

## L'eterna ricerca psicologica dell'uomo

In epoche e culture differenti, la psicoterapia è stata praticata secondo modalità molto lontane da quelle odierne, con le quali però, riflettendoci, sembrano esserci alcuni tratti in comune.

Fatte le dovute essenziali differenze, la richiesta d'aiuto formulata oggi allo psicologo o al medico, riflette numerosi altri simili antichi gesti di uomini lontani che si sono avvicinati a sciamani, stregoni, re, sacerdoti, maestri, filosofi, profeti alla ricerca di loro stessi. Il rito di quella che noi oggi definiamo visita, consultazione, o colloquio diagnostico/terapeutico, ricorda i cerimoniali, i trattamenti che questi terapeuti *ante litteram* mettevano in atto con i loro 'pazienti' magari con la promessa di una guarigione, o più genericamente di una via d'uscita dal loro disagio somato-psichico.

Ricordiamo il ruolo che, all'interno delle grandi città dell'antica Grecia, rivestivano filosofi come **Plotino**, **Socrate**, **Platone**: attorno a loro si riunivano gruppi di studenti e pensatori desiderosi di apprendere e conoscere le verità nascoste all'occhio umano, visibili agli occhi di chi dedicava la propria esistenza a questo genere di riflessioni. Spesso ai filosofi giungevano richieste inerenti la comprensione del mondo, l'esistenza umana, il senso della vita: domande che noi terapeuti ben conosciamo.

In molte zone della Grecia per esempio, dove i templi di Esculapio (dio della medicina) andavano per la maggiore, le guarigioni avvenivano tramite vari rituali, tra i quali l'incubazione: il paziente giaceva a terra per una notte intera all'interno di una caverna. Qui avrebbe avuto un sogno o una visione che lo avrebbero guarito.

In America ed in Tibet si utilizzavano altri rituali di guarigione: in Guyana (America meridionale) il paziente veniva ipnotizzato (pratica tuttora messa in atto da alcune correnti di psicoterapia) ed a volte questo accadeva con gruppi più o meno numerosi di pazienti che entravano in stato di trance collettiva.

La medicina primitiva (oggi detta magia) è sempre stata molto diffusa un po' in tutto il mondo, e continua ad esserlo tra le popolazioni non industrializzate dei giorni nostri. In certi casi gli stregoni procurano delle 'malattie magiche' che spesso portano i pazienti alla morte nel giro di poche ore, come testimoniato dai riti del bastone e dell'osso (Australia Centrale, Melanesia). Altre volte, tali nefasti effetti della magia nera vengono (venivano) neutralizzati da atti di magia riparatrice ad opera di sciamani.

In tempi antichi esistevano due diverse scuole di 'terapia': quelle magico-religiose e quelle empirico-razionali.

Secondo il primo filone, la malattia era conseguenza dell'essere posseduti da entità maligne, e per raggiungere la guarigione (o quanto meno, dare sollievo al malato) si riteneva che tali entità dovessero necessariamente essere espulse dal corpo del malato. Ricordiamo **Pitagora di Samo** (570 a.C.), filosofo e maestro della scuola filosofica che da lui prese il nome (scuola pitagorica): a metà tra filosofia e religione, l'assetto di questo

movimento si basava su un'esperienza di vita e pratica comune, aperta al gentil sesso. Al pari dell'orfismo, il pitagorismo puntava come meta finale alla salvezza individuale, ottenuta attraverso la graduale purificazione dell'adepto tramite conoscenza, studio ed il conseguente possesso della verità. Agli adepti veniva fatto divieto di assumere alcuni cibi (fave, carne di gallo bianco) e di realizzare alcune pratiche (come, ad esempio, spezzare il pane). I pitagorici credevano nella reincarnazione, nell'anima come 'armonia del corpo', nell'armonia degli opposti (limitato/illimitato, bene/male, luce/oscurità), nel mondo come 'cosmo': per accedere a questa setta bisognava diventare prima *acusmatici* (adepti autorizzati al solo ascolto delle rivelazioni) e poi *matematici* (ai quali era affidata la ricerca e la giustificazione razionale delle verità scoperte). Questa distinzione può far nascere diverse suggestive immagini, come il rapporto psicologo/paziente, maestro/discepolo, docente/studente. Il principio dell'equilibrio ottenuto dall'incontro degli opposti, che è stato in seguito ripreso anche da Eraclito, ricorda molto da vicino la teoria della coincidenza degli opposti, di junghiana memoria.

L'orientamento empirico-razionale nasce a partire dalla fine del 18° secolo, in concomitanza con la scoperta del 'metodo scientifico': tutto ciò che fino a quel punto era stato ritenuto 'terapeutico' viene radicalmente messo in discussione, inclusi i vari maghi, profeti, esorcisti. Nasce in quel periodo la 'medicina scientifica'. All'epoca, i disagi psicologici erano definiti e valutati come disturbi di origine organica: si riteneva che la causa di tali condizioni fosse il malfunzionamento di una struttura o di un organo del corpo umano. Senza dubbio fu **Sigmund Freud** il primo a teorizzare in maniera sistematica la non organicità di alcuni disturbi psichici. Ma ci fu qualcun altro, molto noto tra i suoi contemporanei del 18° secolo, che precorse Freud e pose le basi per la nascita della psicoanalisi e della psicologia.

Alla fine del 1700, il medico **Franz Anton Mesmer** e l'esorcista **Johann Joseph Gassner** si scontrarono platealmente. Figlio dell'Illuminismo, il tedesco Mesmer, padre del cosiddetto 'magnetismo animale' (modalità terapeutica che ipotizzava la malattia come conseguenza di uno squilibrio magnetico dell'uomo), aveva molte idee e tecniche innovative di cui era fermamente convinto; l'altro era un prete di campagna austriaco, guaritore all'epoca molto popolare, divulgatore di tradizioni antiche ma ancora sentite tra i suoi contemporanei, secondo il quale prerequisito essenziale per la guarigione era la fede in Gesù. Sciame di 'pazienti' (diremmo oggi) si raccoglievano attorno a queste figure; venivano da ogni parte del mondo con la speranza, a volte la certezza, di poter trarre beneficio, sollievo, da questi 'guru' e dai loro rituali. Come possiamo notare, l'uomo ha da sempre cercato questo genere di figure, uomini carismatici, misteriosamente terapeutici. La filosofia, la scienza, la religione costituivano un gran calderone di saperi indistinti e tra loro collegati, amalgamati in un mix di miti, riti, credenze, fantasmi, verità.

Ma il mondo viennese dell'epoca non era ancora pronto a questo tipo di innovazioni: nonostante Gassner ebbe la meglio, Mesmer, che è stato paragonato a Cristoforo Colombo per la portata delle sue teorie, ha dato inizio alla psichiatria dinamica, la madre della psichiatria e della psicologia odierne. Ci rendiamo quindi conto che, dal quel primordiale ed indistinto miscuglio di tante e diverse discipline, credenze, superstizioni, tradizioni, nacquero la psicologia e la psicoterapia moderna.

Durante il Romanticismo, ha inizio la nuova psichiatria dinamica: la visione dell'uomo come parte della natura (*Naturphilosophie*), la sensibilità alla 'legge delle polarità' (coppie di opposti che si combattono e si completano) e l'interesse per i fenomeni primordiali (*Urphänomene*) spostano il focus dell'interesse degli studiosi su concetti che saranno poi i pilastri della psicologia analitica di **C.G. Jung** e della psicoanalisi di **S. Freud**. Si gettano le basi per il concetto di inconscio collettivo (Jung), per il dualismo pulsionale (Freud) e torna l'interesse per il mondo del sogno e per l'universalità dei simboli con i quali si esprime (Von Schubert).

A quali conclusioni potremmo giungere, dopo questa breve panoramica diacronica? Diverse le riflessioni che si possono fare. Mi verrebbe da pensare che fin dalla più remota antichità, l'uomo ha sperimentato il bisogno di affidarsi all'aiuto, alle cure dell'altro, al suo ascolto ed al suo intervento pratico. Se ci riflettiamo un poco, guardando alla storia, alla filosofia, alla storia della filosofia, possiamo renderci conto di quanto, in momenti e modi diversi, l'uomo, nel ricercare l'altro, ha più volte mostrato un bisogno d'aiuto prettamente psicologico. Ed il suo modo di dare aiuto all'altro è stato caratterizzato dalle peculiarità della sua epoca: con l'osso, tramite la trance, attraverso la fede o la parola, si è cercato di dare pace a questa pressante richiesta d'aiuto. Una figura di riferimento è sempre stata alla base di questa ricerca: l'uomo ha cercato l'altro (immateriale o vivente) per confrontarsi, per trovare risposta al non comprensibile, per incontrare se stesso.

Al di là delle mode o delle usanze che possono prevalere nelle diverse epoche (attualmente, ammettere di essere in psicoterapia è diventato quasi la tendenza del momento), ci ritroviamo come nel passato: individui alla ricerca di una chiave di lettura sulla realtà (che include noi stessi). Non sembra esserci quasi nulla di moderno nella nostra ricerca, eterna ricerca della nostra verità.

*C'è una fonte di insoddisfazione nel cuore dell'uomo, da cui escono il malumore e l'ansia (Proverbio maori).*

*Dott.ssa Giorgia Aloisio, psicologa, Roma.*