

ARIA SULLA IV CORDA...

...ovvero la psicoterapia in tensione tra cielo e terra

di Massimo Schinco

Psicologo Psicoterapeuta, Didatta del Centro Milanese di Terapia della Famiglia

1. Introduzione.

Questo scritto è ricavato da un contributo pubblicato in un libro dal titolo fortemente evocativo, “Canti d’amore”¹. Ogni evocazione ha i suoi rischi, ma in questo caso erano accentuati: se certamente parlare d’amore è pericoloso, il parlare di canto lo è poco meno. Nel saggio ho messo l’accento su alcuni aspetti dell’amore che ritengo essere più pertinenti con il processo e la relazione psicoterapeutica; per descriverli mi sono servito di metafore come *tensione, sospensione, veglia e sonno*.

Il contributo nella sua sostanza è stato ispirato da un brano che Johann Sebastian Bach (1685-1750) compose per essere eseguito da un’orchestra d’archi; in seguito, esso fu modificato da un altro musicista meno famoso, il violinista August Wilhelmj (1845-1908), che lo destinò al *canto* non della voce umana bensì del violino solista accompagnato dall’organo o dal pianoforte.

Ormai da anni è abituale per me, sia per iscritto oppure nell’ambito di seminari o altre iniziative formative, fare accostamenti, per analogia, tra composizioni musicali o poetiche e questioni psicoterapeutiche. E’ giusto che io dichiaro in breve ciò che mi spinge a farlo.

Quando ci accingiamo a descrivere ciò che accade in quel singolare incontro tra due o più persone che denominiamo “psicoterapia” tocchiamo quasi con mano la povertà dei nostri mezzi descrittivi e comunicativi; il linguaggio dei numeri, della precisione e della necessità si presta faticosamente a descrivere esperienze complesse, dai contorni difficilmente definibili, ricche di eventi imprevedibili e di libere scelte. Ricorriamo allora al linguaggio della narrazione (parliamo spesso e volentieri di “storie” cliniche o psicoterapeutiche), che si affida necessariamente alle metafore e alle evocazioni, nella speranza di non falsificare eccessivamente l’esperienza e di suscitare nel destinatario sentimenti, affetti e pensieri simili a quelli che abbiamo provato noi – o addirittura più ricchi - mentre quell’esperienza la vivevamo e quando l’abbiamo ricordata e ripensata nel metterla per iscritto.

A questo scopo l’utilizzo in senso comparativo di pensieri, affetti e sentimenti suscitati dall’esperienza musicale si è rivelato a più riprese particolarmente efficace e ricco di spunti di riflessione. La trasmissione e la riproduzione delle esperienze che si vivono in psicoterapia obbedisce a vincoli simili a quelli della trasmissione dell’esperienza musicale; si deve ricorrere ad un sistema di codificazione in sé regolamentato in modo piuttosto stringente, che però non ha una finalità intrinseca e *prende senso* nel momento in cui permette di condividere vissuti che non potrebbero essere trasmessi altrimenti. Dal punto

¹ Capello C. (a cura di): *Canti d’amore*. Rosenberg & Sellier, Torino 2005.

di vista della conoscenza, l'arte ha il suo accesso al vero che può e deve dialogare con quello della scienza, ma non da una posizione subordinata, e questo rapporto é fortemente analogo a quello tra la psicoterapia e le scienze naturali, in particolare le scienze mediche. Infine, sia dalla musica sia dalla psicoterapia noi riceviamo dei messaggi profondi ma aperti, non conclusi, perché entrambe sondano il mistero dell'anima umana di cui non potrà mai darsi una descrizione compiuta ed immutabile.

1. *Psicoterapia, canto e incanto.*

Il canto, nella sua apparente semplicità che lo rende universale, é complesso; innanzitutto compendia in sé il mondo della poesia e quello della musica portandoci gli echi di un tempo arcaico in cui l'una non era ancora separata dall'altra. Poi, attraverso il sapiente legame tra suono e parola, tanto più sapiente quanto meno cercato a bella posta, orienta le relazioni e i cuori con insuperabile potenza; il canto chiude il cerchio degli opposti, generando e risolvendo tensioni che rispecchiano i fondamenti stessi dell'esistenza delle persone.

“...Dopo il pranzo, Nataša, pregata dal principe Andrej, andò al clavicembalo e si mise a cantare. Il principe Andrej stava ritto a una finestra, parlando con le signore, e tendeva l'orecchio a lei. A mezzo d'una di quelle frasi musicali, il principe Andrej ammutolì, e sentì, sorpreso, che in gola gli saliva il pianto, cosa di cui non si sarebbe creduto capace. Posò lo sguardo su Nataša che cantava, e nell'intimo dell'essere gli avvenne qualcosa di nuovo e di felice. Si sentiva felice, e nello stesso tempo, si sentiva triste. Non aveva, assolutamente, nessuna ragione di piangere, eppure stava sul punto di rompere a piangere. Di che cosa? Dell'amore d'un tempo? Della piccola principessa? Delle delusioni patite?... Delle speranze nell'avvenire?... Sì e no. Più di ogni altra cosa, quello di cui gli veniva voglia di piangere, era (nell'improvvisa, viva coscienza che gliela svelava) la tremenda contraddizione fra un che d'infinito, di sublime e di indefinibile, che c'era in lui, e un che di angusto e corporeo, che costituiva l'essere suo, e anche l'essere di lei. Questa contraddizione lo struggeva e lo faceva esultare mentre lei veniva cantando.”²

Così Tolstoj, in *Guerra e pace*. Amore, canto e incanto sono indissolubilmente intrecciati nel personaggio della contessina Nataša, che, come l'Autore più volte sottolinea, cantava bene con grande naturalezza. Ma come fa, colei o colui che canta, a cantare bene?

A quanto pare questa capacità dipende in modo decisivo da quella di ascoltare³. In psicoterapia, come in musica, una buona parte della propria formazione è rappresentata dall'imparare ad ascoltare e ascoltarsi. E' quindi abbastanza frequente che gli psicoterapeuti siano attratti dal mondo della musica⁴, e sentano essi per primi la necessità – come il principe Andrej - di essere *incantati*, se vogliono trovare una qualche forma di quel *canto/incanto* che, fin dalla notte dei tempi, si ritiene essere capace di celebrare il bene, curare il male e prevenirlo.

2. *Un'aria tra “cielo” e “terra”*

² L. Tolstoj, *Guerra e pace*. Traduzione di A. Villa. Sansoni, Firenze 1966.

³ l'ascolto, di sé e degli altri, sta alla base dell'educazione della voce. Cfr. in particolare A. Tomatis, *L'orecchio e la voce*, Baldini & Castoldi Milano 1993 (ed. orig. Parigi, 1987)

⁴ benché con autorevoli eccezioni, prima fra tutte quella di Sigmund Freud.

All'inizio di un racconto, il riferimento temporale è fondamentale nel contribuire a definire, specificando in *quale tipo di tempo e di luogo* esso inizia, a quale livello di realtà esso si richiama, e quindi quale tipo di ascolto o lettura sono richiesti per coglierne appropriatamente il messaggio. Il racconto si può riferire ad un tempo storico, situarsi nella cronaca, oppure in un tempo mitologico, ciclico o religioso. Allo stesso modo sono decisive, nel processo di evocazione dei significati di un racconto, la definizione e le modalità del suo *termine*, sia in termini temporali che di coesione tra gli eventi. Se, ad esempio, il *Requiem* di Mozart rimane incompiuto e le ossa del compositore vanno disperse non siamo in presenza di meri accidenti in una storia che avrebbe potuto benissimo finire altrimenti. La malattia e la morte di Puccini durante la composizione di *Turandot*, con i tormenti e le interminabili diatribe che ne sono derivate, non sono solo tragici inconvenienti ma una parte necessaria della storia del compositore e della sua opera.

Se ci accingiamo a raccontare la storia dell'*Aria sulla IV Corda*, cercando come è molto naturale fare, dei punti di riferimento nella cronologia della produzione musicale bachiana, inciampiamo inevitabilmente in problemi che sono "croce e delizia", fungendo da innesco di polemiche interminabili, per gli studiosi dell'immortale maestro di Eisenach: è quasi sempre molto difficile, e talora impossibile, datare con precisione la produzione musicale di Johann Sebastian Bach. Questi tornava a più riprese sul suo materiale, modificandolo, perfezionandolo e talvolta cambiandogli radicalmente di destinazione; in molte occasioni, attraverso il procedimento della "parodia", adattava musiche scritte per occasioni profane a testi sacri e utilizzi liturgici. Ciò avveniva in parte per necessità pratiche, dovendo il compositore assicurare "per contratto" un certo numero di brani, in parte per mutamenti nelle circostanze, come la disponibilità di esecutori mutevole per qualità e quantità, e infine ancora per un incessante impulso a perfezionare e rifinire inseguendo un ideale che non si lasciava raggiungere.

Probabilmente per l'insieme di tutte queste ragioni Bach iniziò a pubblicare a stampa le sue composizioni solo tardivamente e in piccolo numero, lasciando ai posteri l'arduo compito di raccogliere, copiare, pubblicare, catalogare la sua vastissima produzione. Insieme a questo lasciò un compito ancora più impegnativo, ma appassionante e forse interminabile: quello di avventurarsi nel *sensu* della sua musica, al di là dei caratteri più immediati che avevano fatto del sommo artista un personaggio problematico, da stimare e da temere al tempo stesso finché fu in vita.

E' necessario, quindi, per raccontare la storia, servirsi di tutte quelle espressioni ipotetiche che comunicano al lettore una sensazione di *sospensione*: pare... risulta che... presumibilmente... quasi... . La sospensione a sua volta genera *tensione*, tensione verso una certezza che non si lascia mai raggiungere, verso un'immagine che non si riesce mai a fissare in modo definitivo, verso una verità che pure, in qualche luogo e in qualche tempo, c'è stata.

Pare dunque che Johann Sebastian Bach abbia composto la *suite* in Re maggiore per orchestra (BWV 1068) *presumibilmente* tra il 1729 e il 1737 a Lipsia ove dirigeva il *Collegium Musicum* fondato da Telemann. E' *quasi* sicuro però che abbia ricavato la *suite* da una sua precedente composizione con violino concertante risalente all'ultimo periodo della sua permanenza a Köthen, dove aveva prestato servizio di Capellmeister presso la

corte del principe Leopoldo tra il 1717 e il 1723. Un periodo molto felice della sua vita, in cui, *per quanto possiamo ricostruire*, il compositore si era sentito liberato dalla troppo angusta etichetta, e dai doveri che ne derivavano, di “musicista da chiesa”.

La *suite* é composta di cinque movimenti; il secondo di essi é l'*Aria*; con essa, i problemi di datazione non possono dirsi completamente esauriti: chi ascolta infatti il secondo movimento (*adagio ma non tanto*) del sesto concerto “Brandeburghese” (BWV 1051), riconoscerà, nel soggetto della fuga a due voci affidato alle viole da braccio, una melodia *molto simile*. Se i concerti brandeburghesi portano la data di dedica del 24 marzo 1721, più parti che in essi furono integrate sono certamente anteriori; le più antiche, tra cui quella di cui ci stiamo occupando, risalgono *probabilmente* al periodo di Weimar, tra il 1713 e 1717. Quindi come in tante altre occasioni, siamo in presenza di una idea musicale presente, seppure in forme diverse, in modo tutt'altro che effimero nel mondo interiore del compositore.

L'*Aria* é una delle melodie bachiane più conosciute al mondo e ha subito quel destino che accomuna molta bella musica, cioè di essere arrangiata e adattata, talora stravolta in modo infelice, ad usi pubblicitari o di spettacolo.

Se l'insieme della *suite* in re maggiore appare come un prezioso monile - sicuramente “profano” in quanto musica “di corte” - l'*Aria*, come una pietra che vi stia incastonata alla stregua di raro diamante - presenta un particolare carattere “sacro” ricorrente in molte composizioni bachiane: nell'evocare attraverso la sua semplicità un'atmosfera di nostalgica tenerezza domestica, di focolare e quotidianità, riesce a trascinare l'anima di chi ascolta verso orizzonti ultramondani e ultratemporali⁵. E', insomma, musica che *trascende* nel senso più pieno della parola, in quanto non nega il “qui ed ora”, anzi lo riempie di affetti e di vissuti, ma lo attraversa e lo supera collocandolo in una cornice di *assoluto*.

Se l'ascolto poi si approfondisce, l'ascoltatore si può scoprire, grazie al processo di identificazione che ne deriva, nella posizione del compositore stesso; la prospettiva, allora, é rovesciata: non la “terrena” quotidianità familiare appare in primo piano ad evocare il cielo, bensì è dal cielo che ci appare e prende senso un mondo di persone, situazioni e cose; ci sconcerza il fatto che esse si diano a noi con impareggiabile affetto e bellezza proprio perché viste e sentite da lì, da quell'inafferrabile *altrove* che solo é capace di renderle veramente *presenti*.

Bach, in quanto luterano, possedeva probabilmente un forte senso della famiglia come chiesa domestica e della professione come vocazione. Non ho la competenza per prendere seriamente posizione nella disputa tra coloro che hanno visto in Bach il “quinto evangelista” e altri studiosi che, rivisitando le fonti, ritengono viceversa di considerarlo un “musicista assoluto” che trovava nella musica da chiesa un'opportunità espressiva ma anche un vincolo talvolta opprimente⁶. A me pare significativo, soprattutto per il discorso che intendo svolgere in queste pagine, non tanto il fatto che la maggior parte della sua

5 Chi ha visitato Eisenach, città natale di Bach, e in particolare la *Bachhaus* - autentica o meno che sia - ha respirato questa atmosfera e penso non faticò a ritrovarsi in qualche verso del “Sebastian im Traum” di Georg Trakl: “...Gioia; quando nelle fresche stanze risuonava la sonata serale,/ nella bruna travatura lignea/ un'azzurra crisalide dall'argentea larva sgusciava.”

6 A sostegno di questa seconda interpretazione, che a me pare comunque più convincente, cito il monumentale lavoro di Piero Buscaroli, *Bach*, Mondadori Milano 1998.

musica sia ricca di senso del sacro, quanto piuttosto che ciò si riveli in modo accentuato anche in composizioni destinate a scopi profani e magari solo in seguito adattate a scopi religiosi.

L'*Aria* di cui stiamo parlando ne è un esempio e, in particolare, quella versione per cui essa è universalmente conosciuta, comunque sia eseguita, come *Aria sulla IV corda*. Verso la fine del XIX secolo un violinista tedesco, August Wilhelmj, fece una trascrizione per violino e pianoforte del già famoso pezzo bachiano. In questa forma l'*Aria* è diventata una musica molto suggestiva e frequentemente eseguita, con qualche ulteriore adattamento, anche in chiesa. Fin qui nulla di rilevante, se non che Wilhelmj trasportò la parte del primo violino nella tonalità di Do maggiore, facendo sì che essa potesse essere integralmente suonata sulla quarta corda dello strumento (il sol), la più grave, caratterizzata da un timbro scuro che la avvicina alla viola e più ancora al violoncello.

L'insieme delle due scelte (il trasporto e la caratterizzazione timbrica) genera un effetto singolare, in quanto è la combinazione di due opposti: il suono sulla quarta corda è infatti struggente, gravido di affetto, di sforzo⁷ se non di dolore; il Do maggiore (tonalità cara, ad esempio, a Beethoven) è viceversa la tonalità naturale per eccellenza, la più caratteristica della purezza e dell'assoluto. Quanto più il brano viene eseguito in modo intelligente e composto, tanto più esso travalica le caratteristiche di una musica commovente per matrimoni e battesimi; la tensione che ne emana è fortissima, e pare di assistere alla biblica lotta tra Giacobbe e l'Angelo.

La dolcissima *Aria*, insomma, nel divenire *Aria sulla IV corda* si trasforma ed evoca la dimensione del conflitto, interiore ed esistenziale. E' giusto sottolineare ancora una volta come l'accentuazione degli opposti caratteristica della trascrizione di Wilhelmj sia in sostanziale accordo con molta musica bachiana, spesso carica di alta tensione drammatica.

Se il vertice da cui Bach ci mostra gli affetti più intensi della vita su questa terra – famiglia, intimità, tenerezza, sostegno reciproco, ma anche passioni, ambizioni, rabbie – appare dislocato in cielo, le determinanti sono più di una. Non solo il dono musicale che lo fece genio ha avuto un ruolo necessario e indiscutibile, così come ebbe sicuramente peso la forma mentis del credente e del luterano; fu probabilmente anche il dolore, che a più riprese lo trafisse, a renderlo insolitamente permeabile alla dimensione dello spirito, combattivo, insoddisfatto e al contempo così nostalgico di una vita "normale".

Queste ragioni ci portano Bach particolarmente vicino e contribuiscono a considerare la sua musica come metafora del vissuto – più ancora che della teoria o della teoria della tecnica – della psicoterapia.

Tutto ciò detto, l'*Aria sulla IV corda*, alla fin fine è di Bach e non è di Bach, perché il trasporto di Wilhelmj, per quanto geniale, l'ha resa un'altra musica rispetto a quella originale. Peraltro non si può dire che sia completamente di Wilhelmj e, per quanto suggestivo sia volgerla così, è anche un po' azzardato abbandonarsi completamente alla fortissima impressione che talvolta sia la musica a generare i suoi autori e non viceversa;

⁷ E' sempre Buscaroli che ci fa notare come la musica per violino di J. S. Bach, in particolare la raccolta delle sonate e delle suites per violino solo, contenga talvolta in sé una certa atmosfera di sforzo. Quindi, anche in questo senso il trasporto di Wilhelmj sembra aver rispettato lo spirito bachiano.

siamo in un dominio di fenomeni che vorremmo capire a fondo ma non si lasciano ridurre a rapporti chiari e grandezze discrete.

E così, prima di salutare la figura di Johann Sebastian Bach e inoltrarci nel discorso a carattere psicoterapeutico, potrà ancora valere la pena di ricordare che non si sa *di preciso* dove siano stati sepolti i resti del grande musicista: certamente a Lipsia, sei passi prima dell'ingresso di sinistra della Chiesa di S. Giovanni, almeno così *si diceva*. Forse, le ossa riesumate e analizzate da Wilhelm His senior nel 1894 sono proprio le sue.

D'altronde, *sembra proprio* che nemmeno la storica *Bachhaus* situata sul *Frauenplan* di Eisenach al n. 21 sia la sua casa natale. Johann Sebastian, stando a più recenti ricerche, *sarebbe nato* al n. 35 dell'allora *Fleischgasse* (ora *Lutherstrasse*) ma l'edificio, nel tempo, è stato radicalmente trasformato.

3. Dal mondo alla "terra"

Per molti aspetti nulla è più *terreno* (nel duplice senso, che esplicherò meglio in seguito, di "mondano" e di "radicato alla terra") di un processo psicoterapeutico. La psicoterapia è infatti caratterizzata dalla tensione verso l'eliminazione del superfluo e dalla ricerca della semplicità. Semplicità di affetti, emozioni, vissuti, visioni del mondo ed esperienze da cui il più delle volte il cliente, agli inizi del rapporto terapeutico, è molto distante. Quando ci chiede aiuto, può essere tanto aggrovigliato in una ridda di emozioni contrastanti, oppure tentativi intellettualizzati di spiegazione e di controllo della vita sua e degli altri, quanto schiacciato e soffocato dall'ansia, o dall'unilateralità delle sue paure e di ciò che intravede come un destino ineluttabile. Facilmente troviamo il nostro cliente perso in preoccupazioni di basso profilo (di cui spesso si vergogna), sradicato dalla semplicità del sentire il "qui e ora" del mondo e di sé, incapace di progettare con speranza il proprio futuro.

A partire da questa situazione che in modo metaforico definirò *mondana* il cliente viene aiutato dal suo terapeuta a ritrovare sentimenti ed emozioni intense ma semplici, "terrene" perché lo "radicano" alla sua storia, al suo rapporto con gli altri e con l'ambiente circostante; questi affetti certamente lo vincolano. Eppure il ristabilirsi di forti legami affettivi ha un effetto liberante; quanto più sono forti tanto più essi attenuano la più mortifera di tutte le illusioni, quella di una vita *senza* vincoli. I legami affettivi, poi, quanto più sono chiari e ordinati, tanto più costituiscono vincoli anche gravosi ma sostenibili che, viceversa, ne sostituiscono altri i quali lo sono molto meno o per nulla.⁸

Man mano che il processo terapeutico produce i suoi risultati, talora in modo lento e talora quasi improvvisamente⁹, il cliente "rimette i piedi *per terra*", affonda e protende radici nel terreno della sua storia e dei rapporti con gli altri.

In che modo il terapeuta accompagna il suo cliente nel faticoso transito dal *mondo* alla *terra*?

8 come – ad esempio - quello che un mio cliente chiamava "il turbini vorticoso e inarrestabile dei pensieri e delle paure", oppure l'apatia e l'abulia, oppure ancora le relazioni aggrovigliate e insensate o i vincoli a compiti e debiti di tipo transgenerazionale. Mi sono occupato di questi tipi di legami in due precedenti lavori: "O divina bellezza... o meraviglia", Carabà, Milano, 2002" e "Padri ", in "Noumen- rivista semestrale di intervento psicosociale", Anno 12° n. 29, Dicembre 2002, pagg. 11-20.

9 Sul manifestarsi dei risultati terapeutici vedi la mia *Presentazione* a: V. Puviani, Storie che si raccontano da sole, in preparazione presso Junior Edizioni, Bologna, 2005.

Se rivolgiamo lo sguardo alla molteplicità delle teorie, delle tecniche e degli approcci psicoterapeutici, da ognuno di essi si potrebbe ricavare una risposta differente. E non si può ignorare che la risposta può differire, all'interno dello stesso approccio, anche a seconda del singolo professionista o a seconda del periodo che il professionista sta attraversando, o del singolo momento nel rapporto tra terapeuta e cliente...

A costo di correre per un momento – ma solo per un momento – il rischio di cadere in un atteggiamento svalutativo nei confronti delle differenze tra teorie e tecniche consolidate (un sapere che tanto faticosamente si apprende e pure costosamente si vende), ed anche a costo di rischiare per un momento di apparire compiacente verso mode e atteggiamenti pregiudizialmente antiscientifici, propongo di riflettere su alcune frasi di quel singolare personaggio, Georg Groddeck, che entusiasmò e influenzò Freud senza mai farsi chiudere in una logica di scuola e di appartenenza.

Scriveva Groddeck nel 1923:

"... solo perché siamo ciechi, perché non sappiamo proprio nulla, possiamo fare il medico e curare dei malati.

(...)

Dire che ogni forma di trattamento è quella giusta per il malato, sembra assurdo, eppure è vero: egli viene sempre curato bene, in ogni circostanza, sia che si seguano le regole della scienza, sia che ci si affidi alle arti di qualche guaritore di campagna: il successo non dipende dal fatto che le nostre prescrizioni si conformano a determinati principi, ma dal modo in cui l'Es del paziente si serve di tali prescrizioni."¹⁰

Sono frasi che possono impressionare il principiante, soprattutto se questi è in cerca di indirizzi certi da seguire o addirittura, in senso un po' lato, di "slogan" cui accodarsi. Possono altresì infastidire lo scienziato, che in esse sentirà risuonare, *ante litteram*, qualcosa come un "*anything goes*" caro a Feyerabend. Possono, infine, suonare come pericolose per lo studioso rigoroso e per il professionista cui sta a cuore il tema dell'etica in terapia...

Nessuno di questi, però, è l'atteggiamento più appropriato per avvicinarci al senso delle parole di Groddeck, il quale, peraltro, non si preoccupava di far seguaci, né di istruire allievi, né infine di costruire teorie scientifiche. Lo stesso "Es" di Groddeck era un concetto nebuloso e imprecisato di cui Freud si appropriò ridefinendolo, coerentemente con le sue convinzioni e l'epistemologia prevalente del suo tempo, in senso prevalentemente biologico.

Alla luce del costruttivismo radicale e del costruzionismo sociale è possibile trovare, nelle parole di Groddeck, un duplice filone di richiami; da una parte emergono, in modo intuitivo, metafore ed anticipazioni dell'approccio estetico di derivazione batesoniana, in particolare secondo le chiavi di lettura proprie dei costruttivisti radicali¹¹. Dall'altra, emerge il limite intrinseco di quell'approccio e di quelle chiavi; ed è proprio quel limite che

10 G. Groddeck, *Il libro dell'Es*, Adelphi, Milano 1966 (prima ed. orig., 1923), pagg. 326-327

11 Mi riferisco in particolare a concetti dovuti a Humberto Maturana e Francisco Varela, come quelli di "interazione non istruttiva", "dominio linguistico", "dominio di consenso", "dominio di coispirazione".

le rende vive, interessanti, benefiche sia per il clinico che per il suo paziente. In un recente contributo¹² ho raggruppato ciò che può costituire questo secondo aspetto dell'attività psicoterapeutica sotto la metafora del *sonno*. Per contrasto, raggrupperò le prime servendomi della metafora della *veglia*.

4. Attività di “veglia” in psicoterapia

Il costruttivismo radicale, che ha caratterizzato l'evolversi delle psicoterapie sistemiche negli ultimi vent'anni, ha enfatizzato come il linguaggio, nei sistemi viventi, non fornisca mai un *set* di istruzioni esatte per ottenere, nell'interlocutore, un comportamento di risposta sicuramente prevedibile. Sebbene il linguaggio sia sempre presente nell'influenzamento reciproco cui incessantemente ci sottoponiamo, esso agisce unicamente come un codice che *evoca* una risposta nell'interlocutore, ma la natura, la misura e la quantità della risposta sono determinate non tanto dal messaggio trasmesso, quanto piuttosto dalla *natura del ricevente e dal modo in cui esso è organizzato*. Qualora la risposta sia apparentemente quella che ci si aspettava, ciò dipende dal fatto che i comunicanti sono stati in grado di sviluppare un alto grado di coordinazione delle loro condotte ad un livello prelinguistico prima ancora che simbolico o di lingua condivisa.

Un siffatto modo di vedere implica l'impossibilità di cogliere, attraverso il linguaggio o comunque attraverso una codificazione simbolica, la “verità oggettiva” dell'altro o del fenomeno osservato. Tutt'al più si tratta di una “verità” relativa a determinate condizioni osservative oppure al grado di consenso che i comunicanti sviluppano tra di loro, e poiché queste condizioni sono sottoposte a mutamento continuo sia nel tempo, sia nella dislocazione del vertice di osservazione, ogni “verità” deve essere considerata parziale e provvisoria.

La ricerca del “consenso” e quindi la cura nell'impostazione della relazione sono più importanti della “verità”.

E' evidente, se si applica con rigore questo modo di pensare, che la padronanza consapevole di teorie e tecniche faciliterà la costruzione del consenso, aiutando ad evitare le trappole più comuni della comunicazione e fornendo punti di riferimento per orientare l'impostazione di una relazione “onesta”, eticamente fondata, con il cliente. Da una parte infatti il terapeuta si sforza di essere consapevole dei suoi inevitabili limiti di partenza, teorici, personali e contingenti, dall'altra è incuriosito dal dislocare a più riprese – anche con l'aiuto di colleghi - il proprio punto di vista per arricchire l'immagine del suo cliente dando a quest'ultimo quante più occasioni sono possibili di esprimere e denominare affetti, emozioni, sentimenti, vissuti. In un contesto di questo genere – se la terapia ha successo - diventa palese ciò che sempre accade, e cioè che il cliente trova le *proprie* soluzioni ai suoi problemi, all'interno dei suoi schemi e modelli di riferimento e dei suoi linguaggi.

Nell'ambito della psicologia clinica, questo approccio sicuramente aiuta a non urtare negli scogli di Scilla, ovvero nel razionalismo scienziata¹³ che configura inevitabilmente rapporti di potere e reciproci misconoscimenti tra curante e paziente. Se evitare Scilla è un grande

12 Cfr. M. Schinco “La natura dialogica della psicoterapia”. In C. Capello, E. Gianone (a cura di): “I non-colloqui di Alice”. II edizione, ISU Edizioni, 2007 Milano, (pagg. 115-159).

13 Cfr. M. Schinco “La natura dialogica della psicoterapia”. In C. Capello, E. Gianone (a cura di): “I non-colloqui di Alice”. II edizione, ISU Edizioni, 2007 Milano, (pagg. 115-159).

bene, il rischio di incappare in Cariddi non può però essere trascurato.

Di fatto, le terapie di derivazione sistemica, non meno che tutte le altre forme di psicoterapia, vengono talora applicate in modo ideologico, come se fossero onnicomprensive, insostituibili, in grado di spiegare tutto e soppiantare ogni altra forma di trattamento; così le rigidità proprie del modello biomedico vengono rimpiazzate da quelle proprie dell'ideologia. Si creano nuovamente rapporti di potere che tendono a negare il mistero del cliente e che, spesso, rispetto a quelli che si creano nell'approccio bio-medico, possono anche essere peggiori, perché legati a modelli più approssimativi e di bassa qualità¹⁴.

Gli scogli di "Cariddi" - cioè dell'approccio ideologico alla psicoterapia - possono concretizzarsi in forme di misticismo superstizioso modello *new age* oppure in forme ideologiche di relativismo estremo che, non si capisce bene su quale base, negano ogni forma di dignità originaria all'Io, svalutano il corpo, le sue necessità e le sue differenze, denigrano l'*amore della verità* proprio degli esseri umani.

5. Sonno e psicoterapia

Quest'ultimo tipo di estremizzazione, d'altronde, ha la sua radice nel fatto che l'approccio estetico alla psicoterapia, con la visione che ne deriva dell'identità e dei rapporti umani è per definizione *incompleto*. Proprio in ciò consiste la sua preziosità, in quanto esso si configura principalmente come un metodo e un modello di pensiero obbediente a criteri – come tali, condivisibili, confrontabili e negabili – che permettono di stabilire in modo non violento¹⁵ un *vuoto*, o meglio ancora, un luogo per il *sonno* - inteso come *assenza di pensieri costruiti* - tra lo psicoterapeuta ed il cliente. Man mano che costruiscono il loro rapporto, cliente e terapeuta si vuotano entrambi delle loro spiegazioni preconcepite, delle teorie che li accecano e soprattutto delle loro limitanti certezze. Più si crea questo vuoto, più i terapeuti e clienti si manifestano, l'un l'altro e anche agli occhi di terzi, *irriducibilmente e inesorabilmente* in una sempre maggior nudità di se stessi. E' questo stato che io appunto paragono al sonno, come vedremo meglio in seguito, il vero motore del cambiamento.

Se, nella ricerca della essenzialità, il terapeuta riuscisse a spogliarsi di tutto ciò che è superfluo, che cosa rimarrebbe?

Rimarrebbe un nudo *intelletto affettuoso*, in grado di modellare, co-determinandola¹⁶ e regolandola, la *realtà* cui si rivolge, sia essa interna o esterna. Di fatto però, questa spoliatura è sempre parziale, e si rivela solo in momenti molto particolari del processo terapeutico, quelli in cui il terapeuta concepisce un'idea o un sentimento in grado di modificare la visione del mondo del cliente, e in qualche modo gliela comunica, provocando in lui lo *spogliarsi* di una visione a cui si era attaccato.

Viceversa, la maggior parte della conversazione terapeutica si svolge ad un altro livello,

14 Cfr. M. Schinco, *O divina bellezza... o meraviglia*, Carabà, Milano 2002.

15 Sospensioni violente delle attività di "veglia" e di dialogo interno si possono avere viceversa per malattie, traumi affettivi, lutti, intossicazioni etc. etc.

16 Cfr. M. Schinco, "O divina bellezza...", in part. cap. VI.

quello della *veglia* in cui le apparenze (il *mondo* del cliente e il *mondo* del terapeuta) sono in primo piano, ed entrambi, cliente e terapeuta, vi si concentrano in modo analogo a quanto accade nell'ipnosi, *distraendo* cioè la loro finalità cosciente dalle *verità* che sono veramente in gioco e consentendo al loro intelletto, non disturbato da uno sforzo volontario che sarebbe solo controproducente, di esplorare il campo e stringere relazioni fino al momento in cui, come in una sorta di epifania, esso si manifesta producendo i suoi effetti, grandi o piccoli, di cambiamento. Quindi il cambiamento non è solo un fenomeno estetico, ma è *bello* in quanto imparentato al *vero*.

Questo però lo lascio dire, molto meglio di me, a Emily Dickinson:

*La bellezza non ha causa: esiste.
Inseguila e sparisce.
Non inseguirla e appare. (...)*¹⁷

6. Conclusioni

La sede dell'affettuoso intelletto di cui stiamo parlando non è il *mondo* con i suoi grovigli di testardi desideri, illusioni, passioni e terrori; nemmeno è, come in psicologia spesso si è pensato per un pregiudizio materialista e per paura di non essere considerati "scientifici", la *terra* a cui l'intelletto è inesorabilmente vincolato con legami di affetto, siano essi amorosi o distruttivi.

La sua sede è il *cielo*, ovvero il mondo imperscrutabile dello spirito. Spirito che si esprime e si può testimoniare, ma non si lascia imbrigliare nelle nostre povere descrizioni.

La maggior parte del lavoro terapeutico, quindi, consiste in un intelligente distrarsi e distrarre fino a che l'uno e l'altro, terapeuta e cliente, non *riceveranno* - come nel sonno - l'idea/affetto che cambierà le cose.

Ritengo di dover spiegare meglio ciò che intendo con "intelligente distrarsi": lasciando fuori dalla consapevolezza il proprio vertice "celeste" di osservazione, ma non la certezza della sua presenza, il terapeuta deve esplorare il *mondo*, quello del cliente ma anche il proprio, con estrema attenzione, "come se" esso fosse vero, rispettandone le regole e le eccezioni, attraverso "il lungo studio e il grande amore" che caratterizza l'acquisizione di un sapere psicoterapeutico serio.

Sarebbe un grave errore trascurare sia lo sviluppo delle teorie e delle tecniche sia il confronto tra teorie e tecniche diverse, e per un duplice motivo. Prima di tutto in quanto ognuna di esse si configura come una lente attraverso cui possiamo osservare i "mondi" in cui si realizza la vita delle persone; è necessario che le lenti siano ben levigate, pulite e appropriate all'ordine di grandezza dei fenomeni che si desidera osservare e descrivere; viceversa, vedremmo solo nebbia e dovremmo limitarci a confrontare nebbia con altra nebbia.

Anche se non appartengono completamente al *mondo* è nel *mondo* che le persone

¹⁷ E. Dickinson, Tutte le poesie, a cura di M. Bulgheroni, A. Mondadori Editore, Milano 1997.

realizzano la loro identità. Rinunciare alla conoscenza del *mondo* o applicarvisi in modo approssimativo vuol dire smorzare indebitamente quella tensione che configura la conoscenza delle persone.

L'altro ancoraggio a cui il terapeuta si deve applicare con attenzione é quello della *terra*. La consapevolezza dei limiti del modello medico, che si evidenziano soprattutto nella disattenzione alla complessità del vivente e nell'esaltazione dell'utilitarismo applicativo, non può diventare una scusa per negare la corporeità delle persone. Ritornare al corpo vuol dire minimizzare i fantasmi che ci allontanano dalla semplicità e riconoscere la nostra sottomissione alla legge della necessità; la necessità affratella le persone, le pone di fronte alle scelte fondamentali che portano al conflitto o alla collaborazione. Non possiamo quindi fidarci di una psicoterapia che non tenga in dovuto conto gli aspetti fisico-biologici dell'uomo.

La molteplice sospensione tra *cielo* e *terra*, che genera il *mondo*, e tra la cecità della *veglia* e la visione del *sonno*, che dà luogo a stati più o meno intensi di *sogno*, costituisce un sistema di tensioni che, come in musica, può produrre cacofonia o suoni sublimi, e nei momenti di riposo, il silenzio.

Il terapeuta, con i suoi interventi, le sue domande, i suoi commenti e spesso con la sua sola presenza, pizzica la corda del cliente, oppure si lascia da lui pizzicare evocando a sua volta in lui nuovi suoni per induzione armonica.

Se questo alternarsi di tensioni e distensioni, pur nel generarsi di momenti drammatici o anche di conflitto, non solo vincola insieme terapeuta e cliente, ma rimane affettuoso e sensato per entrambi, penso che, legittimamente e senza sentimentalismi, possa essere chiamato *amore*.