

“ISTRUZIONI PER MANTENERSI DIVERSI NELL’ERA DELLA GLOBALIZZAZIONE”

SEGNALI, SUSSURRI E GRIDA DAL MONDO DELLA NATURA

“...quando l'ultima giraffa, l'ultimo orso bianco muore, muore anche la prima giraffa alla quale Adamo ha dato il nome, quella imbarcata sull'Arca. La sua fine segna l'estinzione di un seme eterno, una divinità uccisa, un deicidio”.
J. Hillman, *Animali del sogno*.

Il mondo della natura non ha parole, è muto di fronte a noi umani che nei secoli abbiamo cercato di riempire questo spazio attraverso miti, racconti, religioni ed ideologie.

Scrive M. Buber: “Sono tre le sfere in cui si costruisce il mondo della relazione. La prima è la vita con la natura, in cui la relazione si arresta alla soglia della parola”.

Attraverso le scienze gli esseri umani hanno sempre cercato di scoprire cioè di interpretare reconditi segreti, armonie di funzionamento, possibilità di utilizzazione che si trasformano in tecnologie: continua e spasmodica ricerca per dare “parola” a ciò che in sé non ha “un senso” o un verso ma è così, è dato, esiste e ci sta di fronte e forse ci interroga rispetto alla nostra stessa presenza nel mondo.

Negli ultimi due secoli, tempo irrisorio di fronte all’infinito ma tempo infinito per la mia vita, è accaduto qualcosa: lo scarto, la differenza tra l’essere umano, soprattutto occidentale, e la Natura è diventato sempre più piccolo, fino ad annullarsi fino alla invasione fisica, chimica, cellulare di tante zone sia del pianeta Terra, sia degli organismi naturali.

La natura non più mitica, non più terribile e salvifica allo stesso tempo è ormai ridotta a mero accessorio, utensile della società occidentale.

I giganti che sostengono il cielo, gli spiriti, gli dei delle microcolture amazzoniche si sono trasformati in anonimi parquets nelle nostre case.

Quali segnali stanno giungendo dal mondo non-umano, cosa ci vogliono dire?

La distruzione di forme naturali non controllabili, non coercibili e quindi non assoggettabili è il segno più evidente di questi ultimi anni. La riproduzione di 'sospia' di 'doppi' di società umane e la espulsione reale o fantastica di tutto ciò che è altro da me (o non io) ci sta portando ad una omologazione della natura e della società umana contro la diversità naturale. Il mondo è sempre più umano, troppo umano, un mondo solo per l'Homo Sapiens.

Da un punto di vista fenomenologico si osserva l'instaurarsi di una nuova patologia che in altro luogo ho definito “patologia del compiersi”; l'invasione e la conseguente omologazione attraversa tutti gli ecosistemi e si ripresenta in tutti i livelli dell'esperienza.

Quale malessere c'è dietro questo sintomo?

Come studiosi della relazione individuo/ambiente in che modo ci riguarda tutto ciò?

Come terapeuti della Gestalt diamo grande importanza all'interazione tra individuo e ambiente, quest'ultimo inteso in tutte le sue accezioni, e quindi come rientrano questi fenomeni nel nostro concetto di Ambiente cioè di ciò che ci sta intorno, che ci abbraccia, che ci sostiene?

La crisi ambientale entra nelle asettiche stanze del terapeuta e si manifesta nel rapporto con il paziente.

Certamente un collegamento, forse neanche tanto lontano, c'è tra la proliferazione di quelle patologie che contattiamo sempre più spesso: border-line, tossicomani, patologie narcisistiche, disturbi d'ansia e di panico, caratterizzate dalla 'crisi della presenza' e dall'assenza di contenitori fantasmatici, e la perdita, o meglio il tramonto, di quella grande 'riserva immaginaria' costituita dalle forme naturali (paesaggi, foreste, animali, oceani, etc.) cioè del grande contenitore Madre-Terra. E d'altronde nella polarità opposta la ricerca

sfrenata di salutismo, di benessere a tutti i costi, di diete naturaliste, di macrobiotiche, di salvavita o salvacondotti per il futuro, conferma una mancanza di contatto reale con la parte primordiale, quella che vuole sentirsi animale, appartenente alla natura.

AL CONFINE DI CONTATTO TRA GESTALT ED ECOLOGIA

La natura e le sue forme sono entrate a far parte dei valori da difendere nella nostra società occidentale. Il progressivo affermarsi di un'etica ecologista e la nascita di nuovi soggetti etici (le generazioni future, gli animali tramite il movimento di liberazione degli animali, e tutte le altre specie in genere tramite il concetto di biodiversità) hanno allargato i confini di valori di molte persone. Ciò permette di domandarci se il nostro esserci nel mondo sia 'ecologicamente compatibile' e possa creare un nuovo 'adattamento creativo' adeguato alle mutate condizioni del pianeta. Proprio nella ricerca di questo adattamento creativo ci sono dei punti di contatto tra l'ecologia e la terapia della Gestalt. Il tentativo qui proposto è quello di superare la mera interpretazione dei fatti (lettura diagnostica della distruttività umana sulla natura) per giungere ad un mettersi in gioco e ad un 'contaminarsi' con problematiche che normalmente esulano dalla psicoterapia.

Il tipo di approccio, sia in Gestalt che in ecologia, al 'materiale' di indagine è simile. Le due discipline procedono con un metodo di tipo fenomenologico e fenomenico senza cercare di applicare alla realtà teorie preformate: "per la terapia della Gestalt, la superficie dell'esistenza è il piano che, preordinatamente, va focalizzato, l'essenza vera dell'uomo psicologico. E' in questa superficie che esiste la consapevolezza, la quale dà orientamento e significato alla vita". E., M. Polster

La 'superficie dell'esistenza': la nostra vita sulla Terra è possibile per pochi decimetri a volte centimetri di humus pieno di vita!

L'approccio olistico permette il passaggio da un livello all'altro (in Gestalt dal livello cognitivo, per esempio, a quello corporeo - in ecologia dalla nicchia ecologica al suo ecosistema) e da qualsiasi livello si parte non ha una grossa importanza perché si arriva comunque ad un approccio integrato tramite gli altri livelli: di modo che il tutto è sempre diverso e altro rispetto alla mera somma delle parti.

L'olismo, la globalità, non favoriscono l'instaurarsi di un canale preferenziale di comunicazione; in Gestalt la testa non conta più del corpo e la razionalità non ha più valore delle emozioni. Questo approccio alla realtà sconfirma la relazione causa-effetto sulla quale ancora si basa il nostro rapporto con la natura, preferendogli una relazione circolare che potrebbe essere visualizzata tramite una spirale.

La dimensione letterale con la realtà percepita ha portato ad una esclusione di tutti gli altri livelli comunque esistenti. Per esempio la forzata esclusione dell'aspetto metaforico dalle pratiche scientifiche, dall'economia, dalla vita di tutti i giorni, ha fatto sì che si perdesse una ricchezza e una varietà di contatti con il mondo percepito che supera la limitante causa efficiente.

La dimensione letterale, lineare, razionale, apollinea nel rapporto uomo-natura (come in quello uomo-uomo) perde la partecipazione mistica, il mistero, la tragedia (vedi il nostro rapporto col cibo così distante dall'animale da cui proviene che ormai non viene più percepito come tale) del nostro vivere.

Il livello metaforico ristabilisce profondità e spessore ad un rapporto reso spezzettato dalla letteralità. La metafora, il senso secondo, l'integrazione di altre varianti rendono complesso e ambiguo lo scontato rapporto con la natura. L'ambiguità, esclusa dalla razionalità economica e dal progresso scientifico, rientra in gioco come possibilità richiamata dalla crisi ambientale. Si ripropone così il tragico dilemma, l'impasse, la contraddizione fondamentale, dalla natura. Per gli ecologisti "la natura non è un giardino piantato per

l'uomo" A. Gorz, esistono limiti di sfruttamento non superabili: ci sono segnali che la soglia di sopportabilità delle "polluzioni" umane è molto vicina.

LA GESTALT-THERAPY: DIVERSITA' VERSO L'INTERSOGGETTIVITA'

Come la malattia fa riappropriare l'individuo del proprio corpo, così la 'crisi ambientale' ci fa 'sentire' di nuovo la nostra appartenenza agli ecosistemi naturali. Ritorna così l'ambiguità: amare e tradire la natura; Da un lato "la natura non è sacra. La vita umana sulla terra è precaria e per espandersi deve necessariamente modificare certi equilibri dell'ecosistema".

Dall'altro le attuali modificazioni dell'ambiente stanno distruggendo le basi stesse (aria, acqua, terra) del nostro 'essere gettati' qui sul pianeta Terra.

E' ormai da molto tempo che in 'figura' è fissato un tipo razionale di uomo e un pensiero logico che ha relegato sullo 'sfondo' altre potenzialità: immaginazione, fantasia, metafora, gioco e... aggiungete Voi quant'altro. Stare dentro l'ambiguità, accettare la contraddizione significa prendere consapevolezza di quegli aspetti del Sé scartati ed esclusi fin dall'infanzia dagli atteggiamenti nevrotici di genitori castranti.

Prendere 'contatto' con il corpo (proposto nella nostra società o come corpo-cadavere o come corpo-superficie oppure corpo-veicolo), vivere la sessualità, le emozioni non espresse e forse non conosciute, visti i modelli sociali normativi introiettati in precedenza.

Eccoci, quindi, nel *setting* terapeutico e nella relazione 'paziente-terapeuta'. Qui si manifesta la 'natura', il 'non poter essere altro' del paziente. Come accoglie il terapeuta i bisogni espressivi del paziente?

Quali strade vuole percorrere insieme a lui e quali, invece, ostacola, preclude, interrompe? Quali 'diversità' il terapeuta è disposto ad accettare? Quale concetto di salute viene proiettato sul paziente?

La salute non è assenza di malattia (che cosa vuol dire essere sani se in realtà si è privati di tante ricchezze personali, sociali, naturali), ma è un processo, una ricerca di benessere che non può escludere bisogni fondamentali dell'organismo umano.

In questo senso la terapia della *Gestalt* è orientata a considerare la salute non come uno stato acquisito ma un processo di crescita non omologato e non preordinato.

Come le forme naturali non sono a noi riconducibili, il loro essere è sempre 'altro', così l'incontro con il 'tu' nella relazione terapeutica non è a me assimilabile (pur essendoci un territorio in comune).

La diversità umana negata, omologata agli schemi della società occidentale (vedi la inesorabile sparizione delle civiltà primitive) può essere salvaguardata e sviluppata negli studi di psicoterapia. Le diversità che contattiamo ci danno modo di far esprimere creatività e fantasia.

Creatività, fantasia, immaginazione ci trasportano altrove (metaforein) in luoghi non conosciuti, nei luoghi dell'infanzia, della 'scoperta', forse verso Atlantide. L'occupazione fisica, 'scientifica', umana dei luoghi sognati e immaginati dove la Fantasia può spaziare liberamente, sembra essere un processo irreversibile. L'assimilazione degli ultimi territori estranei e alieni alla presenza dove regna la fiaba, il mito, la paura, ci priva di quel fertile humus, di quella 'riserva immaginaria' dalla quale per secoli tutti i popoli hanno attinto costellazioni di miti e di sogni, dove si è espresso l'inconscio collettivo.

Quale folletto, elfo o 'briccone divino' può ormai nascondersi tra i tronchi abbattuti della foresta? Quale paurosa 'ombra' è scomparsa con la accecante luce del sole equatoriale? La 'perdita' di questi luoghi misteriosi, spaventosi, 'sacri' significa l'appiattimento della nostra relazione con il mondo.

Di nuovo dal mondo esterno a quello interno (ma c'è poi tanta differenza?) dalla relazione con la natura al setting terapeutico.

Il 'compito della psicoterapia' è quello di non creare nuove norme, altri introietti, un moralismo 'terapeutico', ma di liberare, salvaguardare la creatività, la fantasia valorizzando la 'scoperta' di noi stessi, la scoperta di altri linguaggi: i sentimenti, il corpo, i sogni.

Ed è nell'intersoggettività, nella relazione unica e particolare con l'Altro che si costruiscono nuovi "ambienti", nuovi luoghi che non corrispondono al Sé o al Tu ma a quei nuovi ecosistemi che posso definire come Tu-con Me o Io-con-Te.

Luoghi insoliti e sconosciuti, privi di certezze e di aspetti cumulativi, ma in cui la estraniamento di entrambi diventa luogo fecondo: cognitivo ed emotivo.

È solo nello spazio intersoggettivo – tra due persone, tra consulente e cliente o paziente e terapeuta – che si possono articolare "nuove figure", Gestalt nuove e rappresentative, scaturite da diversità individuali ma con punti di contatto condivisi.

Se riteniamo che "il vero vivere è incontrare" (M. Buber) allora possiamo uscire dalle secche del pensiero unico e dalla "utilizzazione dell'Altro" per giungere ad un atteggiamento di osservazione, di stupore, di attesa e...di perdita.

Tale atteggiamento, per tornare al punto di partenza, ci permette anche di mantenere quello scarto tra il desiderio ed il realizzato, sia nello spazio intersoggettivo sia nel rapporto con gli elementi naturali, scarto pieno di meraviglia, immaginazione, possibilità...

La sfida del III° millennio sarà proprio quella di trasformare le nostre categorie di pensiero e di azione da quelle che fanno riferimento ad una progressiva crescita e quindi a invadere territori, altre specie o le nuove generazioni, ad un pensiero della "perdita" e del lasciare - magari osservando in silenzio da lontano!