

CAPITOLO TERZO

PSICHIATRIA E PSICOLOGIA ALLE SOGLIE DEL TERZO MILLENNIO: RIFLESSIONI SULLA DIMENSIONE SPIRITUALE

B) RELAZIONE

LA RELAZIONE DI TRANSFERT NELLA DIREZIONE SPIRITUALE

THE PRESENCE OF TRANSFERENCE IN SPIRITUAL DIRECTION

Alessandro Olivieri Pennesi

Pontificia Facoltà Teologica "Teresianum" – Roma

LA RELAZIONE DI TRANSFERT NELLA DIREZIONE SPIRITUALE

Riassunto

Dopo aver delineato il significato di Transfert (e controtransfert) e come riconoscerlo, la presente comunicazione intende analizzare la presenza del transfert nella relazione di direzione spirituale e come considerarla una *chance* che consente di amare realmente l'altro, piuttosto che un rischio. Nella direzione spirituale, come afferma l'analista Fred Blum, entra in gioco una terza dimensione, "transpersonale", che riflette la vita di Dio in ogni essere umano, capace di operare la guarigione. Le considerazioni finali esaminano il rapporto con Dio Padre a partire dalla parabola del figliol prodigo.

Parole chiave: *transfert, controtransfert, direzione spirituale, transpersonale*

Abstract

After presenting an outline regarding the meaning of transference and counter-transference exposed by Sigmund Freud and how to recognize it, the present communication aims to analyse the presence of transference in spiritual direction, and to consider it not as a risk but rather as a chance to really love another. In spiritual direction, as the analyst F. Blum affirms, appears a third dimension, "transpersonal", that reflect God's life in each human being and its capacity to heal. The last considerations aim to examine our relationship with God, the Father, reflecting on the parable of the prodigal son.

Key words: *transference, counter-transference, spiritual direction, transpersonal*

1. La relazione terapeutica

La situazione di transfert costituisce inevitabilmente il supporto del dialogo spirituale, nella quale i due partner della relazione sono immancabilmente coinvolti, lo vogliano o no.

Ciò richiede di prendere in considerazione alcune acquisizioni della psicologia. Sono acquisizioni oggi accettate in genere da tutti, e un minimo di familiarità con esse ci può risparmiare non poche delusioni.

È grazie al processo della terapia psicanalitica, e in particolare all'analisi attenta ai legami che si stabiliscono tra l'analista e il suo paziente, che noi conosciamo molto meglio, oggi, quel fenomeno relazionale a cui Freud ha dato il nome di transfert (ingl. *Transference*). Freud aveva infatti constatato, con piena ragione del resto, che i suoi pazienti erano soliti trasferire su di lui, loro analista, i sentimenti che avevano provato un tempo nei confronti dei loro genitori. Questo miscuglio di sentimenti positivi e negativi aveva dei prolungamenti nella vita di adulti e colorava in modo abituale il loro atteggiamento dinanzi a tutte le forme di autorità, fino a estendersi poi come una macchia d'olio su tutta la loro vita: alle relazioni di lavoro, di amicizia, alle relazioni familiari, tanto nei confronti del coniuge quanto nei confronti dei figli; e noi possiamo aggiungere, quando si tratta di credenti, fino ai loro legami con Dio. Ogni uomo, nelle sue relazioni con gli altri, ha così la tendenza, concludeva Freud, a ripetere instancabilmente un certo scenario, di solito tenuto saldamente sotto chiave. Questo scenario è stato generalmente installato al tempo della primissima infanzia, per far fronte, con i mezzi che erano quelli del momento, a certe sofferenze e a certe frustrazioni che, a quell'epoca, sarebbero state psicologicamente insopportabili.

Il genio di Freud fu di capire subito che quella constatazione clinica si poteva sfruttare in campo terapeutico. Poiché lo scenario originale si riproduceva infallibilmente, e addirittura in un modo particolarmente acuto e come spinto dal parossismo, nella relazione analista – paziente, perché non approfittarne per risalire alla storia di questo scenario, fino ad allora sotto chiave, e farla evolvere in un senso positivo?

Ma per far questo, pensava, era necessario non rifiutare il transfert, né difendersi da esso ma entrarvi, accettando di svolgervi un ruolo; non in un modo qualsiasi, tuttavia. Si offriva così una possibilità di avere una certa presa su di esso, cercando innanzitutto di identificarlo, per tentare poi di dargli un senso nuovo e imprimergli un orientamento meno traumatico.

L'analista accoglierà dunque il transfert e accetterà di entrare nello scenario e di “giocarvi” il ruolo che gli attribuisce il suo paziente.

Tuttavia, come si è detto, in una maniera ben precisa. Non si tratta di entrare passivamente nello scenario, o semplicemente di subirlo, cercando di riempire il paziente di gratificazioni che compensino le frustrazioni di un tempo, quelle che sono all'origine dello scenario. Non si tratta neppure di lasciare che si ripetano all'infinito i vicoli ciechi incontrati un tempo nelle relazioni con i genitori.

L'esperienza ha mostrato che utilizzare il transfert in quel modo non fa che confermare e rafforzare lo scenario, senza speranza di evoluzione.

La situazione di transfert si complica per il fatto che non c'è solo il paziente a effettuare il transfert e a proiettare i propri sentimenti. Anche l'analista vi è coinvolto e si trova a sua volta sollecitato a proposito del proprio scenario, all'interno stesso dello scenario del paziente, in cui si trovano da quel momento implicate le frustrazioni proprie del terapeuta e la loro tendenza a soddisfarsi in compensazioni tardive. L'analista, al pari del paziente, "soffre" in una certa misura di frustrazioni primitive e si è forgiato uno scenario più o meno inconscio, creando in lui ciò che Freud ha giustamente chiamato il "controtransfert". Risulta subito evidente che il confronto tra questi due transfert, quello del paziente e quello dell'analista, sarà delicato da gestire, e che l'esito felice di un tale confronto dipenderà da vari fattori, il più importante dei quali sarà che l'analista abbia fatto lui per primo chiarezza nel proprio scenario e nelle proprie frustrazioni. Altrimenti la situazione potrebbe divenire rapidamente esplosiva o, bene che vada, non avere alcuna utilità terapeutica.

Quale che sia la maniera in cui l'analista decide di coinvolgersi nel transfert, è importante che lo faccia sempre in modo sufficientemente neutro e distaccato. Infatti ciò che importa, nel caso concreto, non è il proprio scenario, bensì quello del paziente. Ciò non significa che l'analista debba vietarsi di provare qualsiasi sentimento. Vorrebbe dire non solo votarsi all'impossibile, ma soprattutto introdurre nella relazione con il paziente un "divieto di desiderio" che finirebbe inevitabilmente per avere un influsso negativo sull'evoluzione di questi. L'analista accoglierà dunque in pace i propri sentimenti, ma avendo cura di gestirli correttamente; nella circostanza: accettando di voler "non desiderare per essere soddisfatto", il che è molto diverso dal voler "non desiderare puramente e semplicemente". Il seguito dell'esposizione cercherà di precisare che cosa si intenda con questa formula.

L'insistenza sull'atteggiamento dell'analista che si trova confrontato con il proprio contro transfert fa arguire che c'è un legame tra la relazione terapeutica in psicoanalisi e la relazione di accompagnamento spirituale.

Se tutti sono d'accordo nel riconoscere la fondatezza dell'intuizione fondamentale di Freud, le applicazioni concrete in terapia, invece, variano talora in modo notevole. È lecito pensare che ciascuna di esse, nella misura in cui si fonda su metodi verificati da risultati probanti, possieda una sua parte di verità e sia in grado di apportare un complemento al punto di vista della altre.

2. Come riconoscere il transfert

Nelle diverse professioni di aiuto e quindi nell'accompagnamento spirituale e/o direzionale spirituale saremo fatti oggetto di transfert da parte della persona diretta, nasce pertanto la domanda come sia possibile riconoscere il processo transferale o controtransferale in atto.

Elenchiamo qui di seguito alcuni indizi o segni:

- 1) I tuoi sentimenti sono inadeguati e sproporzionati rispetto alla persona o alla situazione che si pone dinanzi.
- 2) La persona ti rammenta qualcuno di tua conoscenza (non necessariamente riguarda il suo aspetto fisico).
- 3) I sogni possono "allertarci" per queste somiglianze.
- 4) Lapsus, come chiamare una persona con il nome di un'altra, può essere rivelatore.
- 5) Quando la tua preoccupazione diventa estrema nel far sì che le cose vadano come tu hai stabilito.

Cosa suggerisce una volta che si riconosce il transfert?

È consigliabile essere attenti a riportare a noi stessi nel presente ed integrare a livello cosciente i sentimenti e gli atteggiamenti del passato evidenziati dal transfert. Tale operazione è alla portata di ognuno sia terapeuta o non.

3. La relazione di direzione spirituale

Dopo queste precisazioni potrebbe restare una certa impressione che si sia esagerato nell'accordare una parte così grande all'aspetto del transfert nella relazione di D.S.. Non è che forse un considerare le cose in un modo troppo "naturale" e non tener abbastanza conto del primato assoluto dell'azione della Spirito Santo al cuore di questa relazione? Tutta l'arte dell'accompagnamento spirituale e della direzione non dovrebbe consistere per l'appunto nello sfuggire alla "tentazione" del transfert, con tutta la sua

ambiguità e le sue complicazioni? E non dovrebbe essere sufficiente rifiutare molto semplicemente questa situazione, cercando di neutralizzare i sintomi più irritanti, o addirittura combattendoli vigorosamente, per lasciare il campo libero all'azione dello Spirito?

Come prima risposta si potrebbe far osservare che il transfert non è per nulla una "tentazione" a cui si possa sfuggire. È un dato di fatto, lo si voglia o no, lo si dissimuli o no. Certo, è un fatto che in parte sfugge alla coscienza, un fatto dunque in parte inconscio. Ma tutti sanno che le realtà psicologiche sono tanto più temibili e hanno degli effetti tanto più perversi quanto restano inconscie e si evita di guardarle in faccia.

Il fatto di dirigere un'altra persona può per altro colmare, in parte, le lacune della direzione spirituale a suo tempo ricevuta con più o meno efficacia. Anche per il direttore, infatti, la situazione di transfert è innanzitutto una *chance*, e non un rischio. Se gestita correttamente, può in definitiva costringerlo a una rinuncia positiva ai propri desideri, insegnargli a "desiderare senza voler essere esaudito", obbligandolo a diminuire incessantemente dinanzi alla libertà e all'autonomia crescente dell'altro. In una parola: è un'occasione non da poco per imparare ad amare veramente. Sì, nella direzione spirituale sono entrambe gli interlocutori a trarne beneficio.

Tuttavia per quanto importante possa essere, la situazione di un transfert non esaurisce tutto in senso della relazione implicata nel dialogo di D.S.

In ogni relazione vi è offerta una reale possibilità di un contatto in profondità in cui l'io autentico dell'uno entra in comunione con l'io autentico dell'altro. Un analista inglese, Fred Blum, ha chiamato questa possibilità la "terza dimensione" di ogni relazione analitica. Questa terza dimensione, che non è senza relazione con l'Amore o con la vita di Dio al cuore di ogni essere, nasconde in sé la potenza creatrice capace di trasformare la relazione e di operare la guarigione.

Le tecniche classiche della psicoanalisi sembrano ignorare questa terza dimensione. Molti si fermano di solito al gioco del transfert e del contro-transfert, dove tutta l'arte dell'analista consiste nel riconoscere e nell'accogliere il transfert, per poi sottrarvisi. La neutralità dell'analista – che per lui è forma di amore- lo installa in un luogo in cui il desiderio del paziente, travestito dal transfert, non può raggiungerlo. L'analista resta ostinatamente fuori portata, e moltiplica le finte per sfuggire alla presa del desiderio dell'altro. Egli rinvia così l'altro inesorabilmente a se stesso e all'accettazione progressiva delle proprie frustrazioni, poiché, secondo l'ipotesi di Freud, dietro a tutti i desideri esiste un desiderio per sempre proibito e in ogni caso non potrà mai essere esaudito. La saggezza umana, la sola possibile ai suoi occhi, consiste allora nell'accettare questa falla che

non sarà mai chiusa, nel riconciliarsi con una mancanza costitutiva che non può essere colmata.

Ridotta a una pedagogia di questo tipo, la terapia analitica può certamente sfociare in una forma di sapienza umana altamente rispettabile, in cui non mancano certe risonanze evangeliche. Sembra tuttavia che tale pedagogia non sia sufficiente a render conto di tutti i valori impegnati effettivamente, o che potrebbero esserlo, nella relazione di accompagnamento e direzione, di cui la storia e la tradizione monastica sono ricche.

Ecco come Fred Blum descrive le possibilità di una terapia che tenga risolutamente conto di questa sorgente spirituale presente in ogni essere:

Quando due persone si incontrano nella loro essenza, nel nucleo più intimo del loro essere, sono in contatto con una vita più profonda che condividono in tutta verità. Esse entrano in una relazione che è nutrita dalla Sorgente della vita. Si vedono a vicenda in tutta verità, e la percezione che in tal modo hanno è rischiarata da una luce transpersonale. Noi possiamo innamorarci di qualcuno, e finire poi per renderci conto che non amiamo veramente quella persona così come è attualmente nella sua essenza. La persona “amata” ha semplicemente suscitato in noi certe proiezioni che si sono dileguate nel volgere di qualche tempo. Ma quando amiamo veramente qualcuno, nasce tra noi due una realtà più profonda che santifica il nostro amore. In ogni relazione umana concreta devono essere ugualmente all’opera questi due poli: la realtà più profonda che nasce tra l’altro e noi, e nel contempo il ruolo che noi proiettiamo sull’altro. Questo processo si verifica anche nella relazione che si stabilisce tra il terapeuta e la persona che chiede di essere guarita... Indubbiamente è necessaria una presa di coscienza quanto più lucida possibile di questo meccanismo di proiezione, per evitare ogni interferenza tra questo e il processo di guarigione. Tuttavia la forza di guarigione che è all’opera in questo processo non ci viene attraverso il cosiddetto “transfert e contro-transfert”, bensì piuttosto attraverso una certa qualità della relazione, nella quale agisce una realtà vitale più profonda, realtà condivisa dai due partner e che li unisce al livello del loro nucleo più intimo nella loro essenza. La condizione preliminare perché un tale evento possa aver luogo, è indubbiamente che il terapeuta possieda egli stesso un legame vivente con questa realtà dentro di lui.

Questa realtà intima, personalissima, al cuore di ogni partner, e al tempo stesso “transpersonale” in quanto coinvolge i due protagonisti in una comunione che li supera, ricorda irresistibilmente al credente una parola di Gesù: “Dove due o tre sono riuniti nel mio nome, io sono là in mezzo

a loro” (Mt 18, 20). Egli finisce per intuire che è proprio la presenza misericordiosa di Gesù, al cuore di ogni relazione umana, a costituire l’unico vero dinamismo di guarigione. È una presenza che è davvero in grado di eludere le insidie del transfert, per quanto sottili possano essere, e di farci beneficiare di tutti i vantaggi che ci possono venire dal transfert. Il Signore infatti è sempre “più grande del cuore” (Gv 3, 20) dell’uomo. Ciò che per lo psicoanalista, preoccupato di non oltrepassare i confini del proprio campo, sarebbe un’extrapolazione indebita, il credente lo può presagire, e, a certe condizioni, discernere nelle meraviglie che la D.S. gli permette di tanto in tanto di rasentare.

4. La relazione con Dio Padre

Il chiarimento del proprio passato è uno dei presupposti necessari per una vita personale e significativa. Un credente deve saper mettere il proprio passato nella relazione con Dio, e con Dio istituire un confronto su questa vita concreta, spesso gravata da una pesante “eredità”.

Molte volte le domande indirizzate a Dio sono di questo tenore: perché hai preteso questo da me? Chi sei tu? Chi sono io per te? Attraverso il chiarimento franco del proprio rapporto con Dio, è possibile diminuire e prevenire i transfert inconsci e quindi predisporre ad una scelta di fede consapevole. Il confronto chiarificatore con Dio, aiuta a scoprire le immagini di Dio inconscie, a verificare ed eventualmente correggere il loro influsso sulla vita. D’altro canto, ci ricorda il card. Martini, il rifiuto del padre di non pochi nostri contemporanei ci deve rendere cauti riguardo a un uso troppo facile dell’immagine paterna per parlare di Dio. Quando si parla di un “ritorno al Padre” (confr. La parabola del figlio prodigo) non si vuole intendere una sorta di regressione alla dipendenza infantile, né tanto meno rievocare conflittualità profonde che hanno segnato alcune personalità. La gente comune percepisce nel profondo il senso di una paternità dall’alto e recita con fiducia, almeno in certi momenti il Padre nostro.

In parte condivide nell’inconscio le diffidenze della cultura moderna verso il padre e vorrebbe emanciparsi da un Dio che sente come Padre- padrone. La figura del Padre nell’amore è novità rispetto alle immagini false che tante volte abbiamo potuto farcene: essa non fa concorrenza all’uomo, alla sua libertà. Il padre despota da cui liberarsi è una immagine che spesso è stata trasferita su Dio: essa va giustamente rifiutata.

Occorre ritornare al Padre che ci fa liberi e ci chiama a libertà, a quella figura che ci provoca a essere noi stessi. Si tratta insomma di pensare al Padre secondo l'immagine che ne dà la parabola della misericordia

Bibliografia

CAROTENUTO A. (1988), *La colomba di Kant. Problemi del transfert e del contro- transfert*, Bompiani, Milano.

FRIELINGSDORF K. (1995), *Ma Dio non è così. Ricerca di psicoterapia pastorale sulle indagini demoniache di Dio*, San Paolo, Cinisello Balsamo.

LOUF A. (1990), *Sotto la guida dello Spirito*, Qiqajon, Magnano.

MARTINI C.M. (1998), *Ritorno al Padre di tutti*, Centro Ambrosiano, Milano

NUTTIN J. (1984), *Psicoanalisi e personalità*, Ed. Paoline, Roma