

## L'esperienza della morte nella formazione del terapeuta relazionale

**Maria Luisa Campobasso**

(Didatta dell'Istituto di Psicoterapia Relazionale di Napoli)

*Relazione al XIX Convegno Accademia di Psicoterapia della Famiglia "Le perdite e le risorse in Terapia Familiare", Centro Congressi Università la Sapienza 3-4 /5/2002, Roma*

In che senso la morte può entrare nell'esperienza formativa di un terapeuta della famiglia? Ho proposto questa domanda agli studenti della sede napoletana dell'Accademia, in cui insegno: la ricchezza e la profondità delle riflessioni che essa ha stimolato in ciascuno degli allievi e nei gruppi mi ha convinto a mantenere anche in questo scritto questo particolare angolo visuale *dalla parte dello studente*. A partire dalla esperienza vissuta, infatti, mi pare si possa cogliere con immediatezza e autenticità la valenza formativa e trasformativa dell'incontro con la morte -nelle varie accezioni con cui essa viene intesa- molto meglio che in una trattazione teorica degli obiettivi che astrattamente come scuola ci si propone. Si può verificare anche come questa esperienza sia per molti aspetti cruciale nella formazione di uno psicoterapeuta. Ringrazio tutti gli studenti per lo sforzo compiuto di ripercorrere a ritroso il cammino fatto in questo ambito. I punti che sono stati messi a fuoco nella nostra riflessione sono i seguenti:

- 1) La morte come fase del ciclo di vita individuale e familiare. Insegniamo agli allievi a **"lasciare andare i propri morti"**, a separarsene per sperimentare un autentico sentimento di appartenenza e poter proseguire nel percorso personale di individuazione e differenziazione.
- 2) La morte in senso metaforico: la formazione in quanto **"trasformazione"** implica fare i conti con tante piccole morti: con la perdita di alcune parti di sé perché altre possano nascere e dare vita alla identità di psicoterapeuta.
- 3) La morte in senso reale: la perdita di una persona cara durante il percorso formativo, la forza del gruppo la possibilità di **vivere la morte**
- 4) A questo possiamo aggiungere la considerazione che il gruppo di **formazione è "a termine"**, finisce e che talvolta qualcuno "termina" prima, lasciando la formazione anzitempo.

Per trattare il primo punto, vi porto subito nel vivo di un incontro di formazione.

Il gruppo è quello di un terzo anno, Perché sottolineo questa dimensione temporale? Perché dalla mia esperienza didattica ho appreso che per poter parlare di morte occorre tempo.

Non parlo solo del tempo cronologico, di quello misurabile che scorre linearmente e si manifesta con le sue scansioni, prima, durante, dopo. La dimensione cui alludo è quella soggettiva e relazionale in cui il tempo si ferma ripiega su di sé, apre inquietante uno squarcio sull'eternità: i greci avevano un altro termine per indicare questo tempo: *aion*. Per poter approdare a questa dimensione che paradossalmente è intemporale, dove un istante può dilatarsi fino a divenire eterno, bisogna contare sulla *presenza* dell'altro. L'apertura alla dimensione inquietante ma feconda in cui ci si permette di affacciarsi all'ignoto, al non-familiare appunto, sopportando la vertigine che spesso ne deriva chiede di potersi ancorare alla sicura base dell'appartenenza al gruppo.

Il gruppo deve aver raggiunto in altre parole quella intimità che viene dal condividere la propria esperienza di vita e soprattutto la propria storia familiare.

Nell'incontro precedente una famiglia aveva portato in terapia la sua impossibilità di separarsi da un padre "importante", morto da ben nove anni ma ancora tanto presente da essere

immediatamente “sentito” dal terapeuta e dal gruppo dietro lo specchio, più presente dei presenti, forse unico vivo tra morti viventi e sopravvissuti.

Si era parlato di questa fase del ciclo di vita della famiglia così misconosciuta nella sua importanza vitale: si è parlato allora di ‘lasciare andare i morti’, seppellirli come nei miti epici per poter trovare nel radicamento in quel terreno l’humus per continuare la crescita, mettere a frutto la nostra vita e quindi dare senso e compimento anche alla vita di chi ci ha lasciati.

Inevitabile per i componenti del gruppo, il rimando al “familiare”, Il compito a casa che ne era venuto -da cui il gruppo oggi è reduce- è quello di scrivere una lettera a quello fra i familiari con cui si sente di aver qualcosa di irrisolto, quello che non si è ancora, appunto, lasciato andare.

*Caro papà,*

(comincia Cinzia, e il brivido della vertigine percorre rapidissimo il gruppo, tutti sappiamo che il padre di Cinzia è morto da tempo all’improvviso, in un incidente d’auto mentre raggiungeva la casa nuova che aveva appena completato e che realizzava il compimento di una vita di duro lavoro. Regna il silenzio nel gruppo, è un silenzio pieno di ascolto, pieno di pudore)

*Ecco la tua figlia affrontare anche questo cimento il più difficile forse da quando mi hai lasciato. Ma non sono forse sempre la tua figlia “forte e coraggiosa”? così mi volevi fin da quando sono nata, prendendo il posto di quel maschio tanto atteso che avrebbe dovuto emularti e garantirti continuità in questa terra. Mi sono sforzata di esserlo mentre tu eri vivo, ti ricordi l’operazione di appendicite ti fece i complimenti anche il dottore meravigliandosi di come una ragazzina potesse essere così coraggiosa. Ma ho fatto di tutto per restarlo anche quando tu te ne sei andato e mi hai lasciato sola. Ho cercato di realizzare io quelli fra i tuoi sogni che era possibile realizzare.*

*Ho fatto -come poi ho capito qui il questa scuola- da marito a tua moglie consentendole di restare la moglie-bambina che era stata per te, Ho pagato bollette, conti, mutui; mi sono occupata io di tutto perché lei non si dovesse preoccupare o... perché non potesse crescere, invecchiare e anche lei morire, lasciarmi. Quanta onnipotenza! Quanto è stato duro papà accettare quello che i miei insegnanti, i miei compagni mi dicevano: che il mio darmi tanto da fare era al servizio di un ego che non volevo lasciar morire.....Piango e sono felice di poterlo fare io che appena accennai al funerale a cacciare fuori una lacrima venni rimbrottata da zia “Tu sei una quercia non puoi cedere tu” ... Piango e sento oggi la bambina sperduta che quella forte e coraggiosa non aveva la forza e il coraggio di incontrare. questa non può ancora fare a meno di te, non ti vuole ancora “lasciare andare” . Ora che ho scoperto la mia fragilità posso dirlo: ho ancora troppo bisogno di te, forse ho troppa paura di morire....*

*Cara mamma, continua il giro, è la volta di Serena, quando Simo mi ha chiamato a Stromboli sapevo già che il tuo cuore aveva ceduto, che non ce l’avevi fatta. Il mio cuore aveva cominciato a battere all’impazzata e avevo saputo....Forse lo sapevi anche tu che sarebbe successo perciò hai insistito tanto che andassi, che ero stanca, che avevo bisogno di riposo. Ma continuo a farmi domande quando la cosa più semplice sarebbe occuparmi di vivere! E’ assurdo! Quanto tempo ho perso perché semplicemente non riuscivo a dirti che non potevo fare niente per evitare che tu morissi, non sarebbe valso certo a tenerti in vita rinunciare alla mia vacanza. accettare i propri limiti, riconoscere le proprie responsabilità e quindi uscire dall’onnipotenza della colpa: questo ho capito nella lezione di vita che mi è venuta qui quando ho cominciato a “comprendere” che tu sei morta. Sto imparando a conoscerti profondamente adesso che non ci sei più Il mio viaggio in questo senso è appena cominciato e non ti nascondo che desidererei poterti chiedere tante cose... mi manchi ... Un giorno spero di poterti dare la pace che meriti di “lasciarti andare”? Ci sto provando e so che la tua pace sarà anche la mia. Pace per quello che mi hai dato, e per quello che non mi hai dato mai... Mi hai regalato la vita e voglio imparare a viverla nel qui ed ora ed è il regalo più grande che tu potevi farmi. Ti voglio bene.*

Cinzia, Serena piangono. E’ bello poter piangere sentire il dolore espandersi e circolare e infine farsi più leggero. E’ bello che le lacrime possano scorrere e portar via orgoglio, colpe, falsità, avendo trovato orecchie e cuori aperti a sentire quanto si voleva dire a chi non è più qui ad udirle.

Hanno rivissuto il loro dolore e quello degli altri componenti del gruppo e questo se da un lato lo ha amplificato lo ha anche contenuto e ne ha svelato le potenzialità in termini evolutivi. Acquisita una forza vera, quella che viene dalla consapevolezza dei propri limiti e non dalla loro copertura sotto una corazza, possono avviare un dialogo interiore con i propri cari scomparsi che permetterà loro di vivere il lutto cioè la perdita e paradossalmente di ritrovarli.

“Comprendendo” la morte, andando oltre alla angoscia ci si trova di fronte a se stessi alla propria vita ne viene potente la spinta a viverla con quella presenza che permette, come scrive Marie De Hennezel, di ascoltarne il fruscio e assaporarne ogni istante.

Quel personaggio i cui abiti ho indossato con l'illusione di guadagnarli così la vita nel copione familiare si rivela persona cioè maschera e può morire. E' così che da un contatto vero con la morte non possiamo che divenire più essenziali ed esserne trasformati: di fronte alla morte tutto ciò che faceva da schermo diventa insignificante, nella calda accoglienza del gruppo si può rivelare senza più timore di giudizio la propria carenza, la propria miseria.

Ecco il secondo punto della riflessione che abbiamo avviato sul rapporto morte-formazione. Ancora una volta cito le parole di un allievo; questa volta si tratta della tesina di fine biennio. ... *Scrivere questa tesina per me è stato molto difficile... Dietro ogni frase che fissavo sul foglio altre cento premevano per essere trascritte, per nascere e dovevo rinunciarci. Rinunciare ad essere bravo, il migliore, “er più” Che fatica! Poi è arrivato Baldascini e in quella che ritengo la lezione più importante di questo biennio ci ha detto che **dobbiamo morire per vivere se non vogliamo vivere per morire**. Sono un medico, addestrato all'onnipotenza; per adempiere al mandato familiare devo sfidare la morte che già si è portata via tante vite nella mia famiglia. Ho tanta difficoltà a far morire una mia frase figurarsi un aspetto così centrale del mio essere nel mondo? **IL MIO EGO SI RIBELLA E NON VUOLE MORIRE HA PAURA DI PERDERE** ma so anche che se non perdo questo perdo TUTTO.*

E un'altra lettera, questa volta indirizzata a me da un'allieva a fine del biennio formativo.

*Stromboli 16 agosto*

*Cara Maria Luisa*

*oggi ho bruciato nella lava del vulcano quello che tu hai chiamato, ironicamente, il mio contratto a tempo indeterminato come “terapeuta dilettante” della mia famiglia. Ho capito quello che mi dicevate sull'importanza personale che non mi permette di prendermi neanche una vacanza in vacanza... Sono finalmente disoccupata. Forse potrò cominciare a pensare di diventare una terapeuta professionista.*

Diventare una professionista terapeuta della famiglia significa rinunciare alla parte dilettante e onnipotente che si nutre dell'illusione di poter salvare la propria famiglia, mediare i conflitti, negare i problemi, guarire gli handicap o le malattie: in breve prendere sulle proprie spalle la famiglia. Un bel fardello, una pesante zavorra. Il sogno di libertà passa per l'incontro con la “morte” che questo carico vale invece, illusoriamente, ad evitare.

Rivivere il proprio dolore trovando nel contenitore più ampio del gruppo il modo di riappropriarsene è un passaggio necessario per poter vedere e incontrare il dolore della famiglia in terapia e aiutarla a scoprire le proprie energie per superarlo invece che caricarselo al suo posto.

Ma il percorso formativo è punteggiato da piccole morti talvolta gioiose: “ho smesso di fumare! Non mi serve più!” talvolta necessarie “Mi sono lasciata con il mio ragazzo... era un rapporto finito, non aveva più senso!” sempre funzionali alla crescita “andrò a vivere per conto mio!”, ho dovuto lasciare il lavoro: inutile continuare” E' interessante come sia chiaro talvolta il collegamento tra la chiusura di una vicenda, sentimentale, affettiva, lavorativa e l'esperienza del genogramma: quasi come se raccontare la propria vita possa significare darle forma, conferirle un senso e come se una volta concluso il racconto la “persona” possa morire.

Luisa “Sono stata tramortita circa un mese dopo il mio genogramma. Tu vivi 30 anni e più con una forma appiccicata addosso e credi che sia l'unica possibile. Un giorno ti svegli e scopri che si può

*togliere, fa un dolore cane ma ti si stacca da dosso e ...é incredibile!*”La guardo negli occhi commossi ma vivi e luminosi.

Talvolta poi l'incontro con la morte nel corso del quinquennio formativo é reale e non metaforico: veniamo quindi al terzo punto.

Alfredo non c'è qualcuno del gruppo da l'annuncio: é morta la madre solo tre giorni fa. Era malata da tempo, Alfredo ce ne aveva parlato a lungo nell'ultimo incontro serenamente, consapevole del compito di accompagnamento che gli toccava, avendo dismesso da tempo il camice di medico al capezzale dalla madre, rinunciando a tutte le strategie difensive di cui quello era strumento.

Il gruppo si attiva, combatte comprensibilmente con il “fare” per non sentire l'angoscia. C'è chi pensa al funerale, chi al telegramma, chi ai fiori da mandare. La porta si apre ed entra inaspettatamente Alfredo: composto, tranquillo. Il gruppo ha un evidente momento di sgomento che però si scioglie subito. Alfredo dice che sa di aver infranto un tabù esponendosi con una ferita così fresca da essere ancora sanguinante. Ma così sentiva di fare, voleva stare con noi. Due minuti di caos, abbracci, baci, ripristinano il primato della vita cioè del disordine. Lascio fare, so che quel rumore serve a ciascuno per esprimere più liberamente le proprie emozioni. E' un paradosso noto: un clima di effervescenza e di diversione serve ai parenti dei defunti come involucro protettivo per aprire senza troppi rischi le porte della propria intimità e questo è vero anche per i compagni del gruppo dove ciascuno può esprimere quello che prova. Dopo un pò il gruppo si ricompatta, si può sopportare il silenzio ora. Rosa si dice sconvolta e ammirata, lei non é riuscita a venire a scuola che dopo due mesi dopo la morte del padre. Alfredo si schernisce: “ho solo bisogno di stare con voi”. Ci parla teneramente di una “morte dolcissima” il mio pensiero va alla mamma di Simone de Beauvoir ma, come per la madre della famosa scrittrice non per questo meno sofferta e dolorosa. Alfredo ci dice delle sue angosce di padre che aveva studiato sì Bowen e ripassato il capitolo sulla utilità della partecipazione dei bambini all'esperienza della morte di una persona cara ma si é sentito confuso quando si é trovato tutto il parentado contro nel proporre la visita alla nonna morta da parte delle sue figliette. Racconta con una punta di rimpianto di non aver potuto concedersi il tempo che avrebbe voluto per separarsi dal corpo fisico della madre e di essere stato distolto dai suoi obblighi di figlio, per giunta medico. Ma poi si chiede se in verità lo considerava importante quanto in passato.

La sua relazione con la madre era stata così intensa e di qualità, abbandonata ogni pretesa di accanimento terapeutico e di sconfinamento di ruoli, che egli si dice grato alla vita di avere avuto il dono di comprenderla per tempo e di salutarla. Si raccoglie in silenzio e nel suo sguardo c'è tristezza ma anche forza. La forza di chi sta vivendo un dolore indicibile senza sfuggirlo. Glielo rimando e riconosce con un certo orgoglio ma con semplicità “la forza dell'amore” e la voce gli si riempie di commozione. . Nella tesina che a fine d'anno dedicherà a questo argomento (sul vivere e morire)una lunga riflessione riguarderà quel trattino che collega vita-morte- morte-vita: un trattino che sta per relazione, relazione, anche quella psicoterapeutica, che é efficace se permette talvolta di lasciare morire cito: “ *Muore lo stato d'animo negativo, muore il pensiero ossessivo, muore il comportamento ripetitivo, muore la seduta, muore la terapia....* ”.

Baldascini parlando di configurazioni relazionali di cui dobbiamo poter disporre per uno sviluppo armonico dovendo poter vivere la gamma emotiva che le caratterizza dice che un individuo deve poter sentire talora i genitori in alto idealizzandoli, sperimentando protezione, li deve talora collocare a fianco sentendo amicizia o di fronte come coloro cui deve contrapporsi o alle spalle come a sostenere l'impresa del vivere la vita. La più difficile delle configurazioni relazionali cui egli allude é quella dei genitori “sotto i piedi” Alfredo scrive ancora nella tesina. *Ho sentito sempre eccessiva e mancante di rispetto quell'immagine di mettere i genitori sotto i piedi. Oggi sono stato al cimitero: ero sulla lastra di marmo n. 38 sotto la quale mamma é sepolta. Ho sentito una profonda connessione con la terra dove il corpo di mamma é ritornato...ho sentito un profondo affetto.*

Come albero radicato nel terreno in cui affonda le radici e da cui trae linfa vitale Alfredo racconta di come si è sentito intensamente vivo, impegnato a vivere e riconoscente della vita che la mamma sotto i suoi piedi le aveva donato.

Ultimo spunto di riflessione: siamo a termine, la terapia è a termine e così anche la formazione ha un suo tempo. Questo funziona come limite e come tale deve poter essere incontrato e utilizzato. Usare il tempo della formazione, fare il “salto” che permette di passare attraverso l’incontro con l’intemporale mondo delle emozioni, a vivere in una prospettiva temporale dove non la meta è importante ma il cammino, è di per sé un obiettivo formativo importante ed è indice di un incontro fecondo con la morte. Allo stesso modo di come si è imparato a riconoscere i propri limiti e procedere a partire da quelli utilizzandoli al meglio, si impara *col tempo* a prenderselo, a viverlo e utilizzarlo piuttosto che a combatterlo e contrastarlo. E' vero che è a filo di vita -e di formazione- spiegato che si impara a pensarla non più in termini di anni ma di ore, e forse occorre scalare tutto il 'monte ore' previsto per vedere chiaro circa l'intensità che è possibile vivere in un istante.

Un istante nel quale, come dice il filosofo (Biswanger) all'esistenza viene tolto il terreno sotto i piedi e si dà la possibilità di un cambiamento che può venire dal trascendersi, verso l'alto con un'illuminazione liberatrice (la trans-ascendenza di Jean Wahl) o dal suo opposto dallo scendere verso il basso, “cadere dalle nuvole” dove possiamo esserci rifugiati nel vano sforzo di sfuggire la nostra natura mortale. Siamo in un certo senso costretti a cercare altri fondamenti per la nostra vita, perché quelli che le hanno dato stabilità in passato scoprono improvvisamente tutta la loro incertezza.

Sono i *turn-point*: momenti cruciali in cui o si osa il salto o si molla la presa e si torna indietro. Ne è irto il percorso formativo specie quando, deposta l'armatura, messo nudo l'essenziale si è in bilico affacciati sull'orizzonte delle infinite possibilità del proprio essere, è morto un ego ma ne vuole spuntare un altro. E' facile vivere in questi istanti il senso di un tradimento di un'offesa, di un abbandono da parte del gruppo, di un'incomprensione del didatta....In realtà ci si ritrae spaventati perdendo quella opportunità che è stata data di prendersi il rischio della propria vita. Lo scenario si richiude, ci si fa una ragione che lo ricompatta, ci si ancora al primo pretesto concreto (le difficoltà di lavoro, il tempo, i soldi...) che non manca mai e si abbandona il percorso formativo. La disponibilità del gruppo è anche vivere questa perdita.

E' chiaro che l'uscita dal gruppo di uno ha a che fare con tutto il sistema e la si soffre, la si interroga ma non si può temerla né impedirle: il gruppo deve poter assumere la diversità.

L'impegno è ancora una volta quello di aiutare il compagno a uscire dalla porta senza imbrogliare senza imbrogliarsi. Non si accettano colpe, non si consentono colpevolizzazioni ma si assume il rischio, la responsabilità dei propri e degli altrui limiti.

“Vuoi proprio morire come tuo nonno e come tuo padre? Hai avuto l'opportunità di cambiare e vivere una vita diversa!” è l'ultima sollecitazione del gruppo al compagno di percorso che ha deciso di andare. Il gruppo vede la sua difficoltà perché naturalmente nella sua paura c'è la paura di tutti, nel suo limite ognuno può riconoscere il proprio. Lo sforzo di tutti è comprendere, accettare andare oltre la paura della perdita. Resta la fiducia in qualcosa di più grande, di potenzialmente sempre capace di realizzarsi che c'è in ogni essere umano.

## Riferimenti bibliografici

Andolfi, M. “Come restituire competenza alle famiglie: un itinerario formativo difficile”, *Terapia Familiare*, 52, pp. 5-21 Novembre 1996.

Baldascini, L. “Il gruppo in formazione: apprendimento e cambiamento”, *ibidem*, pp. 45- 55.

De Beauvoir, S. “*Una morte dolcissima*” Torino, Einaudi, 1966.

De Hennezel, M. “*La morte amica*” Milano, Rizzoli, 1998

Kubler-Ross, E; “*La morte è di vitale importanza*”Milano, Armenia 1997.