

---

## TEMPO, MEMORIA, EMPATIA<sup>1</sup>

*Amedeo Ruberto*

---

1. Devo innanzitutto scusarmi per la grandiosità del titolo: è uno di quegli slanci entusiastici di cui poi rapidamente ci si pente, ma – sempre – dopo che la frittata è fatta. Si tratta di argomenti sui quali si dibatte con ben maggiore competenza e autorevolezza da secoli e non si possono contenere in una breve comunicazione. E, a ben vedere, non sarei capace di sostenerne il peso neanche se avessi a disposizione non venti minuti, ma venti ore o venti giorni... Ed è solo molto lievemente consolatorio pensare che tutto sommato, rimanendo in venti minuti che corrispondono grosso modo a cinque cartelle da leggere non troppo in fretta, potrei cavarmela con una pagina virgola sei periodico.

Però, a forza di scusarmi, mi rendo conto che sono in qualche modo già entrato nell'argomento più scottante: il tempo. Non solo, si sono spontaneamente abbozzate anche alcune "durate", i secoli e i venti minuti, e addirittura un tentativo di misurazione nel rapporto tra minuti e numero cartelle da dedicare equamente: 1,6 cartelle corrispondono a 6,6 minuti per argomento. Rimarrebbe da coordinare la velocità di lettura (altro argomento che ha a che fare col tempo) sullo standard previsto.

D'altronde so già di essere destinato al fallimento, per via dell'età che rende sempre più precarie queste prestazioni, ma anche perché, a questo punto, l'ossessività che ha sostenuto queste osservazioni comincia a cedere, e qualcosa, forse, di più sano si ribella all'idea di allenarmi a fare in modo di sottoporre il ritmo di lettura spontaneo a quello più convenzionalmente stabilito.

2. Ma allora, se posso oppormi al tempo convenzionale, esiste anche un altro tempo soggettivo, un *tempo psicologico*. E come si misura il tempo psicologico? E i due tempi, quello dell'ossessività e quello della spontaneità, del "come mi viene", sono omogenei tra loro? Esistono altre situazioni intermedie con loro specifiche temporalità "ossessivamente spontanee" o "spontaneamente ossessive" come testimonianza questo continuare a ruminare su domande senza risposta? E infine, quanti eterogenei fattori concorrono a definire il mio vissuto del tempo, in quest'estate, oggi, in questi venti minuti (circa) di lettura o anche soltanto in questo preciso istante?

3. Siamo tutti immancabilmente portati a pensare che esista una durata ed esistano degli istanti che la compongono, o per lo meno siamo tutti portati a comportarci come se quest'affermazione fosse vera. Però qui la verità si scolla dalla logica e ci lascia perplessi.

Ricordate la celebre affermazione di Agostino quando sosteneva di sapere che esiste il tempo ma di non sapere cosa sia? Il ragionamento da cui Agostino aveva tratto quest'impossibilità è semplice e terribile: distinguiamo nel tempo: un passato, un presente e un futuro. Il primo non c'è più, il terzo non c'è ancora, il secondo, compreso tra due nulla, non può essere definito da qualcosa che non c'è. Se non possiamo razionalmente stabilire l'esistenza di qualcosa che non c'è non possiamo neanche dedurre l'esistenza di qualcosa dalla sua astrazione e dobbiamo per forza ripartire dall'esperienza<sup>2</sup>

4. E allora? Potremmo anche chiudere qui la nostra comunicazione se non subentrassero: prima un convincimento, poi un dubbio e quindi un'ipotesi.

Il convincimento è che nella sostanza Agostino avesse in un certo senso ragione: nessuno di noi ha mai "visto", "sentito" o "toccato" il tempo<sup>3</sup>.

Il dubbio è che, in realtà, quando parliamo di quest'astrazione che è il tempo altro non facciamo che riempirla di esperienze d'altro genere.

L'ipotesi è che, per la precisione, queste esperienze siano, non casualmente (considerato il titolo di questa comunicazione), esperienze di memoria.

5. Devo ora aggiungere una notazione che mi pare fondamentale per meglio articolare il discorso successivo, e che forse ci farà comunque guadagnare un po' di tempo; un trucco insomma, ma a fin di bene.

La notazione è di Einstein e la riduco alla semplicità del profano che sono. Osservava più o meno Einstein: "noi dobbiamo considerare che tutti i nostri giudizi nei quali il tempo ha un ruolo, sono sempre giudizi circa *avvenimenti contemporanei*. Se io per esempio dico "quel treno giunge qui alle ore sette" ciò equivale a dire "La segnalazione della piccola sfera del mio orologio e l'arrivo del treno sono avvenimenti contemporanei".

Insomma, ciò che darebbe un fondamento oggettivo al tempo e ne permetterebbe la misurazione consiste in una *relazione di contemporaneità* o di simultaneità: posso dire che ore sono nella misura in cui il mio e il vostro orologio sono in una relazione di tale tipo.

Questa, naturalmente, non è una dimostrazione dell'esistenza del tempo, ma la fondazione razionale di una misura *convenzionale* di alcuni fenomeni secondo un criterio che può essere standardizzato (ad esempio in secondi e multipli o frazioni) che chiamiamo "tempo".

Da questo punto di vista il "tempo" non sarebbe concettualmente differente dai chili o dai metri cubi, ma è anche vero che lo scenario di una relazione di contemporaneità è infinitamente più vicino a un'esperienza psicologica originaria non pre-giudicata concettualmente di quanto non lo sia la sua misurazione<sup>4</sup>.

6. C'è però un'idea molto importante per lo psicologo (almeno credo) e cioè che la definizione *minima* di un fenomeno temporale dipende dall'accadimento di due o più eventi posti in una relazione di contemporaneità, ai quali deve aggiungersi un osservatore che ne registri l'effettiva coincidenza.

Nell'evoluzione della specie umana, per la verità, l'osservatore – come metafora di una coscienza consapevole di se stessa e dotata di strumenti di misurazione – emerge solo dopo un certo travaglio, sia da un punto di vista filogenetico che da quello ontogenetico. Ma per non cadere in dispute alla Berkeley, del tipo: esistono fenomeni temporali senza che ci sia nessuno a osservarli? lascio qui il dubbio e vado oltre: verso la memoria.

7. Come si diceva poco fa, i fenomeni temporali per eccellenza, dal punto di vista psicologico, sono categorizzati sotto la voce "memoria". Naturalmente, esistono tante "memorie", e qualcuno ha assimilato l'organismo vivente a un "orologio biologico". Le diverse memorie hanno propri compiti e funzioni e anche distribuzioni anatomiche distinte tanto che possono improvvisamente venire a mancare indipendentemente l'una dall'altra. Alcune di esse sono, per così dire, idiosincrasiche, legate alla specie, come la frequenza cardiaca e il sistema omeostatico che ne misura le variazioni e ne controlla gli eccessi. Altre sono più "aperte" all'ambiente e capaci di imparare dall'esperienza: correre, saltare, arrotolare gli spaghetti eccetera. Queste sono più importanti da un punto di vista psicologico.

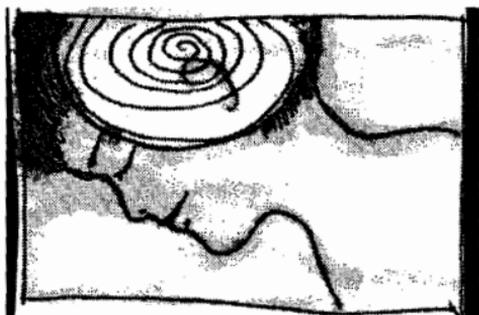
8. Ora, quando imparammo ad arrotolare gli spaghetti – abilità che ora svolgiamo automaticamente e senza particolari fatiche, salvo patologie di qualche genere – non facevamo calcoli tra lunghezza dello spaghetti, velocità di arrotolamento, inclinazione del braccio, sequenza nel movimento delle dita eccetera. Semplicemente cercavamo una sorta di *sincronia* tra le innumerevoli componenti senso-motorie (compresi, ad esempio, il gusto e la masticazione) coinvolte nella *durata* del pasto.

Sembrerà forse strano, ma la nostra memoria si costruisce non su un concetto astratto di tempo ma "come se" ponesse le fondamenta di quest'astrazione. I fatti di memoria si generano per l'appunto attraverso la correlazione di simultaneità di eventi, proprio come Einstein sosteneva.

9. All'inizio della nostra vita, come studiò magistralmente Piaget, quasi tutta la nostra infanzia è impegnata a fare correlazioni di simultaneità e a costruire le memorie che ancora ci consentono quasi tutto quello che facciamo. Le prime memorie sono per così dire locali e particolaristiche nel senso che valgono soltanto per gruppi definiti di eventi – in sostanza, dobbiamo ripetere più volte certe singole esperienze di modo che i circuiti somatici (non solo cerebrali) che correlano gli eventi sincronici possano consolidarsi<sup>5</sup>. Successivamente riusciremo a correlare gruppi di gruppi di eventi stabilendo correlazioni sincroniche di secondo livello e iniziando così a sperimentare un al-

tro fenomeno, quello dell'attesa, che consiste in un sentimento di continuità dell'esperienza che perdura fino a che la memoria – che in questo caso è anche previsione – non si completi, magari con successo. Ad esempio, lanciamo un sasso per aria e attendiamo di vederlo ricadere sulla terra<sup>6</sup>.

Per la precisione, non vi è previsione ma semplicemente attesa di una ripetizione di qualcosa di già memorizzato e per la stessa ragione – come tante volte ci è capitato di osservare – certe attese di una catastrofe imminente non sono propriamente attese di una novità quanto piuttosto attese di una ripetizione di un qualcosa già accaduto.



10. Forse solo successivamente, costruendo un ulteriore livello di correlazioni, una cosa che suonerebbe all'incirca come: gruppi di gruppi di gruppi di eventi correlati secondo una relazione di contemporaneità, emerge la nozione astratta di relazione temporale tra eventi e *coincidentalmente* prende consistenza quella struttura osservante che sarà poi capace di misurare questa relazione e che generalmente chiamiamo "Io"<sup>7</sup>.

È in questa fase che propriamente siamo in grado di concepire costrutti concettuali di carattere ipotetico circa possibili sviluppi futuri e calcolare "tra quanto tempo", ad esempio, verrà a piovere.

Tuttavia, ed è quanto vorrei sottolineare prima di passare ad altre argomentazioni, la percezione di un cielo plumbeo o del vento o dell'odore di pioggia o di tante altre circostanze simili in cui ci siamo trovati, ma anche l'idea "pioverà tra pochi minuti" stanno tutte *contemporaneamente* assieme nella nostra coscienza.

11. Non vorrei però dare l'impressione di voler suggerire che il tutto si risolva in un percorso puramente intellettuale e regolato da una logica trascendente che procede unilateralmente verso sempre maggiori astrazioni. È assolutamente necessario ricordare – brevemente, perché so che il nesso è già ben presente alla vostra attenzione – che tutto ciò sarebbe una ricostruzione del tutto parziale e insufficiente se non tenessimo almeno conto di un altro fattore che "accade assieme" alla memoria, e che è l'emotività.

La domanda è: che funzione svolge l'emotività in tutta questa storia? Avrebbe potuto essa svolgersi senza sentimenti? Risponderei, per farla breve, con qualche domanda retorica: chi avrebbe imparato ad arrotolare gli spaghetti se non avesse provato un qualche tipo di piacere nel farlo? Chi avrebbe mai giocato se non l'avesse trovato divertente? Più impertinente potrebbe essere la domanda, che formulo in modo tale da metterci rapidamente sul percorso che vorrei seguire: esistono analogie tra sentimenti e temporalità?

12. Al di là di una gloriosa tradizione fenomenologica<sup>8</sup> di cui tengo conto fin dall'inizio anche se soltanto implicitamente, ne vorrei sottolineare alcune che ci porteranno a concludere sul tema dell'empatia, terzo termine di questa comunicazione.

Vi siete accorti di quante poche parole abbiamo per descrivere i sentimenti? E non è solo un problema di noi italiani ma di ogni popolazione esistente ed esistita.

E vi siete poi accorti di quanto siano vaghe e incomplete le parole di cui disponiamo: piacere, dolore, irritazione, entusiasmo, eccetera. Sono tutte parole che non dicono praticamente nulla se non sono accompagnate dal racconto della particolare situazione cui si riferiscono. Per certi aspetti sono anche inutili: se racconto di un libro che mi ha entusiasmato sarà il *modo* in cui ne parlo a connotare con maggiore precisione quale sentimento mi ha suscitato. Tant'è vero che se

l'altro interloquisce chiedendomi se mi sono "divertito" un po' mi crea confusione, e un po' mi indispettisce perché interrompe il mio slancio ponendomi un problema di definizione lessicale che forse, al momento, per un verso non mi interessa e per l'altro so impossibile (perché non esiste una parola specifica che dica che tipo di piacere si prova a leggere quel particolare libro).

Insomma, non è precisamente empatico chiedere a qualcuno quale sentimento "esattamente" stia provando.

13. Ma torniamo al tempo e ai sentimenti. Anche per il tempo, come si notava prima, abbiamo poche parole: in pratica una sola e una serie di sottocategorie convenzionali di misurazione. Perché?

Perché il tempo non ha un corrispettivo immediato nell'ambito della senso-percezione ma si pone *originariamente* come relazione tra un insieme di eventi senso-percepiti, relazione senza la quale essi non si costituirebbero come memoria.

Ma una memoria abbisogna per costituirsi non solo di una relazione astratta – che originariamente non siamo neanche capaci di concepire – ma, ancor di più, di un legame emotivo che trasformi singoli eventi separati in circoscritte unità suscettibili di essere ripetutamente sperimentate non solo come accadere simultaneo ma anche come *accadere simultaneo caratterizzato da uno stesso valore emotivo*.

Ma anche il legame emotivo, come il tempo, non ha di per sé una rappresentazione diretta nella senso-percezione, prova ne sia la scarsa proiezione nel linguaggio. E allora?

Arrivo all'ipotesi e alla proposta di riflessione: quello che ora chiamiamo "tempo" e quello che chiamiamo "emozioni" sono *all'inizio* la stessa cosa: una relazione temporo-emotiva che stringe nel modo della contemporaneità e dell'unità di senso un'insieme di eventi che si costituisce come memoria<sup>9</sup>.

Insomma il nostro entusiasmo, il racconto della lettura del libro, il libro e tutto il resto accadono innanzitutto come una sola cosa in uno stesso tempo connotati da uno stesso valore emotivo.

Se quindi l'altro mi "sveglia" bruscamente facendomi capire che non capisce o, meglio, che non condivide il sentimento che esprimo nel mio racconto sarò costretto a cambiare ritmo, orientamento emotivo e anche ricordi.

14. Veniamo infine all'empatia. Si tratta di un termine che subisce un forte scarto di significato tra le riflessioni più profonde e articolate come ad esempio in E. Stein e l'utilizzazione quotidiana.

Considerata però la scelta di basso profilo per questa comunicazione, vorrei soltanto limitarmi a dire cosa non credo che si possa intendere con empatia.

Empatia non è, ad esempio, vedere una persona chiaramente confusa e disorientata e consigliargli quale autobus prendere per tornare a casa. Quello è semplicemente un consiglio pratico di difficile, se non impossibile, realizzazione.

Empatia non è identificazione, né totale né parziale poiché questi fenomeni sono inconsci.

Infine l'empatia non è simbiosi, poiché non vi è in essa alcun tipo di *necessario* completamento reciproco attraverso parti o funzioni dell'altro. Tuttavia, se non siamo obbligati a essere empatici è pur vero che quest'esperienza non è riproducibile a volontà e talora non ci riesce di ritrovarla malgrado gli sforzi più onesti.

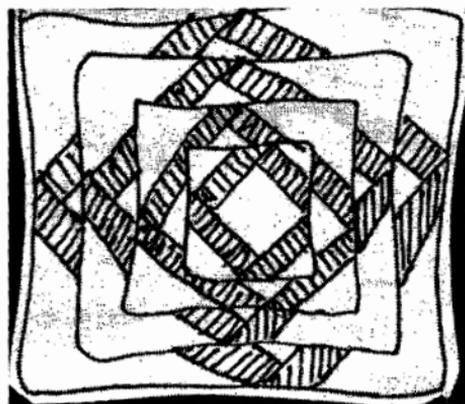
15. Cosa rimane? Rimane la *condivisione*, oppure, se mi si passa il termine senza prenderlo per un puro gioco di parole, la *contemplazione* di quello che siamo venuti dicendo finora: tempo, memoria, ed emozioni.

Perché ci sia empatia deve esserci simultaneità, sincronia, di eventi condivisi, e deve esserci una memoria comune, la memoria del presente – la cosiddetta “memoria di lavoro” – che dagli eventi simultanei si costituisce<sup>10</sup>, deve esserci un sentimento condiviso che conferisce ai fatti di memoria un comune senso del loro accadere<sup>11</sup>.

Ma servono anche osservatori attenti e vigili che riconoscano la spontaneità dell'espressione empatica senza sottrarsi alla consapevolezza e alla responsabilità di aver concorso attivamente alla sua costruzione. Ma di quale responsabilità stiamo parlando? Precisamente della responsabilità legata per un verso all'osservazione e alla protezione dello spontaneo combinarsi di nuove e imprevedibili configurazioni derivanti dall'imprevedibile intrecciarsi di nuove (nel senso di mai vissute prima) simultaneità, e per altro verso dalla loro traduzione concettuale nel pieno rispetto della coerenza storicamente determinata della propria e dell'altrui esistenza.

16. Così, per concludere, siamo portati a riprendere la definizione kantiana del tempo come "forma interna dell'esperienza" intendendo con ciò una trama di relazioni che tiene assieme ogni dettaglio di ogni esperienza conferendole un univoco e singolare colorito emotivo e un unico ed irripetibile orientamento di senso. E ogni volta quest'esperienze si cristallizzano nella nostra memoria come un ulteriore "da cui" costruire o ricostruire un mondo condivisibile. Il fenomeno dell'empatia costruisce l'occasione per una ricostruzione consapevolmente fondata sulla lucida "visione" di come elementi propri e dell'altro, parti della nostra soggettività e di quella dell'altro, si connettano in una naturale, spontanea e imprevedibile unità. Una volta "visto" tutto ciò, rimane la responsabilità della sua rivelazione e con essa della sua storicizzazione.

Ma questo è un altro problema.



## BIBLIOGRAFIA

BION, W. R., *Gli elementi della psicoanalisi* (1963), tr. it. Armando, Roma 1973.

JUNG, C. G., *Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche* (1947-54), tr. it. in "Opere", Boringhieri, Torino, vol. 8.

SOLMS, M., *Neuropsiconalisi*, tr.it. Raffaello Cortina Editore, Milano 2002.

VYGOTSKY, L. S., *Pensiero e linguaggio* (1934), tr. it. Laterza, Roma-Bari 1990.

<sup>1</sup> Quello che segue è uno scritto derivato da una relazione tenuta assieme a Antonella Leonelli, Federica Soccia, Paolo Girardi e Roberto Manciocchi al congresso della Società italiana di psichiatria del 2002. Con loro è stato ridiscusso il testo e si sono apportate delle modifiche e una serie di note cercando una maggiore precisione per riflessioni che abbisognano evidentemente di ulteriori sviluppi.

<sup>2</sup> Diverso sarebbe cercare una conferma a legittime deduzioni per risolvere problemi del tipo: quanto impiegheremo ad arrivare a Firenze alla velocità media di 130 Km orari, dovendo percorrere 270 Km in tutto? Tuttavia, il conseguimento di una corretta conclusione non sarebbe altro che la verifica che lo sviluppo delle implicazioni logico-matematiche dell'astrazione "tempo" consentono calcoli estremamente utili ma non che ciò a cui esse si riferiscono esista e *men che meno* esista nella forma convenzionale con cui lo rappresentano.

<sup>3</sup> Così come nessuno ha mai visto o toccato "il volume".

<sup>4</sup> L'esperienza dell'"accadere assieme"

non è vincolata a parametri temporali né da una necessitante collocazione in una successione di eventi di carattere causale o anche solo probabilistica. In tal senso, anche la sua "durata" o non è definibile (vista dall'interno dell'esperienza) o è arbitrariamente definita (vista dall'esterno). Stiamo parlando di qualcosa che non è mera speculazione: l'esperienza del "non vedere la fine" è piuttosto comune e spesso drammaticamente denunciata in psicopatologia. Ad esempio, la malinconia corrisponde a un vissuto che dall'esterno sappiamo, per definizione, episodico e transitorio, ma che dall'interno è vissuta come, appunto, *senza fine*.

<sup>5</sup> Un bambino molto piccolo non riesce ad astrarre un singolo tratto dell'esperienza per dar vita a un ben determinato concetto: VYGOTSKY (1934) ha sostenuto la teoria secondo la quale il concetto non è elemento della mente che nasce dall'"esperienza immediata". Un bambino in età prescolare può usare la stessa parola di un adulto per indicare un dato oggetto ma quell'oggetto permane carico di associazioni (tutte quelle associazioni che "accadono assieme" nella sua mente): egli dirà "cane" avendo udito la parola dell'adulto, ma il suo pensare non si riferisce all'astrazione ma a tutto il corollario di elementi che si accompagnano all'esperienza di quell'animale. Solo più tardi, con l'osservazione ripetuta della stessa configurazione di eventi comincerà ad astrarre la specificità del termine.

<sup>6</sup> In tal senso, da Hume a Bion, l'osservazione di una "congiunzione costante" di eventi è qualcosa che precede la stessa nozione di tempo (inteso come sequenzialità) e con essa quella di causalità. La causalità, nel pensiero bioniano, è la proiezione sul mondo esterno della ten-

denza tutta umana a fare inferenze causali in base a un'angoscia paranoidea capace di soddisfarsi solo con una spiegazione.

<sup>7</sup> A partire da Locke, l'idea di appropriarsi riflessivamente delle proprie rappresentazioni dotandole di senso è l'evento che darebbe vita alla nascita della consapevolezza della propria soggettività. Anche nell'idea bioniana dello sviluppo della personalità, la soggettività nasce e si sviluppa nel momento in cui comincia a indagare sulle cause degli eventi *dopo* che essi sono stati legati assieme da un nome. A partire dal nome gli eventi vengono "caricati" di significato: "necessariamente" si sviluppano cause iniziali e finali contemporaneamente all'apparato che le ricerca. In questa concezione è presente anche l'idea che esistono "pensieri" che stanno aspettando un pensatore: i dati dell'esperienza "premono" per essere organizzati in qualche modo.

<sup>8</sup> Se, come abbiamo prima osservato, un fenomeno temporale minimo deve prevedere un soggetto osservante, allora un fenomenologo, con molta probabilità, direbbe che un bambino di pochi mesi semplicemente "è" i suoi occhi che guardano e non "ha" consapevolezza dei "suoi" gesti, non può quindi possedere la nozione di tempo così come quella di soggettività.

<sup>9</sup> Come si sa, non esiste un punto nel nostro cervello dove sia allocato un particolare ricordo. Esistono invece complessi circuiti *sincronizzati* nella frequenza di scarica che si attivano *tutti assieme* nella

riproduzione di un ricordo riconnettendo tutte le strutture originariamente sollecitate dalla primitiva esperienza.

<sup>10</sup> In tal senso la concezione della memoria sognante (*dream like memory*) è forse una delle descrizioni che più si avvicinano a quanto siamo andati dicendo: una paradossale condizione di arresto temporale avente lo scopo di uscire fuori dal tempo "storico", dalla "concettualizzazione dell'esperienza" e di concedere la possibilità di re-introdurre degli elementi di "apertura al possibile". Come scriveva JUNG (1947-54): «Nel momento in cui ci si fa un concetto di una cosa, si riesce a cogliere uno degli aspetti della cosa, e così facendo si soccombe regolarmente all'illusione di aver afferrato la totalità (...) quest'illusione favorisce comunque la tranquillità e la pace dell'anima: l'ignoto ha ricevuto un nome, ciò che era remoto è ora prossimo, lo si può anzi toccare con mano». L'empatia costituisce il processo inverso rispetto alla dominazione, ma non consiste propriamente in una caduta nell'ignoto quanto piuttosto in un volontario ritorno nel pre-concettuale.

<sup>11</sup> M. SOLMS (2000, p. 250): «Le trascrizioni simboliche forniscono uno scudo particolarmente potente contro gli stimoli poiché esse organizzano l'illimitata diversità delle cose reali esterne in un lessico circoscritto di categorie. Perciò, tutte le possibili esperienze di un particolare tipo possono essere ricapitolate da una singola parola. Molto concretamente, potremmo affermare perciò che le parole ci proteggono dalle cose».