

JOKE J. HERMSEN

**L'IN-QUIETA
MALINCONIA**

Queriniana

1.

Il cigno minacciato

«La depressione è la malinconia
senza il suo incanto»¹

SUSAN SONTAG

Calmo e nobile si spinge sull'acqua con il movimento alterno delle zampe che si immergono nel fango, il lungo collo bianco levato verso le nuvole. Di tutti gli uccelli soprattutto il cigno ha colpito la nostra immaginazione malinconica. Ci affascina con il suo portamento maestoso e i movimenti eleganti, ma ci incute pure timore quando, sbattendo le grandi ali, si innalza dall'acqua e si libra in volo, le piume bianche nell'aria. Proprio come la malinconia il cigno unisce in sé gli estremi: pesantezza e leggerezza, tranquillità e minaccia, bellezza e paura. La malinconia è stata descritta da Italo Calvino come «la tristezza diventata leggera»² e Victor Hugo la definì «la felicità di essere tristi»³. Al cigno non dovrebbero essere estranee queste

¹ [*Malattia come metafora*, Einaudi, Torino 1979, 42].

² [*Lezioni americane. Sei proposte per il prossimo millennio*, Garzanti, Milano 1988, 19].

³ [*I lavoratori del mare*, Mondadori, Milano 1995, 420 (parte III - libro I)].

emozioni contrastanti. Secondo un'antica credenza, infatti, andò incontro alla morte cantando nostalgicamente. Perciò l'ultimo lavoro composto da un poeta o da un compositore prima della sua dipartita è chiamato anche "canto del cigno".

Le origini della leggenda risalgono all'antichità classica. Così Socrate morente afferma nel *Fedone* di Platone che non è per tristezza che i cigni cantino tanto meravigliosamente nell'ora della morte, ma perché presto essi saranno con il loro dio Apollo⁴. Oltre alla mitologia greca, come compagno di Afrodite o come figura di Zeus e Cygnus, il cigno gioca anche un ruolo nelle leggende finlandesi, irlandesi e norvegesi. Esso è soprattutto l'immagine della saggezza, della bellezza e della malinconia. Ce ne sono le tracce nella musica, nella letteratura e nelle arti figurative. In molte opere, da *Il carnevale degli animali* di Camille Saint-Saëns⁵ a *Il cigno* di Baudelaire⁶ fino alla poesia *Cigni a Vincennes* di Stefan Hertmans, il palmipede bianco è simbolo della nostra malinconia.

Uno dei dipinti olandesi più famosi raffiguranti il cigno è la tela di Jan Asselijn, *Il cigno minacciato* (1650). In questo quadro sono assenti la calma serena o il canto malinconico del cigno. L'uccello si alza furioso dal suo nido, spinge in avanti la testa soffiando aggressivamente e spalanca le ali verso il suo aggressore, un cane nero sulla sponda oppo-

⁴ [PLATONE, *Tutti gli scritti*, Bompiani - RCS, Milano 2000, 94 (84e-85a)].

⁵ [Fabbri, Milano 2004].

⁶ [*I fiori del male*, Garzanti, Milano 1975, 155s. (sezione II - *Quadri parigini*; poesia LXXXIX)].

sta. È una delle ultime opere di Asselijn, contemporaneo di Rembrandt e una delle più famose rappresentazioni allegoriche dei pericoli che minacciarono l'Olanda nel XVII secolo.

L'immagine del cigno furioso di Jan Asselijn sembra raffigurare lo spirito del tempo attuale. Molti oggi come il cigno si sentono minacciati nella loro esistenza e reagiscono con rabbia se altri non condividono le loro opinioni o mettono in discussione o non rispettano la loro casa, il loro paese o le loro tradizioni. Il dipinto mostra come la malinconia può trasformarsi in paura e aggressività, se i tempi si fanno duri e ci si sente esposti a pericoli, reali o immaginari.

Ciò che ci minaccia, secondo un numero crescente di politici europei, si nasconde sotto diversi nomi, tra cui quelli di "immigrato illegale", "musulmano", "rifugiato" o "gente in cerca di fortuna". Alcuni anni fa il filosofo italiano Giorgio Agamben ha riassunto tali denominazioni nel concetto di *homō sacer*. In epoca romana l'*homō sacer* era l'emarginato o il reietto fuorilegge bandito dalla comunità della *pólis*, senza diritti e condannato a vivere nell'illegalità. Anche oggi, secondo Agamben, continuiamo a mettere al bando individui o a espellerli dalla società. I richiedenti asilo respinti li respediamo oltre frontiera oppure li costringiamo all'illegalità; i rifugiati li blocchiamo ai confini d'Europa o li rinchiudiamo nelle tendopoli dei campi profughi. Il cane che minaccia l'Olanda in questi giorni assomiglia sempre più all'*homō sacer* di Agamben. Sembra che coloro che vengono banditi dalla società siano colpevoli di problemi con cui non hanno nulla a che fare e divengono uno strumento per esorcizzare la paura – non solo per i

mutamenti climatici, per una nuova crisi finanziaria, per attacchi terroristici e attentati, ma anche per la perdita della propria identità e delle proprie tradizioni.

I sentimenti di paura e di minaccia sono propri di ogni epoca storica, ma negli ultimi anni sembrano svilupparsi in un «nuovo disagio della cultura», come scrive Bas Heijne nel saggio *Onbehagen* – Disagio (2016). È uno stato d'animo abilmente sfruttato dai partiti populistici, che alimentano così ulteriormente la diffusione della paura. La società stessa ora sembra permeata da una profonda malinconia, che risulta anche dall'alto numero di persone che soffrono di depressione. Per quanto siano diverse le forme in cui la malinconia si è manifestata nel corso dei secoli – dall'*acedia* nel Medioevo, al *Weltschmerz* e allo *spleen* nel XIX secolo, alla depressione del nostro tempo – è sempre alimentata da sentimenti di paura, deprivazione o perdita. Il malinconico rimpiange il passato, sperimenta una totale insensatezza dell'esistenza e viene tormentato dal timore dell'indeterminato e da sentimenti d'impotenza e insicurezza. La malinconia può manifestarsi in ricordi coscienti di ciò che è stato o in un desiderio inconscio di ciò che non è mai esistito. C'è qualcosa che manca, ma questo qualcosa non si riesce a esprimerlo con precisione. È proprio questa mancanza che può alimentare anche il desiderio di cercare ciò che è andato perduto; in questo caso la malinconia agisce come stimolo della creatività.

Tuttavia, la consapevolezza o il sospetto della perdita possono anche evocare un nostalgico desiderio per il passato, pur se ci rendiamo conto che una volta non tutto era meglio. La nostalgia si fa ancora più forte se smettiamo di

credere nel progresso, prendendo così a diffidare del presente e a temere per il futuro. Attingiamo poca speranza da studi che dimostrano che ci sono meno povertà, fame e analfabetismo nel mondo, e soprattutto supponiamo che tutto stia peggiorando. Non sappiamo davvero dove stiamo andando o da che parte dovremmo andare e quindi rimpiangiamo un tempo che ci era ancora familiare. Non per niente Trump ha vinto le elezioni grazie alla nostalgia politica evocata da uno *slogan* come *Make America great again* – Rendi di nuovo grande l’America. “Vogliamo indietro il nostro paese” è la variante europea di questo pensiero; “l’Olanda di nuovo nostra” è lo *slogan* della campagna del Partito per la libertà (PVV).

La parola “nostalgia” deriva dal greco *nóstos*, che significa “ritorno”, e *álgos*, che può essere tradotto con “dolore”, “tristezza” e “sofferenza”. Abbiamo nostalgia del passato e ne soffriamo. Dal futuro, sembra che andiamo incontro solo a perdite e questo ci rende irrequieti, spaventati e insicuri. Per questo pare che la malinconia, componente essenziale della condizione umana in tutte le epoche e culture, stia perdendo l’equilibrio. Il suo carattere ambivalente – tristezza unita a consolazione o speranza, dolore congiunto a bellezza o gioia – si perde sempre di più. Cerchiamo ancora l’esperienza di una musica che ci riempia l’animo di malinconia, di un film che in mezzo alle tenebre ci faccia scorgere un filo di luce, ma siamo più riluttanti a trasformare immagini e suoni malinconici in creatività o nella speranza del nuovo.

La malinconia è uno stato d’animo che ci unisce gli uni agli altri oltre i confini temporali e nazionali; non c’è quasi

mai stato un periodo o una cultura in cui essa fosse assente. Negli ultimi anni sono apparsi diversi studi in cui vengono esplorate sia le somiglianze che le differenze tra la nozione classica di malinconia e la moderna depressione.

Il nostro modo di vedere la malinconia è ripetutamente cambiato nel corso della storia. Non solo la forma che questa adotta, ma anche la sua diagnosi e la cura dipendono dalle condizioni sociopolitiche e dalle modalità con cui ci occupiamo di malattia e salute. Nel XX secolo abbiamo dato al complesso malinconico di stati d'animo, sentimenti e umori un po' unilateralmente il nome di "depressione", perdendo così di vista l'ambivalenza della malinconia e medicalizzandola fortemente.

In tutto il mondo circa quattrocento milioni di persone soffrono di questo disturbo d'ansia e dell'umore, che è trattato con una quantità ugualmente abbondante di antidepressivi. Sebbene l'efficacia di questi farmaci nelle forme più lievi di depressione sia ancora incerta, il loro utilizzo è aumentato di quattro volte negli ultimi venticinque anni. Solo in Olanda sono stati prescritti nel 2014 a oltre un milione di persone [su una popolazione di un totale di sette milioni di abitanti]. L'industria farmaceutica ne trae vantaggio, ma la percentuale di "guarigioni" secondo Lisa Appignanesi è aumentata di poco negli ultimi cento anni. Secondo lo psichiatra Witte Hoogendijk, che ha studiato la depressione per trent'anni, «gli antidepressivi non hanno alcun effetto nelle depressioni lievi o moderate». Intervistato dal quotidiano *NRC Handelsblad* (11 febbraio 2017) ha detto che «l'industria farmaceutica ha investito forti somme in pubblicità e attività per influenzare i medici»,

per cui ora si prescrivono pillole più facilmente. E anche se i risultati sono deludenti, l'industria non si fa sentire. «Risultato: la popolazione assuefatta alle pillole, mentre le ditte farmaceutiche non prendono più nessuna iniziativa».

In molti paesi la depressione è la principale causa di malattie psichiche, isolamento sociale e inabilità al lavoro, ma a parere di molti siamo ormai arrivati ai limiti della medicalizzazione con farmaci. Nel *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali - DSM-5*, ovvero l'edizione dell'American Psychiatric Association del 2012, la depressione è descritta come «sentimenti di scoraggiamento, infelicità e/o mancanza di speranza». Questa definizione generica ha anche contribuito alla prescrizione di una quantità maggiore di pillole. Autori come Dehue e Johannisson ascrivono l'aumento dell'uso di antidepressivi non solo al potere dell'industria farmaceutica, ma anche all'influenza del pensiero economico neoliberista che ha portato a una cultura della prestazione ad oltranza e al “divieto alla cautela”, come dice Dehue; competizione e rapidità sono più apprezzate di calma e riflessione.

La forma attuale della malinconia va considerata a partire da un più ampio contesto storico-culturale, se non vogliamo assistere impotenti a sempre più persone che ne cadono vittima. Oltre alla riflessione storico-sociale, è necessaria secondo me anche una riflessione filosofica sulla malinconia classica e la depressione moderna. La malinconia può sfociare o in un senso malinconico di transitorietà che può promuovere la nostra creatività e solidarietà, oppure nella variante patologica della depressione in cui l'abbattimento, la paura e l'impotenza diventano predominanti. Da quando

l'umanità esiste, abbiamo dovuto imparare ad affrontare la perdita, la delusione e le sconfitte, ma ultimamente sembra proprio che siamo meno in grado di farlo.

In questo saggio voglio chiedermi perché questo avvenga e quali sono le cause e le conseguenze politiche e culturali. Qualcosa si è gradualmente perduto, una certa coerenza, uno scopo o direzione, e questo senso di smarrimento è diventato così forte che siamo arrivati a identificarci con esso. Non solo abbiamo perso qualcosa, ma in un certo modo sembriamo anche diventare estranei a noi stessi. Non sappiamo più chi siamo e ci aggrappiamo sempre di più a ciò che il filosofo britannico-ghanese Kwame Appiah chiama «etichette identitarie»: caratteristiche come fede, classe ed etnia che escludono altre “etichette” e dividono il mondo in gruppi che si perseguitano o combattono a vicenda.

Tuttavia, sin dall'antichità, anche la malinconia è legata alla creatività e alla genialità stessa, purché sia tenuta a freno dalla speranza, dalla gioia di vivere, dal vigore e dal senso della realtà. Solo allora può davvero stimolare gli esseri umani nella loro unica capacità di creare il nuovo. Inoltre la malinconia può dare impulso alla riflessione critica e all'azione etica. Un esempio recente è il film *Melancholia* (2011) di Lars von Trier, in cui la Terra è minacciata e distrutta da un pianeta che assomiglia in modo sospetto a Saturno – nell'astrologia il pianeta che causa malinconia. La depressione minaccia di distruggerci, sembra il messaggio del film. Il regista, che durante le riprese soffriva di una grave depressione, ha detto che con il film ha solo gettato uno sguardo «nel profondo abisso del romanticismo tedesco».

Il filosofo Slavoj Žižek, noto per le sue opinioni non conformiste, considera invece le cose in modo completamente diverso e pensa che il film ci aiuti ad approfondire la nostra consapevolezza etica, perché il protagonista accetta la morte, invece di reprimerla o fraintenderla. Sebbene questa interpretazione non convinca tutti, Žižek allude qui a un'importante distinzione fatta da Freud nel suo saggio, scritto cento anni fa, *Lutto e malinconia* (pubblicato nel 1917)⁷: la differenza tra chi piange per una perdita concreta, imparando ad accettarla durante l'elaborazione del lutto, e chi, morbosamente malinconico, piange per una perdita astratta, trasformandola in una questione personale e così facendo rendendosi estraneo a sé stesso.

Molto prima di Freud, Platone nel *Fedro* (370-360 a.C.) già distingue tra una forma "malata" e una "privilegiata" di malinconia. In questo saggio vorrei esaminare fino a che punto questa distinzione, che come vedremo è stata usata da molti filosofi e medici dopo Platone, possa ancora aiutarci a comprendere meglio la società malinconica di cui a quanto pare facciamo parte. A tal fine, distingo, come Platone, tra la malinconia patologica che è in parte alimentata dal tempo turbolento che viviamo, e la sana malinconia che invece può portare alla riflessione, alla compassione e alla creatività. Nessuno perde senza dolore persone care, i risultati raggiunti nella vita o i propri ideali, ma la domanda è quando e perché una forma di malinconia in determinate circostanze sociopolitiche arriva a prevalere

⁷ [SIGMUND FREUD, *Opere (1915-1917)* 8, Boringhieri, Torino 1976, 102-118 (*Metapsicologia* 1915)].

sull'altra – così come, a quel che sembra, sta succedendo ai giorni nostri.

In breve, quando le persone hanno ancora abbastanza coraggio, forza e speranza per superare l'inevitabile perdita e cercare un nuovo modo di relazionarsi ad essa? La malinconia è uno stato d'animo o un umore che unisce gli esseri umani in tutto il mondo, ma si può anche trasformare in una paura che ci divide e ci allontana. Cosa è necessario perché la malinconia, da cui tutti noi come esseri umani siamo afflitti, non si trasformi in depressione? Calma, riflessione e attenzione ovviamente, eliminando così il "divieto di ponderare le cose", ma anche unità sociale, amore, arte e comuni orizzonti politico-culturali sono necessari per mantenere "sana" la nostra malinconia. Solo allora riusciamo ad accettare le perdite e i cambiamenti che affrontiamo nel corso della nostra vita per trasformarli in un nuovo inizio – cosa che secondo Hannah Arendt è «la suprema capacità dell'uomo»⁸, come vedremo più avanti. Se non ci riusciamo, allora l'inquietudine, l'incertezza e la paura spingeranno la nostra malinconia verso il lato oscuro della perdita. La questione è se in questo caso sia ancora possibile renderla produttiva, se essa sia in grado di stimolare la creatività e dare speranza. O se invece non si trasformi in indignazione e amarezza, facendo sì che noi, come il cigno di Asselijn, reagiamo soffiando rabbiosi contro tutti quelli che si avvicinano e minacciano il nostro nido.

⁸ [*Le origini del totalitarismo*, Einaudi, Torino 2009, 656 (parte III, cap. XIII)].