

# L'ARTE DI NON SAPERE COSA DIRE

**L'anticipazione** Il mistero e l'assurdo che si celano nel non dire, ma soprattutto la verità che il silenzio racchiude. Sono i temi del «Lo Zen e l'arte del non saper cosa dire» di Stefano Bolognini, di cui anticipiamo uno stralcio

**STEFANO BOLOGNINI**

PSICHIATRA

**C**ol trascorrere degli anni, come è noto, si diventa più saggi, ci si affina, si cresce in virtù e sapienza. L'impulsiva animosità degli anni giovanili si stempera per l'effetto calmieratore della vita vissuta, l'esperienza regala una diversa profondità del sentire e del pensiero, e l'essere umano accede a una più ampia ed equilibrata visione delle cose. Insomma, si invecchia, sì, ma «si cresce» anche, dicono. Be', speriamo sia così. Dico: «speriamo», perché qualche dubbio, in effetti, mi viene, da qualche tempo in qua. Ho notato, ad esempio, che di fronte a molte comunicazioni altrui che un tempo mi avrebbero provocato vivaci reazioni e mi avrebbero sospinto a energici commenti di varia natura, mi viene sempre più spesso da dire che non so che cosa dire.

Non è mica per disinteresse, anzi. Spesso mi viene da dire «Non si sa che cosa dire...» esattamente per il motivo opposto: ad esempio, perché la cosa che mi è stata narrata mi ha turbato al punto da lasciarmi senza parole. Oppure perché ne percepisco un'inquietante complessità, che travalica le mie capacità di inquadramento semplificato, di comprensione e di ridefinizione; dimodoché, finisco per sentirmi disarmato e perplesso(...). Cosa mi viene in mente, se penso a questa condizione del «non si sa che cosa dire»? Posso agevolmente ricostruire che il mio pen-

siero si biforca, fornendomi due riferimenti associativi di marca molto differente; vediamo dove si va a parlare, perché per la verità non ci vedo molto chiaro. Il primo filone di evocazioni libere mi porta in una dimensione alta e altra: verso il vuoto sapiente della sospensione zen. Si tramanda che molti maestri d'Oriente, dopo un lungo ed estenuante lavoro interiore, evolvessero con pieno merito fino a riuscire finalmente a non saper che cosa dire. Avendo debellato il nefasto ronzio di fondo di un Io proteso al controllo cosciente e ossessivo della realtà, essi giungevano – pare – a un virtuoso vuoto della mente, e da lì al contatto vivificante con l'armonia universale dell'essere. Essi, finalmente, erano; mangiavano quando avevano fame, dormivano quando avevano sonno; sentivano «il suono di una sola mano», e via di questo passo. Sono forse io, senza averne avuto finora la benché minima nozione cosciente, sulla via di una ascesi di tale portata? Sto forse trasmutando (magari per effetto collaterale dell'autoanalisi) in un inconsapevole e involontario yogi, che accede quasi per caso al giardino della saggezza? Oddio, può anche darsi; purtroppo mi sembra poco probabile. Mi capita di mangiare perché sono nervoso; il mio Io tira a controllare parecchio; e il «suono di una sola mano» non l'ho mai sentito in vita mia (...). L'altro filone associativo mi riporta, con un salto di cinquant'anni all'indietro nel tempo, a una figura molto più modesta e casalinga, cioè a mia nonna Clementina. La nonna Clementina – la madre di

mia madre – era una donna disarmante, che in effetti diceva abbastanza spesso, con lo sguardo filosoficamente perso nel vuoto: «Non si sa che cosa dire». Lo diceva posizionandosi in una condizione mentale (ben percepibile) di non sbilanciamento nei confronti dell'occasionale interlocutore, che poteva anche essere un familiare e che stava esponendo un fatto o un problema di qualche impatto. Questo fatto o problema veniva dunque comunicato alla nonna, la quale veniva così tirata in ballo emotivamente e relazionalmente; ci si aspettava da lei una qualche reazione che testimoniava un suo coinvolgimento e, se possibile, che facesse emergere un suo parere su quanto esposto. Ma a questo punto lei diceva che non si sapeva cosa dire, e tutto il discorso rimaneva lì a mezzo, sospeso per aria, come una lettera vagante che non sarebbe mai pervenuta al destinatario. Sì, perché la nonna non diceva che lei non sapeva che cosa dire; diceva: «Non si sa che cosa dire». Lei non c'era come individuo, in questo discorso: il non saper che cosa dire era un evento sovraperonale, che si realizzava al di là di lei, del quale lei era testimone quanto l'interlocutore, e di cui bisognava prendere atto(...).

La nonna Clementina funzionava come un macchinista ferroviere di stazione abituato a condurre dei treni fino al più vicino binario morto, per poi lasciarli inaspettatamente lì con tutto il loro carico di passeggeri, in attesa di chissà che cosa. Mi sono sempre chiesto perché facesse così. Ma capivo che in definitiva non lo

faceva con uno scopo: lo faceva perché lei era così. Io non credo di «essere così»(...). Mi è sempre piaciuto scambiare pensieri con il prossimo, in nome del vecchio detto per cui «da cosa nasce cosa»; insomma, in generale non ho mai avuto il problema di non saper che cosa dire. Anche adesso ho delle cose da dire (tanto è vero che, come vedete, le sto dicendo).

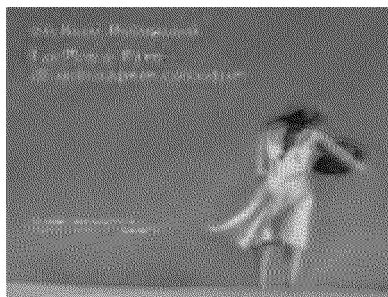
**SULL'ORLO DELL'ABISSO**

No, il problema è un altro. Non si sa che cosa dire vuol dire che verrebbero in mente delle cose da dire, ma che si sente o si capisce che quelle cose lì non sono adeguate, non sono sufficienti, non bastano, non risolvono, non smuovono, non raggiungono, spesso non sfiorano nemmeno la complessità, la profondità, il senso di ciò che si è presentato sulla scena del discorso(...). E allora ci si ferma, sull'orlo di un abisso. E non si dice. Il bello è che in analisi il mio silenzio, a volte, viene scambiato dai pazienti per un silenzio di abissale profondità, portatore di una intrinseca sapienza di cui io doserei intenzionalmente la comunicazione: «Lo psicoanalista ha capito tutto, ma non vuole dirmi lui le cose, vuole che sia io a capirle». In certi casi è proprio così; la famosa frase di Confucio, per cui «se incontri un affamato e gli dai un pesce, lo sfami per un giorno; se invece gli insegni a pescare, lo hai sfamato per tutta la vita» giustifica in pieno il silenzio strategico dell'analista, che preferisce che sia il paziente a trovare un senso alle proprie associazioni.

Ma non mi vergogno di dire qui che in tanti casi io sto zitto perché davvero non so cosa dire, perché non ho ancora capito dove si vada a parare o che senso hanno i discorsi o l'atmosfera che quel giorno caratterizzano quella specifica seduta. Eppure questo è «psicoanalitico»: di solito, se si hanno la pazienza e l'umiltà di attendere – senza pretendere di saper già cosa dire, subito e comunque – le cose un po' alla volta si collegano, si chiariscono, si combinano, si trasformano, assumono un'evidenza e un senso.

Allora, e solo allora, si sa che cosa dire. ●

**La travolgente giostra dei frammenti di vita**



■ «Lo Zen e l'arte di non sapere cosa dire» è una travolgente giostra di personaggi e vicende che con inalzante ritmo narrativo ci regalano l'immediatezza e l'assurdità della vita. Ecco per esempio la storia di Luisa, donna risoluta e spigolosa che aborrisce smancerie e sentimentalismi. Poi, un giorno, ascolta un vecchio 78 giri di provenienza americana e di colpo piange, si dispera, non riesce più ad andare a lavorare: perché?

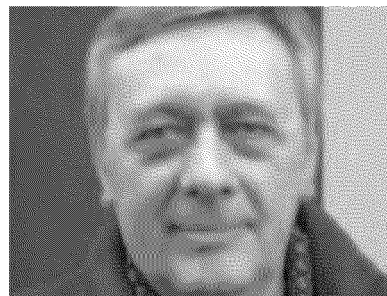
C'è poi Ermete che, tra il primo e il secondo, si alza da tavola: «Scendo un attimo a prendere le sigarette» dice... e ricompare tre anni dopo. Situazioni così, frammenti di vite vissute, storie ben congegnate ricalcate dal vero. «Lo zen e l'arte di non sapere cosa dire» di Stefano Bolognini, Bolati Boringhieri, euro 14, pp 145.

**Tra l'io e la mente**

**Lo zen**

Con il termine Zen ci si riferisce a un insieme di scuole buddhiste giapponesi che derivano per dottrine e lignaggi dalle scuole cinesi del Buddismo Chán a loro volta fondate, secondo la tradizione, dal leggendario monaco indiano Bodhidharma. Per questa ragione talvolta si definisce Zen anche la tradizione cinese Chán, ma anche le tradizioni Sòn coreana e Thi?n vietnamita.

**Chi è  
Lo studioso dell'empatia e della relazione interspichica**



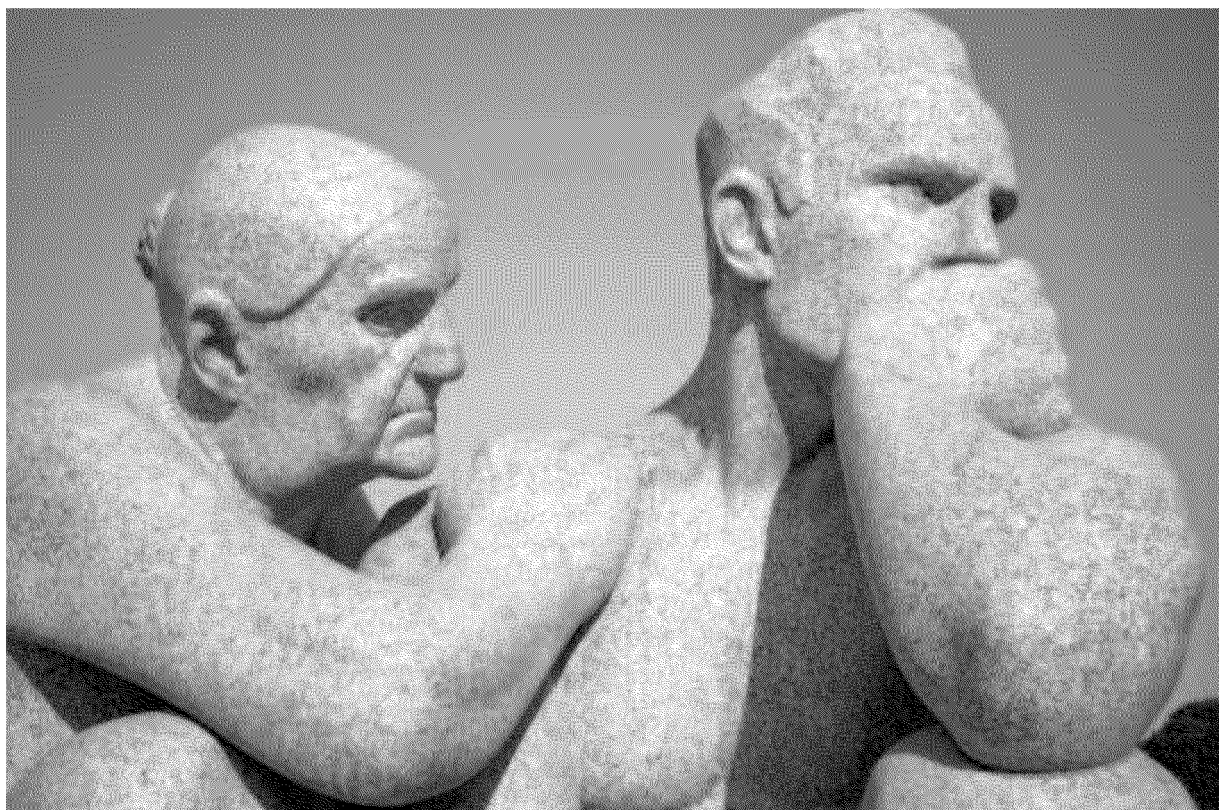
■ Stefano Bolognini, psichiatra e psicoanalista, è presidente della Società Psicoanalitica Italiana e membro del comitato editoriale europeo dell'«International Journal of Psychoanalysis». Da anni svolge una intensa attività scientifica e istituzionale nell'ambito dell'International Psychoanalytic Association, con articoli, seminari e conferenze in Europa, America Latina e Nordamerica. Per Bolati Boringhieri ha pubblicato, come curatore, «Il sogno cento anni dopo» (2000) e, come autore, «L'empatia psicoanalitica» (2002) e «Passaggi segreti. Teoria e tecnica della relazione interspichica» (2008), tradotti in varie lingue. La sua raccolta di racconti «Come vento, come onda» (1999) ha vinto il Premio Gradiva.

**L'ascolto**

Inseguire il vuoto come superiore saggezza? No: ascoltarlo prima di dire

**...e il silenzio**

Con silenzio si intende la relativa o assoluta mancanza di suono o rumore. In senso figurato, può indicare l'astensione dalla parola o dal dialogo. La pratica del silenzio viene considerata una forma di disciplina spirituale presso alcune forme di religione.



**Comunicazioni** Una delle monumentali statue del Parco Vigeland di Oslo

www.ecostampa.it



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

043788