

di **Giovanni Salonia** – cappuccino, psicologo

La condizione dell'incontro

La parola giusta guarisce la solitudine mettendo le nostre anime in relazione



foto di Maurizio Vignali

Lo stupore che cura

La centralità della parola nella condizione umana è un dato evidente ed elementare: l'uomo parla. Proprio perché nel parlare si definisce, l'uomo tesse la trama complessa della parola navigando nelle parole, quelle dette come anche quelle non dette. Se qualcuno o qualcosa è fuori dalla parola, o meglio dalla dicibilità, si colloca ai margini della *polis* (come il bambino e il folle). Tra le tante funzioni che la parola svolge, una in particolare ci interessa: la capacità che essa ha di curare e di guarire le ferite dell'anima (e, a volte, anche quelle del corpo). Chi non ricorda le tante pagine suggestive che, lungo i secoli, sono state scritte sul compito e sulla capacità che la filosofia ha di consolare e di guarire i cuori? Ma è con la nascita della psicoterapia,

alla fine dell'Ottocento, che la cura-attraverso-le-parole diventa scienza/arte, oggetto di ricerche, di studi e di pratica. A differenza delle altre situazioni dell'esistenza in cui le parole "possono" guarire, la psicoterapia si definisce come il luogo in cui le parole "devono" curare: sono usate come farmaco dell'anima. Unico compito del terapeuta è inventare le parole che curano le ferite interiori del paziente. Per imparare queste parole, o meglio la funzione terapeutica delle parole, si richiedono molti anni di formazione. È la triste constatazione di quanto cammino sia necessario per "guarire le parole" continuamente esposte al rischio di essere svuotate o diventare sterili. La storia della psicoterapia è un continuo interrogarsi e confrontarsi, sperimentare e verificare,

su come fare a “guarire le parole” del terapeuta per renderle terapeutiche. Proviamo a condividere alcuni di questi percorsi.

Innanzitutto la consapevolezza che le parole che curano non possono essere apprese una volta per tutte. La parola cura proprio se è “nuova”, quando rinasce ad ogni incontro. In altri termini, le parole curano se non diventano potere, strumenti atemporali e spaziali ma rimangono luogo in cui gli uomini, nel qui-e-adesso, si incontrano. Paradossalmente le parole curano se dette nella terra-di-nessuno, dove ci si incontra nella nudità della condizione umana. Il dover ricominciare da capo con ogni paziente, ad ogni seduta, come se fosse ancora la prima nonostante anni di lavoro, è la fatica disarmante ma affascinante della psicoterapia. Solo dentro questa ricerca si scopre l'antica saggezza greca che indica nello stupore l'inizio di una vera conoscenza; è lo stupore che rende nuova la parola. Il terapeuta deve diventare ogni giorno di più una persona consegnata pienamente alla parola, nella ricerca mai sazia di coglierne sfumature e vibrazioni, risonanze e aperture, nessi e invocazioni, pause e silenzi.

La fatica del poeta

Questa ossessione amorosa per la parola dell'altro (cosa il paziente vuole dire, cosa sta vivendo) e per la parola propria (quali parole sono capaci di raggiungere le sue ferite per farne sprigionare la forza curativa) richiama – come sostiene Sichera – la fatica del poeta. Terapeuta e poeta amano la parola: ecco perché ogni terapeuta può far proprio il canto alla parola di Mario Luzi: “Vola alta, parola, cresci in profondità, / tocca nadir e zenith della

tua significazione, giacché talvolta lo puoi... /... però non separarti / da me, non arrivare, / ti prego, a quel celestiale appuntamento / da sola, senza il caldo di me / ... sii / luce, non disabilitata trasparenza...”. Ma dal poeta il terapeuta si distanzia perché chiamato a giocare nel fuoco di una relazione in cui le parole vanno e vengono, da una sponda all'altra, per narrare e costruire la trama di due anime che tentano di vivere, nella pienezza dell'affidarsi e del prendersi cura, il mistero dell'incontro, evento collocato alla frontiera dell'indicibile che, pur restando tale, deve paradossalmente divenire parola.

La parola – come una freccia – per raggiungere il bersaglio deve intrecciare nella bellezza del movimento l'energia e la direzione. Senza energia la freccia cade prima di aver raggiunto la meta, senza direzione va altrove. Nella parola l'energia è data dal corpo da cui proviene. Una parola nasce dal corpo e dal corpo è abitata se è stata pronunciata dall'anima, se cioè è emersa dalla totalità dell'esserci del parlante. La prima condizione perché una parola guarisca è che sia “mia”: non sia depositata in me da altri, non sia stata raccolta dal vento delle chiacchiere, non si nutra della propria eco. Ma non basta l'energia: la parola, come la freccia, ha bisogno della direzione. La direzione della parola è l'altro, il suo volto, la sua parola, la sua anima. Una parola nella quale l'altro non è presente già nel momento stesso in cui viene pronunciata è destinata a ritornare su se stessa. Quando si parla senza rivolgersi a un 'tu', le parole si moltiplicano, non ci si sente mai sazi di parlare, si ha l'esperienza terribile di parlare a vuoto. La logorrea è proprio il parlare

senza direzione. La parola cura se nasce da un grembo fecondato: se vibra, cioè, della mia esperienza, del mio corpo e dell'ascolto della parola-corpo dell'altro. Non curano le “belle” parole ma quelle piene di me e di te, della mia unicità e dell'unicità dell'altro.

Uno degli apprendimenti più impegnativi per un terapeuta è proprio questo: non cura la parola bella e neppure quella vera. La verità, da sola, non cura. Anzi, quando siamo ansiosi di dire la verità all'altro o sull'altro, finiamo sempre per inasprire la sua ferita. Fondamento e giustificazione della psicoterapia è la consapevolezza che la parola del terapeuta cura non solo se vera, ma anche se viene detta nel modo giusto e nel tempo giusto. Sapere “cosa dire” è condizione essenziale ma insufficiente, e può anche risultare terribilmente manipolatorio e dannoso per l'altro. Per diventare terapeuta bisogna apprendere “quale parola dire”, “come dirla” e “quando dirla”. Il “come” dire la parola ci ricorda la ineliminabile qualità relazionale di ogni parola. Il terapeuta dice una parola che nasce dall'incontro del suo mondo con quello del paziente. Quanto più sarà presente il mondo del paziente nelle sue parole, tanto maggiore sarà la forza curativa. Ecco la necessità di un lungo, attento, rispettoso ascolto. Agostino, in modo magistrale, ne ha descritto la regola aurea quando raccomanda ad Adeodato, nella *Catechesi ai rudi*: “Ascoltali (i rudi) e poi parla loro con le loro parole”. Suggerimento geniale che ci svela un segreto decisivo per ridare potere curativo (e kerigmatico) alle parole: immergere le parole dentro il mondo percettivo (bisogni, interessi, valori) dell'altro.



foto di Gigi Cangini

Il dono del *kairòs*

Il “quando” dire è l'altra condizione necessaria per fare sprigionare la forza curativa delle parole. C'è un *kairòs* della parola che va appreso. Diventa la cartina di tornasole per riconoscere un terapeuta (come anche un formatore): l'attenzione e la ricerca del “tempo propizio” in cui dire le cose. Il *kairòs* accade se si è in contatto con se stessi, con l'altro e con la relazione che si sta costruendo assieme: il *kairòs* della parola è il dono che la relazione fa a chi alla relazione si consegna. A questo punto si comprende come la parola ha il ritmo della musica. La parola che cura ha una musicalità tale da ridare vibrazione anche alle parole senza vita. Parafrasando Novalis, possiamo dire che saper parlare e saper ascoltare è fondamentalmente un problema musicale.

La parola del terapeuta cura se fa nascere nell'altro parole nuove. Per

poter trasformare dolori e smarrimenti della vita in un'opera d'arte – significato ultimo di ogni esistenza – è fondamentale trovare le “parole per dirlo”. Quando lo smarrimento, come il dolore, trova la “sua” parola, inizia il lento cammino di trasformazione in canto. Non per nulla D. Stern, creando la sua teoria evolutiva, ha posto, in modo geniale, come punto d'arrivo della crescita e della maturazione il “narrative Self”: la capacità del bambino di narrare (narrarsi) ad un altro. La parola, nella sua intima essenza, ha una valenza triadica: io dico qualcosa a qualcuno. Se non c'è l'io, si tratta di parole vuote, se non c'è l'altro si tratta di parole sprecate, se non c'è la parola tra me e l'altro siamo nella fusione o nell'indifferenza. La parola è la condizione dell'incontro: una parola che va e viene dalle solitudini dei due attraverso un gioco di apertura del proprio mondo e di accoglienza di

quello altrui. Si tratta di una danza che tra parola e silenzio permette a due anime di andare e venire dalla solitudine costitutiva all'incontro generativo. Sì, abbiamo bisogno di essere guariti anche dalle ferite che tessono la nostra esistenza: il peccato, il non senso, la morte. È la Parola di Dio che ci cura e guarisce i limiti invalicabili. Dio ci parla. E la Sua Parola, che si incarna nelle parole degli uomini, ci insegna a parlare lingue diverse, ma a comprenderci nello Spirito che ad ogni anima dà vita. Ma ci dobbiamo fermare qui. E lo facciamo citando Alberto Melucci, amico da poco scomparso, che fu poeta e terapeuta: “Se il posto del dire / resta vuoto / impietrisce lo spazio / tutto intorno”; e altrove: “Solo parole abbiamo / per trovarci / e d'amore il filo / che resiste”. ■