

LIFE EXPERIENCE 2018

La psicoterapia tra arte e scienza: esattezza dell'operatore e autenticazione dell'uomo creativo.

(d.ssa Fabiola Sacramati)

Il cliente decide di fare un percorso di psicoterapia quando sente la necessità di risolvere un suo problema, somatico o esistenziale che sia. In questa fase iniziale, il primo compito dello psicoterapeuta è quello di individuare con esattezza l'origine del sintomo, da dove nasce e come si esprime.

Per poter far questo, egli deve avere competenza professionale specifica sulle dinamiche complessuali, sugli effetti del monitor di deflessione nella psiche umana, sulle informazioni del campo semantico e sulle modalità di interpretazione dei sogni.

Grazie a queste competenze specifiche, individuare l'origine della patologia somatica o esistenziale (che deve avvenire velocemente, nell'arco di pochi incontri) non è poi così difficile perché nell'errore la natura dà dei segnali molto forti. L'errore o il sintomo in un altro essere umano urla, è protagonista. Questa è l'esperienza di chiunque tra noi svolga questa professione con serietà e impegno.

Il difficile viene dopo, quando si tratta di verbalizzare al cliente la sua reale posizione nel "qui e adesso" della vita e le sue responsabilità complessuali. E soprattutto, quando si tratta di fare insieme al cliente una revisione dell'immagine di se stesso e delle sue relazioni affettive più care e intime.

Aspetti che, in molti casi, rappresentano per il cliente stesso dei "pilastri" sui quali egli ha appoggiato tutta la sua esistenza e senza i quali si sente perduto, destabilizzato. Gli stessi aspetti che portano il cliente - e a volte anche l'ambiente circostante a lui - a scattare in diverse forme di resistenza.

Lo psicoterapeuta ha il compito di rendere il cliente più consapevole della propria forza e potenzialità per metterlo nella condizione di fare scelte più congrue alla sua realizzazione come persona. Per fare questo, egli deve possedere l'arte del dialogo, cioè deve usare le parole come fossero un bisturi invisibile, devono essere ben assestate e con proprio campo semantico. Lo scopo è quello di agevolare il cliente nel fare metanoia, cioè

“cambiare mente”: durante il dialogo terapeutico occorre inserire continuamente la novità della semantica dell’In Sé.

Questo processo può durare un tempo variabile sulla base della tipologia di cliente, ma soprattutto sul livello di resistenza posto in essere dal cliente stesso. Infatti, se egli non opponesse resistenza, la cura della patologia sarebbe possibile in tempi abbastanza limitati.

L’operatore deve avere molta attenzione alle resistenze poste in essere dal cliente, aspettare i suoi tempi e non farsi coinvolgere dal transfert. Soprattutto, non deve mai dimenticare che esiste il libero arbitrio, quindi è il cliente che deve scegliere e agire per se stesso: la cura si attua come conseguenza di una variazione comportamentale del soggetto in campo morale e decisionale. Ciò nonostante, occorre avere sempre rispetto per le scelte del cliente, anche quando siamo consapevoli che non sono esatte secondo le indicazioni del suo In Sé e che porteranno ulteriori complicazioni nella vita della persona.

Dopo questa prima fase, risolti i diversi aspetti della sintomatologia, sciolti tutti i complessi e trascesi gli stereotipi, forse il cliente entra nella fase della creatività. Almeno per i migliori si apre questa prospettiva: il soggetto ha raggiunto il suo stato naturale di esattezza, quindi può procedere con novità di esistenza.

Con il termine “migliori” intendo coloro che hanno almeno due caratteristiche: 1) sono particolarmente dotati di intelligenza come dono di natura (e in questo non c’è alcun merito), 2) non si accontentano di una vita sul modello “così fan tutti”, ma hanno l’ardire di voler capire il senso della loro vita e, soprattutto, di realizzarlo. Quest’ultimo aspetto è fondamentale ed è solo una questione di merito: avere l’ambizione e il coraggio di realizzare se stessi secondo la propria identità di natura.

Quando si tratta di supportare il cliente nel suo sviluppo di personalità e di autenticazione, il dubbio può sorgere nella mente dello psicoterapeuta, perché la vita può offrire diverse alternative e opportunità. A quel punto si tratta di individuare, secondo le pulsioni dell’In Sé del cliente, qual è la strada migliore tra altre comunque buone.

Infatti, la psicoterapia ontopsicologica va ben oltre la sparizione del sintomo. **Lo scopo ultimo è quello di autenticare e sviluppare l’uomo creativo.**¹

¹ A. Meneghetti, “Manuale di Ontopsicologia”, Psicologica Editrice, Roma 2003.

Chi è l'uomo creativo? Ci sono molti aspetti della creatività. Nell'aspetto più alto, quello metafisico, l'uomo creativo è trascendenza, è conferma e parola dell'Essere. Il professore Meneghetti afferma che *“L'Essere si appella attraverso il gioco erotico della vitalità esistenziale di un determinato individuo”*.²

Oltre all'aspetto metafisico, c'è anche l'aspetto psicologico della creatività, che forse è quello che interessa di più tutti gli psicoterapeuti. La creatività in un secondo aspetto, riduttivo rispetto a quello metafisico, è la capacità di indovinare e realizzare quelle soluzioni che poi pongono il soggetto in vantaggio e in realizzazione delle proprie necessità interiori.

Essere autentico non significa automaticamente avere la capacità di manifestarsi come parola dell'Essere, ma più semplicemente significa che l'individuo si sta sviluppando coerentemente alle sue potenzialità, assolve a se stesso.

In quanto creatura, l'essere umano non può creare qualcosa dal nulla. Può elaborare qualcosa di nuovo e straordinario da ciò che già esiste. In altri termini, il creativo è colui che, nel suo settore specifico di attività, è il miglior tecnico, colui che sa usare in modo magistrale e diverso tutti gli elementi a sua disposizione.

Ad esempio, lo chef che, con gli ingredienti che tutti hanno, è in grado di preparare una prelibatezza superiore per il nostro palato.

Altro esempio, proprio lo psicoterapeuta che, dagli input che riceve dall'In Sé del cliente, individua la strada maestra. Non una possibilità qualunque, ma quella possibilità che è l'ottimo per il cliente in quel momento. E con il dialogo posto a regola d'arte, stimola il cliente all'azione riuscita, aprendo la sua coscienza.

Per ottenere questo risultato nel cliente, lo psicoterapeuta deve saper leggere la radice della positività della natura umana in quel soggetto, cioè deve saper leggere il suo In Sè. Questa intenzionalità di natura insita in ciascun essere umano è il criterio che dà l'esattezza e la sicurezza scientifica a noi operatori.

Chi è il professionista che può fare psicoterapia di autenticazione? Quali caratteristiche deve avere e quali doti personali?

² A. Meneghetti, “Seminario sulla creatività”, Psicologica Editrice, Roma 1989.

Lo psicoterapeuta deve saper leggere le informazioni che derivano dal campo semantico e deve essere in grado di identificare e isolare l'In Sé del cliente. Quindi, prima di ogni altra pretesa, deve recuperare questa capacità di conoscenza, di altissimo livello, che il corpo e la mente hanno già per natura.

Per diventare un bravo psicoterapeuta occorrono molti anni, almeno 20. Quello che insegna l'università non basta. Non bastano neanche più lauree e specializzazioni. È necessaria una formazione personale continua, attraverso un instancabile esercizio critico di coscienza su se stessi e un training con un altro psicoterapeuta.

Quindi, dal momento che si sceglie questa professione, occorre essere consapevoli che è richiesto un impegno con se stessi prima ancora che con il cliente. Un impegno di elevato valore morale e scientifico. È richiesto di fare una scelta di vita totale.

Infatti, lo psicoterapeuta non può fare la vita che fanno tutti, ma deve essere sempre attento a sorvegliare la propria personalità e a mantenerla pulita, trasparente. Chi vuole esercitare questa professione deve essere disposto ad un allenamento continuo su se stesso per riconoscere e realizzare la propria identità di natura, perché solo dalla propria esattezza deriva la capacità di conoscere l'altro con altrettanta esattezza.

Questo perché, a differenza di tutti gli altri mestieri, lo psicoterapeuta ha solo uno strumento professionale a disposizione: la sua totale personalità. E questo implica una enorme responsabilità.

Un medico, per esempio, può usare tanti strumenti del mestiere, dal fonendoscopio al termometro. Così un ingegnere o un avvocato. In tutte le altre professioni, si può avere una vita sbagliata sul piano personale, con presenza di complessi e stereotipi, di vizi particolari, di piccoli o grandi fallimenti. E' sufficiente essere un buon competente sul piano tecnico specialistico, anche se nel privato si è fallimentari.

Lo psicoterapeuta, invece, deve essere in grado di leggere con esattezza la realtà psichica dell'altro e identificarlo per come realmente egli è. E per far questo ha come strumento di lavoro solo la sua esperienza di vita, la sua coscienza e la sua percezione organismica.

Per mantenere una personalità esatta e trasparente, lo psicoterapeuta deve avere una vita esatta. Deve presidiare il suo mericismo quotidiano, cioè le piccole cose di cui alimenta la

sua vita tutti i giorni. Si tratta di fare attenzione alle persone di cui si circonda, alle informazioni di cui nutre la propria mente, alle sue modalità di piacere. Tutto deve essere conforme al progetto di natura. La sua vita deve essere “arte di vivere”, con il nutrimento necessario del piacere estetico.

In caso contrario, nella professione non si funziona. E ce ne accorgiamo subito, perché si comincia ad entrare in confusione quando si ha il cliente davanti, si percepisce chiaramente di non riuscire a centrare il punto che dà la svolta alla dinamica psicologica del cliente in quel momento. E' come se la propria mente fosse piena di opinioni e incapace di una analisi obiettiva e serena. A quel punto, anche se ci si impegna in tutti i modi per risolvere il sintomo, si continua a riscontrare la persistenza di questo.

Questo impegno continuo nel mantenere integra la propria personalità può essere percepito come una fatica, ma è anche la strada per il piacere. Diventa uno stile di vita e una forma di piacere irrinunciabile, perché è l'unico modo per onorare il proprio lavoro. Per poter agevolare il libero fluire della vita in un altro essere umano, prima bisogna essere libero dentro: si può aiutare l'altro nella misura in cui si è già evoluti nella propria realizzazione.

Quando si ha a che fare con un cliente che si trova nella fase creativa, anche per lo psicoterapeuta è un enorme piacere. Si tocca con mano, si ha la percezione netta e sensoriale della vita che scorre e dell'enorme potenziale che può essere realizzato storicamente dal cliente. E' piacere, è arte misurarsi con il cliente che sta realizzando se stesso.

Noi tutti facciamo parte della stessa energia universale e quando aiutiamo la realizzazione della vita in un altro, aiutiamo anche noi stessi. È un dare con un ritorno incredibile, in termini di soddisfazione, vitalità e autorealizzazione.

Come affermato prima, la fase iniziale della psicoterapia, quella della cura, è un po' pesante. Sappiamo per esperienza che lì non c'è novità e stimolo, ma coazione a ripetere l'errore. Poi, una volta entrati nella seconda fase, quella della creatività, tutto diventa piacere puro, arte ed estetica pura. Perché la creatività si nutre di piacere.

Il professor Meneghetti in “Seminario sulla Creatività” scrive: *“Il segreto del piacere sta all'interno dell'intelligenza dell'azione”*.³ Questo significa che il piacere lo si sperimenta

³ A. Meneghetti, “Seminario sulla creatività”, op. cit.

nella decisione e conseguente azione riuscita secondo le pulsioni dell'In Sé. In altre parole, quando lo Logico Storico e lo Apriori coincidono. Questa è l'essenza della creatività, che dovrebbe essere esperienza quotidiana dello psicoterapeuta.

Infatti, un bravo psicoterapeuta deve essere sempre uno con se stesso, sempre integro e conforme al proprio progetto di natura. Lui per primo deve essere nella corsa per la sua autenticazione e creatività. Il metodo ontopsicologico è esatto, ma è necessario che sia applicato da un uomo esatto.

Oltre ad una naturale curiosità amorevole verso gli altri e alla necessaria preparazione tecnica, lo psicoterapeuta deve essere un "santo". Non nel senso religioso del termine, ma nel senso che deve avere ordine nella propria vita su tutti gli aspetti: quello morale (quindi la propria vita intima e le proprie relazioni), quello economico e, soprattutto, quello estetico (organizzare l'estetica del proprio spazio ed emanare bellezza).

Il professor Meneghetti in "Genoma Ontico" scrive: *"Santità significa essere insieme con l'essere... È importante la santità naturale dello psicoterapeuta, affinché egli sia uno strumento esatto nell'applicazione scientifica della psicoterapia".⁴*

⁴ A. Meneghetti, "Il genoma ontico", Psicologica Editrice, Roma 1997