

Tendere l'orecchio. L'ascolto analitico come attenzione musicale

(Lending an Ear: Analytical Listening as Musical Attention)

Elena Gigante

Italian Center of Analytical Psychology

Abstract

Attention – in the dual role of focusing function and fluctuating process, analytical device and synthetic dynamics – appears to be the seam between Ego and World, subjective and objective, unconscious and consciousness, pre-categorical and linguistic. It represents a privileged exploration field for grasping the irreducibly relational nature of the human being and all matter. The paper proposes a crossing of the concept of attention linked to its biological (as survival), poetic (following Cristina Campo), and finally therapeutic value. From Freud to Bion, via Jung, the topic of attention in relation to care would seem to lead to an aesthetic perspective. A question emerges about the possibility of reviewing individual psychic suffering – amplified in the collective by a "society of distraction" – as lack of attention. The care consists in opening up to a poetic-musical attitude which is both analytical posture and social responsibility.

Keywords: music, achievement, care, reality, play

Abstract

L'attenzione – osservata nella duplice veste di funzione focalizzante e di processo fluttuante, strumento analitico e dinamica sintetica –

appare come il filo che cuce Io e Mondo, soggettivo e oggettivo, inconscio e coscienza, pre-categoriale e linguistico. Essa rappresenta un campo di esplorazione privilegiato per cogliere la natura irriducibilmente relazionale dell'essere umano e della materia tutta. Si propone un attraversamento del concetto di attenzione in rapporto alla sua valenza biologica (legata alla sopravvivenza), poetica (seguendo le riflessioni di Cristina Campo), e infine terapeutica. Da Freud a Bion, passando per Jung, il tema dell'attenzione in rapporto alla cura sembrerebbe sfociare in una prospettiva estetica. Emerge una domanda circa la possibilità di rivedere la sofferenza psichica individuale – amplificata nel collettivo da una "società della distrazione" – come dis-attenzione. La cura consiste nell'apertura a un atteggiamento poetico-musicale che è insieme postura analitica e responsabilità sociale.

Parole chiave: musica, effettività, cura, realtà, gioco

1. Premessa minima

Riflettere sul tema dell'attenzione mi ha suggerito un aforisma: "attenzione è tutto" (o quasi tutto). Qualcuno potrebbe obiettare che si tratti di un bias cognitivo legato a un esercizio di focalizzazione o, per meglio dire, a un effetto *meta-attentivo*: porre attenzione all'oggetto "attenzione" induce a sovrastimarne l'importanza. Se questo fosse vero, l'effetto dovrebbe estendersi a qualsiasi funzione psichica, ma non credo che potremmo asserire con la stessa immediatezza "intuizione è tutto" o "apprendimento è tutto".

Nel concerto della vita psichica, immagino l'attenzione come un invisibile direttore d'orchestra, senza il quale non sarebbe possibile tenere insieme un organico così composito. Ritengo anche che quello che Jung ha definito "complesso dell'Io",¹ che spicca per importanza

¹ Si veda per esempio il lemma "Io" nel vocabolario in calce ai *Tipi* (Jung 1921).

proprio per il suo radicamento nella sensorialità, possa trovare un rispecchiamento compatibile nella neurobiologia dell'attenzione. In definitiva l'Io potrebbe essere pensato quale correlato di network attentivi che mediano processi associativi (sebbene, come tutte le istanze psichiche, non possa ridursi a fenomeni meramente neurali). Rimando in proposito alla letteratura scientifica sul tema (per esempio Grossberg 2021).

1.1. Funzione o processo

Nella ricerca psicologica solitamente l'attenzione si definisce come "funzione esecutiva". Quest'accezione ne offusca la declinazione dinamica e la variabilità dei tipi; infatti, più che di attenzione, sarebbe forse opportuno parlare di *attenzioni*, al plurale, (arousal, mirata, selettiva, sostenuta, alternante, divisa, eccetera). Preferirei pertanto che la considerassimo come un insieme di processi, e proprio nella processualità è possibile cogliere una sfumatura musicale. Secondo le leggi della fisica, il suono non è altro che una *concentrazione aerea* prodotta attraverso condensazioni di particelle d'aria, a cui necessariamente corrispondono delle rarefazioni. Allo stesso modo, attraverso l'attenzione, ogni focalizzazione su uno stimolo coincide con l'inibizione di altri stimoli "concorrenti". Per dirla in forma più elementare: se mi concentro su un fiore, le infiorescenze vicine, almeno per qualche istante, *per me* smetteranno di esistere, saranno inibite al *mio* sguardo, tagliate fuori dal cerchio della *mia* realtà.

Da questo punto di vista potremmo immaginare tutta la sofferenza psichica come *dis-attenzione*, suddividendola in due macro-categorie caratterizzate da un deficit inibitorio, per difetto o per eccesso: un sentire troppo tutto insieme o un sentire una cosa sola in modo assoluto, incapacità di canalizzare la sensibilità verso un focus o, al contrario, fissazione. «Perché veramente ogni errore umano, poetico, spirituale, non è, in essenza, se non disattenzione», osserva Cristina

Campo (1987: 170). Nel primo macro-insieme potremmo inscrivere quelle ricerche (e.g. Bari, Trevor 2013; Arnsten, Rubia 2012) che evidenziano una correlazione tra l'incapacità di inibizione, come dispersione attentiva, e alcuni disordini psichiatrici, sia sul versante nevrotico sia su quello psicotico. Mi viene in mente il disturbo da deficit dell'attenzione/iperattività. Inoltre, in alcuni casi la fallacia dell'inibizione non riguarda solo l'oggetto verso cui l'attenzione si rivolge, ma anche il modo di funzionamento, perché la percezione dello stimolo può avvenire in forma multimodale (per esempio se è di tipo visivo, potrebbe evocare anche sensazioni uditive, olfattive, tattili, eccetera): pensiamo agli studi che sottolineano una correlazione tra sinestesia e schizofrenia (van Leeuwen 2021) o tra sinestesia e autismo (Gennaro 2021).

Nel secondo macro-insieme, invece, l'eccesso di focalizzazione diventa ipertrofia: consideriamo i disturbi ansioso-depressivi caratterizzati da rimuginio, alcune forme di psicosi connotate da fissazione o l'esaltazione fissata. In questa stessa cornice potremmo inserire quelle fenomenologie in cui il confine tra arte e psicopatologia diventa labile, soprattutto in riferimento a specifici quadri di disturbo depressivo che sconfinano nella psicosi, al disturbo bipolare e al disturbo borderline di personalità. La teorica de *Gli imperdonabili* (Campo 1987: 169), paziente di quell'antesignano della cultura junghiana in Italia che fu Ernst Bernhard, potrebbe aiutarci a sentire meglio questo tipo di fenomeni, quando scrive:

[...] aver accordato a qualcosa un'attenzione estrema è avere accettato di soffrirla fino alla fine, e non soltanto di soffrirla ma di soffrire per essa, di porsi come uno schermo tra essa e tutto quanto può minacciarla, in noi e al di fuori di noi. È avere assunto sopra se stessi il peso di quelle oscure, incessanti minacce, che sono la condizione stessa della gioia (*Ib.*).

Penso a Cesare Pavese, a Kafka, a Van Gogh, a Liszt, al matematico Alexander Grothendieck, a Richard Feynman, a Robert Oppenheimer e a molti altri lavorarono al Progetto Manhattan; mi viene in mente anche Nietzsche e alcuni pazienti che incontriamo quotidianamente nelle nostre stanze d'analisi.

1.2. *Relazione*

Un'altra importante connotazione dei processi attentivi consiste nel loro farsi ponte tra Io e Mondo, tra soggettivo e oggettivo, in sintesi nel configurarsi come chiavi che ampliano la percezione del reale. "L'attenzione – secondo aforisma – è la porta che sfonda il concetto di realtà", quella che ci fa accedere a un altro paesaggio dello stesso unico e infinito insieme, che prima chiamavamo universo e oggi multiverso. «Il *savoir-vivre* cosmico,/ benché taccia sul nostro conto,/ tuttavia esige qualcosa da noi:/ un po' di attenzione, qualche frase di Pascal/ e una partecipazione stupita a questo gioco/ con regole ignote», suggerisce Wisława Szymborska (2009: 670–673). La poetessa polacca ci rammenta in qual misura – «1440 minuti di occasioni. 86.400 secondi in visione» – la *Disattenzione* del quotidiano possa diventare una trappola solipsistica che impedisce di accedere a una realtà più estesa.

Solo per esemplificare quanta parte di mistero abiti le nostre esperienze quotidiane – che proprio per questo richiedono attenzione – vorrei citare due fatti scientifici ormai divenuti classici, il primo in riferimento alle neuroscienze e il secondo alla fisica. Si tratta del cosiddetto "intervallo di Libet" e del famigerato "esperimento della doppia fenditura", che secondo il fisico Richard Feynman (1965) anticipa la meccanica quantistica e ne contiene l'unico mistero.

L'intervallo di Libet (2004) prende il nome dallo studioso che per primo lo osservò, attraverso il cosiddetto esperimento del *free will*, che

utilizzava l'elettroencefalogramma. Benjamin Libet registrò un potenziale evento correlato denominato *Bereitschaftspotential* (BP – potenziale di prontezza motoria – o RP – *readiness potential*) che rappresenta una preparazione motoria del soggetto all'azione. Il compito sperimentale con cui si può misurare la BP è molto semplice e, per esempio, può consistere nel chiedere al partecipante di premere un pulsante ogni qualvolta compaia sullo schermo un puntino luminoso. Libet osservò che la preparazione motoria all'azione precede la scelta cosciente da parte del soggetto, cioè la BP compare *prima* che il soggetto stesso decida, in modo consapevole, di agire. Lo studioso concluse che l'attivazione di un atto volontario inizia in maniera inconscia: questo significa che il nostro corpo *sa prima di noi* – esattamente 550 millisecondi prima – quale scelta compiremo.

Quello che Libet aveva descritto sembrerebbe non solo inspiegabile, ma in contraddizione con le leggi di causalità. L'esperimento del free will ha innescato una serie di speculazioni filosofiche sul tema del libero arbitrio nella natura umana, ed è stato ampiamente dibattuto, smentito, variato (e.g. Fifel 2018) attraverso lo studio di potenziali che non si limitano alle aree motorie, ma anche, per esempio, a quelle frontali e prefrontali, più direttamente correlate al *problem solving* e al ragionamento astratto.

Se nel 1965 Libet conduceva i suoi esperimenti sulla componente BP, un altro genio quale Richard Feynman in quell'anno riceveva il premio Nobel per la fisica. Nella sua variante dell'esperimento della doppia fenditura di Young, il mistero sembra costituire *l'ordinarietà dell'inatteso*, il quotidiano che richiede un grado ulteriore di attenzione.

Secondo il noto esperimento, che anticipa e conferma la doppia natura corpuscolare e ondulatoria della luce, una particella ha la capacità di passare *contemporaneamente* da due diverse fenditure e si comporta in modo diverso in base alla presenza di un rilevatore: se è presente, la particella segue un comportamento canonico, se invece il

rilevatore non c'è, si sdoppia. Immaginiamo di avere di fronte a noi due porte e di passare contemporaneamente attraverso entrambe *in assenza* di un'altra persona, viceversa di seguire il comportamento ordinario (ossia passare o dalla prima o dalla seconda porta) *in presenza* di un'altra persona².

Ancora una volta il principio di non contraddizione è messo in dubbio e il comportamento delle onde sembra simile al funzionamento dell'inconscio biologico di Matte Blanco (ed. 2000), e prima ancora alla psiche antinomica junghiana, in cui una cosa è e *non è contemporaneamente*.

L'aspetto sorprendente in entrambi gli esperimenti, però, resta ancora da chiarire e rimanda al cuore della fisica quantistica e se vogliamo della psiche stessa. In quel cuore c'è scritto che il comportamento della materia, come degli esseri umani, varia in relazione alla presenza (in termini sperimentali, di un osservatore, in termini umani, di un altro), come a dire che siamo sempre tutti intrinsecamente inconsistenti ed esistiamo solo attraverso un *rapporto*.

"Attenzione", nell'etimologia *tendere a*, significa appunto essere costitutivamente protesi verso qualcosa che è altro da noi o da quello che crediamo di essere.

2. Attenzione, biologia e poesia

Se ci focalizziamo a guardare un oggetto, astraendolo dallo sfondo in cui tutte le cose convivono mute, esso acquista contorni fino a quel momento invisibili: inizia a *cantare*, come quando una fotografia mostra il lato nascosto di un volto, di una pietra, di un impero. È allora

² Per una trattazione divulgativa dell'esperimento rimando ai seguenti video youtube consultati il 30 agosto 2023: https://www.youtube.com/watch?v=rF6aOT4oMVI&t=11s&ab_channel=Curiuss; https://www.youtube.com/watch?v=ZQAvVgnreWk&ab_channel=TheBrianMacFarlaneEffect. Per una spiegazione scientifica suggerisco di leggere l'opera di Feynman, Leighton e Sands (1965).

che quel particolare, rimasto inosservato per secoli, improvvisamente acquista una salienza vitale, talvolta commovente. Diventa reale perché *agisce* – sortisce in noi un effetto.

Perché gli esseri viventi producono versi? – incluse le piante, che secondo nuove ricerche sono dotate di grande intelligenza e di grande capacità comunicativa ed emettono vibrazioni per noi impercettibili (Khait et al. 2023; Calvo e Trewavas 2021). Lo fanno per reclamare attenzione o per indirizzare l'attenzione di qualcun altro, come quando gli uccelli compongono ricami nel cielo per comunicarsi che sta per piovere, o come quando la tigre allerta i cuccioli dell'arrivo di un altro predatore. Il richiamo dell'attenzione, dalla bocca all'orecchio, è il paradigma della relazione, l'origine della vita stessa.

«La vita – scrive Cormac McCarthy (2022: 55) nel suo ultimo capolavoro-testamento, *Stella Maris* – si avventa su di te come un cane». Essere attenti significa pararne il morso ferino. Senza attenzione non può esserci vita, né poesia.

Cristina Campo, nel saggio *Attenzione e poesia* (1987), descrive un sillogismo basato sulla proprietà transitiva in cui l'attenzione si traduce in un'opera di mediazione che unisce poesia e giustizia. Potremmo sintetizzare la sua riflessione come segue: se "poesia = attenzione" e "attenzione = mediazione", allora "poesia = mediazione" ossia ponte «tra l'uomo e il dio, tra l'uomo e l'altro uomo, tra l'uomo e le regole della natura» (Campo 1987: 166); ma è anche vero che "giustizia = mediazione", allora "poesia = giustizia".

Cerchiamo di snocciolare questa serie di equazioni andando per gradi. Per Vittoria Guerrini, com'era stata battezzata, la poesia è attenzione perché indica la possibilità di concentrarsi simultaneamente su diversi gradi dell'esistente, attraverso una focalizzazione stratificata. «Poesia è anch'essa attenzione, cioè lettura su molteplici piani della realtà intorno a noi, che è verità in figure» (*Ib.*). Con quest'ultima espressione Campo si riferisce al Vangelo di Filippo, che cita in epigrafe.

La verità non può venire al mondo nuda, ma *mediata* «in grazia della figura», dove la figura coincide con l'immagine poetica. Da qui discende l'equazione tra poesia, attenzione e mediazione.

Ora, prima di introdurre il tema della giustizia, è importante chiarire l'equivalenza tra *attenzione e pazienza* versus *disattenzione e impazienza*. La prima corrisponde alla *vera immaginazione*, la seconda caratterizza invece *l'immaginazione fantastica* che crea associazioni fallaci e caotiche e sfugge al reale: è quella che presume che, per ricavare un senso di bellezza da questo mondo, sia necessario evadere la realtà. Ma non c'è nulla da inventare, il simbolo è nelle cose stesse e la poesia nel quotidiano. L'attenzione si sostanzia nella capacità di cogliere nel reale «la pura bellezza della figura» (167).

Ripensando all'intervallo di Libet e all'esperimento della doppia fenditura, con *l'imperdonabile* Vittoria Guerrini, l'attenzione resta l'unica strada che porta al mistero e all'inesprimibile.

Per esempio,

Dante non è [...] un poeta dell'immaginazione, ma dell'attenzione: vedere anime torcersi nel fuoco e nell'olivo, ravvisare nell'orgoglio un manto di piombo, è una suprema forma di attenzione [...] Se dunque l'attenzione è attesa, accettazione fervente, impavida del reale [...] l'immaginazione è impazienza, fuga nell'arbitrario: eterno labirinto senza filo di Arianna (*Ib.*).

Nel carattere di aggancio al reale, l'attenzione diventa finalmente giustizia, perché implica una *responsabilità* verso l'altro e verso le cose, come capacità di mediare, attraverso la forza delle figure poetiche, l'intensità del reale. Da ciò discende la sua valenza sintetica, una tensione di immediatezza.

Per comprendere questo ulteriore passaggio è necessario

penetrare i meccanismi dell'attenzione: come gli antichi alchimisti prima scioglievano il sale in un liquido (*ana-lysis*) e poi studiavano come si riaddensasse in figure (*sun-thesis*), allo stesso modo la giustizia (intesa come mediazione e responsabilità) dovrebbe formare il destino «questa drammatica scomposizione e ricomposizione di una forma» (169). Proviamo ora a leggere il passaggio seguente, non riferendoci alla pratica analitica in senso artistico o alchimistico, come la intendeva Cristina Campo, ma in senso clinico: «[...] l'analisi può diventare destino quando l'attenzione, riuscendo a compiere una sovrapposizione perfetta di tempi e di spazi, li sappia ricomporre, volta per volta, nella pura bellezza della figura» (167). La figura, in analisi, è la forma del destino di un'esistenza o semplicemente un gioco linguistico tra paziente e analista.

Credo che non esista descrizione più lucida di quella che ci ha lasciato Cristina Campo rispetto al dibattito contemporaneo sul rapporto tra la dimensione esperienziale-trasformativa dell'analisi e il piano interpretativo-esplicativo, o tra quello che chiamiamo genericamente pre-linguistico e pre-categoriale, e il livello della significazione verbale.

In definitiva si potrebbe concludere che l'attenzione modelli un atteggiamento poetico-musicale: fa diventare voce una cosa muta. Non sorprende in proposito che un genio contemporaneo della composizione come Anthony Braxton (2023), in dialogo con un altro grande musicista quale George Lewis, in occasione dell'ultimo Festival di Darmstadt, abbia sostenuto che la musica è qualcosa che ha a che fare con l'amore – «because music is about love» – che sostanzialmente significa attenzione e rispetto. Ha aggiunto che quello che cerca di insegnare ai suoi allievi attraverso la composizione musicale consiste nel diventare attenti: la differenza ultima tra un essere umano e un robot.

Anche un altro profondo conoscitore dell'animo umano, quale Ernst Hemingway (1929), in *Addio alle armi*, asseriva che il grande

inganno è contemplare la saggezza dei vecchi, perché non è vero che diventano saggi: diventano attenti.

Finora quindi sono emerse due argomentazioni al primo aforisma: l'attenzione è tutto dal punto di vista biologico, perché serve per salvarsi la pelle; l'attenzione è tutto dal punto di vista poetico, perché trasforma il suono in voce "in grazia della figura" – e la *phoné* è come la pelle dei vecchi di Hemingway che hanno imparato, almeno un po', a stare al mondo, a non tirare subito le cuoia.

Ora vorrei cercare di calare l'aforisma nella pratica della psicoterapia.

3. Attenzione e cura

Nel contesto della *talking cure*, l'attenzione svolge un ruolo centrale sia dalla prospettiva del paziente sia da quella del terapeuta, ma non ultima anche dalla prospettiva della relazione tra paziente e terapeuta. Pensiamo al concetto di coazione a ripetere. Perché le cose si ripetono? Si ripetono i sintomi, e si ripetono anche le immagini oniriche in quelli che definiamo "sogni ricorrenti". Ripetere, nella radice etimologica, significa chiedere ancora. La fenomenologia psichica si ripete perché si fonda su domande insolubili, come per esempio: cos'è la realtà? Qual è il limite tra psicopatologia e cosiddetta "sanità"? Dove finisce l'Io e inizia l'Altro? Tutti interrogativi che acquistano le peculiari coloriture di specifiche esistenze, ma che in fondo sono sempre, indipendentemente dalla "gravità" dei casi, le stesse domande.

Le cose si ripetono perché chiedono attenzione. Proprio da questo punto di vista l'attenzione diventa tutto. E allora quel nocciolo di senso, che nella storia dell'uomo si è sempre chiamato "Dio", coincide con il massimo dell'attenzione. Anzi si potrebbe dire: Dio è attenzione.

Se, nella visione junghiana, la cura combacia in essenza con un'esperienza spirituale, e la sofferenza psichica scaturisce da una perdita di *anima*, ritrovare Dio significherebbe ridestare l'attenzione.

Ma "attenzione" verso cosa? Forse verso la vita stessa, verso il mistero dell'amore e della morte attraverso cui l'esistenza acquista, almeno un po', di significato. Traslando il discorso su un piano totalmente aconfessionale, Dio diventa attenzione intesa etimologicamente come *tensione vitale*:³ il *thaumazein* che permette di soffiare nello sguardo di un adulto almeno un po' della meraviglia e dell'intensità che sta negli occhi di un bambino (e in quelli dei vecchi di Hemingway). La perdita di quello sguardo rende la vita monotona, svuotata, senza senso. Insopportabile.

La cura, dal punto di vista del paziente, potrebbe significare porre attenzione a quello che si ripete, per cogliere ciò che nel ripetersi varia, proprio come nell'ascolto musicale. È necessario tendere l'orecchio ai *refrain* per farseli amici, per anticiparli, per pararne i colpi, per non esserne sopraffatti. Un paziente con sintomatologia bipolare, quando impara a stare attento ai cambiamenti del suo sentire, delle sue risposte interne ed esterne, non guarisce, ma può convivere meglio con i suoi demoni.

Dalla prospettiva del terapeuta, l'attenzione – "rivolgere l'animo"⁴ – fonda un *atteggiamento fenomenologico* perché dispone all'ascolto, all'osservare. Lo testimonia tutta la storia della psichiatria fenomenologica. Mi viene in mente, per esempio, Eugène Minkowski (1927: 93) che riprendendo Ludwig Binswanger parla di «diagnosi per sentimento» o «per penetrazione». Si potrebbe trattare di "diagnosi per attenzione": una disposizione a cogliere ciò che nel paziente – e di conseguenza in noi e nella relazione con il paziente – muta. Per esempio, lo stesso Minkowski sottolinea come, di fronte a una

³ Si veda per esempio il commento di Jung ai componimenti di Miss Miller che associa l'immagine di Dio al sole: «Quando si venera Dio [...] si fa oggetto di venerazione diretta l'intensità o la forza, quindi il fenomeno dell'energia psichica, della libido» (Jung 1912/1952: 94).

⁴ Cfr. lemma "attenzione", Enciclopedia Treccani, <https://www.treccani.it/vocabolario/ricerca/attenzione/> (consultato il 29 agosto 2023).

sintomatologia schizofrenica, l'attenzione permetta di avvertire una specie di arretramento affettivo ogni qualvolta il paziente entri nella stanza: qualcosa che esula dalla comune esperienza di simpatia o antipatia, ma che concerne il sentire *effettivamente* una barriera che impedisce il contatto. (Esperienza questa che credo chiunque svolga un lavoro analitico con pazienti "gravi" abbia avuto modo di attraversare).

Essere attenti ai mutamenti del sentire permette di fare diagnosi, non per il gusto dell'etichetta, ma per orientare una possibilità di *stare con* il paziente – per non sfuggire alla donna o all'uomo che abbiamo di fronte, o per evitare che si percepisca ancora più distante da noi, che in quel momento diventiamo *rappresentanti del mondo*.

Nella diagnosi per sentimento o per penetrazione l'attenzione diventa uno scandaglio che permette di sentire l'altro, almeno un po'. Minkowski riporta l'esempio dei medici di un tempo che, prima della comparsa dei sintomi classici, riuscivano a differenziare in un'affezione febbrile una febbre tifoide da una polmonite, basandosi su piccoli «fatti», «come un odore particolare o l'espressione del viso» (Minkowski 1927: 93). Nel caso dei fenomeni psichici avviene qualcosa di simile ma non esattamente identico, perché lo strumento attento non segue solo un ritmo eso-dinamico – dal paziente al terapeuta – ma anche endo-dinamico: si tratta di fare attenzione *attraverso di sé*, attraverso il proprio "sentimento", cioè il proprio sentire. (Quello che, con una sfumatura macroscopicamente diversa dall'atteggiamento fenomenologico, in psicoanalisi è stato definito "controtransfert").

Se ne deduce che l'attenzione, questo fascio di luce interna che partecipa al dramma della materia e delle onde, appaia qualcosa di strettamente legato a un piano pre-categoriale che attraversa il paziente, il terapeuta e la loro relazione.

3.1. *L'attenzione nella storia della psicoanalisi*

La centralità dell'attenzione come strumento terapeutico, d'altra parte,

compare sin dagli albori della cura d'anime. Pensiamo al concetto di "attenzione fluttuante" come espediente per far fluire le immagini inconscie e schivare «la formulazione di aspettative coscienti» (Freud 1922: 433). L'obiettivo per il terapeuta consiste nel «cogliere l'inconscio del paziente con il suo stesso inconscio» (*Ib.*). Ma educarsi all'ondeggiare, saper resistere ai flutti senza la fretta di incanalare, risulta qualcosa di antitetico al concetto stesso di attenzione, che suggerisce di per sé una focalizzazione, quindi una capacità di indirizzare. Da questo punto di vista il genio di Freud sembra aver implicitamente attinto a qualcosa che proviene dalla saggezza orientale e che suggerisce un atteggiamento meno volitivo e più proteso all'abbandono: un *farsi attraversare dall'esperienza*.

L'attenzione fluttuante si configura, pertanto, come strumento ineludibile per stare a contatto con i contenuti dell'inconscio che «è stato ingaggiato per svolgere un lavoro ben preciso. Non dorme mai. È più affidabile di Dio» e che per esempio «a volte su certi sogni continua a lavorare, a ritoccarli, nella speranza che tu capisca». Anche se «la cosa interessante è che sa che non hai capito» (McCarthy 2022: 82). L'inconscio insomma gioca con le nostre disattenzioni che per Freud possono essere aggirate solo fluttuando.

Pur riconoscendone il valore essenziale, Mario Trevi si mostra critico rispetto al rischio di abusare delle fluttuazioni attentive che gli appaiono come «un'interpretazione ottimistica e perciò parziale di una più vasta insidia: la disattenzione. Spesso non ascoltiamo l'inconscio del paziente ma una più prossima preoccupazione quotidiana» (Trevi, Fedrigo 2008: 66).

L'analista anconetano riconosce nell'attenzione una delle qualità fondamentali che un terapeuta, che dir si voglia, deve esercitare. Poi la scompone in sottotipi che rappresentano quattro direzioni del focus attentivo in analisi: l'argomento di cui si parla in seduta, il paziente, il terapeuta, il rapporto. Emerge un carattere dinamico dell'attenzione

analitica tesa a realizzare il compito, apparentemente impossibile, di essere contemporaneamente partecipi e osservanti, presenti e distanti. Il rischio maggiore, sottolinea ancora Trevi, non è tanto quello della disattenzione, quanto il pericolo della superficialità, dell'approssimazione. Il terapeuta potrebbe ascoltare il *discorso espresso* del paziente perdendo di vista *l'altro discorso*, quello inespresso dell'inconscio e della comune inconscietà. In sostanza è come se Trevi ci ammonisse sul rischio di trasformare proprio lo strumento creato per stare a contatto con l'Es in un boomerang che ci attanaglia al piano limitato di un Io distratto dal quotidiano.

3.2. Seguendo Jung

Sebbene nella letteratura psicoanalitica contemporanea il concetto di attenzione non sia tanto frequentato come argomento a sé stante, ma piuttosto come tema secondario di altre ricerche, relative soprattutto alla psicologia evolutiva (per esempio Colombi 2022), esso ha rappresentato un bacino importante di sviluppo della disciplina. Basti pensare che il primo contatto epistolare tra Freud e Jung, nel 1906, avvenne dopo la pubblicazione del primo volume dei *Diagnostische Assoziationsstudien*. Con l'esperimento associativo lo psichiatra svizzero recuperò il disegno sperimentale ideato da Wilhelm Wundt, e si interessò – proprio come farebbe un artista contemporaneo – a ciò che gli altri avevano scartato e derubricato a “errori di reazione”. Le latenze nell'esperimento associativo, le esitazioni e i rallentamenti non sembravano frutto di una «selvaggia casualità» (cfr. Jung 1904-1905: 13), quanto la conseguenza di fattori endopsichici autonomi che in seguito Jung chiamerà “complessi autonomi a tonalità affettiva”. Quei presunti “errori” si manifestavano anche in soggetti cosiddetti “sani” e dunque mostravano una naturale strutturazione dell'impalcatura psichica.

L'esperimento associativo, ri-strutturato con la collaborazione di

Franz Riklin, quando Jung era capo-assistente al Burghölzli, si articolava in tre fasi. Inizialmente i partecipanti dovevano produrre associazioni verbali a una lista di circa duecento parole stimolo, di cui si registravano le risposte e i tempi di reazione; successivamente interveniva un *esperimento di distrazione* articolato in due momenti. Dapprima i soggetti sperimentali dovevano prestare attenzione alle proprie reazioni interne e descriverle volta per volta, dopo la risposta verbale allo stimolo: in questo caso la distrazione assumeva una forma "interna", seguendo il cosiddetto «'fenomeno A' di Cordes» (cfr. *Id.*: 20), ossia la somma di quelle reazioni psicologiche interne scaturite dalla percezione dello stimolo acustico. Nella terza e ultima parte dell'esperimento, invece, la distrazione diventava "esterna" e i soggetti, oltre ad associare verbalmente alla parola stimolo, dovevano eseguire con la matita tratti di circa un centimetro, seguendo un metronomo che scandiva sessanta o cento battiti al minuto.

Come scrive Luigi Aurigemma (in *Id.*: 9), «Nello svolgimento concreto dell'indagine, il concetto di 'attenzione' ha funzione, per Jung, di garante della solidità della struttura cosciente» quale «fattore della realtà psichica *totale*». È come se Freud e Jung si fossero scambiati la personalità, perché il sistematico viennese esalta il ruolo dinamico, fantasticante, ballerino dell'attenzione, mentre il barocco zurighese si sofferma sul suo carattere di guardiana della compattezza psichica.

Ma sentiamo direttamente la voce di Jung:

Tra i fatti psichici che esercitano un influsso *capitale* sul processo associativo si trova, in posizione *cardinale*, l'attenzione. [...] essa è anche quel delicato apparato affettivo che reagisce *per primo* in stati fisici e mentali abnormi e modifica così il risultato dell'associazione (13).

Sege una definizione di attenzione come «quel meccanismo

infinitamente complicato che con fili innumerevoli lega il processo associativo a *tutti gli altri* fenomeni, di provenienza psichica o fisica, che trovano rappresentanza nella coscienza» (14)⁵.

Ora, al di là degli evidenti limiti dell'esperimento associativo, che oggi è stato ripreso e modificato secondo criteri considerati "più scientifici" (Vezzoli et al. 2007), l'intuizione che Jung aveva avuto non solo resta di radicale importanza rispetto alla conoscenza del funzionamento psichico, ma trova anche un'ampia compatibilità rispetto alle ricerche neuroscientifiche che, dagli studi pionieristici di Michael Posner, giungono ai giorni nostri (Petersen e Posner 2012; Posner et al. 2019). Emerge la carica dominante dell'attenzione come gancio tra psiche e soma, tra mondo interno ed esterno, una cerniera che, se incrinata, mette a repentaglio tutta la percezione del reale e di conseguenza l'agire nel mondo.

3.3. Seguendo Bion

Sebbene nata da premesse radicalmente diverse da quelle di un contesto sperimentale individuale, la ricerca di Wilfred Bion sull'attenzione incontra quella di Jung in un elemento preciso che coincide con l'apertura all'ignoto. Se per lo psichiatra svizzero quell'ignoto è esattamente il fattore che fa vacillare, si potrebbe dire, che fagocita attenzione nell'esperimento associativo, per Bion diventa il timoniere dell'attenzione analitica.

Nella sua opera *Attention and Interpretation. A scientific Approach to Insight in Psycho-Analysis and Groups* (1970), Bion afferma che il compito dell'analista – senza desiderio, senza comprensione e senza memoria, ma non senza attenzione – deve essere rigorosamente quello di *rivolgersi a quell'O*, punto zero, origine, che rappresenta «lo

⁵ Tutti i corsivi delle ultime tre citazioni sono miei a sottolineare lo statuto di "totalità" e di "centralità" attribuito all'attenzione.

sconosciuto e inconoscibile» (Bion 1970: 131).

Attraversare l'ignoto equivale a parlare il *linguaggio dell'effettività*:

[...] l'analista, quando sente la propria attenzione attratta da una determinata esperienza e vuole richiamare su di essa l'attenzione dell'analizzando, deve, per farlo, utilizzare il Linguaggio dell'Effettività (*Language of Achievement*). Cioè egli deve impiegare, in un campo in cui non esistono né tempo né spazio, metodi dotati di un significato corrispondente a quello che hanno i termini durata ed estensione quando vengono usati nel mondo del senso (Bion 1970: 8).

L'attenzione analitica richiede sempre un ancoraggio al *mondo del senso*. Al di là delle interpretazioni misticheggianti all'opera bioniana, la sua ricerca ci conduce molto vicino alla fenomenologia, da Husserl a Edith Stein. Emerge il richiamo a qualcosa di *vivo* che echeggia una *trascendenza immanente* o un'*immanenza trascendente*, e che proprio nella sensorialità ritrova un aggancio alla possibilità di trascendere l'esperienza.

Per inciso potrebbe essere utile ribadire che in Jung questa simultanea e antinomica convivenza tra immanenza e trascendenza scaturisce dall'importanza conferita a un Io imbrigliato nel corpo, senza il quale non c'è possibilità di accedere alla "funzione trascendente" (cfr. Jung 1921). Trascendere letteralmente non indica un ascendere, una verticalità ascetica. Descrive piuttosto un transito che permette di ri-vedere e ri-sentire con occhi e orecchi scrostati dalla patina dell'ovvio e del già vissuto. Ed è forte qui anche l'assonanza con il *ciclo della mimesis* di Paul Ricoeur che, per esempio in *Tempo e racconto* (1983), ci mostra come passare da *mimesis I* a *mimesis III* significhi allontanarsi, transitare dal reale al possibile, per tornare a un reale che, se non del tutto rinnovato, risulti almeno un pochino più sopportabile.

In definitiva il ciclo mimetico equivale a spogliare le cose dal loro strato di morte per aprirsi alle infinite possibilità generative delle immagini in movimento.

Ma in cosa consista esattamente il linguaggio dell'effettività credo possano raccontarcelo meglio i poeti o gli scrittori come Cormac McCarthy, come Cristina Campo, come Simone Weil, filosofa dell'attenzione. Questo particolare linguaggio comporta l'attingere a qualcosa di sonoro mentre attraversiamo un territorio oscuro che non solo non ha sentieri, ma che ha perso qualunque appiglio al conosciuto. Ha perso la vista. L'ignoto, che richiede effettività, è la regione del buio e della paura. Là dove nasce l'arte e soprattutto la musica.

Come scriveva Nietzsche (1881: 170),

l'udito, l'organo della paura, ha potuto svilupparsi, così cospicuamente come si è sviluppato, soltanto nella notte e nella penombra di cupi boschi e caverne, conformemente al modo di vivere dell'età della paura, cioè dell'età umana più lunga che sia esistita: nel chiarore l'orecchio è meno necessario. Da qui il carattere della musica, come un'arte della notte e della penombra.

Per accedere al linguaggio dell'effettività occorre un'attenzione musicale che è *effettiva* perché immediatamente carica di affetti e al contempo autoreferenziale – cioè, priva di rimandi estrinseci, di proiezioni oculari verso ciò che sta fuori.

Credo anche che le contemporanee ricerche sull'*embodied cognition* siano in proposito fuorvianti. Il linguaggio dell'effettività, più che a una mente incarnata, ci riporta a una *prospettiva estetica*. Risiede in questo passaggio il punto di sutura tra attenzione e interpretazione in analisi.

4. Verso una prospettiva estetica

L'attenzione – non più vista come una focalizzazione su contenuti coscienti, ma come una sonda verso l'ignoto – ci permette di entrare in una prospettiva estetica, essenzialmente musicale, che diventa una via nuova (e tutto sommato antica) dell'interpretare. Qui l'interpretazione non ha niente a che fare con il piano esplicativo che tende a saturare il discorso o a imbrigliarlo in una griglia di significati e pertanto di referenze estrinseche. Esso diviene piuttosto il campo dell'ascolto e del fantasticare insieme.

In questo nuovo e sconosciuto territorio, il sogno, come la musica, *non significano niente* e il simbolo delle cose è *nelle cose stesse*, come indica un'altra vestale dell'attenzione quale Clarice Lispector (1944:135). E allora più che di attenzione e interpretazione, sarebbe forse opportuno parlare di *attenzione e intuizione*.

Prima di ritornare al linguaggio, il processo interpretativo potrebbe rappresentare un attraversamento pre-categoriale, una speciale modulazione at-tentiva, ossia un'attitudine estetica.

L'attenzione sembrerebbe una specie di *trigger*, di innesco di fenomeni psichici che a loro volta attivano la percezione e che appaiono non solo necessari per la sopravvivenza, ma centrali nello sviluppo dell'identità. Si pensi a quelle che Michael Tomasello (2008: 90) definisce "scene di attenzione condivisa" a proposito della capacità del bambino, presente già a nove mesi (quindi ancor prima dell'esercizio delle facoltà di categorizzazione linguistica), di rivolgere l'attenzione verso un oggetto esterno e di indicarlo. Si pensi ancora al *baby talk*, ai processi di sintonizzazione affettiva descritti da Daniel Stern (1977) che testimoniano una sorta di attitudine estetica.

Anche dal punto di vista filogenetico, possiamo rintracciare un orientamento estetico al mondo, per esempio ne *Il Canto degli antenati* di Steven Mithen (2005) che ci restituisce l'immersività sonora del mondo delle origini, o nella raffinatezza dei pittogrammi delle grotte

rupestri in cui *Il gesto e la parola*, con André Leroi-Gourhan (1964), convivono.

L'attenzione rappresenta il *bang* che aziona la percezione: il percepito resta un insieme di determinato e indeterminato, in quanto si pone, da una parte, come effetto della mediazione tra sensorialità e ambiente, e dall'altra, come frutto dell'insopprimibile esigenza di trovare un'immagine interpretativa del mondo. Si approda così all'esperienza estetica che, chiarisce Paolo Francesco Pieri, non nasce da processi intenzionali, ma da funzioni attentive, «il vero e proprio grembo delle nostre intenzioni e delle nostre parole» (Pieri 2021: 16).

L'esperienza estetica, attraverso l'attenzione, permette un'assimilazione mimetica del reale che ci consente di distinguere tra ciò che è familiare e ciò che è estraneo. Il sentire estetico facilita tre macroinsiemi di funzioni strutturanti l'identità: 1) favorisce il *seeking*, ossia l'atteggiamento di ricerca; 2) organizza un sistema di preferenze; 3) permette di accedere all'*istinto del gioco*.

In questo senso, l'interpretazione potrebbe ritrovare la sua linfa vitale solo se, sottratta dall'intenzionalità dell'Io, sia capace di aprirsi alla giocosità dei suoni e dei significati. Pertanto, più che di interpretazioni, si potrebbe forse parlare di giochi interpretativi tra paziente e analista. Ritorniamo così ai giochi linguistici di Wittgenstein.

Sintetizzando queste riflessioni, il terzo e ultimo aforisma di questo breve attraversamento nel concetto di attenzione potrebbe suonare così: "l'attenzione è musica, e la musica non è linguaggio, ma gioco: una cosa molto seria".

5. Riassunto a mo' di conclusione

L'attenzione potrebbe essere considerata come un ponte tra paesaggi interni ed esterni, tra psiche-nel-mondo e mondo-nella-psiche, tra sensazione, intuizione, sentimento e pensiero, in definitiva tra inconscio e coscienza. Tutto quello che chiamiamo "destino" – dalla

radice greca *istemi* che indica lo stare fermi e quindi evoca l'idea di fissità – potrebbe acquisire un certo grado di dinamismo attraverso l'esercizio dell'attenzione che scompone e ricompone.

Se pensiamo alle pratiche di meditazione orientali, l'attenzione sembrerebbe rappresentare uno strumento terapeutico d'elezione, uno straordinario metodo di trasformazione, letteralmente una strada-attraverso. Essa appare infatti come la sonda che permette di espandere la coscienza attraverso diversi gradi di consapevolezza. A nulla vale respingere o cercare di arrestare le cosiddette *vritti*, i marosi interiori, i moti della coscienza che ci attanagliano – per esempio sotto forma di pensieri intrusivi e svalutanti: non c'è "nulla da fare", se non sospendere il fare e osservare *attentamente*.

La possibilità di trasformare i sintomi in simboli, lasciando scorrere "enantiodromicamente" (come in una doppia corsa al contrario) le antinomie costitutive della psiche, appare strettamente legata all'esercizio dell'attenzione. Si tratta di un'attenzione *sottile*, rivolta a quegli stati pre-categoriali, al confine tra psiche e corpo, che richiamano il concetto di "psicoide" di Jung (1947/1954) e che ci fanno pensare, con George Orwell, che niente è più difficile da vedere di quello che ci sta proprio sotto al naso.

Da questo punto di vista l'esercizio dell'attenzione potrebbe acquisire almeno una duplice valenza clinica, sia per il paziente sia per l'analista.

Per potersi liberare dalla coazione a ripetere indotta dai conflitti interni, il paziente deve imparare a riconoscere i segnali del cambiamento, come nell'ascolto di quella particolare intonazione del canto degli uccelli che preannuncia una pioggia: deve stare attento a quando inizia a non dormire bene, oppure a essere troppo produttivo, a spostare o a evadere le sedute, insomma a perdere gradualmente di vista la terra sotto i piedi. Più l'automatismo è radicato, maggiore dovrà essere la forza attentiva.

D'altra parte, è prerogativa del terapeuta accorgersi, attraverso una postura poetico-musicale, di ciò che si ripete e di ciò che muta: in sé, nel paziente, nella relazione terapeutica e, non ultimi, nella società e nel mondo.

Ritornando all'ambito precipuo della psicoanalisi, Sigmund Freud ha fatto dell'attenzione fluttuante lo strumento principe per *dare senso* a quel magma oscuro che informa l'inconscio. Lo spazio-tempo analitico sembrerebbe una specie di oceano di fluttuazioni in cui si diventa esperti nel gioco di muovere l'attenzione attraverso diverse istanze psichiche. A differenza della concezione cognitivista in cui si esalta il valore di focalizzazione dell'attenzione, intesa come "funzione esecutiva", in una matrice psicodinamica essa appare, invece, intrinsecamente fluttuante. E non sorprende che i verbi che usiamo nella lingua italiana in associazione a questa parola siano principalmente verbi di movimento – riporre attenzione, spostare l'attenzione, attirare l'attenzione – d'altra parte la stessa radice indica un *volgersi-a*.

La fenomenologia dell'attenzione, dentro e fuori lo spazio-tempo clinico, si rivela straordinariamente cangiante e potrebbe costituire un bacino di riflessione per dare respiro all'intuizione clinica e per interrogarsi sul ruolo dell'analisi in questo tempo e in questo mondo. Basti pensare alle dis-attenzioni correlate all'*information technology*, all'universo dei *social* (Gazzaley, Rosen 2017) e al cosiddetto "capitalismo di sorveglianza" (Zuboff e Bassotti 2019) che implementa una serie di algoritmi in grado di orientare i processi attentivi per scopi consumistici e/o propagandistici. Si ha la sensazione di vivere in una *società della distrazione* «che sembra perseguire soltanto, con cieca furia e agghiacciante successo, il divorzio totale della mente umana dalla propria facoltà di attenzione» (Campo 1987: 170).

Recuperare il valore dell'attenzione nella vita quotidiana, nella pratica clinica e nella ricerca teorica potrebbe costituire un antidoto alla

disattenzione che corrode le nostre esistenze. È proprio nell'esercizio della *responsabilità* che l'attenzione raggiunge la sua forma più essenziale e più pura, come tensione verso l'altro, capacità di rispondere per qualcosa o per qualcuno. Ma in questa società chiedere a un essere umano di essere attento rasenta l'ascetismo, la ricerca dell'impossibile. Lascio a Cristina Campo il suono di questa utopia:

Chiedere a un uomo di non distrarsi mai, di sottrarre senza riposo all'equivoco dell'immaginazione, alla pigrizia dell'abitudine, all'ipnosi del costume, la sua facoltà di attenzione, è chiedergli di attuare la sua massima forma. È chiedergli qualcosa di molto prossimo alla santità [...] (Campo 1987: 170).

Bibliografia

- Arnsten, A.F.T., Rubia, K. (2012). Neurobiological circuits regulating attention, cognitive control, motivation, and emotion: disruptions in neurodevelopmental psychiatric disorders. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 51(4): 356–367.
- Bari, A., Robbins T.W. (2013). Inhibition and impulsivity: behavioral and neural basis of response control. *Progress in neurobiology*, 108: 44–79.
- Bion W. (1970). *Attenzione e interpretazione*. Roma: Armando, 1973.
- Braxton, A. (2023). *Darmstädter Ferienkurse 5-19.8*, conversation with George E. Lewis, August 8th, Wilhelm-Petersen-Saal, Akademie für Tonkunst, Darmstadt.
- Calvo, P., Trewavas, A. (2021). Cognition and intelligence of green plants. Information for animal scientists. *Biochemical and biophysical research communications*, 564: 78–85.
- Campo, C. (1987). *Attenzione e poesia, Gli imperdonabili*. Milano:

Adelphi.

Colombi, L. (2022). Attenti ai lupi: fattori di rischio nella clinica psicoanalitica infantile odierna. *Rivista di Psicoanalisi*, 68: 775–794.

Feynman, R.P., Leighton, R.B., Sands, M. (1965). *Quantum Mechanics, The Feynman Lectures on Physics*, vol. 3. Boston: Addison-Wesley Publishing Company Inc.

Fifel, K. (2018). Readiness Potential and Neuronal Determinism: New Insights on Libet Experiment, *Journal of Neuroscience*, 38(4): 784–786.

Freud, S. (1922). Due voci di enciclopedia, *OSF*, vol. 9. Torino: Boringhieri, 1977.

Gazzaley, A., Rosen, L.D. (2017). *Distracted Mind. Cervelli Antichi in un mondo ipertecnologizzato*. Roma: Franco Angeli, 2018.

Gennaro, R.J. (2021). Synesthesia, hallucination, and autism, *Frontiers in bioscience* 26(4): 797–809.

Grossberg, S. (2021). Attention: Multiple types, brain resonances, psychological functions, and conscious states. *Journal of integrative neuroscience*, 20(1): 197–232.

Hemingway, E. (1929). *Addio alle armi*. Milano: Mondadori, 1949.

Jung C.G. (1904-1905). L'associazione verbale negli individui normali, *Opere*, vol. 2/1. Torino: Bollati Boringhieri, 1984.

Jung, C.G. (1912/1952), *Simboli della trasformazione*, *Opere*, vol. 5. Torino: Bollati Boringhieri, 1992.

Jung, C.G. (1921). Definizioni, *Opere*, vol. 6. Torino: Boringhieri, 1969.

Jung, C.G. (1947/1954). Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche, *Opere*, vol. 8. Torino: Bollati Boringhieri 1994.

Khait, I. et al. (2023). Sounds emitted by plants under stress are air-borne and informative. *Cell*, 186(7): 1328–1336.

Leroi-Gourhan, A. (1964). *Le Geste et la Parole*. Paris: Albin Michell.

Libet, B. (2004). *Mind time: the temporal factor in consciousness*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.

- Lispector, C. (1944). *Vicino al cuore selvaggio*. Milano: Adelphi, 1987.
- Matte Blanco, I. (2000). *L'inconscio come insiemi infiniti. Saggio sulla bi-logica*. Torino: Einaudi.
- McCarthy, C. (2022). *Stella Maris*. Torino: Einaudi, 2023.
- Minkowski, E. (1927). Schizoidia e sintonia, *La schizofrenia*. Verona: Bertani, 1980.
- Mithen, S. (2005). *The Singing Neanderthals. The Origins of Music, Language, Mind and Body*. London: Weidenfeld & Nicolson.
- Nietzsche, F. (1881). *Aurora, Opere*, vol. 5/1. Milano: Adelphi, 1964.
- Panksepp, J. (1998). *Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions*. New York: Oxford University Press.
- Petersen, S.E., Posner M.I (2012). The attention system of the human brain: 20 years after. *Annual review of neuroscience*, 35: 73–89.
- Pieri, P.F. (2021). Intorno agli aspetti germinativi dell'esperienza estetica, con specifici riferimenti alla *talking cure*. In forma di dizionario. *Atque. Materiali tra filosofia e psicoterapia*, nuova serie, 28-29: 9–30, Bergamo: Moretti e Vitali.
- Posner M.I et al. (2019). Restoring Attention Networks. *The Yale journal of biology and medicine*, 92(1): 139–143.
- Ricoeur, P. (1983). *Tempo e racconto*, vol. 1. Milano: Jaca Book, 1986.
- S. Wisława (1945-2009). *La gioia di scrivere. Tutte le poesie*. Milano: Adelphi 2009.
- Stern, D. (1977). *The First Relationship: Infant and Mother*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press, 2004.
- Tomasello, M. (2008). *Le origini della comunicazione umana*. Milano: Cortina, 2009.
- Trevi, M., Fedrigo, A. (2008). *Dialogo sull'arte del dialogo*. Milano: Feltrinelli.
- van Leeuwen, T.M. et al. (2021). Perceptual Gains and Losses in Synesthesia and Schizophrenia. *Schizophrenia bulletin*, 47(3): 722–730.

Vezzoli, C. et al. (2007). Methodological evolution and clinical application of C.G. Jung's Word Association Experiment: a follow-up study. *The Journal of Analytical Psychology*, 52(1): 89–108.

Wittgenstein, L. (1953). *Ricerche Filosofiche*. Torino: Einaudi, 2004.

Zuboff, S., Bassotti, P. (2019). *Il capitalismo della sorveglianza. Il futuro dell'umanità nell'era dei nuovi poteri*. Milano: Luiss University Press.

