

Mistica e clinica dell'improvviso

Improvviso. La regalità di un momento qualsiasi di Walter Procaccio.

di *Stefano Oliva* – 18 Maggio 2026



Ognuno di noi è bravissimo a fraseggiare la propria vita in giorni, settimane, mesi, anni. Talvolta addirittura in periodi più lunghi, vere e proprie epoche che ritmano una biografia. In questo moto perpetuo, frustante o confortevole, fa irruzione l'ictus dell'improvviso, attimo glorioso o nefasto che fa precipitare la nostra dimestichezza con il calendario in un adesso che non ammette repliche. Questo passaggio dal tempo cronologico alla durata del vissuto rappresenta il punto di partenza del libro di Walter Procaccio. La riflessione sull'improvviso richiede infatti una sorta di conversione preliminare dello sguardo dal «tempo quanto» al «tempo come» (p. 41), conversione realizzata attraverso una prima esplorazione di termini che perimetrano il campo dell'istante: orologio, presente, mentre, imminenza e altri ancora, quasi a voler inaugurare questa meditazione – al contempo esistenziale e clinica, giacché Procaccio di mestiere è psichiatra e psicoterapeuta – con una ricognizione sulle «tremende aporie del tempo, il suo scorrere continuo, la sua inconsistenza tuttavia misurabile» (p. 15).

Sullo sfondo continuo della temporalità, l'improvviso si inserisce come una discontinuità che determina un prima e un poi: «Improvviso non è un punto nel tempo ma uno spartiacque logico, una frattura nella relazione fra due modi: quello "così" e

quello "non (più) così"» (p. 44). Per amor di discussione si potrebbe provare a sostenere che ogni singolo istante della vita operi questo genere di ripartizione ma, a voler essere onesti, **una simile discontinuità si rende percepibile solamente in alcune occasioni, quando – scrive Procaccio con un'immagine particolarmente efficace – il narratore interiore che abitualmente sottotitola i fatti della nostra vita, rendendone assimilabile lo svolgimento, viene preso alla sprovvista da un incedere eccessivamente rapido o violento.**

È qui che si viene presi da capogiro: «L'improvviso è un evento di corpo che si mangia le parole, diventando così un evento illogico» (p. 46), vale a dire un fatto elettrico, appartenente alla neurologia, che acquista però il suo statuto di eccezionalità soltanto a patto di avere un corrispettivo sul piano della «fenomenologia affettiva in prima persona dell'esperienza improvvisa» (pp. 47-48). In questo senso, «improvviso non è una qualità intrinseca dell'evento ma solo un certo modo in cui l'uomo esercita l'accorgersi» (p. 48). **Il fatto che, mentre viviamo, organizziamo linguisticamente (e soprattutto narrativamente) la nostra stessa vita ha l'effetto di rallentare e rendere supportabile l'intensità esistenziale che invece, brutta e opaca alla ragione, ci investe nell'esperienza soggettiva dell'improvviso, e che ci lascia letteralmente senza parole perché erode la nostra capacità di raffigurarci tempestivamente ciò che ci accade.** In questo nesso tra improvviso e limiti del linguaggio si annida una parentela, quasi una somiglianza di famiglia, tra mistica e inconscio (p. 53), che di fatto rappresentano due direttrici principali nel discorso di Procaccio.

La clinica dell'improvviso viene presentata attraverso l'esame di quattro condizioni di pertinenza della neurologia: il morbo sacro (epilessia), il falso allarme di soffocamento (meglio noto come disturbo di panico), il delirio, il disturbo dell'attenzione con iperattività. **In questa pagine, particolarmente illuminanti, questi quattro «monumenti della clinica del neurone» (p. 70) vengono osservati nella loro relazione con il precipitare nel momento presente.** L'epilessia appare allora come «l'esplosione simultanea e ingovernabile dell'intero patrimonio neuronale» (p. 60), mentre il panico viene ricondotto a un disturbo della condotta respiratoria («Il sistema va in allarme "come se" mancasse ossigeno e invece non è vero», p. 64). Il delirio si presenta come subitaneo tilt della distinzione tra piani diversi di salienza, per cui «tutto, ma proprio tutto, finisce per essere saliente, per riguardarmi» (p. 67) in modo minaccioso e persecutorio, e infine il disturbo dell'attenzione con iperattività (che pullula in ambiente scolastico con l'ormai noto acronimo di ADHD) si rivela come una debolezza dell'area cerebrale che sovrintende alla capacità attentiva, da cui deriva un'eccitazione sregolata. In questa prospettiva, rovesciando un luogo comune, non bisogna prima calmarsi per poter stare attenti ma, viceversa, «prima devi poter stare attento e poi

puoi calmarti» (p. 68).

Delle quattro condizioni descritte, il falso allarme di soffocamento e il disturbo dell'attenzione risultano nevralgiche, nella misura in cui si presentano come negativo fotografico di quella che forse è la pratica meditativa più nota: l'attenzione al respiro, via maestra dell'*hic et nunc*. **Intercessori del capitolo dedicato all'attenzione sono il monaco Thich Nhat Hanh e la filosofa Simone Weil: come a dire, con Rudolph Otto, mistica orientale e mistica occidentale, solidali nell'indicare nella «pratica dello stare attenti [...] un'attesa senza complemento oggetto»** (p. 71). Nelle sue *Riflessioni sul buon uso degli studi scolastici in vista dell'amore di Dio* (1942) la filosofa fa dell'attenzione – quella apparentemente più umile e ordinaria, che riserviamo a un esercizio di matematica o a una versione di greco – una vera e propria pratica ascetica, una palestra di contemplazione capace di portare inaspettati frutti di disponibilità e di consapevolezza che, a buon diritto, possono essere accostati alla presenza mentale di cui parla il monaco vietnamita. Presenza che implica la capacità di fermarsi e maturare una visione profonda dell'istante attuale, e che si esercita attraverso la meditazione:

«La pratica di consapevolezza del momento presente prende sul serio e radicalizza fino alle estreme conseguenze il compito di onorare con attenzione il proprio qui, il prossimo atto respiratorio come fossero il capolavoro di un'intera esistenza» (p. 89).

La clinica si affaccia infine in due capitoli, dedicati rispettivamente alla nozione di trauma e al tema del setting. Il paradosso su cui ci siamo già interrogati in riferimento all'improvviso – per cui ogni ora dovrebbe a rigore segnare una discontinuità tra un prima e un poi – vale a maggior ragione per il trauma, la cui ubiquità lamentosa rischia di far perdere di vista un aspetto fondamentale, vale a dire la tempestività della causa (ché l'evento è traumatico se «capita al momento giusto, cioè sbagliato», p. 95). **Di qui una tesi curiosa, che Procaccio elabora a partire da un'intuizione di Francisco Varela, ovvero che se ci fosse il modo di diluire la rapidità del trauma (per intenderci, di dilatarne il decorso temporale), sarebbe allora possibile privare qualsiasi evento, anche il più violento, della sua carica traumatica.** Perché più della violenza, è la natura repentina a determinare il trauma.

Se poi, come sostiene Jacques Lacan, «la seduta analitica è tale se e solo se è isomorfa all'inconscio» (p. 112) e l'inconscio viene segnato e inciso dall'improvviso del trauma, si comprende come l'invenzione più controversa del setting lacaniano, ovvero la "seduta a

tempo variabile" realizzata attraverso il "taglio" operato dall'analista, possa essere riletta e valutata alla luce del *kairos* che sembra essere una prerogativa della temporalità psichica. **Riletta ma non pacificamente accettata: partendo dalla propria esperienza nella stanza d'analisi, Procaccio avanza una critica del taglio e una proposta tecnica alternativa (che, volutamente, lasciamo scoprire al lettore) più decisamente isomorfa all'inconscio, dal momento sorprende tanto l'analista quanto l'analizzante e li pone entrambi sotto l'influsso del caso.**

Mistica e clinica si rincorrono nelle pagine di *Improvviso* come due dimensioni, distinte ma solidali, dell'arte di vivere nel tempo, ma forse sarebbe meglio dire l'arte di vivere a tempo, in presa diretta con ciò che accade, senza far differenze tra il momento grandioso e l'istante più comune. Che si stia conducendo l'esercito nell'attimo sublime e inebriante della vittoria, o che si stia lavando i piatti nella più umile delle cucine (e non a caso Teresa d'Avila parlava del "Dio delle pentole"), l'attimo presente rimane la porta d'accesso al miracolo di adesso. L'unico a noi riservato.

«Quando ballo, ballo. Quando dormo, dormo», diceva Montaigne. È nella visione profonda di questa ingenua tautologia che si annida «quel grande e glorioso capolavoro che è quello di vivere a proposito» (p. 140).

W. Procaccio, *Improvviso. La regalità di un momento qualsiasi*, Cronopio, Napoli 2026