

Paolo Crimaldi

# LA CURA DELL'ALTRO

*Educare al dialogo tra anima e psiche*



*Per la pubblicazione di questo libro l'Editore ha piantato un abete in Val di Fiemme nell'ambito dei progetti di riforestazione di WOWNature*

*Iscriviti alla newsletter su [www.lindau.it](http://www.lindau.it) per essere sempre aggiornato su novità, promozioni ed eventi. Riceverai in omaggio un racconto in eBook tratto dal nostro catalogo.*

In copertina: immagine © Adobe Stock / Shotprime Studio

© 2023 Lindau s.r.l.  
via G. Savonarola 6 - 10128 Torino

Prima edizione: giugno 2023  
ISBN 979-12-5584-026-8

*Il destino ti aspetta sulla strada che hai scelto  
per evitarlo.*

Proverbio arabo

*Io per natura ho sempre creduto più alle cose  
che non vedo che a quelle di cui la scienza mi  
vuole far certo e che oggi sono in un modo e  
domani in un altro.*

Giuseppe Tucci

*Che cos'è infatti un'ideologia se non la forma  
astratta e idealizzata di un «bene» presentato  
come assoluto perché liberato da ogni ombra?  
Un «bene» unilaterale perché senza contra-  
rio, senza opposto, senza interlocutore.*

Françoise Bonardel

## Prefazione... e ringraziamenti

L'idea e le prime pagine di questo libro hanno visto la luce nell'estate del 2021 nei giardini del Museo Rietberg di Zurigo in un mattino piovoso. È un posto bellissimo, dove è possibile apprezzare l'arte orientale, così come accomodarsi nel coffee shop e godersi la tranquillità di un panorama che dall'alto di una piccola collina guarda la città.

È il mio luogo d'elezione qui a Zurigo ed è dove da anni trascorro molto tempo da solo o in compagnia di persone a cui tengo particolarmente.

Le idee sono fluite con estrema semplicità, soprattutto dopo aver visitato una mostra temporanea di miniature Moghul del XVI secolo. Una in particolare mi aveva colpito per l'intensità dell'immagine e per i colori: era raffigurato un medico che provava a curare un maharaja posando una mano su di lui e l'altra l'innalzava al cielo dal quale un'emanazione di luce sembrava quasi assorbirla del tutto e caricarla di un particolare potere.

Era una immagine forte, che si iscrisse in me profondamente e che mi ha sempre accompagnato nel corso della stesura di questo libro e che volutamente decisi di non fotografare per non perderne l'intensità emotiva ed evocativa che mi aveva donato.

È stata una compagna di viaggio lungo questo periodo di scrittura non sempre disciplinata, passando per Ascona per ben due volte, dove ho soggiornato per alcune settimane e in cui ho fatto lunghe passeggiate a Monte Verità e trascorso un'intera giornata a Casa Gabriella, la sede ufficiale della Fondazione Eranos, ospite del professor Fabio Merlini.

Il libro nasce per dare un ordine a tante mie considerazioni ed esperienze non solo sul piano teorico, ma anche strettamente clinico e professionale in qualità di insegnante e psicologo, seguendo i percorsi a cui si abitua la mente dello studente di filosofia degli anni '80 del secolo scorso, passando attraverso le apparenti astrusità logiche del pensiero hegeliano costituito dai tre momenti della tesi, dell'antitesi e della sintesi.

Ed è proprio seguendo questo schema, sia pure con moltissime eccezioni neoplatoniche, che mi sono posto continuamente in modo riflessivo, e talvolta frustrante, la domanda che è qui di seguito. Ovvero, in una società in cui sempre più spesso si tende a non esporre più il proprio pensiero critico, e a nascondersi dietro quello del *politically correct*, ha senso un libro che rimanda alla dimensione spirituale, e aggiungerei etica, in psicoterapia e più in generale nella cura psicologica, quanto fisica, della persona? E qui giunge naturale ringraziare Emanuele Rivero e Alfonso Maria Di Nola, i due docenti che negli anni universitari della laurea in filosofia hanno formato più di altri il mio pensiero e la visione che oggi ho del fare filosofia e antropologia.

Quanto sopra mi porta a chiedermi se c'è ancora spazio per sviluppare liberamente e profondamente il proprio Sé, anche in quei non pochi casi in cui non si allinea a un modo di sentire definito «normale» dalla scienza. Ma soprattutto essere realmente diversi è ancora possibile senza veder-

si dare un'etichetta? E il prezzo che comporta lottare per la propria autenticità è ancora sostenibile?

A queste domande proverò a dare una risposta, ma soprattutto cercherò di aprire alla dimensione etica e spirituale nella psicoterapia che, pur senza contrapporsi ai vari modelli dominanti, prova a portare proprio in essi questa apertura, diciamo multidimensionale, dando loro la possibilità di provare a sondare anche territori che in alcuni casi possono apparire esoterici quando non addirittura eretici.

Il bisogno sempre maggiore che il paziente porta in terapia di accostarsi a una qualche dimensione religiosa, o più spesso spirituale, non deve essere sottovalutato, o tenuto a margine, ma va ascoltato, e per quanto possibile, sostenuto al di là di ogni possibile credo personale e insegnamento formativo ricevuto. E in questo caso il grazie è per Aldo Carotenuto e Antonio Vitolo, entrambi analisti junghiani e docenti nel mio percorso di formazione in psicologia.

Concordo pienamente con Carl Rogers che il rispetto incondizionato verso la persona che si rivolge a noi è un fattore primario nella riuscita di una terapia, e non solo di tipo psicologico. Bisogna guardare al paziente nella sua unicità esistenziale e non riportarlo immediatamente al modello teorico della scuola di appartenenza o a una classificazione (psico)patologica. È qualcosa di assolutamente irrinunciabile considerarlo prima di tutto una persona con un suo percorso, che per quanto distonico e non lineare, ammesso che ne esistano di perfetti, resta pur sempre testimonianza espressiva di una sua peculiarità che non può venire giudicata a priori.

Condurre un paziente attraverso un periodo di tempo in cui imparare a guardare le sue Ombre, a confrontarsi con parti di sé che neppure pensava di possedere, a fare i conti con la propria finitezza e mortalità, a trovare il proprio

daimon scoprendo di possedere un potenziale creativo mai veramente sfruttato, è questo a mio parere il senso di una qualsiasi terapia, *in primis* del counseling psicologico e della psicoterapia.

Il lavoro di cui sopra va a rispondere alla richiesta di una dimensione spirituale sempre più forte che giunge dai pazienti, talvolta in modo chiaro, netto, altre che va invece letto attraverso i sogni, gli eventi sincronistici, o semplicemente nell'ascolto di pensieri metafisici, embrionali e confusi, che affiorano in seduta.

Questo libro ha l'obiettivo di fornire a colleghi psicologi e psicoterapeuti, ma anche a tutti gli altri professionisti delle *helping profession*, un'apertura alla dimensione spirituale nel percorso terapeutico, la possibilità di aprirsi a un approccio multidimensionale che non esclude ciò che non può essere razionalizzato e non rientra in parametri ben definiti, ma che si mette in ascolto proprio di quei pensieri e bisogni diversi, al fine di poter effettivamente parlare d'inclusione reale dell'altro, nella sua più profonda e reale diversità esistenziale, che può essere anche semplicemente data dalla presenza di un tipo di pensiero divergente da quello dominante che il paziente porta in seduta e che chiede di essere accolto, laddove possibile sostenuto, e soprattutto considerato, e mai giudicato.

Lungo i due anni della sua elaborazione e scrittura, sono stato guidato continuamente dalla rilettura di un fantastico libro di Pietro Barcellona, il cui titolo è emblematico: *L'anima smarrita*.

È la rielaborazione di una conferenza tenuta nel 2013 ad Ascona presso la Fondazione Eranos, che ininterrottamente dal 1933 promuove convegni e seminari sul tema della spiritualità e che ha visto l'egida di Carl Gustav Jung per lun-

ghissimi anni, ma anche la partecipazione delle menti più creative del XX secolo, da Mircea Eliade e Henry Corbin a Joseph Campbell e Károly Kerényi.

In questo libro c'è un passo che forse, oggi più che mai, risulta sempre più veritiero e che esorta a non lasciarsi abbagliare dalle certezze del pensiero unico. Eccolo:

Oggi, l'attacco allo specifico umano è l'effetto del trionfo della ragione occidentale, come razionalismo assoluto, negazione di ogni enigma e immediatezza senza scopo; la razionalità si è trasformata in sistema di funzioni e prestazioni, tutto il mondo è ridotto a logica sistemica e gli esseri umani hanno finito per essere macchine per sopravvivere senza vivere. Il trionfo della ragione ha mutilato l'esistenza reale di emozioni, sentimenti e corporeità; per l'intelligenza cognitiva il mondo delle emozioni è un mondo irrazionale, caotico, contingente e illusorio, che deve essere neutralizzato<sup>1</sup>.

Con ciò non si vuol negare l'apporto della scienza né tantomeno l'utilità del pensiero razionale, ma escludere sempre più, o meglio provare a svuotare dei suoi contenuti «irrazionali» i sentimenti, le emozioni, o negare a prescindere alcune esperienze che non trovano una spiegazione all'interno di un paradigma scientifico dominante, è quanto meno limitante rispetto alla comprensione della complessità umana.

Per certi versi può apparire addirittura ingenuo schematizzare tutto all'interno di parametri misurabili con metodi mutuati dalle scienze fisiche, negando ogni possibile dignità,

<sup>1</sup> Pietro Barcellona, *L'anima smarrita*, Rosenberg & Sellier, Torino 2015, p. 56.

anche solo culturale, a quelle metafisiche nella loro accezione più ampia.

In queste pagine non troverete una visione fideistica a un particolare pensiero, e neppure un'accesa critica a qualche scuola del panorama della psicologia e della psicoterapia, bensì una possibile integrazione, a volte una vera e propria appropriazione, di assunti che possono essere particolarmente utili in un processo terapeutico orientato in chiave spirituale.

Il fine che mi sono posto è quello di fornire delle chiavi di lettura, assolutamente non definitive, affinché ci possa essere nuovamente spazio per una dimensione non esclusivamente razionale del complesso funzionamento della mente e delle eventuali sue distorsioni, cercando allo stesso tempo di non cadere in facili sensazionalismi e visioni evanescenti, quanto irreali, in fughe psichiche anche pericolose per il proprio equilibrio emotivo.

Vi invito alla lettura del libro proprio come se vi apprestaste a intraprendere un viaggio in terre lontane, esotiche, pronti a lasciarsi incuriosire da modi altri di vivere e concepire l'esistenza.

*Zurigo-Roma, ottobre 2022*

# LA CURA DELL'ALTRO

## Lo spirituale nella consulenza psicologica... e non solo

*Se gli uomini agissero in modo conforme alla loro natura, qualitativamente differente da tutte le altre e gerarchicamente superiore, non avrebbero da scegliere che tra due cammini: la gloria e l'ascesi: il resto è biologia.*

Mircea Eliade

*L'insegnamento giunge solo a indicare la via e il viaggio; ma la visione sarà di colui che avrà voluto vedere.*

Plotino

*Non è nell'oggetto di conoscenza, ma nel modo di conoscere l'oggetto che le Monadi sono limitate. Esse tendono tutte, confusamente, all'infinito, al tutto, ma sono limitate e differenziate secondo i gradi delle loro percezioni distinte.*

Gottfried Wilhelm von Leibniz

Essere spirituali è essere liberi, essere religiosi è essere vincolati.

Partendo da questa asserzione si traccia una linea netta tra la ricerca e la pratica puramente spirituale che è assolutamente libera, non legata a nessuna organizzazione se non a quella del proprio Sé, mentre quella religiosa segue una strada definita e dettata da una svariata messe di comportamenti, stili di vita e pratiche che non possono essere, il più delle volte, personalizzate e criticate.

Chi percorre il sentiero religioso è assicurato da una tradizione e dalla struttura che si è venuta a creare attorno a essa che garantisce, a chi vi aderisce pedissequamente, o quasi, la salvezza o comunque l'appartenenza a una comunità e alla funzione rassicurante del riconoscimento tra simili. È spesso un'esperienza che porta alla condivisione, al sentirsi parte di un gruppo coeso che all'occorrenza supporta e aiuta, specie nei momenti di crisi e smarrimento. Sicuramente è la dimensione sociale quella che prevale e paradossalmente, se non in rari casi, difficilmente si lascia il fedele da solo con i suoi dubbi, le sue crisi, le possibili fughe.

Non è un caso che si parla di «fedele», ovvero di una persona che accetta di non tradire dei principi a cui ha aderito anche quando essi possono essere in contrasto con ciò che si sente.

Il vincolo dell'appartenenza a una comunità religiosa è sotto molti punti di vista deresponsabilizzante perché, se si seguono i vari precetti, tutto ciò che accade non è attribuibile direttamente al singolo individuo, ma a un volere supremo e quindi si resta esentati dalla riflessione strettamente personale sulle proprie scelte e relative responsabilità.

La scelta spirituale, come qui la intendo, è invece fatta in solitaria, in piena e totale libertà, senza alcuna adesione, se non per brevi momenti, a un'istituzione.

È la strada del ricercatore, tormentata, contraddittoria,

spesso fatta di scelte apparentemente sbagliate al momento, ma che si rivelano poi necessarie e fondamentali nel tempo.

Un percorso spirituale va oltre la morale e si apre all'etica, alla scelta di ciò che è più necessario, utile, saggio alla nostra libertà, aprendo a una serenità emotiva che non può mai dirsi realmente raggiunta e stabilizzata se non nell'attimo prima del trapasso finale, quello della morte.

La spiritualità vive di crisi, di trapassi da una dimensione all'altra, va dalla solitudine più estrema a una socialità da *gossip*, non esclude ma include, non seleziona a prescindere ma prova a sperimentare, a conoscere, a capire perché proprio in quel dato momento accade quella determinata cosa nella propria vita e ci si apre a un ascolto empatico delle sincronicità.

La persona che decide di esplorare lo spirituale impara nel tempo a non essere dogmatica, a sorridere delle proprie rigidità passate, ma anche presenti, e difficilmente si ritrova a limitarsi nel piacere, o almeno non in forma patologica.

Il cammino spirituale è sicuramente molto più pericoloso e accidentato di quello religioso, è ateo nel senso che non riconosce l'univocità di un dio e del suo credo, ma allo stesso tempo è polireligioso nel senso che abbraccia la vivacità e la vitalità di tutti gli insegnamenti che avverte come propri in quel particolare momento della vita, ma a cui non aderisce in esclusiva, in un per sempre dogmatico e limitante.

L'individuo che accetta la via spirituale può essere spesso contraddittorio, in alcuni casi ambiguo, diviso e unito allo stesso tempo, e per molti versi non identificabile in nulla, cosa che sicuramente, mai come in questo particolare momento storico in cui si fa sempre più strada il pensiero unico e la totale adesione a *mainstreaming* da nuova Inquisizione, è una sfida ardua e difficile da portare avanti.

La via religiosa è da individuare nell'archetipo del sacerdote, quella spirituale in quella dello sciamano, entrambe importanti e nessuna di esse superiore a un'altra.

La scelta è data semplicemente dalla propria struttura di personalità, e non certo solo dai condizionamenti socio-culturali, perché una determinata *forma mentis* può facilmente rinunciare a una forma/immagine, ma non all'atteggiamento che si può avere verso di essa.

Alla fine del XIX secolo Friedrich Nietzsche metteva in guardia dai rischi dell'adesione al positivismo, poiché notava che nulla cambiava nel tipo di approccio e credenza dogmatica in chi sostituiva la fede in dio con quella nella scienza.

È laddove c'è un atteggiamento rigido, dogmatico, non critico e aperto, fideista, che si annida il pericolo della resa a un mondo schematizzato, che non si pone domande ma che alle emergenze tende a rispondere con rigidi protocolli e regole che, se al momento danno un senso di sicurezza e certezza, possono poi diventare pericolosi blocchi alla libertà personale e alla crescita, se non spirituale, almeno psicologica.

È chiaro che crescita psicologica e crescita spirituale non vanno di pari passo, e si può raggiungere una chiara e profonda percezione di sé stessi ma non per questo avvertire un bisogno di apertura verso qualcosa che esula dal quotidiano, dall'io, dal condiviso culturalmente e socialmente.

E naturalmente la dimensione spirituale nella propria esistenza non dà assolutamente lo status di maggiore superiorità rispetto a chi invece segue un percorso strettamente materialistico o religioso. È semplicemente differente e sicuramente più appagante, ma solo se considerato all'interno della propria personalità e di quell'insieme di bisogni profondamente soggettivi che fortunatamente rendono ancora ogni uomo differente da un altro.

Quando s'intraprende un cammino spirituale, indipendentemente se all'interno o all'esterno di una psicoterapia, si corre il rischio di cadere, specie nelle fasi iniziali, nell'invisibilità, ovvero gli altri sembrano non accorgersi più di noi, si diventa trasparenti agli occhi del partner, a delle potenziali relazioni affettive perché si è entrati in una nuova dimensione esistenziale dove certi amori, amicizie, legami non soddisfano più le esigenze del proprio Sé e allo stesso tempo non siamo più seduttivi per l'altro, perché non riconosce in noi quella stessa energia pulsionale che ha in sé.

Per molti versi il viaggio attraverso i sentieri della spiritualità è pericoloso sul piano sociale e richiede una buona dose di follia, una pazzia (non patologica) di fondo che porta a credere in ciò che altri ancora non vedono e comprendono, e che con molta probabilità mai conosceranno. Si può dire che è un bisogno talmente forte che si è pronti ad accettare anche la perdita di qualche legame di riferimento o una parte del sostegno sociale di cui si è goduto in precedenza.

La richiesta da parte di sempre più persone di esplorare la dimensione spirituale all'interno di un setting di consulenza psicologica, ma non solo, è sempre più una realtà indubitabile, tant'è che anche da parte di alcuni psichiatri c'è un continuo e reiterato uso della parola «anima» e non solo «psiche».

È come se in modo del tutto naturale fosse riemerso ciò che nella metà del secolo scorso è stato represso in nome di un razionalismo marxista, il quale vedeva, anche nel percorso individuale di consapevolezza e crescita psicologica, quasi patologica la dimensione spirituale, confondendola spesso con quella religiosa, o negandole entrambe, ciò anche da parte di correnti del pensiero psicologico che avevano visto nei loro creatori un forte e dichiarato interesse proprio