

Lettera ad un futuro psicoterapeuta

Caro 'futuro' chiunque tu sia, una cosa la puoi vedere subito: in questo mestiere si diventa pian piano, cautamente ottimisti e così immaginiamo, perché lo consideriamo un valore, di avere un 'futuro'. E già, perché siamo sobriamente certi che questa esperienza, ad un tempo strana e importante - passare lunghe ore insieme ad un altro essere umano per cercare punti di contatto, di comunicazione, di scoperta dell'altro e di sé, esperienza che non lascerà nessuno dei due uguale a se stesso - sia una cosa preziosa e valga la pena proteggerla, conservarla, farla crescere e consegnarla ad altri perché a loro volta facciano da tramite e l'uomo non resti solo e silente nel suo isolamento, nella sua tristezza, nella sua stupidità.

- solo nel ponte della comunicazione infatti possiamo trovare senso e gioia in ciò che viviamo-

Ti diranno tante cose sugli 'psi', e spesso saranno critiche perché il nostro mestiere fa paura: ... perché si occupano del dolore, dell'angoscia, del vuoto che sa di nulla? Perché sono sempre assetati di emozioni? Non saranno loro i matti che non sono capaci di adattamento alle consuetudini del pensiero comune? Non saranno loro quelli incapaci di una autonoma visione degli affetti e della vita, tanto da succhiare parassitariamente la vita degli altri, su cui infantilmente e onnipotentemente vanno fieri di avere un potere?

Ascolta le critiche con attenzione, ma non credergli mai fino in fondo... tieni sempre aperta la porta del dubbio, ti guiderà ad interrogarti costruttivamente sul senso profondo del tuo agire.

Non cedere mai alla tentazione del qualunquismo, del 'così fan tutti'... **non necessariamente l'uso comune è un buon uso**. Il buon senso sì, coltivalo, conservalo, ascoltalò come compagno di cordata in questo viaggio lento e spericolato che ti richiederà pazienza, coraggio, determinazione, ma che saprà restituirti i colori delle emozioni, la possibilità di '**stare sveglio, stare bene, stare vivo**': uno dei nostri progenitori ci ha lasciato questo compito.

Non dobbiamo essere eroi o intransigenti paladini del: '**so io** cosa devi fare, pensare, essere'.

Tradiremmo profondamente il nostro compito di psicoterapeuti, compito intriso di rispetto del mistero dell'altro e della consapevolezza del nostro essere tramite e non fine.

Ti ho, spero, un po' incuriosito sulla bellezza, delicatezza, intensità del 'mestiere' ... se però a questo punto mi chiedi: '**indicami la strada**', posso parlarti dei compagni di viaggio, ma la strada, quella interiore, profonda e semplice, naturale e straordinaria, ognuno la tratterà secondo la propria storia e secondo i propri punti di fragilità trasformati in risorse ... non ci sono ricette universali, ma alcuni ingredienti da conoscere, riconoscere, amalgamare, scomporre e ricomporre fino a che la mente si senta capace di

tollerare sia la gioia sia il dolore, non sfugga- anche se con paura e smarrimento- alla vicinanza e alla fatica della relazione, possegga un senso forte e vitale di tutto questo andare, esplorare, tornare, per trovare una volta di più la vitalità e la voglia di partire ancora un po'... ci vogliono dei compagni di viaggio, e saranno **buone teorie** assimilate poco alla volta tanto che non abbiano più il sapore di qualcosa di tecnico, **buoni colleghi** che condividano l'impresa e, parlando un linguaggio comune, ci aiutino a non isolarci, ma anche **poesia, musica, arte** saranno viatico e nutrimento... ci parlano della comune vicenda umana, usano espressioni che arrivano direttamente al centro del nostro essere, scavalcando senza sforzi le nostre barriere di controllo, ci suggeriscono un modo di costruire ponti comunicativi che ci aiuteranno a raggiungere i luoghi più intimi della nostra e altrui umanità . Non ti stupirai quindi se ti affido dei versi che mi emozionano affinché tu possa giocarci – ah, sì dimenticavo giocare è il segreto, imparare a giocare è la magia-

Nella moltitudine di Wislawa Szymborska

Sono quella che sono
Un caso inconcepibile
Come ogni caso.
In fondo avrei potuto avere
altri antenati,
e così avrei preso il volo
da un altro nido;
così da sotto un altro tronco
sarei strisciata fuori in squame.
Nel guardaroba della natura
C'è un mucchio di costumi:
di ragno, gabbiano, topo campagnolo.
Ognuno calza subito a pennello
e docilmente è indossato
finché non si consuma.
Anch'io non ho scelto,
ma non mi lamento.
Potevo essere qualcuno
molto meno a parte:
Qualcuno d'un formicaio, branco, sciame
ronzante,
una scheggia di paesaggio sbattuta dal vento.

Qualcuno molto meno fortunato,
allevato per farne una pelliccia,
per il pranzo della festa,
qualcosa che nuota sotto un vetrino.
Un albero conficcato nella terra,
a cui si avvicina un incendio.
Un filo d'erba calpestato
dal corso di incomprensibili eventi.
Un nato sotto una cattiva stella,
buona per gli altri.
E se nella gente destassi spavento?
O solo avversione,
o solo pietà ?
Se al mondo fossi venuta
nella tribù sbagliata
e avessi tutte le strade precluse?
La sorte, finora
mi è stata benigna.
Poteva non essermi dato
il ricordo dei momenti lieti.
Poteva essermi tolta
l'inclinazione a confrontare.

Stefania Magnoni

Potevo essere me stessa – ma **senza stupore** E ciò vorrebbe dire qualcuno di totalmente diverso