



## **Transfert organico di Jacob Stattman**

### INTRODUZIONE

In questo articolo introduttivo, intendo presentare un'ipotesi che tenta di descrivere due fattori: uno è il ruolo del corpo nella psicologia delle dinamiche di transfert, il secondo è la necessità di differenziare tra il transfert in quanto processo organismico naturale e la nevrosi da transfert. In relazione a questi due punti desidero sviluppare una teoria per quanto concerne le basi energetiche dei fenomeni di transfert e quindi comprendere come e quando ciò avviene in psicoterapia. Detto in parole povere il transfert in psicoterapia può essere descritto come avente due componenti: regressione e distorsione della realtà a qualche livello. In termini classici la nevrosi di transfert deve essere evocata perché il cliente arrivi a rivivere gli aspetti repressi dell'infanzia, dimenticati, dolorosi e incompleti, da qui la regressione. L'analista viene quindi percepito non com'è qui e ora, ma come una figura parentale primaria, da qui la distorsione della realtà. Col passare del tempo una psicoterapia riuscita porterà a maturazione e un accresciuto senso della realtà ed il bisogno di nevrosi di transfert verrà sostituito da una relazione esistenziale nel qui ed ora. Mentre il cliente sviluppa una maggiore individuazione tramite la crescita di un forte ego, i bisogni nevrotici che sottostanno la nevrosi di transfert non condurranno più al tipo di proiezione energizzata dalla regressione.

### TRANSFERT E NEVROSI DI TRANSFERT

Espandendo l'introduzione voglio puntualizzare tre aspetti.

I - Il comportamento di transfert non è limitato alla relazione psicoterapeutica. In gradi diversi accade in molti aspetti della vita di ogni giorno. In presenza di una relazione particolarmente importante, è probabile che il transfert si intensifichi, ma in ogni situazione in cui ci sentiamo dipendenti o inferiori per motivi reali o nevrotici, viene stimolata la dinamica di transfert. Sicuramente questo è il caso di molte situazioni matrimoniali ed è anche inconsciamente desiderata per le stesse ragioni di sicurezza e soddisfazione che i clienti sperimentano in psicoterapia. Nel contempo una relazione di transfert di qualsiasi genere è fonte di frustrazione e blocco nella crescita e di un certo grado di dolore dacché questa relazione è una ripetizione circolare del comportamento infantile con i suoi piaceri ed i suoi dolori ma in una personalità e corpo da adulto.

II - La seconda puntualizzazione riguarda il fatto che il transfert è largamente inconscio. Ci vuole un grosso lavoro per trasmettere la comprensione che il comportamento di una persona è pieno di proiezioni riguardo ad altre persone, altri tempi, altre esperienze. Vi è mancanza e blocco della consapevolezza e resistenza a capire che si sta reagendo in un comportamento di transfert. Si richiedono profondi cambiamenti per modificare questo comportamento una volta che venga riconosciuto. Non rivendico nulla di nuovo qui, ma sollevo la questione. Qual è la ragione di questo problema e come viene energizzato così efficacemente? Chiaramente non è questione di intelletto e motivazione poiché molti clienti investono tanto tempo in terapia e nella vita per cambiare, con piena consapevolezza del loro comportamento di transfert e con la frustrazione di essere incapaci di cambiarla in maniera significativa. La nevrosi di transfert è più altamente energizzata della comprensione psicologica pura e semplice di essa e della volontà di cambiarla.

III - La terza puntualizzazione consiste in una discussione della funzione psicologica del corpo e delle radici della formazione del carattere. Credo che la psicodinamica energetica che muove il meccanismo di transfert sia una funzione naturale del processo di crescita proprio all'inizio della vita stessa, che inizia prima della nascita ed è al massimo della sua efficacia nei primi due anni di vita. La nevrosi di transfert associata all'inizio del periodo edipico è uno sviluppo più tardo delle stesse strutture che si sviluppano nei primi due anni di vita. Questo processo edipico viene più facilmente visto e compreso in parte perché vi è

un certo grado di memoria nel cliente e perché ha luogo durante la sua fase verbale. Può essere verbalizzato. Ciò che desidero enfatizzare fino alla fine dell'articolo è che il transfert dei primi due anni di vita è naturale, essenzialmente somatico (in modo che spiegherò), non verbale e preverbale. E' a causa di questi due fattori che il transfert rimane un fenomeno che dura tutta la vita in relazioni energizzate dalla struttura del carattere fissata nel corpo stesso e non disponibile alla coscienza verbale e razionale, aspetti solo mentali.

## IL TRANSFERT IN QUANTO FENOMENO DI CRESCITA NATURALE

Il transfert come esperienza di crescita naturale, elemento base nel processo di nutrimento, deve essere differenziata dalla nevrosi di transfert che è una distorsione di ciò che è intrinseco allo sviluppo ed alle interpersonali umane. Il fenomeno di transfert è un processo continuo che ha avuto origine nella formazione dell'identità simbiotica in qualche modo simile e più complesso del meccanismo del bonding in tutte le altre forme di vita. La nevrosi di transfert è indicativa dei problemi nel comportamento di transfert della persona. La persona individuata partecipa anche al transfert in quanto elemento desiderabile ed essenziale di tutte le relazioni, ma senza distorsione della realtà. Il transfert in questo senso appartiene alla capacità di dare e ricevere ciò di cui si ha bisogno e si vuole, secondo un radicamento organico con il sé e con gli altri. Questo meccanismo di transfert è basato su un processo di apprendimento simbiotico originario che coinvolgeva mimica spontanea, imitazione, risposta da parte del corpo e comportamento delle figure parentali, particolarmente la madre.

Dapprima il modello psicosomatico originario per la crescita è il corpo del genitore (per il feto e il neonato) con le sue uniche pulsazioni, battito cardiaco, ritmi, movimenti, posture e suoni e il complesso emozionale definito "madre". Quando si sviluppano l'udito e la vista il mosaico di azioni da imitare cresce in complessità e forma. I particolari cicli respiratori hanno un profondo effetto sul bambino che respira essenzialmente allo stesso modo della madre. E' come dire: "Hai un corpo perciò io sono e sono ciò che sono e sono quanto più possibile come te". Questo punto può spiegare il perché dei modelli imitativi in psicoterapia, tra clienti e terapeuti, tra studenti ed insegnanti ecc.

Perché i clienti freudiani hanno sogni freudiani ad infinitum? Per il bambino questa imitazione è essenziale. La differenziazione nei primi stadi simbiotici è pericolosa e terrorizzante. Troppo presto c'è un'esperienza di altro da me, di separatezza di tutto quello che spinge con forza alla individuazione. Se l'individuazione viene forzata certe esperienze organiche e la crescita sono distorte in qualche misura, questo distorce altre funzioni e processi ed un senso di incompletezza rimane a vita normalmente manifesto come un inconscio desiderio ardente di completare la simbiosi originaria. Questo è ciò che credo energizzi la nevrosi di transfert.

Reich fu chiaro nell'affermare che questo non è parallelismo psichico, ma un tipo di avvenimento casuale in cui il corpo o la mente producono di conseguenza effetti sull'altro. L'oggettivo e il soggettivo non possono essere scambiati eccetto in patologia o in un modo di pensare erroneo. Ad ogni modo Reich si focalizzò sulla patologia, spiegando la formazione dei disordini del carattere e delle strutture del carattere. Sto applicando lo stesso principio per descrivere come la madre tramite il suo corpo (ed anche i terapeuti) trasferisce identità, ego, essere, forma, comportamento, percezione, tutto quello che è implicato nei processi formativi vitali. Senza un tale principio è impossibile comprendere come vengono energizzati il transfert e la nevrosi di transfert. La mancanza di questa comprensione e dei mezzi per contattare e lavorare con il processo di identità funzionale significa una comprensione mancante del comportamento umano. E' importantissimo che il terapeuta sia in grado di applicarlo concretamente.

## REGRESSIONE CRONOLOGICA, FUNZIONALE E DELLA FUNZIONE DEL NUTRIMENTO

Ho esteso il principio dell'identità funzionale, considerate normalmente solo per spiegare le dinamiche intrapsichiche e lo applico qui alla relazione madre - bambino.

La simbiosi è allora spiegabile in termini psicologici e vegetativi per via di questa identità funzionale. E' la descrizione di come il transfert di fatto funzioni, cosicché il carattere del bambino (e poi dell'adulto) diventa spiegabile. Tramite questa percezione diviene possibile distinguere e differenziare tra il compor-

tamento di transfert e la nevrosi di transfert. Confusione o fallimento nel fare questa differenziazione comporta molte implicazioni per il successo o fallimento del processo psicoterapeutico, un problema che tratterò più avanti in questo articolo.

All'interno della relazione madre - figlio, lo stress e l'interferenza nel contatto appropriato significano mal - formazione nel processo di transfert e una limitazione vegetativa alla capacità di sviluppo del bambino. Una buona formazione dell'identità è sinonimo di formazione basilare di un forte ego che può emergere soltanto da un'esperienza vissuta di valore positivo di sé. Le precondizioni di questi sviluppi positivi dipendono direttamente dalla qualità e quantità di contatto congruente con i bisogni e desideri organismici e possono essere ricevuti soltanto nel transfert. Fattori nella matrice di contatto includono contatto, calore, far da specchio, varietà emozionale, capacità espressive, centratura, contatto oculare e tutto quello che è appropriato alle funzioni e attività inerenti alla relazione.

Ciò fu drammaticamente dimostrato dai famosi esperimenti del Dr. Harlow e dalle sue scimmie. C'erano tre gruppi di scimmie, madri con figli in ciascun gruppo. Un gruppo di figlio venne tirato su da una vera madre. Un secondo gruppo da un congegno meccanico coperto da una pelle di scimmia, il terzo da un sostituto materno che era solo una macchina. Le due madri meccaniche fornivano calore fisico essenziale, cibo, ecc. Soltanto il primo gruppo di figli crebbe normalmente e furono in grado di funzionare in seguito loro stesse da madri sane. Gli altri due gruppi di figli svilupparono un comportamento estremamente nevrotico e da adulti furono incapaci di comportarsi da buone madri. Questi gruppi inoltre crearono figli nevrotici. Mettendo queste scimmie nevrotiche assieme alle madri sane esse migliorarono nei loro ruoli materni. A mio avviso, le scimmie sane trasferirono qualità materne che furono sufficienti a superare molte delle nevrosi trasferenziali create in primo luogo dalle madri meccaniche.

Il comportamento nevrotico dei figli delle madri meccaniche mostrò quello che negli esseri umani definiremmo gradi di comportamento schizoide o depressivo. Lo stesso si può vedere nei figli di madri "meccaniche" "umane in cui qualità del contatto è più o meno limitata a fornire un sostegno fisiologico essenziale ma in cui è mancante il fornire, trasferire l'essere, la gamma più ampia dell'esperienza umana.

Un esempio di ciò ancora più drammatico e attuale è accaduto di recente con dei bambini prematuri in una situazione accaduta in Olanda e, se ricordo bene, anche in Perù. Alcune madri povere in Perù non furono in grado di ottenere le incubatrici normalmente usate per bambini prematuri (in cui, anche in quel caso, i neonati spesso muoiono). Queste madri legarono i neonati al loro seno e miracolosamente i neonati sopravvissero e crebbero bene e senza molti degli effetti collaterali psicologici dei bambini nelle incubatrici. Ciò venne scoperto da medici olandesi che hanno istituito un programma di trattamento simile in Olanda: non c'è fino ad adesso nessuna spiegazione sul come funzioni il processo poiché la credenza medica è che la macchina esegue un lavoro migliore nel fare da madre. Per quanto mi riguarda questa è una ulteriore indicazione di ciò che intendo per dinamica di transfert. Il collocamento nella incubatrice è un esempio di ciò che intendo per energizzazione della nevrosi di transfert.

Ho asserito queste opinioni varie anche in conformità con il Dr. Fairbairn, uno dei pionieri teorici della psicologia delle relazioni oggettuali che ha dichiarato che la causa prima della nevrosi è la dipendenza infantile e non il complesso di Edipo. Egli fissa l'eziologia della nevrosi fin dalla nascita attorno all'esperienza dell'allattamento. Il suo successore, Dr. Guntrip spiega ciò in parole povere come "amore affamato", il conflitto schizoide nel fallire ad ottenere ciò che si vuole in una determinata situazione. A mio avviso il seno è una descrizione troppo localizzata della fonte del problema, ma il concetto espresso da Fairbairn e Guntrip è tuttavia un altro modello per spiegare il bisogno di transfert e come la sua mancanza generi nevrosi. Guntrip analizza ulteriormente questa funzione primaria in termini del concetto di madre "cattiva" e madre "abbastanza buona". "La madre cattiva" è un oggetto energeticamente eccitante percepito come capace di soddisfare i bisogni mentre allo stesso tempo trattiene ciò che ha o respinge il tentativo del bambino di ottenere ciò di cui ha bisogno. Per il bambino la conseguenza è un miscuglio di aggressività per essere stato rifiutato, paura del fallimento di poter essere soddisfatto e colpa. dovute alla introiezione che "non sono buono abbastanza, sufficientemente degno di ricevere ciò che mi è dovuto e perciò non merito". La sola reazione possibile allora è una qualche forma di contrazione contro i bisogni e di ritiro dalla madre il che conduce ad una diminuzione o rottura del transfert. La forza dell'ego viene trasformata in comportamento difensivo e diviene letteralmente, a livello somatico, una resistenza contro la propria natura organica. Questo è allora l'inizio della formazione delle strutture

caratteriali nevrotiche. Tutte le relazioni successive incontreranno questo schema di autonegazione. Dalla prospettiva della teoria Reichiana questo può anche essere visto come la base della perdita di potenza orgastica nella sessualità, ma anche, in generale, come cattivo adattamento alle proprie risorse libidiche. La vitalità che afferma la vita è stata respinta a causa delle incapacità di vivere le dinamiche del naturale transfert tra due esseri viventi. Questa relazione da ora in poi conterrà un impulso al transfert ed agli elementi della nevrosi di transfert. Questo è quello che energizza l'attaccamento nevrotico alla madre "cattiva" e la resistenza al cambiamento nella terapia e nella vita. Il transfert ha luogo prima della consapevolezza, anche prima che il cervello sia pienamente sviluppato nel neonato. Questa è anche la base in terapia del transfert positivo e negativo. Ciò che è negativo nel transfert viene interiorizzato perché, parlando dal punto di vista organico, questo è ciò che è stato messo sotto pressione. Se rifiuti la tua energia, ciò incide sul livello della capacità di amare te stesso. Se hai ricevuto ciò che manca nell'amore con tua madre, come puoi amare te stesso poiché tu sei l'essenza di lei, il suo corpo è il tuo corpo, la sua esistenza è la tua esistenza? Perché il bambino sopravviva e cresca deve ricevere il suo essere fisico ed esistenziale dalla madre. Questa è una legge positiva della natura; che qualcosa di ciò che viene trasferito non sia in armonia con la natura, malformazione o abuso, non invalida il principio.

E' utile ricordare l'origine della parola terapia: proviene dal greco classico, forse da Platone, che definì la terapia come un processo di mettere sottosopra e rovesciare per correggere i disordini mentali della nascita. Questo principio descrive anche il funzionamento della teoria della reincarnazione e la teoria del Karma. E' forse solo nella cultura moderna occidentale, che diamo per scontato un certo tipo di mentalità illusoria sulla nascita e nei primi anni dell'infanzia per cui vediamo il bambino come una specie di "tabula rasa" libero di svilupparsi in risposta a stimoli obiettivi e cose materiali.

Questo concetto è esso stesso un tipo di struttura del carattere che percepisce la realtà materialistica e meccanicistica. Una terapia basata su tale modello non guarirà il transfert interrotto.

Il transfert è il legame, simbiosi. Quando la simbiosi è stata inadeguata o mancante o interrotta, immediatamente si viene a creare un certo grado di nevrosi.

Le dinamiche trasferenziali descrivono la relazione primaria, cosicché tutte le relazioni successive sono uno specchio di questo evento unitivo primario. Ereditiamo un complesso energetico che comprende elementi psichici, fisici ed esistenziali. Una madre "abbastanza buona", secondo la terminologia di Guntrip fornisce una base abbastanza forte per formare un ego che è in grado di avere a che fare con inadeguatezze che non sono gravi e distruttive. Questo genere di madri non è perfetto, è appropriato ai bisogni di crescita somato - psichici fondati organismicamente. La madre cattiva o si ritira dal bambino in qualche forma o come madre "troppo buona" (terminologia mia) soffoca il bambino. Ella proietta la sua nevrosi di transfert fino al punto di uno scambio di ruoli, in cui ci si aspetta inconsciamente dal bambino di trasferire esistenza a lei, la madre. Quest'ultimo punto forma la base energetica della nevrosi di controtransfert. Il significato della regressione in senso organismico deve essere compreso per rendere chiaro il ruolo del corpo nella dinamica di transfert infantile e anche la funzione della regressione in psicoterapia così come nella vita di tutti i giorni. La domanda è: cosa energizza la regressione, qual è il come di essa, il perché è generalmente abbastanza chiaro. Di solito pensiamo alla regressione come un ritorno all'indietro nel tempo il che porta a un comportamento che è rappresentativo dell'essere più giovane, persino infantile. Per capire questo fenomeno dobbiamo considerare la regressione funzionale conseguenza logica del principio di identità funzionale. Regressione funzionale significa semplicemente l'uso inappropriato delle nostre strutture e funzioni organiche e psichiche: aspetti del nostro essere, parti del nostro corpo, elementi nelle nostre relazioni sottoutilizzati, sottosviluppati, sovrausati, sovrasviluppati e mal usati.

Percepiti a livello corporeo possiamo parlare di toraci che non si muovono abbastanza nei limiti della loro potenzialità, schiene rigide, schemi respiratori fissi, aree di muscoli spastici ecc. Possiamo parlare di risposte funzionali nell'uso dell'intera gamma di mimica facciale, nelle limitazioni nel suono della voce, dell'incapacità di raggiungere un contatto sensibile con le braccia e gambe, restrizione nel movimento pelvico ecc. Possiamo parlare di problemi energetici nel trasferire le sensazioni all'interno e all'esterno e dei problemi nel ricevere energia e sensazioni dall'esterno. Possiamo parlare esistenzialmente delle illusioni attorno all'immagine corporea, l'autoimmagine, il valore di sé, la capacità di mettersi in contatto con se stessi ed altri, limiti propriocettivi in relazione ai nostri organi di senso. Possiamo parlare inoltre a

livello vegetativo dei conflitti tra pensiero, immaginazione, sensazione e movimento e delle tensioni croniche che si trovano negli intestini, nel cuore, nella testa. Possiamo esaminare l'intera gamma di malattie umane percepite come problemi psicosomatici.

E' necessario comprendere che c'è una credenza prevalente che i problemi mentali hanno origini mentali, i problemi fisici sono collocati nel corpo e ciascuno è una semisfera separata di interesse professionale. Questo è il modello medico, che ci vede come un qualche tipo di macchina complicata che richiede di essere riparata (attenzione ai sintomi!). Il principio di identità funzionale rappresenta la posizione opposta della molteplicità olistica unitiva entro l'unità. L'altro errore è che i problemi sono qualcosa di separato dalle condizioni effettive e dalla forma del corpo eccetto in casi di difetti di nascita e incidenti gravi. La realtà organismica è che la forma e la realtà funzionale del corpo sono consequenziali (sebbene non al 100%) delle dinamiche trasferenziali originarie. Cosicché la regressione funzionale inizia con la vita stessa. I limiti del transfert nell'infanzia sono trasferiti così direttamente che il modo in cui cresce il corpo fisico ne viene totalmente influenzato, a parte una quota di programmazione genetica.

Il fatto che questa regressione funzionale sia parte della nostra eredità dall'inizio può essere usato come strumento per comprendere la regressione cronica e quella temporanea nel lavoro psicoterapeutico. Quando le persone parlano di "qualcosa mancante", ne parlano in senso letterale anche se non sentono o capiscono la letteralità di ciò che dicono. L'insight non può facilmente ripristinare ciò che manca a causa di sviluppo alterato o cattivo uso di funzioni e strutture nel corpo. La regressione funzionale significa letteralmente che parti di noi sono infatti più giovani di ciò che sarebbe appropriato per la nostra età cronologica.

Parti di noi funzionano come se avessimo dieci, quattro o un anno. Regressione è sinonimo di corazza. I componenti emozionali di questo sistema di regressione producono il comportamento commisurato alla nostra età funzionale. Possiamo non sentire ciò normalmente, si manifesta soltanto attraverso i sintomi. Lo stress esterno conduce spesso a maggiore consapevolezza della realtà. Questa regressione funzionale lavora in tutto il nostro essere inclusi i nostri pensieri, sensazioni e attività vegetative.

Quando regrediamo emozionalmente questo è possibile solo a causa dell'energizzazione e del contatto con la regressione funzionale che esiste di già. Lo stress grave nell'adulto può anche produrre questa regressione funzionale se non esisteva prima sebbene generalmente ciò succede se c'è una predisposizione ancorata negli schemi corporei dell'armatura.

Per lo più inconsciamente, proiettiamo una gran parte di questa regressione sugli altri o cerchiamo in altri ciò che manca in noi stessi per un qualche tipo di processo di idealizzazione simile a quello che il neonato fa nella relazione di transfert.

Prendete, per esempio, un torace rigido, fisicamente limitato nella sua motilità. Il torace è più piccolo della sua capacità ed incapace di utilizzare quella capacità. Ciò porta ad un respiro più superficiale o disturbato - una respirazione meno ampia. Questo a sua volta, porta alla sensazione di essere più piccolo, il che crea una immagine di sé fissa e falsa. La persona quindi agisce come se fosse più piccola e più giovane di quanto ci aspetteremmo dalla loro età, essi sono infatti più piccoli funzionalmente ed esistenzialmente, sono in effetti regrediti. La capacità di queste persone di sentire i loro bisogni è diminuita e così essi devono cercare al di fuori di sé stessi degli stimoli che li aiutino a sentire.

Se per una ragione qualsiasi, le sensazioni emergono, stimulate dall'interno o dall'esterno, la persona perviene ad una crisi poiché non riesce ad espandersi abbastanza da tollerare l'energia e le sensazioni generate dallo stimolo.

Anche se lo stimolo è solo aumentare la respirazione, la crisi è creata. Queste persone si trovano adesso in un circolo vizioso in cui proprio la cosa di cui hanno bisogno, che è buona, diviene minacciosa, che è male. Esse debbono respingere i loro bisogni e la loro capacità di soddisfare questi bisogni. In questo circuito la nevrosi di transfert viene continuamente energizzata ed è normalmente una ricapitolazione degli elementi conflittuali originari nell'esperienza di transfert infantile. Questa è la base della compulsione a ripetere a livello vegetativo ed esistenziale. C'è un ulteriore elemento, parlando in termini energetici. La persona sperimenta ansia, paura della perdita del controllo, con l'emergenza dell'eccitazione. Sentono l'eccitazione (che a loro manca e che vogliono) come minaccia alla loro capacità di funzionare e, in un gesto compulsivo paradossalmente perverso, irrigidiscono il torace ancora di più. Questo gesto blocca

l'ansia e la nevrosi di transfert. Questo è il funzionamento della resistenza in termini funzionali. Esso esemplifica la frustrazione implicita in ogni relazione terapeutica importante.

Per ottenere ciò di cui ha bisogno e vuole, la persona deve rinunciare alla resistenza, ma l'ansia rafforza la resistenza. Ciò parte da un rifiuto del sé e della figura positiva dell'altro. E' come se cibo buono e sano venisse sperimentato come veleno ed il veleno venisse accettato come più sicuro. L'offerta positiva è eccitante per la persona proprio come lo era la madre. L'eccitazione genera ansia. L'ansia blocca l'eccitazione o la possibilità di contatto con essa in modo positivo. Questa è l'eziologia della regressione. E' una manifestazione simbolica ed energetica del conflitto tra le funzioni di transfert e la nevrosi di transfert.

## DIPENDENZA, INDIVIDUAZIONE E AUTOREGOLAZIONE

Questa regressione non sentita, fissata funzionalmente, crea schemi inconsci di dipendenza nelle relazioni. L'originaria nevrosi di transfert ha lasciato le persone o con un atteggiamento di rifiuto verso la madre "cattiva" o con un atteggiamento idealizzato verso la madre "troppo buona". Per il resto della vita esse cercano o una compensazione per la figura cattiva o una replica della figura idealizzata. La cercano in relazione ai partners, ai terapeuti, guru o figure carismatiche pubbliche. La nevrosi fissata e l'incompleto transfert positivo energizza la ricerca senza fine di "qualcosa", "qualcuno". La ricerca è di sicurezza e completezza e può prendere la forma di razionalizzazioni o di un certo accento su forme separate di contatto, o di sesso o semplicemente di desiderio di essere visti.

Ella (proprio come il terapeuta nella nevrosi di controtransfert) deve proteggersi da questo dilemma di dare e ricevere, per lottare per i propri bisogni ed il suo senso di valore di sé. La simbiosi viene allora inquinata con una situazione in cui c'è un'individuazione forzata e la conseguenza è che troviamo due persone sole, frustrate e impaurite. Sopravvivere ha preso il sopravvento sulla relazione e la mutualità.

L'idea di autoregolazione, l'ordine omeostatico spontaneo della vita vegetativa naturale per l'essere privo di corazza, viene sostituito dalla lotta per la soddisfazione o almeno l'assenza di conflitto e dolore. La persona individuata che sperimenta l'autoregolazione, abbraccia il transfert, la personalità corazzata ne viene terrorizzata e lo odia e questa negatività energizza la nevrosi di transfert ad un costo altissimo per l'economia energetica vegetativa dell'individuo e, di conseguenza, per la relazione con questa persona.

Il movimento da bambino verso l'individuazione è sostenuto da una persona al punto che la relazione di transfert fornisce le risorse richieste. Qualsiasi cosa bloccata dalla nevrosi di transfert blocca anche un processo di individuazione autentica. E' importante ricordare che i sistemi vegetativi dentro di noi o limitano o forniscono l'energia di cui abbiamo bisogno per la separazione di genere positivo, cosicché uno dei compiti di una psicoterapia è implicitamente fornire dei mezzi con cui migliorare l'economia energetica di qualsiasi individuo in relazione alle mete della terapia.

## RELAZIONI E STRUTTURE DEL CARATTERE

Poiché il transfert è nato da ed è una dinamica intrinsecamente interpersonale, possiamo proficuamente applicare il principio per capire la natura delle relazioni tra le persone. Un neonato nasce in simbiosi e gradualmente, nel corso dei primi due anni sperimenta successivi impulsi istintivi di separazione. Questo schema di movimento tra l'unità e la separazione è forse la base psicologica essenziale primaria del comportamento per il resto della vita. Il comportamento più tardo è una ripetizione di questo primo schema e dei vari modi di cambiamento rispetto ad esso, inclusa la spinta alla psicoterapia.

Ogni struttura del carattere può essere definita in termini del movimento simbiosi - individuazione - separazione -. I fattori tempo, spazio, energia e sentire che descrivono questa prima esperienza vengono introiettati nel corpo o seguito del principio di transfert.

Per tutta la vita queste stesse introiezioni sono la base delle proiezioni nelle relazioni.

Mentre ci sono molti sistemi di struttura del carattere e modi di analisi semplici e complicati, questo modello della prima relazione è una forma particolare con la quale capire come sviluppiamo il nostro carattere. I problemi insiti nell'analisi del carattere attraverso gli stadi dello sviluppo rappresentano un modello secondario utile, ma più ambiguo. La fase edipica è un fattore molto tardo nel processo, sebbene

abbia il suo potere nel determinare come un individuo applica ciò che ha già imparato sulle relazioni. Parlando di struttura del carattere, intendo dire che considero che ogni struttura ha un tipo specifico di formazione corporea e un tipo specifico di economia energetica. Da ciascun carattere/corpo ci si può aspettare che fornisca certi tipi di relazioni secondo l'interazione con un altro tipo corporeo.

Ci troviamo di fronte ad una matrice di contatto e scambio energetico interdipendente tale che una relazione psicologica prefigurata diviene in qualche misura prevedibile. Tale matrice venne determinata all'origine nella relazione di transfert corporea tra la madre ed il figlio, mitigata dalle circostanze, tipo di nascita, dieta, situazione familiare, eredità genetica, ecc.

Quando parlo di transfert organico intendo questa matrice di relazioni di interdipendenza.

Sono in grado di spiegare perché certe relazioni funzionano ed altre no. Perché siamo attratti da certe persone e ne evitiamo altre istintivamente. Perché ci innamoriamo e ci disinnamoriamo della stessa persona. Perché certi individui sono in grado di crescere e cambiare, di liberarsi dei loro schemi caratteriali più facilmente di altri e, cosa della massima importanza, possiamo arrivare a capire perché la terapia funziona in modo diverso su persone diverse e perché certi metodi e approcci sono utili o no (vedi gli scritti di vari terapisti su quello che è "corretto" fare). L'osservazione e l'analisi della relazione che una persona forma con il terapeuta o con i partners più importanti è una indicazione del transfert primario e della nevrosi di transfert primaria. Troviamo nostro padre e nostra madre per tutta la vita (o li cerchiamo) perché essi hanno una struttura corpo/energia simile o, al contrario, perché il corpo del nuovo genitore è spesso l'opposto. Questo paradosso si presenta a causa della scissione tra "cattivo" e "buon" genitore.

Cerchiamo o il vero genitore come una ripetizione, o il genitore idealizzato che rappresentava la madre - utero, o la madre che abbiamo concepito da idealizzare per compensare la "cattiva" esperienza. Ripetiamo o cerchiamo quello che ci è mancato. Ciò porta ad una complicazione ed a una estensione a mio avviso della teoria della struttura del carattere. Ho scoperto che ogni persona ha due strutture del carattere di base e dominanti. Una rappresenta l'adattamento che è stato fatto ai conflitti dell'infanzia, la struttura di sopravvivenza; l'altra rappresenta la reazione emozionale al conflitto. Per fare un semplice esempio, ogni masochista nasconde dentro di sé una personalità isterica. Questa è una dualità espressa nel corpo e nel sentire. Al di sotto di entrambe le strutture si trova la personalità centrale più profonda che deve lottare con tutti e due i caratteri per emergere. In termini di relazioni ciascun carattere richiede un partner diverso, una serie diversa di bisogni emozionali e, in certo grado, questa richiesta conflittuale interiore viene vissuta nelle relazioni esterne. Entrambe vengono sopresse sufficientemente per funzionare in maniera "ordinata", o una domina per l'infelicità dell'altra o si alternano nella dominanza.

Così queste relazioni bipartite, energizzate intrapsichicamente possono portare ad una comprensione dei conflitti interpersonali, uno schema e strutture del carattere interpersonale. Il principio dell'identità funzionale energizza sia la relazione che l'individuo. Questi principi possono spiegare anche i problemi controtrasferali. Il corpo/carattere del terapeuta strutturato allo stesso modo influenza la relazione, indipendentemente dai metodi impiegati. Per cui questioni concernenti la consapevolezza del terapeuta, la centratura e la capacità di formare una relazione diventano della massima importanza. Se la relazione è la base per l'accrescimento del benessere, allora la terapia deve fornire una relazione. La natura di quella relazione, mascherata in teorie e metodi, è lo strumento di guarigione primario e non può essere evitata. Questa è la ragione per cui il terapeuta deve conoscere se stesso oltre a conoscere teorie e metodi. Ma non c'è neutralità, il terapeuta non può essere uno schermo vuoto, ha un corpo, uno schema respiratorio, un certo tipo di voce e presenza. La teoria psicoanalitica classica del transfert è impossibile da soddisfare. Essa enfatizza la scissione tra la madre "cattiva" e la madre "ideale" e lascia spazio insufficiente per la madre "abbastanza buona". Essa sostituisce l'obiettività all'appropriatezza e l'idealismo alla realtà organica.

Se il terapeuta, in un tentativo di essere simpatico (proprio come un campanello che suona crea vibrazioni simpatiche nell'altro campanello) dimentica il suo corpo, diviene più vulnerabile al controtransfert perché introietta il cliente, diventa parte del sistema del cliente, adesso si trova inconsciamente dentro la storia del cliente. Questo non è un gioco delle parti consapevole, questa è simbiosi basata sulla struttura/energia inconscia del terapeuta. Il corpo del terapeuta, se ciò succede, è disponibile al cliente. Ciò ha due conseguenze negative: il terapeuta adesso sta reagendo inconsapevolmente; a livello inconscio, il cliente è stato in grado di "mangiare", di distruggere la figura parentale, la possibilità più pericolosa per il neonato

ed una concretizzazione della paura più profonda che la propria energia sia distruttiva. Anche il terapeuta si perde e inconsciamente farà la stessa cosa della madre “cattiva” : o ritirarsi o attaccare, o in qualche modo vendicarsi proprio sul cliente nei confronti del quale provava simpatia. Alla fine il terapeuta arriverà a sentirsi inadeguato perché il cliente sembra diventare ancora più bloccato nella simbiosi.

L'armatura caratteriale distorce la percezione e la realtà, modifica la visione soggettiva della realtà interna ed esterna poiché il contatto con la realtà è costretto in modi predeterminati e risposte prefigurate. Non si può essere obiettivi nel significato classico della parola. Si può essere se stessi: questo è il solo mezzo per superare la dualità e raggiungere una relazione non dualistica. Da questo deriva la massima Zen: “Imparare ad agire appropriatamente in un mondo reale”, non “essere perfetti in un mondo ideale”.

L'armatura caratteriale predetermina inoltre la natura del contatto e del sentire: ciò che è corazzato è in una certa misura depersonalizzato, non sentito, non lì. Sono qui e non sono qui allo stesso tempo, l'essenza dell'alienazione. La consapevolezza è, allora, selettiva. I valori sentiti dell'esperienza sono sempre da mettere in discussione. O siamo in contatto con il sé e l'altro in uno schema di consapevolezza limitata che noi fraintendiamo con l'intero o cerchiamo nell'altro quello che manca in noi stessi. L'istinto più profondo è quello di soddisfare il nostro bisogno di essere e questo istinto ci guida dai livelli di sopravvivenza alle altezze spirituali ed estetiche più alte che possiamo raggiungere.

Facciamo un esempio. La relazione tra un carattere isterico ed uno masochista, che sia una relazione personale o terapeutica. L'isterico ha spesso una sensazione più accentuata della parte superiore del corpo, principalmente perché c'è spesso molto dolore nelle spalle e nel collo. Il torace è generalmente poco sviluppato alla cintura che è essa stessa spesso stretta e piccola. La pelvi e le gambe sono ben sviluppate ma non riescono a sopportare energeticamente ed emozionalmente il contatto diretto con la realtà. L'eccitamento orgastico porta o al comportamento isterico o a rigidità per mantenere il controllo. L'autoaffermazione è mancante, la parte superiore del corpo è poco sviluppata, è un'area di trasferimento mancante tra il terreno, la pelvi e la testa. Da questo ne deriva un atteggiamento dualistico nei confronti della vita. La vita della testa tende ad essere idealistica e non radicata. La vita della parte più bassa del corpo porta all'isteria o alla dipendenza da altri, dall'energia, dalle gambe e dal radicamento altrui. L'isterico soffre a causa della incapacità di usare ciò che ha, le sue forti gambe e la pelvi si devono costantemente difendere contro questo aspetto del sé paradossalmente mancante. Controllano se stessi e gli altri con schemi di seduzione che sostituiscono l'autoaffermazione ed una sana aggressività aperta.

Come terapeuta l'isterico tenderà ad essere lo stesso: seduttivo, morbido, di aiuto, ma eviterà il lavoro con la parte superiore del corpo, con il radicamento e l'aggressività, con l'orgasmo. Lavorerà dalla posizione dell'amore ideale che ha sviluppato. Questo è tutto un sistema di autoprotezione. Tenderà anche ad attrarre clienti che sentono affinità con questo approccio.

Il masochista, molto sviluppato nella parte superiore del corpo e con la parte inferiore poco sviluppata sarà attirato dall'isterico. Vi sarà un immediato beneficio di breve termine poiché l'isterico non presenta alcuna minaccia all'ansia masochista, di venire umiliato (l'isterico manca di sufficiente autoaffermazione per essere una minaccia in questo senso). L'isterico offre contatto facilmente (daccché non è radicato) e il masochista che teme un contatto dalle richieste eccessive, può ricavarne molto piacere. Cosicché i due che si trovano in tale relazione (terapeutica o personale) possono avere una relazione buona e produttiva fino ad un certo punto. La relazione offre molto in termini di sicurezza e piacere. C'è complementarità in termini psicodinamici: ciascuno ha quello che manca all'altro, ognuno è una “buona” madre per l'altro.

Fintantoché nessuno dei due cambia molto, a ciascuno dei due è permesso di essere “libero”, e l'enfasi è più sulla soddisfazione simbiotica piuttosto che sull'individuazione nella relazione. Allora il conflitto scaturirà dalla paura di perdersi nell'altro (l'isterico) o depersonalizzato (il masochista) dall'altro. A ognuno mancherà qualcosa, ma quello è il prezzo da pagare al piacere ed all'eccitazione controllabile. All'isterico mancherà il tepore e la dolcezza materna, il seno che nutre che il masochista non può fornire. Al masochista mancherà la libertà di esprimere aggressività, la sicurezza per poter diventare aperto e vulnerabile senza la paura di essere lasciato, il contatto con una relazione d'amore autentico. Gli opposti si attraggono, i simili si respingono. Due isterici o due masochisti hanno poco da offrirsi poiché sono in competizione per le stesse cose. C'è un problema in più con la coppia di opposti: il masochista non ha spazio per la sua isteria; l'isterico non ha spazio per la suo masochismo. Allora questi due saranno in competizione.

Questa coppia da me appena descritta è ultrasemplificata, come tutte le caratteriologie. Ma, come esempio illustrativo delle relazioni - funzioni, si potrebbe fare una mappa interpersonale (come farò nell'articolo seguente e come faccio concretamente ed esperienzialmente nel mio lavoro) con varie combinazioni di tipi caratteriali di base. Ciascuna accoppiata avrà i suoi vantaggi e svantaggi, punti di forza e limiti. Il transfert è forma, configurazione di struttura ed energia ricevute da un altro o passate ad un altro. I limiti del transfert rappresentano l'ignoranza (buddismo) o la nevrosi (psicologia) o l'incontro non autentico (esistenzialismo) o il materialismo (spiritualità). Qualsiasi sia il tipo di etichette impiegato, e ogni cultura, qualsiasi campo dell'esperienza umana usa etichette di un qualche tipo, il principio dell'esigenza ontologica (realizzare il proprio essere) deve essere esperto del principio del transfert. Nel Buddismo Zen il principio essenziale dell'illuminazione è la capacità di raggiungere il modo di accettare il trasferimento dello stato mentale del Maestro. Ogni altra cosa che si fa è una preparazione del sé per ottenere questo stato di apertura. La nostra relazione con queste etichette e con l'altro è essa stessa un sintomo delle nostre dinamiche trasferenziali interne. Per qualcuno le etichette sono una guida di carattere generale, per un altro esse rappresentano fatti scientifici, obiettivi e per qualcun altro esse sono parte delle note che danno alla musica la sua forma, una struttura in cui la relazione con la musica trascende il carattere limitante delle note. Le etichette sono tutto o niente, dipendentemente dal grado di dualità o non - dualità che l'individuo porta nella relazione con le etichette.

E' importante ricordare che il transfert dipende da fattori inconsci, pre-verbali e somatici, prima, durante e dopo la nascita, e continua fino al momento della morte. Il non-verbale ci raggiunge su un piano di comunicazione vegetativo, neurale, energetico che nessuna mente razionale può comprendere, nessun concetto può pienamente spiegare o descrivere, nessuna parola può sostituire. Il carattere delle nostre idee, parole e concetti sono una manifestazione di questo sé interiore trasferito nella coscienza (al piano conscio); il fattore che intraprendiamo viene intrapreso tramite una selezione pre-strutturata secondo questa dinamica di transfert. Il principio è naturale e organico, il suo impiego può distorcere la natura e l'organismo, ma non ne nega il principio, perfino nella follia.

In psicoanalisi vi è sempre stata una disputa costante, da Freud in poi, sulla questione della relazione tra impulsi e istinti da una parte e la funzione dell'ego dall'altra. Quale serve l'altro, quale domina, quale sia più umano e non animale, etc., Questa controversia è la base di molte scuole psicoanalitiche, ma anche di molte scuole di psicoterapia non analitica, quantunque qui sia più inconscia. E' una controversia basata sull'esistenza dualistica, proiettata in teoria ed in pratica.

E' basata sulla logica di o/o, questo o quello, vero o falso; la ricerca senza fine di sicurezza tramite l'obiettività. Vi è un'altra logica quella di entrambi/e, che si trova in fisica e nella conoscenza spirituale seria, ed in qualche forma d'arte. Il sia/che è la più profonda espressione della non - dualità, dell'esigenza ontologica, di una realtà che include e trascende la dualità e che ne è la soddisfazione ultima. E' in armonia con la natura, l'organismo, la mente. Vista in questa prospettiva l'analisi del carattere, l'analisi delle relazioni, l'analisi del transfert apre una porta che normalmente manca. La lotta tra la scissione interna ed esterna ha un contesto che è concreto, contattabile dal punto di vista energetico e immediato. Vediamo, sperimentiamo ed impariamo la differenza tra cos'è un problema e cos'è un mistero, tra ciò che può essere cambiato e ciò che non può essere cambiato: la nostra consapevolezza viene arricchita, espansa e integrata nella nostra esistenza radicata organicamente.

Il cliente non è più percepito come un oggetto che richiede di essere aggiustato. Una persona non è un problema, ma un individuo che ha problemi.

Quasi sempre lo sbaglio nel transfert è far capire al bambino che lui è il problema. Questa confusione non può essere risolta poiché la premessa è falsa. Guntrip chiarisce il punto con forza: "Se il terapeuta persiste nell'essere in realtà una intelligenza meramente scientifica e obiettiva senza sentimenti personali verso il cliente, ripeterà sul paziente il trauma emozionale originario sofferto con i genitori che è stato alla base del disagio".

La psicoterapia riporta l'individuo in una situazione di vulnerabilità e dipendenza e le dinamiche trasferenziali vengono energizzate a un grado più alto che nelle relazioni sociali normali. Proprio come la madre comunicava l'essere con il suo corpo, con segni, sguardi, suoni, respiro, espressione e reazione al mosaico di azioni esistenziali del bambino, allo stesso modo fa il terapeuta. La nevrosi di transfert perviene alla coscienza e all'azione, ed allo stesso modo succede con le trasferenze stesse. Il terapeuta che

vede solo le nevrosi manca l'espressione e l'azione primaria più importante. Il processo formativo dello sviluppo dell'ego richiede un'attenzione che l'attenzione indirizzata esclusivamente alla nevrosi non può fornire. In buona sostanza, il cliente deve imparare come formare una buona relazione per sviluppare un senso di autostima; questo richiede l'altro, uno specchio magico che inizia mostrando solo il proprio riflesso (il volto narcisistico del cliente) e va avanti per dissolversi appropriatamente fino a che non c'è bisogno di alcuno specchio e due possono esistere dove originariamente ve ne era solo uno.

Il transfert è così trasformazione nel senso pieno del termine. La realtà è rivelata in tutti i suoi aspetti. Il cliente cambierà secondo la qualità del transfert, non secondo la qualità del lavoro e la reazione alla nevrosi di transfert stessa. Dove c'è il transfert la resistenza diminuisce, l'energia aumenta e la relazione sostituisce la simbiosi secondo gli universali principi organici in natura. La resistenza rappresenta la falsità e la forzatura sia delle simbiosi che delle individuazioni quando il transfert viene escluso. E così deve fare! La resistenza viene portata in terapia dal cliente, ma c'è anche una resistenza ai limiti della terapia e del terapeuta, e ci deve essere! E' terapeutico per il cliente scoprire e vivere con i limiti del terapeuta, cioè la realtà, e ancora mantenere una relazione. Ciò richiede che il terapeuta sia in grado di coabitare con i propri limiti, senza idealismi, moralismi, sotterfugi scientifici e atteggiamento difensivo. Quando siamo presenti umanamente, la nevrosi di transfert viene pienamente rivelata e perde la sua forza di distorcere il transfert, nella vita ed in terapia.

Se questo processo procede abbastanza bene, la struttura del carattere si alleggerisce, l'ego è in grado di desiderare e prendere un sentiero separato, diminuisce l'imitazione e gli aspetti esistenziali del transfert hanno il predominio sul processo terapeutico. Il terapeuta si rinforza vedendo il suo cliente (bambino) crescere e la responsabilità della "nevrosi" o "ignoranza" è ugualmente condivisa da punti di vista separati. Come il tempo e lo spazio si definiscono mutuamente nella fisica moderna, così la funzione e struttura si definiscono e si rivelano l'uno all'altro. Siamo in armonia con i principi più fondamentali dell'universo nel nostro semplice incontrarci. Se non ci definiamo l'un l'altro in questo senso, non potremo mai incontrarci e la psicoterapia senza questo non può far molto. Questo incontro e transfert richiedono un corpo, la qualità di contatto e di energia entro questo corpo (e quello dell'altro) determinano la qualità del transfert, la profondità della liberazione dalla nevrosi, l'altezza della esperienza di vita, spirituale, etica a cui possiamo arrivare. Questo è il motivo per fare psicoterapia corporea. Se oggettiviamo questo corpo, creando un'altra dualità per trascendere le dualità, nuovamente ripetiamo gli errori del transfert originario.