

Vi faccio qualche esempio per spiegare meglio.

La collusione inconscia la definiamo prima come una dimensione nel lavoro della relazione di aiuto per esempio è legata al fatto che la persona che ti viene a chiedere aiuto per noi per quello che riguarda la Normodinamica era tantissimo valido ma devo dire penso che lo sia anche per voi perché dire Mindfulness oggi associa una serie di immagini alcune delle quali non c'entrano assolutamente niente magari con quello che fate o i tipi di cultura che volete portare, così come se uno dice yoga fa riferimento alle immagini viste su Instagram, all'esperienza fatta 20 anni fa, al racconto dell'amica e ad una serie di altre cose che si coagulano attorno a questa immagine che non è affatto detto che poi sia corrispondente a quello che tu intendi portare.

E oltre ad una fantasia sulla cosa che tu offrirai c'è anche una fantasia sull'effetto che questa cosa farà alla persona che viene a cercarsela e quindi la domanda più interessante è sempre: "perché adesso?", perché c'è sempre un qualcosa successo appena prima che porta la persona a decidere di chiedere un aiuto, una sensazione che in termini regressivi potremo definire come una sensazione di carenza a cui si vuole porre rimedio rapidamente mettendo qualcosa nel buco per riempirlo, in termini invece progressivi la possiamo prendere come un momento in cui la persona si accorge che ha un po' esaurito le possibilità combinatorie dentro di sé, che non sa più come gestirsi, è come se mescolasse continuamente lo stesso mazzo di carte e quindi ritrova sempre le stesse figure e ha bisogno di qualcosa che venga dall'esterno e quindi intuitivamente e saggiamente capisce che l'incontro con un altro essere umano comunque metterà in campo qualche figura in più.

Di fronte a questo movimento la persona può essere naturalmente ambivalente. L'ambivalenza, che viene spesso nei sistemi a forte impronta etica considerata come una cosa sbagliata, in realtà non è una dimensione che ha in sé necessariamente un errore, cioè se io sono ambivalente vuol dire che sento contemporaneamente due valori in campo quindi per dire una cosa può - l'esempio che faceva spesso Paolo Menghi - farmi paura e attrarmi contemporaneamente, quindi io penso che se mi attrae non dovrebbe farmi paura, quindi se sento paura vuol dire che non mi attrae.

Su questo lui diceva in realtà che paura e desiderio sono due facce della stessa medaglia e che quindi molto spesso una cosa può evocare una dimensione di ambivalenza. L'ambivalenza va semplicemente riconosciuta, è un'informazione, non bisogna liberarsene, non bisogna affrettarsi col mito della coerenza. Questo mondo ha il mito della coerenza: "Tu sei incoerente!" "Infatti sono vivo!". Paolo Menghi diceva: "Se mi dicono hai cambiato idea mi viene da rispondere: E' come se io guidassi su una strada, se la strada gira, io giro, che faccio continuo ad andar dritto perché sono coerente, per cui mi sfascio perché vado dritto coerentemente. La strada curva ed io curvo.

In realtà il tornare sui propri pensieri e sui propri convincimenti di un tempo può essere veramente una possibilità di superare se stessi. Quando noi parliamo di trascendenza è anche il trascendere appunto la me che esisteva attorno ad un certo principio di organizzazione, se quel principio di organizzazione declina, la me che verrà fuori avrà altri principi di organizzazione, quindi effettivamente io non ci sono più nella forma di prima.

Uno dei nostri formatori nell'ambito Junghiano, persona adesso 85enne e quindi con tanta esperienza alle spalle, ci diceva che se con un paziente avete una sensazione di grandissima sintonia, preoccupatevi. Perché dice che quella persona probabilmente tocca una zona di voi che nella vostra analisi personale non è stata toccata, quindi se con una persona c'è veramente la sensazione che non ci sia bisogno di parole, che vi conoscete da sempre, che sembrate condividere un linguaggio (parliamo di ambiti professionali), quelle

persone che tu vedi per la prima volta ed hai l'impressione di riprendere un discorso, come se ci fosse un antico discorso sospeso momentaneamente - lui dice giustamente "preoccupatevi".

Perché lì è scattato un contagio inconscio, nell'alchimia si chiama il contatto delle mani sinistre. Vi faccio un altro schemetto... Se io sono in interazione con Antonella, io ed Antonella ci relazioniamo l'una all'altra a livello conscio, quindi questa cosa ha a che fare con tutto quello di cui noi siamo consapevoli relativamente ai contenuti che ci stiamo scambiando, ai sentimenti che sappiamo di provare l'una per l'altra, non serve neanche che vengano esplicitati, però sono cose di cui io sono consapevole: io so che c'è questa storia alle nostre spalle, che ci sono dei punti di assonanza dei punti di dissonanza, tutto quello che io so e tutto quello che Antonella sa del suo essere in relazione con me, che è qualcosa che come vedete già traccima fuori dalla mera questione dei contenuti.

Anche se io e lei parliamo dell'orologio ne parliamo all'interno di una certa cornice che il nostro rapporto negli anni è andato a disegnare. Dopo di che sotto ciascuno di noi c'è una dimensione inconscia che è tutta quella parte dell'esperienza che noi facciamo ma di cui non siamo completamente consapevoli o non ne siamo affatto consapevoli anche. Che succede con queste due "I" che sono qua sotto? Intanto che tra me ed Antonella in ogni caso c'è un dialogo inconscio. Quando due persone dormono insieme per anni - se uno ha un matrimonio di lunga data alle spalle - succede che fai dei sogni coordinati in un certo senso. Succede che la persona risponda a voce alta ad una domanda che tu non hai pronunciato... cioè tu ti stai interrogando su una cosa, stai pensando ad una persona e quello lì ti dice: "secondo me.." ma appunto è semplicemente l'evidenza del contatto profondo che c'è tra due persone per cui appunto la cosa dei sogni è tipica: si fanno sogni che sono sintonici, che sono su un tema parallelo - uno sogna i cani e l'altro pure sogna i cani.

Che succede se tu al primo incontro becchi qualcuno con cui potenzialmente quell'incontro a livello inconscio si costella molto rapidamente, perché non con tutti succede, appunto nell'alchimia si chiama contatto delle mani sinistre: l'immagine è un re ed una regina che si danno la mano sinistra tra di loro. L'esempio che vi posso fare: un paziente qualche tempo fa mi porta un sogno che era pure abbastanza semplice da interpretare, non era così astruso e l'avevo visto due volte, quindi era la seconda seduta, non era chissà quanto, lo conoscevo poco. Chiedo a lui di associare qualcosa rispetto a questo sogno e lui va in blocco totale ed io vado in blocco totale, cioè nel senso che ero molto consapevole del fatto che: "ma possibile che ti si è bloccata la mente, perché non riesci tu ad associare". Io ce li avevo tra le mani i fattori di combinazione potenziale, ma era come se fossi diventata incapace di muovere le mani, psichicamente.

Dopo di che la cosa finisce, eravamo quasi in chiusura, quindi io le due cose che sono riuscita a dire ho detto. Poi sono andata via, ci ho pensato su e ad un certo punto con una collega con cui ci scambiamo questi favori ho detto: "ti devo raccontare questo sogno di questo paziente perché non ho capito che cosa è successo". Mentre lo raccontavo mi si è sbloccato assolutamente, mentre lo raccontavo a lei mi si è sbloccato il cervello e quindi sono riuscita a comporre questa catena associativa che era di fronte ai miei occhi. Allora lì che direbbe Jung? Che tu ti devi necessariamente contagiare della malattia delle persone che stai seguendo, perché altrimenti lui dice che nella psicanalisi - nell'analisi junghiana - tu ti devi contagiare della malattia del paziente, altrimenti non puoi portarlo fuori da quel labirinto, è impossibile.

Infatti il formatore di cui vi dicevo prima diceva certe volte: "occhio perché certe volte i pazienti migliorano, ma peggiorate voi". Vi possono essere assolutamente consegnati e lasciati dei contenuti che è l'altro che costella in voi. Chiaramente se riesce a costellarli in voi è perché vi riguardano, non è che quello pesca dal niente, ma se poi vi si costellano e quello lì è uno che ha delle difese dissociative, che prima non abbiamo approfondito, quello te le lascia a te, ti saluta caramente e se ne va e tu rimani con una cosa costellata dentro che non sai dove mettere, non sai bene che farci. In più poi ci sono questi assi: io che parlo con il mio inconscio, Antonella che parla con il suo e possiamo essere più o meno brave a stare in ascolto di quello che

si muove là sotto. Non è detto, non è che siamo tutti bravi allo stesso modo, perché è un atto di umiltà mettersi in ascolto.

Tutta la psicanalisi nasce – dice Freud - dalla constatazione che “l’io non è padrone in casa propria”. Dopo di che ci sono anche queste due direzioni cioè il mio conscio che parla con l’inconscio di Antonella ed il suo inconscio che parla con il mio conscio e viceversa. Diciamo che in qualunque interazione, anche minimale, questo succede. Per cui bisogna anche avere l’umiltà di sapere che noi possiamo leggere i processi fino ad un certo punto. Anche il più lucido di noi ha una funzione inferiore e quindi non puoi essere consapevole di quello che sta veramente succedendo e la domanda chiave di chiunque si occupi di psiche considerando che ne esiste una parte inconscia è: “Che cos’è che sta veramente succedendo?” Lì che cosa ci viene in soccorso? La cornice. Il fatto che vi chiedevo dov’è che pensate di spenderle queste competenze. La mia competenza di base che è: cerco di non reagire e contare fino a centoventicinquemila, è una grande competenza dell’io; cerco di descrivere fenomenologicamente la loro esperienza così come si sta manifestando; cerco di mettermi in relazione con l’esperienza così come si sta manifestando, senza giudicarla; per ultimo, se ce ne è bisogno, prendo una posizione.

Mi è più facile farlo se io ho delle linee di setting, per cui, per esempio, nella classe di yoga – che è una esperienza che abbiamo tutti in comune - a parte che l’insegnante esperto può anche essersi preparato la classe, arrivare di fronte al gruppo e accorgersi che il gruppo non c’entra niente con la classe che hai preparato, che tu non c’entri più niente con quella classe che hai preparato e quindi ti tocca improvvisare... succede, penso che in onestà ... c’è chi persevera sulla sua via perché ha deciso, va dritto, ma non è detto che faccia la cosa giusta. Ma bisogna avere abbastanza competenza per poter navigare a vista, avere degli ingredienti da poter combinare, sapendo che ci sono delle cose che si devono evitare e questo in un buon corso lo impari. Dopo di che è come se avessi una tastiera ed improvvisi.

Siccome il lavoro nelle classi è un lavoro di gruppo la complicazione è tenere presente il range, quindi hai come stato emotivo del momento magari una persona felice in stato di lieve eccitazione maniacale ed un’altra triste a morte, un altro spento, un altro esagitato... quindi ce ne hai tanti e devi cercare di disegnare un cerchio largo dove tutti possono essere tenuti, proponi una esperienza e ti accorgi che quell’esperienza nel momento in cui le persone accettano di farla davvero e quindi “entrano” e lasciano fare al corpo, cosa che già non è scontata, c’è gente che viene lì e vedi che non stanno lasciando fare al corpo, stanno costringendo il corpo a fare una cosa, che è diverso. Non sono per niente silenziose, senti l’ingombro dei loro pensieri sbattere per tutte le pareti della stanza, ma se poi riescono ad aderire al corpo tu cominci a vedere una trasformazione e questa trasformazione passa molto banalmente per dei tessuti muscolari fatti lavorare, ossigenati... l’io sta molto nella struttura muscolare; quindi diciamo che tu lavori sullo sforzo di resistenza, piuttosto che sulla flessibilità, chiedi loro di respirare, gli fai sentire l’asse di simmetria ... tutte queste cose comunque ottengono in linea di massima che la persona si radichi un po’ più nel momento presente, lo stato affettivo viene modificato un po’ almeno, tranne quelle persone che sono profondamente invece affezionate al loro strato affettivo e quindi è l’ultima cosa che vogliono che venga modificata e quindi passano un’ora e mezza a combattere con te affinché tu non glielo modifichi. E poniamo che tu hai visto una persona fare una certa esperienza secondo te, dal tuo umile punto di osservazione hai avuto l’impressione che quella persona nel corso della classe sia riuscita a lasciar andare delle tensioni e che quindi avesse alla fine della classe un tono dell’umore un po’ più deflesso, fosse un po’ più triste rispetto all’agitazione iniziale e la tristezza in generale è un momento di integrazione, quindi non ci piace sentirla, però diciamo che è un momento in cui le cose si integrano tra loro e quindi tu sai che la persona si sente un po’ triste – così ti sembra – sai che non gli piacerà sentirsi così, sai che comunque è un passaggio che potrebbe essere buono lo stesso anche se alla persona non piace e metti che al tè questa persona tira fuori un feed back che non c’entra niente con quello che tu hai visto succedere... tipo tu hai visto tristezza e quella parla o di rabbia

estrema oppure invece di un senso di pace totale... succede ... che la persona non abbia proprio...a quel punto voi che fate di solito in una situazione del genere, se vi è mai successo?

Esempio di Donata: “Molte volte alla fine di una classe c’è gente che piange e c’è qualcun altro che comincia a tenere sotto controllo la persona che piange perché vuole andare ad aiutarla... succede spesso nelle classi. E quindi io adesso all’inizio di una classe dico sempre: - Qualsiasi cosa accade ognuno rimane sul proprio tappetino – perché quando succede questo io ho notato che molte volte siccome si scaricano anche delle tensioni, c’è una liberazione o per qualsiasi altro motivo... comunque non tutti amano che qualcuno vada lì vicino ... anzi... di solito queste persone si mettono sempre in fondo”

Riprende Federica: Hanno il diritto di fare la loro esperienza emotiva senza che intervieni. Perché interviene una persona x se tu non poni limiti? Interviene perché lei proietta e per l’appunto lì c’è la “collusione inconscia” che può essere accolta o rifiutata. La persona suppone che quello di cui avrebbe bisogno lei in quel momento è quello di cui si ha bisogno in quel momento, quindi se io piagnucolo sul mio tappetino sicuramente vorrei che qualcuno venisse ad abbracciarmi, magari l’altro invece desidera veramente farsi un’esperienza emotiva solitaria, sebbene nel gruppo, e chi ha scarse capacità di mentalizzazione cioè di mettersi nei panni dell’altro e di provare a chiedersi: “Quello lì, l’altro, che non sono io, è un altro, che cosa, secondo me, desidera, di che cosa ha bisogno in questo momento?”. Poi io rimango libero di fornirglielo o non fornirglielo, ma comunque chi “piglia, va e consola” sta proprio prima dell’inizio di tutto questo, non mentalizza niente.

Donata: Quando iniziava a succedere questa cosa, succedeva che magari la persona che aveva avuto questa reazione non si presentava più, perché in quel momento quella persona non aveva bisogno di quello, ma aveva bisogno di stare con sé stessa, era magari venuta improvvisamente questa emozione e quindi voleva vivercela da solo. Quindi quando inizio le lezioni io lo dico subito: “Qualsiasi cosa succede sul tappetino ognuno deve rimanere sul suo tappetino” in modo che già gli dai delle indicazioni e poi quello che faccio di solito è l’incontro con lo sguardo e cerco di capire se c’è una richiesta, comunque io non vado lì, penso che a fine lezione poi chi vuole si avvicina... io non mi avvicino anche se con alcune persone ci guardiamo negli occhi e cerco di capire se c’è una richiesta ... io aspetto che se c’è qualcosa si avvicinino loro a me a fine lezione, ma non so se è la cosa giusta sono qui apposta, cercare di capire se magari in queste manifestazioni si può interagire diversamente...

Riprende Federica: Diciamo che si possono fare tante cose e lì di nuovo ci viene come conforto la cornice tecnica, nel senso che se io vedo una persona fare un’esperienza emotiva toccante e significativa all’interno di una pratica che ha una dimensione corporea e meditativa insieme e che quindi tocca necessariamente la sfera affettiva, e qui apro parentesi, lo avrete visto, ci sono insegnanti che tendono più a fare la classe che commuove (musiche e altro) e altri insegnanti molto chirurgici, più asciutti. Io non mi sento di dire è meglio una cosa o è meglio l’altra, diciamo che ognuno ha il suo stile, quello fa parte di nuovo dell’equazione personale... Come dicevamo prima il corpo è la nostra forma incarnata. Guardare il corpo di un’altra persona, guardare la qualità del gesto, ti dice tantissimo su quella persona. I corpi raccontano storie che non vorrebbero raccontare e invece le raccontano. Diciamo che all’interno di un contesto di pratica, la struttura, il principio organizzatore di fondo è quello che tu stai cercando di rendere, appunto l’io nella sua forma incarnata, capace di sopportare l’esperienza. Sai poco dell’esperienza che quella persona lì sta facendo o dovrà fare o ha alle spalle, però sai che in qualche modo una buona armonizzazione di forza, flessibilità, aderenza al gesto... io dico aderenza al gesto perché in qualunque esercizio tu puoi vedere... ci sono persone che fanno cavalcare il cammello dove non c’è niente in mezzo, c’è solo l’accento iniziale, l’accento finale, non c’è niente in mezzo, non c’è presenza, non c’è la persona.

A parte che la legge della percezione è: “ non senti? Rallenta”. Rallenta finché non senti, quando senti poi magari riacceleri, però ci sono persone che il gesto lo riempiono. Se tu dici ad una persona: “allunga un braccio”, ci sono persone che non ci sono, fanno meccanicamente il movimento e altre persone che stanno cercando qualcosa in quel movimento, che sono dentro e cercano di sentire: “che effetto mi fa” a livello della sensazione fisica, della sensazione energetica, del livello affettivo e del livello mentale ... “che effetto mi fa” leggo l’esperienza fenomenologicamente, la leggo, non la giudico, non la censuro e quindi mi dico che magari in questo gesto ... io certe volte ho fatto fare un lavoro su questo gesto: “Cosa è questo gesto?” (*Protendere la mano aperta, palmo verso l’alto*) Dare? Implorare? Offrire? Sostenere? Che ne so... o niente di tutto questo ed è niente, è questo (*Gesto di protendere la mano aperta, palmo verso l’alto*). Così come vedi persone in cui i movimenti partono dal centro sono emanazioni di qualcosa che viene dal centro e altri che hanno gli arti staccati.

Se tu hai questo schema di un corpo che medita, di un corpo che “sta”, che esperisce , quello è un grandissimo contenimento perché la persona che si mette a piangere tu comunque hai guardato in linea di massima come appoggia, come respira, come sta in piedi e quindi sai che rinforzare l’“io” nella sua raffigurazione corporea vuol dire comunque lavorare su una serie di parametri dove ci puoi andare attorno ... questo si chiama “lavorare ai bordi”. Non vai dritto sul punto, perché non sai qual è tra l’altro, lavori ai bordi. Ora se la persona non la conosci affatto, non puoi dire niente ... se invece c’è un minimo di continuità magari uno dopo dice: “Qualunque sia la cosa che ti ha fatto piangere, che non ti chiedo di dirmi, ti volevo dire che se provi a respirare così, se provi a ...”, stai nel limite della consegna dicendo: “ti ho visto, rispetto il tuo confine, quindi non ti chiedo di darmi spiegazioni, ti dico: prova a passare da lì”, non perché il passare da lì risolva il problema, lì bisogna di nuovo ridimensionare la propria onnipotenza, perché se noi funzioniamo come sistemi qualunque variazione tu riesci a mettere in atto in una parte del sistema quella influenzerà tutto.

Volevo farvi qualche esempio di “collusioni” riuscite o non riuscite, perché volevo chiedervi di ragionare scegliendo voi se volete farci vedere una cosa andata molto bene o andata molto male, secondo voi, ognuno liberamente, ciascuno sceglie per sé. Un rapporto professionale in cui c’è stato un incontro, potete scegliere se farcene vedere uno – li simuliamo - che è andato molto bene secondo voi, o che secondo voi è andato molto male, decidete quale polo preferite rappresentare.

Io vi posso raccontare una cosa andata apparentemente bene e poi male.

Qualche anno fa mi è successo ad un certo punto di fare un colloquio introduttivo con un giovane uomo che veramente quando abbiamo cominciato a parlare la sensazione di familiarità era impressionante, come se fosse un fratello ... a quel tempo non avevo abbastanza sensori per preoccuparmi di questa sensazione di grande familiarità. Qualche tempo dopo questa persona è entrata in un gruppo di meditazione relazionale che sono quelli dove si fa lo studio della storia familiare trigerazionale, quindi lui si è raccontato come qualcuno che veniva considerato molto manipolatorio dalle sue compagne con cui aveva sempre relazioni molto complicate e nel gruppo si portò invece come una persona innocua, tendeva ad evocare un senso di tenerezza, tendeva a dissimulare il suo aspetto... quando gli veniva chiesto di fare esempi su che voleva dire manipolatorio lui faceva degli esempi che non convincevano, cioè sembrava più un pregiudizio di queste famose compagne che essere lui veramente manipolatorio.

E invece questa persona si è rivelata una vera rognia negli anni, nel senso che era un “borderline” ben compensato e quindi funzionava normalmente se non era sotto stress emotivo e ha creato una coppia inconscia molto potente con un altro uomo che era presente nel gruppo, di natura totalmente collusiva – questi rapporti tra maschi in cui c’è tutto un sottinteso su come vengono considerate le donne che non viene mai detto a voce alta, perché sennò le donne si “inc....ano” – anche se poi niente gli scappava invece

di dire veramente come funzionavano in maniera predatoria rispetto al femminile, al femminile raccontato e al femminile interno al gruppo, nel senso che c'era una base veramente sadica e una collusione totale tra questi due nel senso che ciascuno dei due in maniera diversa, sulla base di ferite profondissime rispetto al femminile, quindi non è che erano degli "str...zi", erano due persone danneggiate, uno da una madre fuori di capoccia e l'altro da una storia molto dura, che però quindi avevano, come molto uomini di questo tipo, un gran bisogno del femminile e una paura terrificante di questo stesso bisogno che sentivano.

Per cui il loro rapporto con le donne era un massacro, nel senso che loro nella migliore delle ipotesi avevano un atteggiamento consumistico tipo "arrivo, prendo, vado via"... gli uomini con il dongiovannismo hanno tutti un complesso materno negativissimo e riescono a mietere tutte queste vittime perché fanno sentire ciascuna importantissima, unica ... le donne non è che sono sceme, quello normalmente si presenta con il certificato di disabilità emotiva proprio dichiarato: "io sono così", ma la cosa che fanno sentire sotto è: "magari tu riesci a prendermi, magari tu ci riesci a farmi funzionare diversamente da come io funziono... io però te l'ho detto: io funziono sempre così...io te l'ho detto, ho il certificato", però a livello poi del comportamento in realtà fanno assolutamente sentire la donna in questione un investimento che sembra iper ...sembra che si sono innamorati e non si sono innamorati mai e c'è sempre questa cosa: "forse tu mi fermerai, forse con te scoprirò che posso funzionare anche diversamente". Uno in particolare aveva assolutamente un disturbo narcisistico, però molto ben dissimulato. Ci sono voluti anni prima che questa cosa venisse fuori nel gruppo, perché era molto ben dissimulato. Il narcisista maligno, proprio cattivo non si vede più in giro, hanno capito che devono nascondersi.

C'è questa onnipotenza del femminile. Le donne li riescono più a riconoscere, ma sono più onnipotenti ultimamente e quindi appunto come dice Galimberti: "Voi donne dovrete capire che potete generare figli ma non potete rigenerare gli uomini". Nella fiaba di Amore e Psiche di Apuleio c'è un punto in cui Psiche quando fa l'ultima delle prove e va da Persefone a prendere questa crema di bellezza per Afrodite c'è un punto in cui un vecchio le chiede aiuto e lei se vuole uscire viva da là non deve aiutarlo e questa cosa di resistere alla richiesta di aiuto di qualcuno per l'evoluzione psichica femminile è "tosta".

Perché dico che questa storia è abbastanza finita male, nel senso che intanto perché io ci ho messo anni ad accorgermi, nel senso che all'inizio, almeno tutto il primo anno, io vedevo una persona abbastanza innocente, nel senso che non riuscivo proprio a rappresentarmi dai discorsi che lui faceva dove fosse poi questa cattiveria, finché lui non ha cominciato a metterla in atto in vari modi nel gruppo, quindi finalmente si è vista, ma la collusione inconscia di questi due uomini faceva sì che era come se fossero sempre con le spalle appoggiate l'uno all'altro, cioè se uno veniva confrontato reagiva l'altro, come nelle coppie. L'altro reagiva a difendere, quindi tu tentavi di raggiungere quello e niente, trovavi sempre l'altro. In maniera inconscia, è stato il famoso contatto delle mani sinistre. Loro avevano dei temi simili, hanno messo su una amicizia molto collusiva, in cui appunto come si sul dire "te la dai calda", nel senso che anche le peggiori nefandezze all'altro vanno bene. Siccome erano due persone intelligenti ogni tanto si confrontavano pure, ma in quel modo in cui il confronto non andava mai in fondo. Un'asse collusivo di questo tipo in un gruppo di meditazione relazionale ti paralizza il lavoro del gruppo intero, nel senso che sono inattaccabili e creano una struttura di fondo nel gruppo intero di cui ti devi occupare perché fa danni su tutti gli altri. Tutti gli altri si sentono continuamente esclusi dalla festa. La cosa che volevo sottolineare è che a me questo qui all'inizio mi è sembrato uno talmente promettente che gli si poteva far fare l'insegnante di Normodinamica perché era intelligente, sensibile, veloce a prendere la forma di quello che aveva capito che a te poteva piacerti, tipo Zelig.

Per cui tu dici: "vedi, tutto sommato questo potrebbe avere addirittura la stoffa per diventare insegnante"... Perché ci sono cascata all'inizio? Perché intanto era una struttura ben dissimulata ... sono i cosiddetti narcisisti "a pelle sottile", quelli "a pelle spessa" sono sgradevoli, quelli "a pelle sottile" sono decisamente

più gradevoli. Sono persone assolutamente affascinanti, seduttive ma anche capaci di prendere insensibilmente la forma che loro suppongono che tu voglia e siccome sono sensibili quasi quasi ci riescono, però lì vengono in campo le difese dissociative. Le difese dissociative - a differenza della rimozione che è una linea orizzontale - la difesa dissociativa è un modulo. C'è un modulo dove c'è una cosa coerente di pensieri, sentimenti, sensazioni fisiche, intuizioni, però che sono separate da un altro modulo, per cui per dire questo tipo di persona, che era tutta così soccorrevole, simpatica, apparentemente innocua, intelligente, addirittura generosa se si "inc..ava", perché a produrre lo switch di modulo è l'affetto in generale, la vita affettiva, questa persona in particolare se si arrabbiava veramente sembrava un'altra personalità, che aveva una sua apparente coerenza, aveva assolutamente una sua coerenza nel modulo B, quindi pensieri, sentimenti, sensazioni, tutto era coerente, ma era un'altra. In queste persone così loro non si accorgono dello switch ed hanno l'impressione di una continuità, non è un disturbo dissociativo della personalità vero e proprio, non è questo, loro fanno anche discorsi coerenti tra uno stato e l'altro, ma si dimenticano, per esempio - nel gruppo succedeva - dell'affetto, cioè se io sono legata ad Antonella da una storia di venti anni e poi un giorno ci arrabbiamo e litighiamo, diverso è se io nella litigata perdo la memoria di tutta la stratificazione dei sentimenti che ho provato nei suoi confronti, altro è se io non perdo questa memoria.

Per cui è come con un figlio. Io posso per un momento essere assolutamente ferma dire "questa cosa non si fa: punto, non si discute, non c'è margine di negoziazione" non è che tu diventi un estraneo, sei sempre mio figlio, quindi è sempre tutto un po' strumentale ed è basato su una continuità del sentire che è quella che manca in queste persone. E vi assicuro che possono essere assolutamente dissimulate.

40.45

L'altro si sente sempre un po' trattato come un oggetto. Ed era lì la questione della manipolazione. Effettivamente quello di cui lui veniva accusato era vero. Ma era vero a quel livello. Non al livello che raccontava lui. Lui non riusciva a capire di cosa gli parlassero gli altri. Ti hanno mai detto che quando cambi stato dell'umore è come se cambiassi personalità? Sì, me lo hanno detto.

In una persona normalmente nevrotica questa constatazione avrebbe creato una sofferenza pazzesca. Lui ne ha sofferto per 10 minuti poi se ne è dimenticato.

Quindi è necessario ridimensionare grandemente la propria onnipotenza.

Ma questa cosa è diventata più evidente dopo un po' di tempo, perché si è rilassato, si sono abbassate le difese, ha cominciato a comportarsi più simile a come si comportava prima ed è diventato meno "performativo" e stava meno "attento".

Domanda: l'altro ha paura di essere scoperto.

Risposta: in tutto ciò la cosa più interessante non è lui ma sono io. Che caratteristiche aveva questa persona per far sì che io ci ho messo più di un anno per riconoscerlo?

Domanda: c'è una componente di sfida. All'interno della coppia c'è un braccio di ferro continuo e una tensione verso l'altro che sembra possa essere scambiato per erotismo o cose simili.

Risposta: la sfida è una parola importante. Tu usi la parola "oggetto Sé" che è una parola molto importante ma adesso ci metteremmo troppo tempo per analizzarla. In generale la persona

narcisista ha 3 posizioni per l'altro: tu sei il salvatore, persecutore o la loro vittima. Prima ti idealizzano (come te nessuno), poi sei il persecutore (tu mi vuoi cambiare? questa manipolazione io non posso accettarla); distruggono dentro di sé il rapporto; quando ti vedono diciamo così danneggiata da quella distruzione, gli fai pena e da quel momento sei la loro vittima e sentono un bisogno di riparare qualcosa a meno che no siano gravissimi e non sentono il bisogno di riparare niente. E ripartono. Tu non sei mai realisticamente rappresentato.

Quando fate un primo colloquio con chiunque voi non siete mai realisticamente rappresentati perché l'altro non vi conosce. Quindi siete sempre inventati. E questa invenzione è interessantissima da esplorare perché vi parla dei bisogni che si muovono dentro all'altro, è un grande strumento di conoscenza. E come fate a riconoscerla? Un po' facendo delle domande del tipo: "Ma che ti immagini di voler ottenere da questa pratica?". Esplorare le fantasie di cui l'altro è portatore. Un po' si devono usare i sensori.

Quindi un po' come sulla distanza interpersonale: se io sento la sensazione di troppa vicinanza e faccio un passo indietro vuol dire che per i miei gusti l'altro è venuto proprio appiccicato. Se io al contrario sento che mi devo sporgere in avanti perché l'altro è in una posizione remota, non sento niente, mi arriva solo uno schermo di freddi pensieri, questo anche mi dice qualcosa su di me e sull'altro. Se io la mia equazione personale la conosco abbastanza bene, mi posso risparmiare lo sforzo cognitivo di riconoscerla da capo ogni volta, se io so come sono, quello che mi arriva posso immaginare che mi parli dell'altro.

Vorrei che dopo parlassimo di un incontro andato bene e di uno andato male.

Parentesi: è impossibile non colludere. La collusione minima è quella che ci permette di avere relazioni sociali. Se io fossi rigidamente determinata a non colludere affatto con nessuna rappresentazione che l'altro ha di me sarei considerato un sociopatico. Quindi la cosa interessante è capire con cosa siamo finiti a colludere.

Domanda: Noi non abbiamo esperienze di incontri professionali.

Risposta: Può essere un incontro in una lezione di yoga o ad un té... o altro...

Domanda: quando una persona va via dopo molti anni (dal percorso che stava facendo con me), resta un senso di fallimento, di cosa incompiuta, di impotenza...

Risposta: Io riesco solo ad accettare le cose com e sono che mi sembra già una buona cosa. Fuori dall'eccessiva colpevolizzazione e fuori dall'eccessiva svalutazione si accorge di tendere a riprodurre degli schemi. Se la cosa succede più di una volta nella vita qualcosa avrà da dire. Ci sono le aspettative di entrambi. Noi siamo sempre in mezzo. C'è sempre anche la nostra aspettativa. Ci sono anche insegnanti che vivono nella fantasia di cambiare l'energia della persona. Altre insegnanti che dicono "io devo aiutare le persone a stare con quello che c'è". Queste due insegnanti sono portatrici di energie diversissime nell'incontro. Sono due cose diverse se tu mi vuoi aiutare a stare lì dove sto o se tu mi vuoi spostare da lì dove sto. C'è sempre di mezzo la nostra equazione personale. E anche il nostro bisogno.

Domanda: C'è anche la capacità dissimulatori dell'altro. Ovvero la persona apparentemente ti fa una richiesta e tu ci caschi nella trappola che la richiesta sia quella. Invece la richiesta non era quella.

Risposta: La richiesta non era quella; tu credi intero ciò che è parziale. L'altro si è portato autenticamente ma nella sua parzialità. Ha portato nella relazione con te delle cose tenendone fuori delle altre. Per esempio può aver tenuto fuori per un tot tempo la dimensione aggressiva. Da adulto consapevole puoi chiederti come mai in due anni tu non ti mai sei accorto che questa persona non metteva abbastanza aggressività in campo? Perché l'aggressività è un fattore normale. Un fattore differenziante tra me e l'altro. Mi sto differenziando dalle tue fantasie.

Per esempio nel mio corso di formazione c'è una persona che pratica da anni, che fa meditazione relazionale, abito fatto incontri in remoto, alla fine lei ha detto che non intende insegnare, e io "va beh scelta sua".

Per l'ultimo incontro del corso di formazione non riusciamo a trovare un accordo sulla data.

Dice che voleva un confronto finale sull'esperienza fatta. Sul corridoio mi dice che vuole un colloquio per litigare con me. Io rispondo "volentieri, se paghi". Lei è rimasta male perché io non ho colluso con la sua rappresentazione che io dovrei sentirmi in colpa, di cosa? Le ho detto: io sono abbastanza libera nella mia aggressività da dirti che non ho nessun interesse a litigare con te gratis. E' una persona che non mi suscita nessun aggancio. La sua faccenda quindi cadrà nel vuoto. Queste forme di aggressività dissimulata a una parte è una buona cosa. Dall'altra lei deve definire cosa vuole fare con la sua esperienza del corso. Io semplicemente non me la accollo. Tu hai un problema. Se vuoi aiuto lo chiedi.

Il sottotesto collusivo è: se io fossi nei tuoi panni se qualcuno mi facesse sentire che è insoddisfatto di come stanno andando le cose, io dovrei sentirmi abbastanza in colpa da rendermi disponibile allo sfogo.

Io invece non mi sento abbastanza in colpa, mi spiace.

E' una provocazione, una aggressività passiva.

In situazioni simili spesso si collude perché ci si sente in colpa per non aver messo l'altro abbastanza comodo.

Nei miei parametri non c'è che tu devi stare comodo. Se sei mio paziente ti metto abbastanza comodo per la terapia. Ma se sei in formazione, non devi stare comodo. Le persone più perniciose sono quelle che continuano a cambiare di posizione. Io non lo sanziono ma ti accompagno a riconoscere che è una tua conflittualità interna. E' roba tua.

Che posso fare se investo in persone che poi mi deludono? Intanto ragionare su quanto è possibile mettere in campo una dose adeguata di aggressività nella relazione con me. Se io posso farlo e l'altro può farlo vuol dire che l'altra persona non dovrà far scoppiare la bomba alla fine. Potrà far scoppiare piccole bombe nel frattempo...

Altra cosa importante nelle relazioni di aiuto è che dove è la porta sia scritto chiaro. Al Mandala ci siamo accorti dopo tanti anni che le persone andavano via sempre facendo un drammine. Perché sembra non essere possibile andarsene senza dragone quindi abbiamo cominciato a scrivere Way out, no dramatic way out. Considera che non sei sposato a vita con gli studenti. Sono relazioni transitorie.

Domanda: spesso si interrompe in maniera brusca, in maniera non elaborata. Questa cosa mi dispiace.

Risposta: c'è la delusione di una fantasia. La persona si è sentita tradita nella sua fantasia inconscia non portata alla luce. La fantasia conservata per anni al buio nascosto della relazione e le fantasie collusive inconscie.

Prendo il meno possibile nella vita posizione in termini di "questo è meglio questo è peggio".

Questo è. Ci sono rapporti che iniziano intensamente e finiscono intensamente. Altri che sono più stabili, meno conflittuali. Sono migliori gli uni o gli altri? Dal mio punto di vista no. Sono diversi. Devo avere chiaro, come dice Castaneda "Guarda chi è l'uomo che tira la fune dall'altra parte". Se l'altro se ne va sempre così da tutte le relazioni è chiaro che io devo considerare che il mio problema con lui è una questione che riguarda tanto l'altro. Se l'altro nella relazione non si sente abbastanza differenziato, se ne deve andare con uno spintone.

Domanda: io vedo che per andare via c'è il bisogno di essere bruschi o di gettare fango.

Risposta: Questo fa parte della triade di prima, ovvero spesso per andare via da una relazione la devi sminuire. Perché altrimenti non ce la faresti. Whitaker (terapeuta familiare americano e formatore di Paolo Menghi) dice che in una famiglia sana o in una persona sana ci devono essere 8 dialettiche. Ne ricordo 2. Una: tra follia e furbizia. L'altra tra l'io e il noi. In una famiglia bisogna in

certi momenti sentirsi un “noi”. Quindi immaginate un pendolo. Se io oscillo verso il noi, se continuo ad oscillare troppo finisco per cadere in una fusionalità indifferenziata in cui io non mi trovo più come una persona separata e dove i sentimenti degli altri interferiscono con come io mi sento per cui si può arrivare al punto in cui in una famiglia uno prova una emozione, quella cosa dilaga dappertutto, e non si capisce più di chi è da chi è partita. Non ci si differenzia. Il noi ha come estremo pericoloso la fusionalità. Quando oscillo dall’altra parte e quindi torno a me, ha come estremo pericoloso l’isolamento. Io devo sentirmi separato ma se mi sento troppo separato cado nell’isolamento. Non ricordo se Whitaker o Bowen dicevano che una relazione sessuale matura ce l’ha solo una persona che è capace di questa oscillazione. Perché è capace della fusione nel noi nell’atto sessuale perché sa che tornerà a sé. Perché non gli rimangono dei pezzi incastrati nell’altro. Per esempio con i figli questa cosa è importantissima. Quindi la persona che non si è portata intera, che ha vissuto un noi, pagando un prezzo che nessuno gli aveva chiesto di pagare. Quindi alla fine per ritrovare quei pezzi, se sono stati troppo lungamente sacrificati. Allora deve oscillare verso l’Io e quindi ripudiare il senso del noi. Il partner si sente ferito da quel ripudio. La domanda che ci si può fare è: in che cosa sono stato cieco, perché tutto questo processo si monta negli anni.

Domanda: la ricerca del noi corrisponde all’insicurezza dell’io. L’io si ribella. Mi sono persa e ho bisogno di ritrovarmi.

Risposta: ho una zona cieca, abbiamo tutti delle zone cieche, per questo si lavora in team, si fanno gruppi di supervisione con dei colleghi. La zona ombra, la zona nuca.

La chiamata individuativa passa attraverso questi inciampi. La chiamata individuativa è un momento in cui, sulla soglia della metà della vita (ma può succedere anche più avanti o anche mai), in cui in qualche modo ti rendi conto che la tua psiche sta chiedendo una maggiore completezza, interezza e quindi ti ripropone problemi che pensavi di aver archiviato o di non aver mai avuto, perché hai costruito sulla base di una necessaria unilateralità, e arriva se tu ne hai la tempra. Paolo Menghi diceva che una persona ha una crisi arriva se tu sei in grado di sostenerla.

Domanda: la chiamata individuativa è segno di maturazione

Risposta: assolutamente. Però diciamo che una persona che si accinge a varcare quella soglia lì, sai che soffrirà. Ai tempi di Freud si pensava che sopra i 40 che la libido fosse rischiosa.