

Il “Bambino Cosmico”. Il contributo della filosofia e dell’epica nel trattamento del Disturbo Bipolare

Autore: Dott. Francesco Bacci

Data di pubblicazione: 10-4-2019

Gli sbalzi d'umore sono un fenomeno piuttosto frequente nella nostra popolazione. Quando questi costituiscono però una costante di alternanza tra due condizioni contro-polari dell'attività psichica, come quella depressiva e quella maniacale, allora ci troviamo davanti ad un vero e proprio disturbo della personalità: quello **Bipolare**.

Un interrogativo giusto da porsi è: quando la frequenza e l'intensità di sbalzi d'umore può diventare preoccupante? Non è mai stato possibile per la letteratura clinica dare una risposta precisa a questa domanda. Data l'indiscussa natura genetica del disturbo, una particolare attenzione è sempre stata rivolta alla presenza di episodi simili in famiglia. Altri indicatori possono essere: lo stress; l'abuso di sostanze; l'assunzione di farmaci; i cambiamenti stagionali; la mancanza di sonno ed una serie d'indicatori fisiologici e comportamentali (<https://www.apc.it/disturbi/adulto/disturbo-bipolare-disturbi-psicologici/disturbo-bipolare-sintomi-cause-cura/>).

Con questo scritto voglio però introdurre nuove possibili cause aventi un ancoraggio culturale e letterario riscontrabile antecedentemente la sua prima diagnosi. Si tratta di fenomeni catalogabili all'interno delle "**rigidità di pensiero**" e la loro influenza è molto difficile da dimostrare scientificamente. Nello specifico si tratta della convivenza a livello inconscio o subconscio di due **forme opposte** di pensiero e di personalità da cui possono derivare **determinati pattern comportamentali**. Nelle persone predisposte allo sviluppo di disturbi legati allo spettro bipolare, tali forme è più facile che si manifestino solo singolarmente in modo alternato, senza quindi influenzarsi a vicenda nel tentativo di creare un equilibrio. La presenza invece di un **pensiero flessibile**, in cui le possibili risposte comportamentali sono sfumate grazie ad una serie di fattori esterni ed interni, può salvaguardare dallo sviluppo della patologia in esame.

Parlando di forme opposte di pensiero tra di loro inconciliabili, la prima opera a cui penso è l' "*Aut Aut*" di **Kierkegaard**, in cui i concetti di **vita estetica** e **vita etica**, edonismo e responsabilità, marito e seduttore non si possono miscelare tra di loro. Queste inconciliabilità sono basate sui principi "**d'identità**", di "**terzo escluso**" e di "**non contraddizione**", per cui: A può essere solo A; l'unica alternativa ad A può essere solo "Non A" e queste due forme non possono convivere. L'uomo estetico, o seduttore, vive puntando molto sull'apparenza ed ha un'attenzione rivolta verso l'esterno. L'uomo etico vive per la sostanza ed ha un'attenzione rivolta al proprio interno. L'uomo etico ha una stabilità che lo contiene ma non può vivere l'istante con la stessa intensità del seduttore. Nella solitudine è facile emerga l'uomo etico, più intelligente, mentre nella folla è più facile che prenda spazio l'uomo estetico.

Secondo Kierkegaard, il tentativo di un soggetto di dirigersi verso il polo opposto a quello cui appartiene genera ansia.

Queste ultime due teorie, applicate al disturbo bipolare, possono suggerire che l'emergere delle parti depressive o maniacali possa essere influenzato dal contesto in cui il soggetto si trova e da quanto gli stati d'animo, espressi in quelle zone che Jung definisce come "**Maschera**", "**Ombra**" e "**Nucleo**", siano tra di loro coincidenti.

Un particolare curioso è che l'Aut Aut di Kierkegaard è stato scritto nel **1843**, dieci anni prima della concettualizzazione della malattia maniaco-depressiva da parte di **Julius Baillarger**, medico e scopritore della stratificazione cerebrale (https://it.wikipedia.org/wiki/Jules_Baillarger).

I primi trattati riguardanti il concetto di polarità opposte rigidamente inconciliabili tra loro risalgono all'era presocratica dell'**Àpeiron** descritto da **Anassimandro**. Prima del formarsi della terra, nell'infinità dell'**Àpeiron**, tutto è formato da un armoniosa sostanza unica. Con la nascita degli esseri però si inizia a formare il **Cosmo**, composto da contrari come la luce e il buio, la notte e il giorno, la vita e la morte. Nel **Cosmo** gli uomini sono colpevoli della loro esistenza e della loro individualità e la loro vita rappresenta una punizione in attesa che tutto si torni a fondere nell'**Àpeiron**.

Poniamo l'**Àpeiron** interpretabile come l'archetipo della gravidanza e la nascita del **Cosmo** come il dolore di un parto, di un distaccamento in cui è implicito un **senso di colpa**. Una madre che crea con il proprio figlio un **legame simbiotico** e che fatica a staccarsi da esso può trasmettere in lui "un originale senso di colpa" che potrebbe ricordare vagamente quello della mela di Adamo. Tale senso di colpa si può insediare nell'inconscio del bambino e generare come meccanismo di difesa, un pensiero rigido che faccia da barriera alle ansie in agguato. La rigidità può a sua volta dare vita durante lo sviluppo ad un "**interiorizzazione del Cosmo**", fatta da pensieri e comportamenti opposti che, nei casi più estremi, conducono ad episodi maniacali già in età adolescenziale. A tal proposito ho coniato il termine "**Bambino Cosmico**" applicando il concetto di **Cosmo** a quello del mondo interpersonale del bambino definito da Daniel Stern.

Il bambino cosmico riconosce nell'affermazione del contrario l'unica modalità di attuare il processo, che avviene in età adolescenziale, di messa in discussione delle certezze.

Per lui, l'unico modo di distaccarsi da una madre simbiotica è disprezzarla, "ucciderla". Ma uccidendola proverà un senso di colpa per la propria individualità e si muoverà da un polo all'altro nel tentativo di espiare o superare tale senso di colpa e l'ansia che genera. Il problema diventerà circolare, senza via d'uscita e si autoalimenterà se non verrà spezzato. Questa teoria può assumere una certa validità in particolare se relazionata con il Disturbo Bipolare I, avente come età media d'esordio i 18 anni (<http://www.psychiatryonline.it/node/1282>).

Al pari della madre simbiotica, anche il figlio non desiderato può più facilmente sviluppare inconsciamente un senso di colpa. In questo caso

rischia d'aggiungersi l'interiorizzazione di tutti quei vissuti genitoriali, spesso taciuti, legati ad una gravidanza non voluta. Questi consistono spesso in uno scontro tra la **gioia d'avere un figlio** e l'**ansia data dal senso d'impreparazione**. Notiamo come i vissuti contrastanti sono già presenti nei genitori e possono essere trasmessi al figlio incentivando la trasformazione del senso di colpa nel ragionamento per opposti.

Tutti questi fenomeni ci portano ad ipotizzare una nuova teoria che può essere molto utile nell'abbassare i livelli d'*arousal* nella prevenzione dello sviluppo di un disturbo bipolare. In essa vengono considerati come allarmanti alcuni fattori come: la facilità di provare senso di colpa, la presenza molto forte di un giudice interiorizzato (*Super Io*), un legame simbiotico con la madre, un concepimento non cercato da parte dei genitori.

Ovviamente queste caratteristiche inglobano un campione molto alto della popolazione e non possono essere considerate statisticamente significative. Tuttavia rappresentano territori da esplorare attraverso un percorso psicoterapeutico per prevenire episodi maniacali o riconoscerli e curarli sul nascere.

Facendo un salto di 2000 anni verso il XVI secolo, periodo d'oro per i poemi epici, possiamo trovare alcuni segnali di "riconoscimento anticipato" del tratto bipolare anche nel concetto di "**discordie concordia**" e nella contrapposizione tra i personaggi di Goffredo Di Buglione e Tancredi D'Altavilla nella "**Gerusalemme liberata**" di **Torquato Tasso**. Goffredo incarna l'eroe, inflessibile davanti le tentazioni. Tancredi rappresenta invece la sentimentalità. Egli è infatti spesso preda di turbe emotive e si innamora più volte durante il racconto.

Un contrasto si avverte anche nell'alternarsi tra forze centrifughe, quelle esercitate dai demoni, ed unitarie, ovvero quelle divine, in aiuto dei cristiani. Con il concetto di discordie concordia si assiste, forse per la prima volta, alla rappresentazione di un conflitto psichico di un autore attraverso il tentativo di conciliare classicismo e moderna ansietà. Questo tentativo si esprime però nell'alternanza tra la **tematica eroica** fondata sulla crociata e quella **sentimentale**, mostrata in realtà come una debolezza. Per questo motivo tale alternanza non dà spazio ad un reale incontro tra le due componenti, tanto da esprimersi attraverso due personaggi totalmente antitetici.

Non bisogna poi cadere nell'errore di semplificare questa contrapposizione paragonandola a quella tra amore ed odio. Il vero problema riguarda infatti il considerare la parte sentimentale come una debolezza. Nel poema si evince che un combattente non ha la possibilità di lasciare spazio alle proprie emozioni perché questo potrebbe arrecargli danno.

Un'attenta analisi di questo dettaglio ci può suggerire come la repressione di una componente emotiva, o la sua presenza vissuta come un problema, possa creare uno squilibrio forzato del comportamento che va contro le attitudini più naturali per un individuo. Una **carente capacità d'esprimere assertivamente i propri vissuti e le proprie emozioni** può quindi portare ad un loro irretimento a livello somatico per poi esplodere quando il vaso

trabocca. Da ciò può derivare un "espressione per eccessi opposti" che, come abbiamo visto, rappresenta l'anticamera per lo sviluppo di un disturbo bipolare.

La corretta espressione delle emozioni e della vita sentimentale rappresenta quindi un altro possibile nuovo fattore di cui tenere conto nella prevenzione e nella cura di tale disturbo.

Per concludere possiamo osservare come la letteratura, la filosofia e l'epica possano fornire nuovi spunti per la diagnosi ed il trattamento di determinati disturbi. In questo caso particolare abbiamo trattato quello bipolare.

Spaziare in generale al di fuori di una singola disciplina allo scopo di contrastare un problema è sempre un processo produttivo. Uscire dalla rigidità degli schemi può essere terapeutico!