

Il riconoscersi in terapia

Antonio De Luca

Io, di fronte ad un mio alter-ego, intanto lo posso sentire tale in quanto riconosco che siamo fatti non solo della stessa carne, ma anche di sensibilità, emozione, come dimensione comune.

(...) Prima del singolo, c'è il *noi*: il singolo viene dopo, noi non nasciamo singoli, nasciamo duali.

B. Callieri¹

Ritrovarsi. Ritrovare non solo coloro che siamo stati, che saremo, non solo la nostra storia e il “futuro che ci viene incontro”, nel senso di G. Marcel, i nostri progetti e le nostre individualità, o gli altri viandanti lungo il cammino, con le loro storie e i loro sogni, che incrociammo un giorno, che incontriamo adesso, ma la nostra essenza di persona, la nostra esistenza profonda, che in quanto uomini condividiamo con gli altri, ma in cui si può avere paura di smarrirsi. La profondità dell'essere può far inabissare il nostro respiro, l'anelito alla vita se a scorgere le acque siamo soli. Occorre così, proprio per raggiungere l'abisso in noi stessi, l'alterità dell'altro. Conoscersi. E riconoscersi. Ritrovare la nostra umanità più profonda, ciò che appartiene a tutti e forse per questo a nessuno, perché da ricercare ogni volta, sfuggente, terza a ciascuno, ma rinvenibile nel rapporto con gli altri, e dunque con se stessi. Armonizzare la nostra umanità con la nostra esistenza, mai banale, mai anonima, mai perduta. Edipo, quando scopre se stesso, si acceca perché solo. Ulisse, che verrà ascoltato, riprenderà il viaggio.

Forse conoscere se stessi è, come posto in rilievo da M. Buber, autore molto caro a Callieri, quel conoscere non soltanto l'uomo che sono, con il nome proprio, ma l'umano in me, che non riesco a scorgere, ad accogliere, ad intessere armonicamente, con le sue contraddizioni e aspettative, a volte stridenti, attese e pretese, angosce e speranze, conflitti e smarrimenti, con i suoi atti di paura e di coraggio, evenienze che appartengono ad ognuno. Nessuno escluso. E talora occorre l'ardire grande per riuscire a rinvenire se stessi e gli altri e la nostra essenza.

E' il mettersi in gioco. Tale ricerca si pone a fondamento della psicoterapia. Di ogni psicoterapia. Cercare se stessi e gli altri, ciò che di profondamente umano mi possa appartenere e come possa io appartenere al gioco della vita, alle sue inconciliabilità. Divenire consapevoli. Ancora e nonostante tutto.

Callieri ha cercato, testimoniandolo nella sua esistenza, di operare una rivoluzione di pensiero in campo psichiatrico, psicopatologico, psicoterapeutico, psicologico, che ora occorre continuare a realizzare e a compiere. Ciò che rende un intervento terapeutico tale è infatti la messa in gioco radicale del terapeuta. La sua testimonianza. Il riconoscimento dell'altro (e di se stessi) come persona.

Nell'intenso suo articolo, Elena Caramazza, infatti, non discute soltanto di una psicoterapia, non espone un “caso”, non presenta soltanto una persona, con la sua individualità, discute di se stessa e dei rapporti di cura che i terapeuti hanno vissuto con Giorgio, il giovane adulto seguito dalla Caramazza e da Callieri. Ella parla in prima persona e si mette in gioco in una ricerca di cura che coinvolge tutti, testimoniando quanto affermato. Presenta così se stessa e il rapporto con Callieri e il loro agire con Giorgio.

¹ B. Callieri, *Fenomenologia e psicologia. Intervista a B. Callieri* (a cura di A. De Luca), in A. De Luca (a cura di), *Verso una psicologia fenomenologica ed esistenziale*, Ed. ETS, Pisa 2009, 213-222, pp. 217 e 219.

Caramazza in tal senso ci pone in evidenza il paradosso, messo in luce da Husserl, secondo il quale noi siamo, in quanto persone, allo stesso tempo soggetto e oggetto di studio. Ma anche la soluzione al paradosso. Sono inevitabili il nostro coinvolgimento in prima persona e la considerazione principe dei vissuti. E chi dimentica questo non fa un torto alla fenomenologia o psicoanalisi, che immediatamente riesce a ben sottolineare la necessità di riconoscere la “presenza” del terapeuta. Chi ignora tutto questo non riesce a riscattare quella sofferenza degli individui verso cui, come terapeuti, abbiamo deciso di dirigere la nostra vita professionale per alleviarla. Io sono immediatamente in relazione con gli altri e questi con me. Ma di questo occorre essere consapevoli. Profondamente.

Per conoscersi, dunque, premessa indispensabile per ogni intervento, in quanto persona unica, unitaria, con un “nome proprio”, con la sua storia e le sue speranze, occorre così conoscersi come appartenente alla umanità tutta degli uomini, senza tuttavia perdersi in un naufragio psicotico, ben evidenziato proprio da Jung, senza precipitare in una collusione o collisione pericolosamente possibili (con gli altri), e allo stesso tempo è necessario ritrovarsi come persona singola, individualizzarsi, la cui conoscenza si compone e realizza attraverso l’altro, in un processo dinamico continuo².

Ma quale alterità e “meità” raggiungere? Chi ritrovare e riconoscere? E come? E dove ricercare gli strumenti di aiuto e allo stesso tempo come comprendere dove si nascondano la cura e ciò che aiuta, per parafrasare un noto testo di Gadamer?³

Caramazza riesce a delineare i tratti di un intervento “umano”⁴, ponendo in evidenza la questione vera, intersoggettiva, interpersonale, del rapporto con il paziente. Certo, il nostro è anche un lavoro (con orari, impegni, responsabilità, ecc.), ma non possiamo valicare, scavalcare o eludere la natura stessa del nostro essere persone con altre persone. Tutto ciò dovrebbe essere per certi versi ovvio e sanamente presente: non è necessaria dell’esperienza terapeutica per capire quanto buon senso, quanta “umanità” manchi in certi interventi terapeutici, per un falsa (e pericolosa) idea di “scientificità” che guida, in ambito psicologico e psicoterapeutico, gli interventi. Vengono abbastanza compresi ed accolti i vissuti di chi “subisce” un intervento?

Non è un caso che anche Freud fosse accogliente con i suoi pazienti, offrendo loro anche pasticcini viennesi, e che in una occasione giunse a restituire a fine terapia ad un poeta, in difficoltà economiche, i soldi che questi gli aveva dato volta per volta, ringraziandolo oltretutto per aver a lui allietato i momenti di terapia. Sono atti che pongono in rilievo il paradosso dentro il quale ci si trova ad operare, ma anche il modo attraverso cui personalità consapevoli riescono a risolverlo.

Non è possibile cercare una soluzione in termini teorici, astratti, attraverso concettualizzazioni e ipostatizzazioni più o meno felici, esplicative o limpide sul piano logico e metodologico. E’ fondamentale essere continuamente consapevoli delle nostre emozioni, dei nostri vissuti e di quel particolare intervento che ci chiama continuamente in causa. L’esattezza per Calvino, in determinate situazioni, ad iniziare dalla poesia, è data dall’indefinito. Non è la spregiudicatezza del numero a creare nella sofferenza psicologica la precisione o la cura, in tanti

² B. Callieri è stato molto attento al rapporto tra fenomenologia e psicologia analitica. Innumerevoli sono i suoi scritti e i suoi richiami al problema, confrontandosi anche con alcune riflessioni dello psichiatra fenomenologo M. Boss, che fu critico con C. G. Jung.

³ Sugli strumenti di aiuto D.A. Nesci, T. A. Polisenò e il gruppo di lavoro della S.I.P.S.I., in particolare con la DREAMS, stanno da molti anni approntando metodologie di intervento in ambito psico-oncologico che tengono conto della singolarità dell’individuo in relazione con gli altri, alla luce di istanze anche di comunicazioni moderne. Cfr. ad es.: D.A. Nesci, *Multimedia Psychotherapy. A Psychodynamic Approach for Mourning in the Technological Age*, Jason Aronson, Latham 2013.

⁴ Se occorre metterlo in luce non è dunque ovvio, né scontato che accada nel nostro lavoro, dove ormai prevale una tendenza psichiatrica e psicoterapeutica deterministica e biologistica (anche in seno a teorizzazioni e pratiche psicodinamiche tuttavia asfittiche e ossessivamente pre-determinate), tranne quando a chiedere aiuto è lo stesso terapeuta per sé o i suoi cari. In tal caso si ricerca un terapeuta che sappia coniugare significativamente preparazione e disponibilità umana. Le questioni etiche, epistemologiche e cliniche, aspetti di uno stesso discorso, rimangono ancora profondamente aperte e disattese nelle loro premesse ed esiti.

casi. Anche la parola ha le sue ragioni, il suo rigore, la sua accuratezza e responsabilità, e, forse in talune situazioni, la precedenza, non essendo l'analisi psicologica un'analisi del sangue.

Callieri, attraverso le considerazioni effettuate da Caramazza, offre spunti di riflessione importanti. In un percorso terapeutico ci si incontra a livello umano. Non potrebbe essere altrimenti. Occorre così non perdere mai di vista ciò che significa essere un uomo, suggerisce D. Cagnello, nel riprendere Kierkegaard. Nondimeno occorre tener conto della reciprocità di un incontro, di un Noi che precede l'Io e il Tu e crea l'Io-Tu. E' attraverso tale via che diviene possibile raggiungere l'essenza dell'Io e del Tu e, per alcuni, il Tu Eterno, raggiungibile attraverso il Tu dell'altro.

In ogni caso, sospendere il giudizio sulle questioni teoriche di volta in volta non significa eliminare più di un secolo di psicoanalisi, di psicologia analitica, di psicopatologia, significa anzi mettere alla prova quella particolare considerazione teorica, che può guidare i nostri passi di terapeuti, ma che tuttavia poi occorre adeguare alla situazione presente (e unica) di quel paziente. Non si può agire come con un moderno letto del brigante Procuste: adattando l'individuo al metodo e non questo alla persona sofferente, volta per volta, in un ricominciamento continuo, come in effetti molti psicoterapeuti cercano di fare ad ogni colloquio. E' questo il mettersi alla prova. Autenticamente. Ogni terapeuta sa o dovrebbe sapere che ogni colloquio è un'incognita, un mistero, un passo che produce avanzamenti o retrocessioni, per cui non si dispone di ricette o protocolli da seguire, tanto da far scrivere a Jung⁵ che un bravo terapeuta deve sempre aver raggiunto un certo traguardo, perché altrimenti non può aiutare a fondo il paziente, se è lui (il terapeuta) ad essere rimasto indietro. Il percorso è dunque personale, continuo, ed occorre guadagnarlo attraverso l'altro. E ciò vale per ogni uomo, compreso il terapeuta. Jung inoltre sapeva che l'equilibrio (sulla conoscenza, sulla cura ecc.) non solo è delicato, instabile e precario, ma è anche fluido, dinamico, per cui occorre di volta in volta convivere con le nostre difficoltà, contraddizioni, malesseri senza permettere che le nostre ombre (e penombre) vincano, per ricordare un noto libro di Callieri. Per Jung, nel riflettere su come S. Francesco fosse riuscito a far convivere il lupo di Gubbio con i suoi abitanti, occorre avviare e consentire una pacifica convivenza tra ciò che può aggredire e mordere la nostra vita interiore e ciò che può rendere luminoso di speranza e di valore il nostro cammino. E' il passaggio dalle macerie alle rovine, che rimane un salto attraverso il quale non si cambia la storia, ma la visione su di essa, essenziale in ambito psicoterapeutico e pone ciò che rimane ora, il proprio presente, non come cammino sulla distruzione, ma come ciò che sopravvive ad essa. Ciò spesso si realizza con molta fatica con i nostri pazienti.

Il setting è dunque *altrove*, nell'incontro, e l'incontro non può che essere interumano, termine caro a Bruno Callieri, sfuggente a qualsiasi standardizzazione, premesse o promesse, ma faticosa conquista.

F. Basaglia, qualche anno prima di avviare in Italia l'importante rivoluzione culturale che cercò di realizzare anche insieme a Callieri, rimasta a tratti incompiuta, per resistenze e interessi notevoli di diverse nature, così si esprimeva sull'incontro terapeutico.

Il concetto di "incontro" (*Begegnung* per Binswanger) intende indicare "la conoscenza «esistenziale» dell'individuo, conoscenza che si attua attraverso una investigazione antropologica fenomenologica dello stesso."⁶ Nel rapporto intuitivo dell'incontro" si fonde l'unità del medico e del malato formandone una unica che precede le due singole entità (...). Il concetto di «incontro» verrebbe dunque ad avvicinarsi a quello di «contatto affettivo» (*affektiver Rapport*) di Bleuler che Minkowski ha sviluppato nello studio fenomenologico."⁷

La psicoanalisi, continua ancora Basaglia riprendendo le osservazioni di Minkowski, realizza col suo potere fortemente analitico ed i suoi presupposti teorici un incontro comprensivo, di notevole applicazione pratica. Ma proprio nei presupposti teorici, come costruzione aprioristica, vi è

⁵ Cfr. Jung C. G., *Psicoterapia e concezioni del mondo*, in *Opere* di C.G. Jung, Vol.XVI, Bollati Boringhieri, Torino 1993, p. 89.

⁶ F. Basaglia, Su alcuni aspetti della moderna psicoterapia: analisi fenomenologica dell'"incontro", *Rivista di Freniatria*, 78, II, 1954, p. 242.

⁷ *Ibidem*.

la "debolezza" di voler esaurire con essi l'intera vita mentale e spirituale. Nell'incontro "umano" fra psicoterapeuta e malato, o meglio tra "psicoterapeuta e psicoterapizzato"⁸, tra due persone che comunicano, lo psicoterapeuta si sforzerà di raggiungere "una visione completa della «Weltanschauung» dell'esaminato; la storia di un determinato uomo non può essere che il risultato di un lavoro creatore di due personalità, quella del medico e quella del malato, dice Binswanger, ed è appunto attraverso la ricostruzione del «vissuto che [lo] psicoterapeuta riuscirà a ridargli la possibilità di aprirsi e ritornare al mondo. (...) Non è che [lo] psicoanalizzato veda nel [-lo] psicoterapeuta il super-Io paterno, ma la resistenza che nasce nei confronti del medico è la resistenza che, come dice Minkowski, si verifica «sur la grande arene de la vie» e che fa dunque parte della struttura del soggetto. Non sembra quindi essere un complesso non analizzato, ma tale resistenza fa parte di un complesso non analizzabile, che caratterizza le attitudini e che può risolversi soltanto nella maniera che Binswanger ci suggerisce, nel modo cioè «dell'amicizia e dell'amore». L'ammalato non trova nel medico l'amico nel senso banale della parola, ma vede in lui la possibilità di risolvere se stesso attraverso un uomo che lo comprende."⁹

L'elemento patogeno non sarà da attribuirsi ad una data situazione traumatizzante, nè ad una forza estranea all'essere-persona, da ricercare durante la psicoterapia, ma nel "modo" in cui questo elemento sia riuscito a destrutturare, in senso fenomenologico, il "mondo" del paziente, nella sua mancata attuazione del suo progetto-di-mondo, nel suo essere-costretto nel mentre vive.

L'impersonalità del Si, quale possibile proposta del terapeuta in nome di un grave fraintendimento di ciò che significa agire in maniera scientifica, neutralizza e falcia inesorabilmente e ulteriormente l'individualità e il rapporto con gli altri, recide ogni esperienza vissuta (*Erlebnis*), non consente, non permette la realizzazione del comprendere (*Verstehen*) autentico delle motivazioni, più o meno profonde, di modi diversi di osservare, scrutare, vivere il nostro comune mondo-della-vita (*Lebenswelt*). Creare in ambito terapeutico dunque una condizione di "spersonalizzazione" dell'altro (e di sé) significa non solo non aiutare, nella migliore delle ipotesi, ma, su un piano squisitamente terapeutico, agire in maniera anti-terapeutica. Anche se in certi casi può essere talmente forte l'esigenza di incontrare l'altro, un qualcosa dell'altro, che un paziente può seguire e perseguire alla lettera quanto suggerito da un terapeuta, compiendo un percorso di dipendenza e non di ripresa, di autonomia, di consapevolezza.

Callieri e Caramazza risalgono invece faticosamente lungo la frana e operano recuperando il senso stesso della persona e dell'altro (e del nostro lavoro).¹⁰

⁸ *Ivi*, p. 252.

⁹ *Ivi*, pp. 252-253.

¹⁰ L'abitazione romana di Bruno Callieri per molti di noi – ha ragione G. Di Petta ad averlo sottolineato in un intervento – ha rappresentato la nostra *Berggasse*, 19. Callieri era accogliente con i suoi allievi e i suoi amici, così come con i pazienti. Il suo parlare attento, profondo, rigoroso, il suo argomentare animato e appassionato, i suoi occhi limpidi di uomo che ne aveva visto tante, ma che non aveva perso la consapevolezza sulle cose, né la voglia di entusiasinarsi, si univano di continuo alla sua disponibilità sincera. Ai suoi sorrisi. Mi piace immaginarlo adesso mentre discute con passione con L. Binswanger, E. Minkowski, K. Jaspers, E. Husserl, E. Stein, M. Buber, ... con gli psichiatri e i filosofi da lui conosciuti, studiati, amati, magari sorseggiando con loro un thé.