

Prealpina, giornale della provincia di Varese, 2 Luglio 2006

INTERVISTA CON RICHARD WOLF NATHAN SULLA DEPRESSIONE E L'ANSIA

A cura di Troise Tiziana

“Il semplice amore umano costituisce un problema così spinoso per l'uomo che egli preferisce fuggire dinanzi ad esso e ritirarsi in un cantuccio piuttosto che azzardarsi a toccarlo con la punta delle dita” scrive Jung nel 1910.

Il tema della depressione è stato affrontato all'Euratom di Ispra dallo psicologo e storico culturale americano Richard Wolf Nathan. Da ventotto anni abita in una splendida villa antica incastonata nella Valcuvia. Una scelta di vita coraggiosa la sua, alla ricerca di una zona rurale tranquilla, riparata dallo stress del mondo circostante.

Quali sono le cause che stanno dietro a tutta questa ansia e depressione?

La depressione fisiologica (non patologica) è per l'individuo una spontanea strategia di difesa nei confronti di livelli di ansia intollerabile. Nasce dalla ricerca di stabilità interna. Una ricerca individuale analoga a quella condotta storicamente dall'inconscio collettivo.

Dove e come la stabilità interna si è sgretolata nel passato della nostra storia culturale collettiva?

Esiste un inconscio collettivo (antichi miti e storie del mondo occidentale) tuttora vivi nel profondo di ogni individuo nel quale l'organismo riconosce ancora nel presente il proprio stato d'animo. Un processo durato cinquemila anni che continua oggi in ogni individuo e che da una originaria compattezza si muove verso una frammentazione. Questa ricerca di stabilità a livello individuale è quella condotta storicamente dall'inconscio collettivo.

Cosa succede a livello individuale?

Le sofferenze umane che chiamiamo ansia e depressione vengono spiegate come prova dell'organismo di recuperare il senso di un corpo in una cultura dove psiche (la mente) diventa dominante e la testa diventa l'unico luogo della nostra percezione di sé.

Il problema di fondo sarebbe nella scissione psiche corpo?

Isolare la testa dal resto del corpo esclude un vero senso interno dell'organismo. Il più grande “pensatore” di tutti i tempi Albert Einstein sosteneva che quello che noi chiamiamo pensare è in un certo senso una continua fuga dalla meraviglia. La percezione del mondo deve partire dalla totalità dell'organismo. Va insomma rafforzata la “parte in ombra” il corpo che è stato soppiantato dalla psiche.

Allora la depressione fisiologica è una strategia di difesa dell'organismo?

Sì. Va vista in un'ottica positiva: una strada indietro nel tempo cercando un ritorno al corpo e ai sensi. Quando si è depressi si piange, ci si culla, ci si sdraia, manifestazioni che rimettono in gioco il corpo che in fondo è la fonte di ogni guarigione.