

LIBERA-MENTE

Una finestra sulla psiche

A cura del Dott. Fabio Borghino, psicologo clinico
www.fabioborghino.altervista.org

SENSAZIONE DI VUOTO (40° articolo)

Sensazione: il percepito più complicato da trasformare in parola, in quanto lingua del corpo. Ultimo baluardo della coscienza. Vocabolario della dimensione tacita di tutti noi. Frammento di esperienza traghettato dall'intuizione della metafora dalla sponda dell'innominabile attimo incarnato al racconto di Sè nel tempo e nella storia.

“Oggi mi sento un quadro alla parete”

“Nel senso che è come se passassi inosservata al mondo e agli altri?”

“Non riesco a spiegarlo. È stata l'immagine più vicina a ciò che vivo qualche volta che sono riuscita a raccontarti. Piatta. Inconsistente. Come se una parte di me; quella che mi permette di stare in piedi e avere tre dimensioni, non esistesse più. Non riuscire a percepire il proprio corpo o una parte di esso è spaventoso. Non è semplice paura. Terrore puro. Solo stare nella vasca vuota mi aiuta. Lì riprendo lentamente forma.”

Vuoto: nella sua accezione psicologica, indecifrabile assenza di Sè. Spazio incolmabile di abbandono a ciò che ci sarebbe dovuto essere, ma che è mancato. Notte senza luna. Cielo senza stelle. Viaggio senza guida.

Prima ancora di quel cuore palpitante e del respiro affannato in una piazza affollata, dell'irrefrenabile impulso a verificare più e più volte la pulizia di mani scorticate dallo scorrere dell'acqua, di quel frigo svuotato in pochi minuti senza passione nel bel mezzo della notte, di quelle dita in gola nel gelo del bagno di una discoteca quando il cracker per cena è rimasto sullo stomaco...

Cosa c'è dietro al peso di giorni di una vita senza senso, speranze, colore? Occhi senza luce? Bottiglie senza fondo? Sostanze senza nome? Polsi senza più sangue incisi non così profondamente da perdersi, ma nemmeno così superficialmente da non sentirsi...?

Sentirsi. Sensazione. Eccoci. Torniamo dove eravamo partiti. Forse è proprio tutto un circolo.

E se il corpo stesse provando a raccontare con l'unica lingua che conosce questa sensazione di vuoto?

E se fosse l'unico modo di sussurrare alla coscienza un bisogno di aiuto così profondo e spaventoso? La necessità di dare forma a quell'assenza come unica possibilità di ri-orientare il cammino anche sotto un cielo senza la luna e le sue stelle? La coscienza non può saperlo.

“Ti avranno chiesto mille volte il perchè di questi tuoi comportamenti, ma hai mai provato a darti qualche spiegazione?”

“Io... Non lo so. So solo che poi sto un po' meglio. Non riesco a farne a meno”

Sfido chiunque a fare a meno di quella che crediamo essere l'unica possibilità per tenerci a galla nel mare senza mai avere imparato a nuotare...

“Forse, se ti va, insieme, possiamo anche esplorare altre strade. Per ora, teniamoci questo salvagente. Ti ha tenuto in vita fino a qui...”.