla forma attiva del verbo, rimanda cioè a *excrucio* nella cui composizione appare la parola *crux*, uno strumento di tortura volto a procurare una morte straziante, tra i tormenti. Il poeta, in sintesi, associa alle emozioni provate per Lesbia, al "sentire che accadono", il tormentarsi, il soffrire.

Il poeta accetta la sofferenza insita nelle emozioni provate per la donna amata, e quindi ne può parlare: *excrucior* comunica al lettore quel tormento che lo attraversa, in quanto preso dall'emozione.

Tra il distico del poeta veronese e l'autore della battuta "razzista" c'è un abisso, non solo culturale; Catullo ci parla, in modo poetico – sublime – della sua sofferenza nel provare emozioni; l'attore della battuta ci comunica che non sa, non può, non vuole accettare questa sofferenza e rovescia quindi le proprie emozioni di rifiuto, di insofferenza, di rabbia razzista sull'altro, su chi con il colore della sua pelle motiva e giustifica l'odio razzista provato da chi proferisce quella frase.

Per paradosso, sarebbe "come se" Catullo, provando insofferenza per il tormento evocato dalle proprie emozioni nei confronti di Lesbia, se la prendesse con Lesbia, la rimproverasse e la aggredisse per la sofferenza che gli infligge, suscitandogli amore e odio.

Chi è insofferente, trasforma le proprie emozioni in agiti che concernono l'oggetto della propria emozionalità. L'insofferenza è l'anticamera della violenza.

Quando non si riconoscono come proprie le emozioni provate nei confronti di ciò che sta fuori di noi, quelle stesse emozioni costringono a "costruire un'immagine dell'altro" coerente con l'emozione che lo ha fatto esistere alla nostra consapevolezza. L'insofferenza, in altri termini, rende incapaci di guardare alla relazione con l'altro, ma configura emozionalmente l'altro in coerenza con ciò che proviamo per lui. L'agito emozionale che segue all'insofferenza, quindi, impedisce ogni relazione con l'oggetto dell'agito stesso.

Sottolineo questo, perché l'attenzione alla relazione comporta l'utilizzo di categorie diverse da quelle tramite le quali connotiamo l'altro quando non pensiamo al senso delle nostre emozioni. Nell'insofferenza, l'altro viene simbolizzato entro le infinite varianti della dicotomia: amico/nemico. Ricordando che, di fronte al nemico, sono possibili due sole reazioni, necessariamente "agite": l'attacco o la fuga. Ricordando, anche, che con l'oggetto simbolizzato come nemico non è possibile alcuna relazione; la simbolizzazione nemica dell'altro esclude un rapporto di interlocuzione in quanto, nella simbolizzazione nemica, è implicito che anche l'altro-

² Dagli anni Settanta del secolo scorso il termine "negro", assimilato a quello statunitense "nigger", è usato in modo dispregiativo e offensivo. Oggi si dibatte sull'uso del termine "nero", una traduzione letterale dell'americano "black"; un termine usato negli Stati Uniti – ancora attraversati dal razzismo – per specificare, orgogliosamente, la propria appartenenza al gruppo afroamericano: "Black lives matter", "Black power" sono esempi, assieme a molte altre locuzioni, del rivendicare i diritti delle persone di colore o la parità tra gruppi etnici. Nel motto di spirito s'utilizza intenzionalmente il termine che, contrariamente al passato, è diventato politicamente scorretto, avendo assunto un senso spregiativo.

³ "Odio e amo. Forse chiederai come sia possibile; non so, ma è proprio così e mi tormento" è, tra le tante, la traduzione proposta da Salvatore Quasimodo nel 1973, nei "Canti" (Mondadori).

nemico ci simbolizzi a sua volta quali nemici. L'unica relazione possibile con il nemico è del tipo: mors tua, vita mea / mors mea, vita tua.

Pensiamo alle emozioni tramite le quali costruiamo la diversità dell'altro: le emozioni che attribuiamo alla diversità di genere, alla diversità generazionale, alla diversità di religione o di origine geografica, alla diversità di censo, di cultura, di aspetto fisico, di modi di fare, alla diversità nell'abbigliamento, nei modi di parlare, nelle opinioni politiche, economiche, sportive, musicali, letterarie. Potrei continuare a lungo. L'attrazione o il rifiuto, una volta negato un pensiero concernente queste due emozioni, possono evocare agiti i più differenti, giustificati dalla connotazione emozionale attribuita all'altro. "Sei così bella, che puoi dire ciò che vuoi!": ecco un'aggressione violenta nei confronti della donna, vissuta come attraente e deteriorata in ogni suo valore culturale o affettivo; una donna ridotta all'unica connotazione dell'essere attraente, senza alcun desiderio di dialogo, di relazione con lei. L'uomo si ritiene legittimato a negare o distruggere ogni possibile relazione con lei, in nome del suo sentirsi attratto e del voler possedere l'oggetto dell'attrazione.

L'insofferenza concerne la consapevolezza delle proprie emozioni e, al contempo, il rifiuto di una relazione con l'altro, fondata sul reciproco pensare emozioni. Chi è insopportabile deve mettere in atto agiti emozionali, escludenti ogni possibile relazione con l'altro. Agiti emozionali, è importante sottolinearlo, che non possono essere categorizzati entro dimensioni del tipo positivo/negativo, buono/cattivo, amore/odio, ma anche amico/nemico. L'agito emozionale si configura, sempre, entro l'area del possedere/distruggere l'altro. L'unica alternativa al binomio possedere/distruggere, ove la distruzione – dell'altro o di sé – è l'unico esito possibile dell'agito fondato sul possesso, l'unica alternativa, dicevo, è la relazione con l'altro. Là dove non si pongono le basi emozionali che rendano possibile la relazione, l'agito emozionale comporta la messa in atto della fantasia possedere/distruggere.

Poiché, d'altro canto, l'insofferenza è nella gran parte dei casi reciproca, l'agito emozionale – entro una relazione caratterizzata dall'insofferenza – si traduce in un conflitto insanabile.

Si può, quindi, affermare che l'insofferenza è l'emozione che fonda la gran parte – se non la totalità – dei conflitti sociali. Ma siamo legittimati ad affermare, anche, che il conflitto sociale sta sempre al posto di una relazione. La relazione, per essere possibile, implica l'accettazione reciproca della sofferenza associata al provare emozioni; l'accettazione della sofferenza che, senza alternative, consente un pensiero sulle emozioni e, quindi, la possibilità di una relazione con l'altro fondata sul pensare emozioni. L'insofferenza preclude ogni possibile accesso alla relazione e porta con sé, inevitabilmente, il conflitto.

Clinica dell'insofferenza

Esiste una cultura – diffusa in molti contesti sociali – che disincentiva o stigmatizza il provare emozioni: "quello si emoziona come una donniciola"; "le persone forti non cedono alle emozioni"; "se vuoi essere vincente, nessuna compassione" e via di questo passo.

Il maschilismo è intriso di inviti all'impassibilità. Quest'ultimo termine, d'altro canto, deriva dal latino *in* che sta per non e *passibilem* formato da *passus* participio passato di *patior*, *passus*, *patis* che – come già abbiamo visto – vale patire, nel senso di provare emozioni. Impassibile, quindi, è colui che non prova emozioni, che pretende di non provare emozioni, che si sottrae alla passività, quindi alla sofferenza del provare emozioni.

Clinicamente, d'altro canto, sappiamo che non è possibile non provare emozioni. L'impassibilità, quindi, è propria di colui che agisce le sue emozioni nella relazione con l'altro. L'impassibile, colui che non mostra emozioni nelle sue relazioni, è di fatto una persona definitivamente violenta.

La violenza comporta che, nella relazione, si veda solo l'altro; l'altro quale nemico da attaccare o dal quale difendersi. Entro la relazione violenta non c'è cosa terza (Carli, 2020) sulla quale convenire, da condividere e da sviluppare grazie alla relazione. Se non si pensano emozioni, se non si accetta di provare emozioni e non ci si occupa delle emozioni che si provano, si è continuamente in guerra, in guerra con l'altro. Ma quando si è in guerra, il mondo relazionale si semplifica entro la drastica dicotomia amico/nemico. L'esperienza relazionale, in questo senso, si suddivide in due evenienze contrapposte: si appartiene al gruppo degli amici e si combatte contro il gruppo dei nemici. L'appartenenza non si basa su elementi pensati o su obiettivi condivisi, è molto più povera e reificata: si appartiene al gruppo "che tifa per la Lazio", si appartiene a "quelli del Tufello", si appartiene a "quelli del baretto", si appartiene per non sentirsi soli e abbandonati, sfigati, senza amici, senza nessuno che ti dia importanza, che provi piacere nello stare con te. Ma l'appartenenza ha senso solo se c'è il nemico con il quale misurarsi; si appartiene al gruppo dei tifosi della Lazio in quanto c'è il gruppo dei tifosi

della Roma; l'appartenenza fine a se stessa, senza cosa terza da condividere, conoscere e sviluppare, ha quale unico obiettivo quello di militarizzare la violenza contro l'altro, contro il nemico. Un nemico per il quale si prova insofferenza. Sempre.

C'è una serie televisiva anglo-americana dal titolo "Strike back", che in Italia è trasmessa con il significativo sottotitolo: "senza regole". Strike back, tradotto, significa: rivalersi, reagire, rispondere aggressivamente. Si narrano le vicende di un'organizzazione di forze speciali, la "Sezione 20" dei servizi segreti militari britannici. Vicende ove i "buoni" si confrontano, combattendoli, con la più variegata congerie di "cattivi", dai terroristi islamici alla mafia russa, dai trafficanti d'armi ai signori della droga, dai servizi russi o nord coreani ai cyber-terroristi, ai guerriglieri ceceni, pakistani, nigeriani, somali, kosovari, ai mercenari di tutte le parti del mondo "ostile". Siamo all'ottava stagione di questa serie televisiva, una serie di successo in quanto ad ascolti, ove le vicende rappresentate – nelle ottanta puntate di un'ora e mezza ciascuna – si riducono a tre grandi categorie: il confronto a fuoco con i nemici, gli inseguimenti, le fughe disperate e le continue deflagrazioni, gli incendi, lo scoppio di bombe distruttive; la sessualità agita "selvaggiamente", senza alcuna emozione reciproca; le scene di tortura o di violenza sul corpo dell'altro.

Si tratta di una "fiction", evidentemente, che peraltro ben aiuta a comprendere la cultura che origina dall'insofferenza, dal non pensare emozioni. Il modello culturale, sotteso alla serie televisiva in questione, è quello dell'obbedienza senza discussione agli ordini distruttivi, dell'azione violenta senza recriminazione in quanto si è dalla parte dei "buoni" e si vive per combattere e sconfiggere il male. Bene e male come unica, onnipresente, implicante, contagiosa e alienante modalità di categorizzazione, non pensata, della realtà contestuale.

L'associazione per bande, le organizzazioni criminali o malavitose, le appartenenze non pensate a gruppi dediti alla violenza di tutti i tipi, le associazioni dedite alla corruzione, alla conquista del potere politico, economico, culturale, religioso: moltissime sono le esperienze "sociali" volte a mettere in atto relazioni agite nei confronti del contesto.

Quanto intendo affermare è che l'insofferenza, in quanto rifiuto della propria esperienza emozionale e di un pensiero sulle emozioni, si configura come emozione necessariamente agita, entro un ambito di relazioni sociali e culturali. Nei confronti dell'insofferenza esiste sempre una giustificazione culturale, un'approvazione da parte di gruppi sociali collusivamente organizzati attorno a specifici aspetti dell'insofferenza stessa. Spesso l'accettazione delle proprie emozioni, l'attenzione alla propria vita emozionale, la ricerca di sollecitazioni emozionali pensate nella musica, nella poesia, nella pittura, nella scultura, nell'arte più in generale, tutto questo viene descritto quale segno di debolezza, di passività perversa, di rinuncia all'affermazione di sé, delle proprie idee, delle proprie convinzioni, del proprio desiderio di successo, di notorietà, di popolarità.

Molti problemi di convivenza, molte difficoltà di relazione, molte situazioni d'ansietà, di paura, di disadattamento sono dovute al conflitto tra una propensione al pensare emozioni e l'appartenenza a culture che predicano e impongono l'insofferenza.

L'insofferenza si propone – spesso – quale rifiuto a pensare, in relazioni che non possono essere vissute senza un pensare emozioni: insofferenza per le "donne"; insofferenza per i "migranti", insofferenza per gli "islamici", insofferenza per le "persone di colore", insofferenza per "quelli di sinistra" o per "quelli di destra", insofferenza per "i giovani", insofferenza per i "vecchi", insofferenza per i "genitori" o per i "figli", insofferenza per i "meridionali" o per i "veneti". Si potrebbe continuare a lungo nell'elencare modalità di risposta insofferente alla relazione con aspetti del contesto che pongono problemi di rapporto, elaborabili solo pensando alle emozioni evocate.

Nell'ambito delle scienze umane, ma più in generale nell'ambito "scientifico" si rileva da più parti una sorta di endemica insofferenza per la soggettività, vale a dire per la mente che prova emozioni ed è capace di pensarle. La cultura "evidence based", sempre più diffusamente, predica insofferenza per tutto ciò che fa riferimento al provare emozioni, quindi agli aspetti necessariamente relazionali della mente.

Si pensi, è solo un esempio, alle inferenze "insofferenti" che molti traggono dal costrutto neurologico dei neuroni specchio. Tra tutti, David Freedberg in un'intervista a Domenica Bruni (2011):

Quando osserviamo gli altri capiamo non solo cosa fanno, ma anche cosa hanno intenzione di fare. Attribuire intenzioni semplici consisterebbe nel predire lo scopo di un imminente atto motorio. Secondo questa visione, la comprensione di azioni e la conseguente attribuzione d'intenzioni sarebbero fenomeni tra loro collegati, retti dal medesimo meccanismo funzionale, che il neuroscienziato Vittorio Gallese definisce "simulazione incarnata". Esso include le emozioni, le azioni e le sensazioni corporee. Si tratta di un meccanismo universale e non necessita, per

essere attivato, di alcuna pratica introspettiva. È una riproduzione preriflessiva e inconsapevole degli stati mentali di chi ci sta di fronte. Questi studi hanno contribuito tantissimo alla comprensione del fenomeno dell'empatia (p. 86).

Gli “adoratori” delle neuroscienze pensano di disfarsi della soggettività (Carli, 2019), dell'introspezione, del pensiero sulle emozioni e delle culture entro le quali queste funzioni mentali si dispiegano; ritengono che automatismi “universali”, indipendenti dalle culture contestuali, presiedano alle relazioni sociali e ne organizzino il funzionamento sulla base di processi di simulazione.

C'è una profonda differenza tra il pensare alle emozioni evocate dalla relazione con il contesto e il “risolvere” i problemi esistenziali, spesso coincidenti con il rifiuto per le proprie emozioni.

Si pensi, è solo un esempio, all'emozione “impotenza”, evocata spesso nella nostra interazione con le vicende contestuali e alle possibili reazioni al vissuto d'impotenza: la rabbia da un lato e l'angoscia depressiva dall'altro. Il vissuto di impotenza insorge, sistematicamente, nel caso in cui non si accettino “i limiti” del proprio stare al mondo, i limiti nella capacità di influenzare le proprie relazioni con il contesto. Rabbia e angoscia depressiva, quando ci si rifiuta di pensare alla propria impotenza e al senso di un'emozione che insorge quale sconfirma alla pretesa onnipotente, si propongono quali agiti devastanti, volti a negare ogni limite al proprio potere di conoscere, di capire, di stare nella realtà.

Il rifiuto ostile per la soggettività, quindi per la comprensione dei limiti che segnano la nostra esperienza, comporta il diffondersi della rabbia nei confronti di ogni espressione emozionale capace di fondare, rendere possibili le relazioni in un dato contesto e in un preciso momento storico.

La rabbia nei confronti dei limiti di un essere umano segnato storicamente – nel proprio tempo e nel proprio spazio contestuale – motiva alla ricerca di leggi universali che riducano la storicità delle relazioni e delle emozioni ad esse correlate a fenomeni automatici, indipendenti da ogni soggettività e quindi da ogni consapevolezza emozionale. Decretando, in tal modo, la morte della psicologia clinica e della psicoanalisi.

Ma torniamo alla clinica. L'insofferenza è spesso il motivo per cui alcune persone si rivolgono allo psicoanalista. Preoccupate dei conflitti che l'insofferenza per gli “altri” provoca, insistentemente, nella loro esistenza. Insofferenza per gli altri. È questo un tema interessante dal punto di vista clinico. Insofferenza per gli altri vuol dire che si provano emozioni di rifiuto, di critica, di rabbia, d'odio, di rimprovero, di disapprovazione, di nullificazione irrilevante nei confronti degli “altri da sé”, convinti che le emozioni d'insofferenza siano provocate dall'altro, dalle sue caratteristiche, dal suo comportamento, dai suoi modi di fare o di pensare. È “colpa” dell'altro se proviamo insofferenza per lui; i conflitti che seguono alla condanna insofferente per queste persone, d'altro canto, possono creare difficili problemi di convivenza. Si pensi, ad esempio, all'insofferenza che può caratterizzare la relazione all'interno di una coppia: spesso si dichiara di “non poterne più” del compagno o della compagna, per i motivi i più diversi. L'attribuire all'altro i motivi della propria insofferenza comporta agiti conflittuali spesso irrisolvibili, litigi violenti, accuse reciproche, un rifiuto dell'altro che può causare rotture della relazione, separazioni, litigi senza fine. L'insofferenza impedisce di guardare al senso delle proprie emozioni e di cogliere, nella relazione, l'origine delle emozioni stesse. L'insofferenza, il rifiuto della sofferenza emozionale, mette sotto accusa l'altro, esclude una analisi della relazione e nega ogni categoria capace di analizzare la relazione; ogni problema viene attribuito all'individuo e alle sue caratteristiche specificamente “individuali”, concernenti il suo atteggiamento, il suo comportamento. Nella fase iniziale del lavoro clinico possiamo essere indotti ad ascoltare lunghe, irrefrenabili lamentele e invettive nei confronti del compagno o della compagna, del figlio, del datore di lavoro, di uno dei genitori o di entrambi, del vicino di casa, dello psicoterapeuta con il quale si è lavorato in precedenza. Ci si propone una sorta di full immersion entro le invettive lamentose dell'insofferenza. Cogliendo che la stessa insofferenza può rivolgersi contro di noi psicoterapisti, se non assecondiamo lo sfogo emozionale al quale siamo invitati e costretti ad assistere.

L'insofferenza si propone quale rifiuto di cogliere la relazione e di accettare che le nostre emozioni servono a costruire l'“altro”, entro la relazione. Pensare emozioni, quindi, significa utilizzare categorie per conoscere quali caratteristiche, quali connotazioni della relazione utilizziamo come pretesto per provare emozioni e per simbolizzare l'altro emozionalmente.

Conclusioni

Spesso utilizziamo l'essere insofferenti per connotare l'atteggiamento che una persona assume nei confronti di elementi del suo contesto: "Giovanni è insofferente nei confronti dei bambini", "Antonio è insofferente delle critiche che gli si possono rivolgere", "Giulia è insofferente nei confronti di chi non ama il teatro" e così via. Seguendo l'ipotesi interpretativa dell'insofferenza qui proposta, d'altro canto, si è insofferenti solo nei confronti del proprio provare emozioni: quelle emozioni evocate dai bambini, da chi ti critica, da chi mette in dubbio o contesta il tuo amore per il teatro. Più in generale, l'insofferenza è il sintomo della difficoltà ad accettare che, con le nostre emozioni, noi costruiamo gli oggetti delle nostre relazioni e che – pensando emozioni – noi possiamo riconoscere la nostra propensione ad agire emozionalmente, implicando l'altro entro dinamiche conflittuali che solo il pensare emozioni potrebbe evitare, istituendo la comunicazione relazionale al posto dell'agito conflittuale.

Bibliografia

- Bruni, D. (2011). Intervista a David Freedberg [Interview with David Freedberg]. *FOR Rivista per la formazione, Tendenze pratiche, strumenti*, 87, 81-86.
- Carli, R. (2019). Vissuti e fatti: Scientificità e scientismo in psicologia clinica [Experiences and facts. Scientificity and scientism in clinical psychology]. *Rivista di Psicologia Clinica*, 1, 28-60. doi:10.14645/RPC.2019.1.756
- Carli, R. (2020). *Vedere, leggere, pensare emozioni: Pagine di psicoanalisi* [Seeing, reading, thinking emotions. Psychoanalysis pages]. Milano: Franco Angeli.
- Fitzgerald, J.T. (Ed.). (2008). *Passions and moral progress in greco-roman thought*. London: Routledge.