



Counseling: una prefazione¹

di Luciano Marchino e Monique Mizrahil

Dalla prima edizione del libro *Counseling* (Frassinelli, 2007) sono passati poco meno di otto anni, e questo tempo non è trascorso invano.

Da un lato, infatti, gli entusiasmanti sviluppi della ricerca nel campo delle neuroscienze continuano a riaffermare l'inscindibilità dei processi emozionali e cognitivi dalla loro fondamentale ragion d'essere corporea.

Dall'altro, l'ampliarsi della riflessione e dell'esperienza clinica ha condotto a nuove ipotesi funzionali rispetto a quella struttura psico-neuro-muscolare che la psicologia somatorelazionale definisce armatura (o corazza) caratteriale. Oggi, di fatto, appare chiaro non solo che l'armatura è un fenomeno condiviso da tutto il genere umano, ma anche che la costruzione dell'armatura può essere riletta non più o non tanto come espressione del disagio esistenziale quanto piuttosto nei termini di una Matrice di Apprendimento Primario (MAP) sulla cui base ognuno di noi, da adulto, costruirà la propria lettura del mondo e del proprio modo di essere e di abitare in quel mondo.

In quest'ottica, il processo di formazione dell'armatura non è di per sé disfunzionale o nevrotizzante. Tuttavia, al giorno d'oggi – perlomeno nell'ambito della cultura occidentale – i modi del costituirsi dell'armatura riflettono le nostre difficoltà di adattamento a un contesto relazionale deviato, inedito per il genere umano, che tendiamo ad assumere in modo acritico sforzandoci di ignorare il problema.

Basti ricordare che solo duemila anni or sono, al tempo di Gesù, l'intero pianeta era popolato, secondo molti autori, da non oltre cinque milioni di individui, cifra che corrisponde alla popolazione di una sola città contemporanea. Gli attuali sette miliardi elevano in modo esponenziale i fattori di stress a cui siamo esposti. Abbiamo sviluppato questo tema nel libro ma lo riprenderemo ancora, perché ribadire l'ovvio sembra essere tuttora necessario. Dall'addensamento urbano, evidentemente funzionale a un certo modello economico ma incurante del benessere psichico dell'essere umano, nascono infatti la maggior parte dei problemi che, quotidianamente, ci troviamo ad affrontare. Non ci sarebbe bisogno di counseling e neppure di psicoterapia in condizioni diverse. La soluzione, è

¹ Questo testo è la prefazione all'ultima edizione libro "*Counseling. Una nuova prospettiva*" di Luciano Marchino e Monique Mizrahil, Mimesis 2015.

chiaro, non può prevedere lo sterminio di sette miliardi di persone, ma neppure il semplice riadattamento di ciascuno ai bisogni dell'economia post-industriale. Si tratta piuttosto di ri-conoscere le fondamenta della nostra stessa natura, sottraendole a una lettura ideologica – utilitaristica e spesso dominante – per restituirle a una più adeguata, realistica e profonda comprensione. Il progresso scientifico, in ogni ambito, ci fornisce oggi in modo ineditamente copioso il supporto per questo ri-conoscimento e questa più profonda comprensione: ci riferiamo in particolare agli studi nei campi dell'antropologia, della sociologia, delle neuroscienze e della fisica dei quanti.

Una visione dell'uomo che tenga conto di questi strumenti, ben lungi dall'essere complicata, promette in realtà di fare giustizia di mille complicazioni arbitrarie, figlie di una fondamentale incapacità di lettura della realtà nata dall'esigenza, antica e oggi totalmente anacronistica, di separare una materia, ritenuta inerte e quindi morta, da uno slancio vitale, un'energia, che la rianimi. Di separare, in altri termini, il corpo dallo spirito.

È la fisica dell'infinitamente piccolo, la fisica dei quanti, a venirci oggi in aiuto, dimostrandoci che a livello profondo materia e energia sono fondamentalmente inscindibili, e che, poiché l'energia è, per sua natura, dinamica, la materia è viva. Di conseguenza il farsi dei processi fisici – e dei suoi equivalenti emozionali e cognitivi – non necessita di alcuna frammentazione analitica e, neppure, di una precaria e illegittima ricostruzione ex post, perché non si tratta che di diverse manifestazioni di uno stesso fenomeno. Necessita, al contrario, di una comprensione olistica che sappia confrontarsi con la fondamentale complessità del tutto che siamo – materia, energia, emozione e intelletto – e del tutto che abitiamo. Tuttavia, nonostante la scienza dimostri il contrario, è assai probabile che i fautori della frammentazione a scopi analitici non smetteranno di battersi in suo favore e di produrre sempre nuovi mostri concettuali, sostenuti dal proprio bisogno di mantenere e avvallare la separazione che stanno vivendo in se stessi e che non si stancheranno di ribadire al mondo come la realtà ultima del genere umano. È anche prevedibile che, per un tempo che immaginiamo lungo, essi prevarranno.

Quest'ultima non è una previsione pessimistica, né tantomeno un tentativo di prevenire le future critiche al paradigma nascente della psicologia somatorelazionale, di cui questo libro si fa portavoce, seppur nei limiti della sua applicazione alla realtà del counseling. È una previsione che

sorge invece dalla semplice constatazione che noi, tutti noi, non possiamo che portare nel mondo una visione che ci corrisponda profondamente. Ed è una verità ampiamente constatabile e constatata che, al tempo presente, la maggior parte degli esseri umani – siano essi analisti di grido o semplici uomini della strada – vivono separati dalla profondità della propria essenza vitale. E, proprio per questo, si fanno promotori, più o meno attivi e consapevoli, di un'ideologia che li rassicuri sulla qualità e giustizia dei loro vissuti dissociati.

Come sottolinea Harry Frankfurt, quando non abbiamo accesso alle verità riguardanti la nostra natura individuale, le nostre peculiari capacità e necessità e la nostra possibilità di fare buon uso delle nostre risorse, incorreremo, nel corso dell'esistenza, in enormi difficoltà. Tali difficoltà si proietteranno poi nel mondo e nella nostra lettura della realtà.

Ritornando allora alla relazione di counseling, che è il tema di questo libro, potremmo dire che l'atto specifico del counselor consiste proprio nell'aiutare il cliente a ritrovare le risorse che aveva dimenticato di possedere ma che giacciono intatte appena fuori dal campo della sua consapevolezza abituale. Saranno queste risorse ritrovate a consentire al cliente di affrontare e sciogliere il proprio carico di tematiche esistenziali. Ma – e questo è il punto a nostro avviso essenziale, fondante dell'approccio somatorelazionale che proponiamo in questo libro – non è possibile accedere alle proprie risorse in modo frammentato, con il solo aiuto dell'intelletto, o del corpo o del cuore: affinché la persona ne possa usufruire appieno è necessario che vi si avvicini attraverso un'esperienza totale. Perché anima e corpo sono una cosa sola.

Febbraio 2015