

«CENTRO STUDI DI SPIRITUALITÀ»
**Accompagnamento spirituale
e intervento psicologico: interpretazioni**
18 gennaio 2007 - Milano

Processi psicologici e accompagnamento spirituale.

Specificità e interazioni

Prof. Mario Aletti

1. Introduzione: scopi, opzioni, limiti dell'intervento

Per un primo accostamento ad una tematica complessa come quella che ci proponiamo sarebbe una buona acquisizione quella che portasse a: 1) individuare alcuni punti di confronto (similitudini e differenze); 2) indicare le possibili interazioni e 3) segnalare le conseguenze di frettolose contaminazioni, tra intervento psicologico e accompagnamento spirituale.

La prospettiva qui adottata è quella della *pratica clinica* di psicoterapia psicoanalitica. Di una pratica, cioè, intesa come luogo dell'emergere della verità del soggetto al soggetto stesso, attraverso la parola scambiata tra due persone in una situazione di profonda tensione relazione (transfert e controtransfert).

Tale prospettiva clinica: a) abilita, anche al di fuori della pratica terapeutica, a riconoscere la complessa "formazione" dell'identità personale attraverso processi che, non sempre armonici e sincroni, sono attraversati da difficoltà, conflitti, crisi e b) fornisce dei riferimenti per valutare l'ortogenesi psichica del soggetto e l'adeguatezza degli interventi di guida e di accompagnamento (spirituale), suggerendo qualche consapevolezza in più sulle modalità di un lavoro che, comunque – giova ricordare – si è sempre praticato, anche prima della chiarificazione apportata dalle discipline psicologiche.

2. Aspetti psicodinamici della vita spirituale

a) *Tutto è psichico, lo psichico non è tutto* – La giustificazione di una lettura psicologica della vita spirituale è nel pieno radicamento della vita religiosa nelle dinamiche umane.

Tutto ciò che è umano è psichico, anche se niente è solo psichico. Ciò vale per la religione e per la vita spirituale, come per ogni esperienza umana. La stessa Rivelazione, per essere a misura d'uomo, passa attraverso le dinamiche della psiche umana, quelle consapevoli ed anche quelle inconse.

La psicologia, naturalmente, può riconoscere nella mente del credente solo l'impronta di Dio, non la realtà di colui che la immette; permette di riconoscere i significati e le valenze "psicologiche" di simboli, credenze e riti religiosi.

b) *La mente rappresentazionale* – Noi conosciamo soltanto attraverso le nostre rappresentazioni mentali, conosciamo le nostre rappresentazioni degli "oggetti", non gli oggetti (D. Winnicott, «Il bambino crea la madre che trova»).

La fede in un Dio non visibile si ancora ad una rappresentazione di Dio che lo renda percepibile dall'uomo. Il nome di Dio è offerto dalla cultura, ma passa attraverso il filtro della rappresentazione mentale personale.

c) *La maturità religiosa* include un progressivo distanziarsi e differenziarsi della rappresentazione di Dio dalle sue fonti originarie: la rappresentazione di Dio padre si distanzia progressivamente dalla rappresentazione psi-

chica dei genitori, in un percorso di maturazione (mai compiuto) del desiderio, che permette il passaggio “dall’idolo all’icona”. Ciò può avvenire nell’uomo di fede, sullo stimolo della meditazione, della preghiera, dell’incontro con il Dio vivente attraverso le parole con cui Egli si rivela all’uomo.

3) *Per un confronto tra intervento psicologico e accompagnamento spirituale*

Due assunzioni preliminari, arbitrarie, ma funzionali al confronto. Sotto il riassuntivo termine di *accompagnamento spirituale* mi riferisco indistintamente, a livelli di consulenza pastorale che possono essere molto diversificati tra loro, con riferimento alla modalità di intervento, ai destinatari, alla figura della guida. Ribadisco inoltre che con “intervento psicologico” faccio riferimento alla psicoterapia psicoanalitica, come quella interessata a comprendere in profondità le radici rappresentazionali, motivazionali e relazionali della condotta.

La *psicoterapia* è una relazione *funzionale e temporanea, libera, asimmetrica* e non reciproca che si instaura come risposta ad una richiesta d’aiuto di una persona che percepisce un qualche disagio legato a propri pensieri, sentimenti e comportamenti disturbanti. L’indagine sul disagio attuale conduce, inevitabilmente, ad analizzare la storia personale del paziente, lungo la quale gli atteggiamenti attuali si sono venuti strutturando.

La rappresentazione psichica di un oggetto è un insieme organizzato di processi di memoria, governato dal principio economico dell’equilibrio psicodinamico che risulta da un’insieme di condizioni, di cui molte sfuggono alla consapevolezza del soggetto ed alcune sono ancorate ad esperienze arcaiche corporee, neurobiologiche, propriocettive, sensoriali. Questo radicamento profondo vale per ogni rappresentazione umana, compresa quella religiosa. Risalta qui il paradosso di una certa spiritualità che, mentre canta il corpo come manifestazione della gloria divina, tende in

realtà a rinnegarlo verso una pretesa spiritualizzazione, che sembra perseguire come proprio ideale quello di un’anima senza corpo.

L’incidenza di processi inconsci e in particolare delle rappresentazioni delle figure parentali nella strutturazione dell’atteggiamento conscio di una persona verso Dio è stata evidenziata in particolare da Ana María Rizzuto in un volume, ancorato alla pratica clinica, e teoricamente ben argomentato, dal significativo titolo *La nascita del Dio vivente*.

Tutti gli uomini hanno una rappresentazione di Dio, anche l’ateo, anche lo psicoterapeuta. E questa rappresentazione, di necessità idiosincratica, ha qualche ricaduta sul processo psicoterapeutico e sul processo di direzione spirituale.

A partire da una descrizione di alcune caratteristiche della psicoterapia, si propongono alcuni temi di confronto tra la “cura” psicologica e il “prendersi cura” che sostiene anche l’intervento del consigliere spirituale. Scontato che gli obiettivi delle due modalità di intervento sono diversi, il confronto può farsi sulle modalità relazionali, gli ausili comunicazionali, le trasformazioni interiori.

Relazione funzionale e temporanea – La relazione di cura trova la sua giustificazione nell’orientamento ad uno scopo che costituisce una specie di contratto: un fine ed una fine. Come tutte le relazioni asimmetriche è esposta al rischio della seduzione e della perversione incestuosa, ma anche a quelli dell’interminabilità, dell’infantilizzazione e della “sequela” per cui il consultante diventa un seguace e/o lo stesso consulente si compiace di aver un seguito di figli spirituali.

Asimmetria della relazione – È consapevolmente riconosciuta e liberamente accettata per quanto riguarda le diverse competenze tra i due. Ciò non esime il consultante dalla propria responsabilità sulla corretta gestione del processo relazionale e sull’assunzione di decisioni per la propria vita.

Astinenza – La cura nel suo complesso ed ogni suo atto deve essere orientato al benessere

di chi chiede aiuto e non alla gratificazione personale di colui che aiuta. Le deviazioni sono possibili attraverso una molteplicità di percorsi non sempre consapevoli. I processi di transfert e controtransfert, intesi come riattualizzazione inconscia di processi psicodinamici importanti nella storia personale, possono avere ampio gioco. Una prima verifica di una corretta posizione del proprio controtransfert potrebbe risultare dalla domanda: ciò che dico/faccio giova a me o al paziente?

Dalla teoria e dalla prassi più strettamente psicoanalitica deriva un concetto più rigoroso di astinenza, che si riferisce a tutto l'insieme del trattamento, e comporta che la cura si fondi sull'interpretazione e non sul soddisfacimento dei bisogni.

Neutralità – Consiste nel riconoscere e nel non influenzare deliberatamente le scelte valoriali e i comportamenti della persona. Caratterizza la psicoterapia del profondo rispetto ad interventi più suggestivi. La sua applicazione in ambito di direzione spirituale pone problemi pratici e questioni teoriche, tra i poli del rispetto dei ritmi di crescita spirituale della persona e le mete e percorsi (istituzionali) che gli si propongono. Altre difficoltà si possono intravedere nel rapporto tra foro interno e foro esterno.

Lascio però ad altre competenze e alla riflessione condivisa le considerazioni sull'applicabilità, nell'accompagnamento spirituale, di certi aspetti della neutralità, che qui di seguito descrivo come richiesti nella corretta pratica clinica.

a) *Accettare l'incompiutezza e la gradualità*, intrinseca ad ogni rapporto di crescita umana, così come la non linearità del percorso: regressioni, avanzamenti disarmonici, non sincroni. Nella direzione spirituale questo dovrà confrontarsi ed armonizzarsi con la proposta di impegni di crescita. Potrebbe essere proponibile la ricerca della "discrepanza ottimale" tra stato attuale e meta proposta?

b) Fa parte della neutralità anche il *saper ascoltare*. Spesso andando oltre le parole, per cogliere la verità del non detto, nella non verità del detto; il discorso e le lacune del discor-

so: le dimenticanze, le preterizioni, le ridondanze...

c) Saper ascoltare spesso vuol dire anche *saper attendere*. Che la verità del soggetto si instauri in lui attraverso il suo raccontarsi. Non anteporre la propria parola a quella del paziente, lasciandogli la possibilità e il tempo di parlare, di ascoltarsi e ri-trovare nel suo stesso racconto, di dare espressioni a stati d'animo che non ne avevano ancora trovato la via. Né maestro, né medico dell'anima, l'analista non ha il potere della guarigione, né quello del disvelamento. Ma la competenza di essere testimone ed ermenauta dell'autenticità del soggetto.

d) Circa i rapporti tra percorso terapeutico e adesione di fede l'esperienza clinica mostra che un approccio improntato alla neutralità può aiutare persone ad approfondire le ragioni della loro fede e la loro adesione. Al tempo stesso può aiutare altri a liberarsi da residui patologici della loro religiosità. Il problema della perseveranza nella fede è semmai connesso con la consistenza della fede stessa. Nessuna psicoterapia fa "perdere la fede". *Una fede che casca a causa di una psicoterapia è un cascame di fede*, che non regge al confronto critico e alla coscienza del soggetto.

e) La neutralità non è specificamente richiesta, anzi normalmente deprecata nel Direttore spirituale. Questi condivide la stessa fede di chi gli chiede aiuto, auspicabilmente vi ha fatto un lungo percorso e ne è considerato un maestro e un esempio. La direzione spirituale è anche funzione dell'esperienza e della crescita spirituale del Direttore, della sua maturità religiosa, della sua personale esperienza di Dio, della sua capacità di essere mediazione e "figura" dell'amore di Dio.

Lo scambio conversazionale, la proposta di mete, l'indicazione di modelli si attua prevalentemente a livello della consapevolezza. Ma è importante che il Direttore si renda consapevole di quanto avviene in lui e tramite lui, anche a sua insaputa, attraverso le dinamiche inconscie, rappresentazionali e transferali/controtransferali. E che il percorso di aiuto può esitare anche ad una crescita della sua propria

vita spirituale, come spesso avviene per la maturazione personale dello psicoterapeuta, nell'incontro con il suo paziente.

f) Le motivazioni, gli affetti e gli aspetti relazionali inconsci giocano tanto nella guida spirituale quanto nella psicoanalisi perché giocano in ogni relazione. La differenza nell'esserne consapevoli e nell'utilizzo che se ne fa. La psicoterapia specie quella psicoanalitica, fa dell'interpretazione del transfert e dei desideri inconsci il luogo per una ristrutturazione di tutta la vita affettiva, mentre l'accompagnamento spirituale mira ad una maturazione della relazione con Dio appoggiandosi sulla chiarificazione consapevole e sull'impegno della volontà, oltre che, certamente, sulla Grazia.

Per via di questi diversi orizzonti concettuali e metodologici, situazioni complesse sono quelle di una psicoterapia nei confronti di una persona religiosa, della psicoterapia esercitata da un religioso, dell'accompagnamento spirituale di uno psicoterapeuta.