

Prefazione



A un certo punto decido che quei fatti andavano raccontati. Il problema era come. Mi ritrovo in una vita che non avevo programmato, in un mondo trasformato e ho un dannato bisogno di mettere ordine. Di capire come si sono svolte le cose, di trovare risposte. Nel 1990 mi insegnano un mestiere. Lo spirito dei tempi diceva: si fa così. Ci sono diverse scuole di pensiero, scegli tu quella che ti pare, certo, la mia è meglio. Una volta che hai scelto: fa' così. I maestri che mi hanno formato erano già scettici su queste divisioni e gliene sono grato. Il mestiere, comunque, aveva le sue pratiche. Bottega che vai, arnesi che trovi.

Il mestiere si chiama: psicoterapia.

Negli anni avviene che: studio teorie, ci ragiono su, me ne presentano altre che contraddicono le precedenti, ho alcune idee, cambio idee, stringo amicizie, rompo amicizie. Intorno a me è lo stesso. Immaginavo che nel mondo della cura dell'animo prevalesse una certa saggezza e benevolenza. Neanche per idea. Scrivono teorie, cambiano teorie, formano scuole, spaccano scuole, stringono alleanze e tradiscono. Mi piace.

Un giorno mi accorgo che le regole sono cambiate. Che la psicoterapia che pratico ogni giorno è diversa da quella che mi hanno insegnato. Molto. Sono convinto che sia meglio, più efficace, spesso più rapida. Che cosa è successo? Chi l'ha trasformata e come?

Ora, messa così, sembra la premessa per un libro sulla storia della psicoterapia. Non è illecito scriverne, solo che ne esistevano già. Io invece volevo scrivere un libro impossibile. E i fatti che volevo raccontare non erano solo questi.

Negli stessi anni conosco una donna, la sposo. Facciamo una figlia e poi un figlio. Funziona tutto. Scrivo libri, articoli, ho alcune idee, cambio idee, se ha un senso dire che i conti tornavano, posso dirlo.

Crack.

La realtà si infila in faglie della mia vita che riposavano tranquille e spacca tutto. Quella donna si ammala. E poi muore. Una delle storie più vecchie del mondo. Va tutto bene, poi va male e poi muori. Il guaio è che l'avevano messa in scena spaventosamente vicino a me. In teoria, avevo visto un sacco di film di guerra e di criminali, l'effetto che fa al cinema quando ti muore l'amato o l'amico lo conoscevo. Trovarsi a pochi passi dall'esplosione della mina è un'altra cosa. Ammetto che mi sono lasciato cogliere impreparato.

Insomma, mi scombinano le carte, avevo un full niente male e ora a stento riesco a leggere quelle che ho in mano. Sono tutte bruciacchiate.

Gli eventi prendono una piega interessante. Ho bisogno di aiuto, chiedo aiuto, torno in psicoterapia. La psicoterapia mi aiuta. Era di un tipo che mi piaceva. Solo che non mi aiuta abbastanza. C'è un rumore di fondo che non se ne va, il suono irritante, ficcante, insopportabile dell'allarme. Perché non riesco a spegnerlo?

Continuo a studiare, avere idee, cambiare idee, viaggiare e osservare il mondo che mi circonda. Sta cambiando tutto. Capisco che esistono strumenti nuovi per disattivare l'allarme. Li uso. Nella psicoterapia è in atto una rivoluzione e io ne traggio benefici.

Quei fatti di un uomo che ha le carte per vincere la mano e poi glielle sottraggono, le mischiano e glielle restituiscono dopo una leggera passata con la fiamma ossidrica li volevo raccontare.

Quella storia che la psicoterapia prima è basata sul dialogo e poi è basata sul dialogo ma anche sulla metamorfosi del corpo, sull'incursione nell'immaginazione e sulla messa in scena, come a teatro, come al cinema, dei drammi, io la volevo raccontare.

Poi ci sono le storie dei pazienti. Perché una volta che ti trovi degli strumenti nuovi e funzionano, accidenti, li usi. E vedi che fanno un effetto potente. E io, questa storia, la volevo raccontare.

Sono tre storie e in realtà una sola. Sono stato in mezzo a tutte e vi posso garantire che è la stessa unica storia. Parla di trovare la cassetta degli attrezzi giusta.

A un certo punto capisco che ho un problema. Gigantesco. Voglio scrivere la storia della rivoluzione esperienziale in psicoterapia. In questa storia, esistevano forme di psicoterapia considerate serie. Soprattutto cognitivismo e psicoanalisi. I terapeuti di queste scuole, in sostanza, coi pazienti, parlavano. Esistevano, negli stessi anni, forme di psicoterapia considerate bizzarre. Questi terapeuti facevano cose strane: esercizi corporei, messe in scena teatrali, viaggi nel mondo dell'immaginazione, a volte in stato di trance.

I due mondi della terapia non si parlavano. Io appartenevo al primo, ma il secondo mi incuriosiva. È che avevo la vocazione dell'eretico.

Poi al volgere del millennio le correnti confluiscono e spunta qualcosa di nuovo, una psicoterapia trasformata in cui puoi lavorare sul corpo, sull'immaginazione e sulla teatralizzazione del dramma interno e rimanere in quella che è considerata scienza.

Un libro che racconta questa rivoluzione si chiama: saggio. Bella scoperta, vero?

Volevo raccontare le storie dei pazienti trattati in questo modo nuovo, potente, affascinante, bello e, soprattutto, che promette maggiore efficacia.

Un libro che racconta queste storie cliniche si chiama: saggio basato su racconti di storie cliniche. Fin qui, niente di nuovo. Si poteva raccontare, alla fine, un saggio di storia della psicoterapia punteggiato di esempi clinici. Gli danno vita, rendono il racconto interessante. Esisteva già.

Oppure le storie cliniche le potevo semplicemente narrare. Si chiama: romanzo. Si chiama: fiction. Tipo *In Treatment*, se avete presente. E qui iniziano i problemi. Scrivo un saggio o un romanzo?

Soprattutto volevo raccontare il modo in cui mi si è scombinata la vita e poi ho provato a incollare i pezzi, e come tutto questo è avvenuto in piena esplosione della rivoluzione esperienziale. Si trattava di dare senso a fatti che non avrei voluto affrontare in nessuno dei mondi possibili. Si chiama: autobiografia. Parziale, ma sempre autobiografia.

Insomma, avevo fatti da raccontare. E non sapevo come. Avevo voglia di scrivere un saggio? No. Non me ne fregava granché devo dire. Intendo, ci dedico già abbastanza tempo. Avevo voglia di scrivere un romanzo? Sì. Ma, accidenti, dovevo raccontare la storia della rivoluzione esperienziale della psicoterapia. È pur vero che di libri di storia della psicoterapia ne esistono, ma questa non l'ha raccontata nessuno. Avevo bisogno di dare senso a quello che mi era successo? Dannatamente sì.

A un certo punto faccio una scelta. Decido di raccontare la storia della rivoluzione, la storia di un paziente e un po' di cose che sono successe a me, tutto insieme. Mi faccio la grande domanda: che genere di libro è? Mi rispondo: non ne ho idea.

Mi chiedo: chi potrebbe leggerlo? Gli psicoterapeuti sicuramente. Però, non è rivolto principalmente a loro. Ho raccontato storie: di rivoluzioni scientifiche, di personaggi forse finti, forse veri, e di un narratore a cui era accaduto qualcosa che non aveva messo in conto. Volevo scriverle per

chi volesse leggere storie di rivoluzioni e di gente che è stata male e poi è stata meglio e di un narratore che passava di lì.

Mi aggrappo all'idea che di saggi-romanzi ne esistono e magari anche di saggi-romanzi-autobiografie. Confesso che non ho approfondito troppo l'argomento. Avevo solo bisogno che qualcuno credesse che un libro così fosse pubblicabile.

La storia, a volgere lo sguardo al passato, la faccio iniziare a fine Ottocento.

I fatti che ho testimoniato si svolgono tra il 1990 e oggi. Con una certa accelerazione qualche anno dopo che è iniziato il nuovo millennio.

La mia vita è cambiata e così il mio modo di lavorare. Il mondo della psicoterapia è cambiato. E io, quelle storie, le volevo proprio raccontare.