

STAY HUNGRY, STAY FOOLISH:
PER UNA STORIA NATURALE DELL'ANORESSIA

PIERLUIGI POLITI (*), MARIACRISTINA MIGLIARDI (*)

SUNTO. – Attraverso un'ampia disamina storico-antropologica e clinica, gli Autori rivalutano il ruolo della fame nello sviluppo della nostra specie, come in quello dell'individuo. L'alternanza vuoto/pieno, interno/esterno, il gioco complesso che si instaura tra bisogno, oggetto e desiderio struttura l'infanzia del cucciolo d'uomo, così come l'alternanza tra sguardi attivi e sguardi passivi inaugura e accompagna le turbolenze adolescenziali, dettandone spesso i ritmi. La terza tappa di questo discorso, relativa alla stagione della maturità, mette a fuoco l'incrocio (pericoloso) tra cibo e aria, tra quando respiriamo e quando deglutiamo. Il lavoro si conclude con il tema del digiuno in età senile, che impegna i temi della depressione, dell'involuzione e del distacco.

ABSTRACT. – Thanks to a broad historical-anthropological and clinical examination, the authors re-evaluate the role of hunger in the development of our species, and also in that of the individual. The alternation empty/full, internal/ external, the complex game that is established between need, object and desire, structures the childhood of the human cub. In the same way, the alternation between active and passive gaze inaugurates and accompanies the adolescent turbulence, often dictating the rhythms. The third stage of this speech, relating to the season of maturity, focuses on the (dangerous) intersection between food and air, between when we breathe and when we swallow. The lecture ends with the theme of fasting in old age, which engages the themes of depression, involution and detachment.

Vogliamo iniziare con un ringraziamento non formale all'Istituto Lombardo, che ci ha costretto a riflettere su un tema difficile eppure connaturato alla nostra esistenza, quello del rapporto tra fame e follia; vorremmo ringraziare anche la Pinacoteca di Brera, poiché tutta l'icono-

(*) Dipartimento di Scienze del Sistema Nervoso e del Comportamento, Università di Pavia; Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze, ASST Pavia, Italia. E-mail: pierluigi.politi@unipv.it ; mariacristina_migliardi@asst-pavia.it

grafia che accompagnerà questa chiacchierata sarà a... chilometri zero. Grazie anche al prof. Vittorino Andreoli, che ci ha preceduto, iniziando a dipanare questo paradossale compito di tenere una relazione post-prandiale – ahinoi – sulla fame. Paradossale, perché senza fame non c'è follia, non c'è creatività: come recita quel detto medioevale, ben noto alla tradizione goliardica, che recita: *plenus venter non studet libenter*.

1. INFANZIA: IL PIENO E IL VUOTO

La fame è infatti un costituente storico dell'uomo, come specie e come individuo. La fame è, assai probabilmente, l'ingrediente con cui è stato impastato il fango che ci ha modellato. La prima grande partizione della nostra storia, quella che ha contrapposto cacciatori a raccoglitori, ha visto il cibo, per l'appunto, come discriminante di genere (le donne raccolgono, gli uomini cacciano) ovvero di gruppo: bande o tribù di pre-cacciatori migranti che fronteggiano bande o tribù di pre-contadini stanziali. Parliamo, grosso modo, di un milione di anni fa. La nostra dieta si costituisce da molto lontano, come sapete, e come ci è stato ricordato in mattinata; basti un accenno agli alimenti contenenti glutine, con cui il nostro intestino ha iniziato a fare i conti da non più di diecimila anni.



Fig. 1. Pietro Guido. Polittico, particolare (la Vergine che allatta).

Anche la nostra storia individuale, meglio la nostra preistoria individuale, vede la fame all'inizio di tutto: immaginiamoci neonati, lo siamo stati tutti. Eppure non ci ricordiamo nulla; non abbiamo - dentro di noi - tracce di quel periodo. È verosimile che non ricordiamo nulla perché, allora, non c'era - dentro di noi - alcun pensiero. Perché il pensiero nasce, in qualche modo, con il latte che abbiamo assunto. Non è sufficiente, però, il nutrimento per generare il pensiero. Occorre il ritmo che si costituisce, nel neonato, tra il pieno e il vuoto.

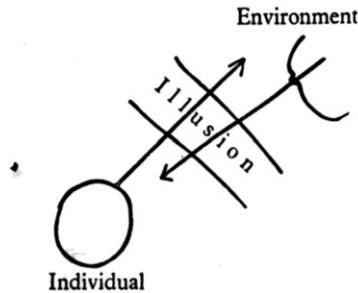


Fig. 2. Donald W. Winnicott. *Theoretical first feed* (vedi sotto).

Donald Woods Winnicott (1896-1971), pediatra britannico, divenuto uno dei più fertili e creativi psicoanalisti del secolo scorso, ha formulato la nozione di *theoretical first feed* [1, p.100], reso in italiano (male) come primo pasto teorico, anche se, come vedete, feed è concetto assai meno strutturato ed autonomo di pasto. Dunque, la scena che dobbiamo evocare è la seguente. Siamo neonati, privi di linguaggio e, verosimilmente, di pensiero. Abbiamo sensazioni senza nome ma una, prevalente e dolorosissima, è quella che oggi chiameremmo fame. Un'emozione sconosciuta perché per quaranta settimane siamo stati nutriti in continuo, senza alternanza sazio/affamato, senza il ciclo di pieno e vuoto. Abbiamo una disperata fame senza nome e siamo così disperati da poter persino allucinare qualcosa che ci sollevi da ciò. Il genitore accorto (nove volte su dieci la madre) ci presta la sua attenzione, il suo pensiero: questo bimbo avrà mal di pancia o fame?; e la sua parola: latte, pappa o qualunque altra.

Winnicott utilizza il termine illusione per questo processo e molti di noi lo rifiutano con sospetto, pensando che non c'è trucco né inganno in queste faccende, laddove una madre reale offre cibo reale per un appetito reale! In realtà, quello che accade – secondo Donald Winnicott – è il primo dipanarsi tra il bisogno vero e proprio, il desiderio e l'oggetto. L'oggetto, e

non solo in questo caso, può soddisfare temporaneamente il bisogno, ma non esaurisce il desiderio. Provate ad immaginare il dramma di un amore adulto e vedrete se Winnicott non abbia, ancora oggi, ragione.

In questa area neonatale, tanto peculiare eppure tanto normale, potrebbe annidarsi qualche remoto indizio dei disturbi alimentari a venire. La confusione di bisogno e desiderio, di soggetto e oggetti nelle persone che ne soffrono, è elevata.

Martina, ad esempio, una paziente adulta, che ha attraversato numerose fasi di anoressia nel corso della sua vita, sogna di imboccare il suo gatto problematico, che fatica ad alimentarsi. Per nutrire questo gatto – che consente a Martina di portare in analisi le angosce della sua padrona, e a cui Martina ha dato lo stesso soprannome del suo analista – la sognatrice deve mettersi in bocca la pappa di Gigio, masticarla, insalivarla, riscaldarla, per poi passarla da bocca a bocca al gattino. Non deve assolutamente deglutire. Accade però che un pezzettino di cibo scivoli giù: Martina si sente maledettamente in colpa per questo.

Credo che questo sogno trasformi bene in immagini emotive quanto sia difficile, per una persona che soffre di disturbi alimentari, fidarsi e affidarsi a qualcuno; Martina deve farsi carico di tutto per entrare in contatto ravvicinato con Gigio: tritare, scaldare, somministrare il cibo, con il sentimento di colpa costantemente in agguato.

2. ADOLESCENZA: (NON) GUARDATEMI

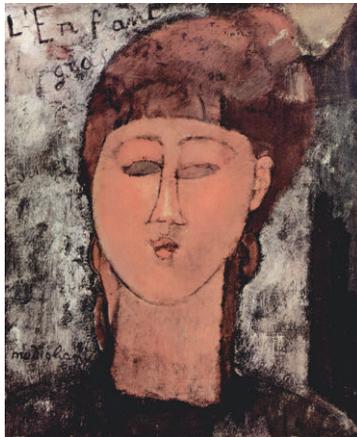


Fig. 3. Amedeo Modigliani. *L'enfant gras*.

Il tempo fugge e noi siamo già alla seconda stagione, bella e tremenda quanto mai: l'adolescenza. In adolescenza sperimentiamo quanto sia difficile (impossibile?) mantenere il controllo su noi stessi. Il nostro corpo si allunga, si inspessisce, si deforma, gli ormoni turbinano, la sessualità preme, il nostro sguardo si accende e, in mezzo a tutto ciò, è invece lo sguardo altrui a turbarci profondamente: non sappiamo cosa diavolo gli altri riescano a vedere di noi; forse proprio ciò di cui ci vergogniamo maggiormente.

Dobbiamo alla paziente di uno di noi, Beatrice, la scoperta di quanto rigoglioso sia il web al riguardo: centinaia di blog che promuovono l'anoressia (pro/ana) o la bulimia (pro/mia) pullulano, gestiti da ragazzine, per lo più giovanissime. Si aiutano (forse), si invidiano (probabilmente), inquiete, mai ferme, pubblicando ogni genere di immagine, competono (sicuramente), alla ricerca di un potere solitario e terribile sul resto del mondo, composto dalla massa di individui flaccidi e pigri che si sovra-alimentano. Lo sguardo, l'occhio che vede questi corpi è altrettanto importante del corpo che viene visto. Lo sguardo famelico inventa a volte un'anatomia paradossale, crea nuove regioni anatomiche lontane da quelle dei trattati su cui abbiamo studiato anatomia, come il *thigh gap* (il *gap*, lo spazio vuoto alla radice delle cosce); oppure il *bikini bridge* (un *selfie*, spesso truffaldino, che ritrae il tessuto dello slip sospeso tra le creste iliaiche senza toccare l'addome). Questi scatti vengono presentati, di solito, come icone sexy. In realtà, a me sembra che esistano molte analogie – non consapevoli, beninteso – con il Cristo morto di Mantegna, che si trova a pochi passi di qui. E non solo per la vertiginosa prospettiva di questi selfie. Lo sguardo anoressico, per la prima volta nella storia della persona (adolescente), incrocia la possibilità della morte. È uno sguardo che promette eros, ma incrocia Thanatos.

Ed è proprio così. Si muore di fame, a questo mondo – lo sappiamo – se non si è nati nel posto giusto. Ma si muore anche di anoressia, più di quanto pensiamo, prima di quanto pensiamo.

I Disturbi del Comportamento Alimentare sono la prima causa di morte per malattia mentale nei paesi occidentali. In Italia l'anoressia è la prima causa di morte nelle donne di età compresa tra 12 e 25 anni. Leggiamo insieme questo proclama, propagandato sul web come *tip* (dritta, consiglio) per dimagrire:

Bones are clean and pure. Fat is dirty and hangs on your bones like a parasite.

Perché sorprende questo assunto? Perché deve essere letto al pari degli annunci immobiliari, per quello che tace, non per quello che dice: il punto è che non sono sufficienti ossa e grasso per fare un corpo umano. Torniamo per un secondo al Cristo morto del Mantegna. Perché la mente anoressica ignora tendini, articolazioni, vasi, nervi e, soprattutto, muscoli?



Fig. 4. Andrea Mantegna. Cristo morto.

3. MATURITÀ: IL TEATRO ANATOMICO

«Al centro dei fenomeni del nostro tempo c'è la fame. Fortemente cresciuta rispetto al passato: sia per il modo in cui viene distribuita la ricchezza prodotta, sia per la crescita smisurata della popolazione mondiale» [2]: questo è, ahinoi, lo scenario globale di una umanità che dovrebbe essere matura e sa soltanto essere ingiusta.

Questo scenario ha il suo corrispettivo in un piccolo teatro anatomico, dove ogni tanto viene messa in scena una tragedia. L'anatomia umana normale conosce alcuni *incroci* spaziali: sono le decussazioni, i chiasmi dell'anatomia. Tutti conosciamo il chiasma del nervo ottico o l'incrocio dei fasci piramidali a livello della decussazione); molto meno consideriamo il temibile chiasmo faringo-laringeo. Si tratta di una regione somatica, che rappresenta un importante incrocio anatomico-funzionale tra l'apparato digerente e quello respiratorio. In questo luogo, però, non si incrociano fasci di fibre nervose, ma due funzioni

essenziali per la vita: quella respiratoria, accanto a quella fonatoria, e quella digestiva e deglutitoria. È un sistema di notevole complessità: basti considerare che alla deglutizione partecipano 35 muscoli coordinati da 6 nervi cranici.

Questo incrocio è in genere regolato a meraviglia dalla epiglottide: quando passa il cibo non passa l'aria, quando passa l'aria (in entrata, perché inspiriamo, in uscita perché espiriamo, parliamo, cantiamo...) non passa altro. Stanno diventando popolari i corsi di nuoto per neonati, che si fondano sulla presenza di questo riflesso, fin dagli albori. Bimbi piccolissimi si immergono sott'acqua senza inalare liquido nei polmoni. Come molte funzioni del nostro organismo (frequenza cardiaca, ritmo del respiro, sonno/veglia, tutto lo spettro di funzioni genito/urinarie/intestinali), finché non inciampiamo nella loro presenza, vanno in automatico. Quando cerchiamo di assumere il controllo su di esse, iniziano i guai. Che c'entra questo con i Disturbi del Comportamento Alimentare, vi sarete domandati. Ecco qui:



Fig. 5. Lorenzo Lotto. *Laura da Pola*.

Paola è una gentile signora di mezza età che ha rimandato tutto, vivendo come al rallentatore, finché arriva in analisi. Risulta iscritta all'università da quasi trent'anni (le mancano un esame e la tesi, da più di vent'anni...), non ha mai regolarizzato la sua situazione sentimentale

con l'uomo con cui convive, non si è mai impegnata a fondo nell'attività di famiglia, pur prestandosi ad ogni genere di incombenza le venga richiesta. Ha attraversato fasi di anoressia nella sua vita, con amenorrea, che hanno però una caratteristica particolare: Paola non riesce a mangiare perché non riesce a deglutire, bloccata dal terrore che il cibo entri in trachea. Per questo motivo, ha sviluppato rituali complessi rispetto al tipo di cibo, alla sua preparazione, alla sua triturazione, omogeneizzazione, fluidificazione. Una notte Paola sogna che il suo analista, «anziché essere così come è, era una specie di cadavere: pallido, con pochi capelli, schifoso, con un'aria malata...» Come se non bastasse questo analista-zombie cercava di sedurre Paola.

Parlando del sogno, Paola ricorda cosa la abbia portata in analisi:

Paola: quando mi sono rivolta a lei, non volevo più sentire il vomito ogni volta che deglutivo. Questo l'abbiamo ottenuto. Ma non riesco a distinguere il mio carattere dalla depressione. Sono così? Perché se sono fatta così, posso cambiare? Forse posso solo scendere a compromessi».

Io: la paura di sfiorare la morte (ogni volta che mandava giù) l'ha portata qui.

Paola: mi torna in mente la voce di William Hurt in «Stati di allucinazione»; la voce originale, bellissima, coinvolgente...

Io: ...stavo pensando come la voce di William Hurt faccia provare nostalgia di qualcosa di bello con cui si è entrati in contatto (in realtà a me vengono in mente un sacco di cose, che non so come utilizzare: dalla vasca di deprivazione sensoriale del film citato, al fatto che William Hurt ed io festeggiamo il compleanno nello stesso giorno...).

Paola: te ne accorgi, le parole vengono dalla gola di chi parla.

Io: ...e la gola è un posto in cui si può giocare con la vita e la morte.

Paola: nel mio caso, sì. (silenzio) Poi rievoca, per la prima volta in analisi, una vicenda di bambini e di morte, che non si è mai perdonata. Una vicenda che non è le mai stato possibile elaborare, «mandare giù»....

4. SENILITÀ: DOLORE E DIGIUNO

Passiamo così alla quarta stagione della vita. Perché conosciamo un'altra categoria di persone che digiunano. Si tratta di persone lontane dalla descrizione dei Disturbi del Comportamento alimentare Tradizionali. In questa area, i motivi estetici sono poco importanti. Queste persone disimparano a mangiare tanto si sono distaccate, si stanno distaccando dalla vita. A volte sono in cerca della saggezza,

come il Buddha. Ci riferiamo al Buddha magrissimo, quasi scheletrico, che non appartiene alla nostra iconografia tradizionale, abituati come siamo all'immagine tondeggiante di un Buddha... sovrappeso. Nella tradizione burma (theravada, diversa da vajrayana), invece, la sottolineatura è sul lungo periodo di digiuno cui il principe Siddharta si sottopone. Ricordate Herman Hesse? «Io so aspettare. So pensare. So digiunare...» [3, p.76]

Il digiuno, peraltro, occupa un posto di rilievo anche in altre religioni, come nella tradizione mosaica (quaranta anni nel deserto) e in quella cristiana (quaranta giorni), dove il digiuno serve a fare spazio, dentro di noi, a Dio.

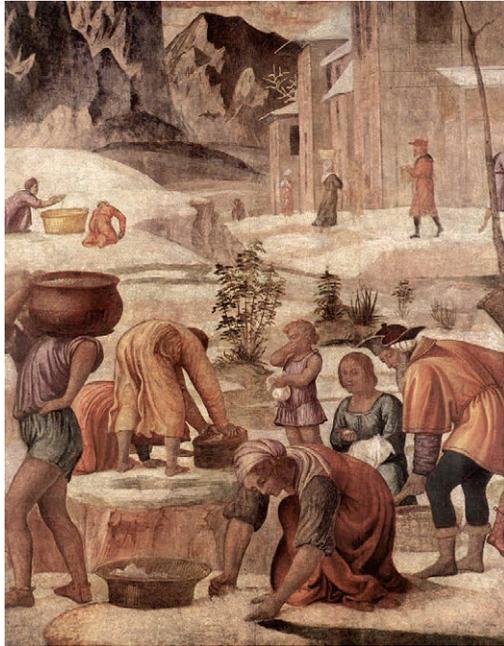


Fig. 6. Bernardino Luini. *La raccolta della manna*.

Ci sono dunque situazioni in cui chi digiuna è sereno, altre situazioni in cui chi digiuna è triste, depresso, fino alla disperazione. Spesso si tratta di condizioni delicate, relative a persone non più giovani; nel caso siano giovani, è come se non lo fossero. La rinuncia ad alimentarsi, in un'ampia gamma di situazioni cliniche, non ha direttamente a che fare con quanto abbiamo detto sinora. È un comportamento alimentare dif-

ferente da quello infantile, adolescenziale o dell'età matura. Può essere l'unico mezzo di cui la persona dispone (e in un passato che nobilitava il dolore, erotizzandolo a suo modo, e colpevolizzava l'analgesia, certamente lo è stato), il solo mezzo a disposizione per esprimere la propria volontà di ritirarsi dalla scena del mondo, per accelerare la discesa, per accorciare la via crucis. Il nostro stare accanto a persone terminali cammina sul crinale affilato che separa il versante dell'accanimento da quello dell'abbandono, e sempre incrocia il tema dell'alimentazione. Non è facile accompagnare una persona alla morte, scansando le tentazioni decisioniste, da un lato, così come quelle omissive, dall'altro. Spesso, in questi casi di digiuno estremo, dobbiamo farci carico – soprattutto – del dolore.

Marzia è un eccellente medico e una terribile paziente, con una storia mai doma di anoressia, sempre in precario equilibrio sul crinale di cui sopra. Un giorno mi racconta:

Marzia: questa notte ho fatto un sogno. Ero forse al lavoro, forse... non so. Erano le 16.30. Ero in ansia perché dovevo venire qui [la seduta di Marzia è alle 17]. Temevo di non fare in tempo perché dovevo inserire un catetere epidurale. Io non so neanche da dove si cominci. Ricordo solo questa schiena magra, molto magra. Era solo una schiena, senza persona. Io pensavo: per fortuna, così vedo bene gli spazi. Infilo questo catetere, molto lentamente. (silenzio).

Io: a cosa serve un catetere epidurale?

Marzia: per calmare il dolore. (silenzio). Il mio?

Io: forse...

Ecco che il cerchio si chiude. Così come al feto non serve (ancora) cibo, alla persona terminale il cibo non serve più. La nostra storia personale è inscritta tra questi due destini, entrambi avvolti nel mistero. Una storia che inizia a ritmare l'alternanza di pieno e di vuoto, di quiete e dolore, ma anche di vita e di morte. Anche la storia dell'umanità appare circoscritta fra questi due grandi limiti, prima e dopo. Nel mezzo siamo stati noi, racchiusi in questa parentesi (esistenziale) caratterizzata dall'esplorazione di "questo regno dalle frontiere di pelle di cui ci crediamo i principi e nel quale siamo prigionieri" [4, p.218]

Chiudiamo invitandovi a ricercare in rete la quarta di copertina di una rivista californiana, *The Whole Earth Catalog*, della nostra generazione [5], la stessa – *si parva licet* – di Steve Jobs, quella da cui proviene l'assunto passato ormai alla storia, che abbiamo scelto come titolo per questo discorso. *Let's stay hungry, let's stay foolish!*

BIBLIOGRAFIA

1. Donald Woods Winnicott (1954), *Human Nature*, London, Free Association Books, 1988.
2. Emanuele Severino, *Ma l'Occidente non ha perso*, 10 gennaio 2015, *Corriere della Sera*, Milano.
3. Herman Hesse, *Siddharta*, tr.it, Adelphi, Milano 1975.
4. Marguerite Yourcenar, *L'Œuvre au Noir*, p. 218, Gallimard, Paris, 1968.
5. The Whole Earth Catalog, doi: <http://www.wholeearth.com/index.php>

