

La malattia, una via per il Risveglio

Dalla lettura psicosomatica
alla consapevolezza del counseling

Scuola di Cura di sé

Counseling Psicoanalitico, Filosofico, Artistico

Bergamo

**Tesi di: Fabrizio Fagnano
Relatore: Nicoletta Freti**

Anno 2018

INDICE

Prefazione	03
Introduzione	04
La schiena ed il suo simbolismo	08
La spondilite anchilosante	
➤ anamnesi di un caso	13
➤ patologia autoimmune	18
La ricerca della verità e l'approccio al counseling	23
Il "Bandolo della Matassa"	
➤ Il bambino interiore e il mondo immaginale	25
Conclusioni	31
Bibliografia	33

PREFAZIONE

Rabbia

“La rabbia è un’emozione naturale. E’ lo strumento che serve a dire “No, grazie.”. Non deve essere per forza violenta, e non deve essere mai usata per danneggiare gli altri”.
(da “Meditazioni da conversazioni con Dio” – N.D. Walsch)

Il grande entomologo Jean-Henri Fabre affermò: “Chi non sa subisce. Chi scopre evita. Chi sa elabora nella più giusta consapevolezza”.

Questa frase esprime un concetto forte, già presente nell’antica cultura “vedica¹”.

Solo la conoscenza infonde nell’uomo un nuovo modo di pensare, di vedere le cose, una possibile evoluzione, un punto di partenza.

Se “il Sapere” ovvero “la Conoscenza” è prevenzione ed educazione al Benessere, viene da sé affermare che lo scopo di questa tesi non è altro che un modo per condividere le esperienze personali su una malattia, situazione al limite, e su come essa possa dar avvio ad un percorso di liberazione dalle paure, illusioni e certezze che la mente ci costruisce addosso come gabbie.

Lo svincolarsi da queste carceri mentali potrebbe aiutarci a tendere verso una vita più felice e a farci capire, per qualche attimo, chi davvero siamo.

1 Per “vedica” s’intende l’insieme delle nozioni o per meglio dire testi spirituali tramandati nei Veda, antichi testi indiani scritti migliaia di anni fa, derivanti da una tradizione orale ancora più antica della cultura *arya*, una tribù indoeuropea vissuta in India. La parola Veda deriva dalla radice sanscrita *vid* che significa conoscenza. Tutte le Scritture Vediche (nr. 4 raccolte), cercano di far comprendere all’uomo la sua vera natura, quella di essere un’anima spirituale, e di far sviluppare all’anima un sentimento di puro amore per Dio.

INTRODUZIONE

“Questo è il grande errore dei medici del nostro tempo: tenere separata l'anima dal corpo”. Platone

Negli ultimi decenni si sente sempre più parlare di Benessere Olistico. Per “Olistico” (dal greco olos=intero) si definisce un approccio che pone la propria attenzione sull'individuo nella sua interezza e nel suo equilibrio psicofisico globale, considerandolo nella sua totalità e nell'insieme delle sue parti, tenendo sempre in considerazione la stretta interdipendenza tra “mente–emozioni–corpo energetico–corpo fisico”.

L'arrivo della malattia con il suo disagio, i suoi sintomi ed eventualmente dolore, fa percepire immediatamente un pericolo, perdere la libertà; ci rinchioda in una gabbia, togliendoci la possibilità di fare ciò che ci piace, cambiando irreparabilmente il flusso normale delle cose. Per poter vivere sereni nel presente, immediatamente, ingurgitiamo pillole di qualsiasi tipo. Frutto della moderna tecnologia, questi farmaci superspecializzati ripristinano il buon funzionamento del corpo macchina. Ma il sintomo che avevamo dov'è finito? Cosa ne è stata della malattia? E del disagio?

Risulta fondamentale premettere che i periodi di “benessere” si alternano ai periodi sintomatici; la nostra vita è segnata da quest'alternanza e dopo ogni periodo buio sembra sempre che qualcosa sia cambiato.

Qualsiasi malattia, con la sua inquietudine, ci pone davanti ad uno specchio che ci permette di osservare in che modo gestiamo la vita. A differenza del latte materno, che ci nutre e ci sostiene –non a caso etimologicamente Malattia deriva da MA (materno) e LAT (latte), come dice S. Garavaglia a pag. 69 del libro “Diario di Psicosomatica”–, la malattia arriva con tutta la sua energia per spezzare le vecchie abitudini e i vecchi schemi.

Cogliere il senso del perché si è malati, fortifica l'esistenza apportando sia salute fisica che psichica. Il sintomo prende una forma nuova ed inizia ad avere una valenza che ci spinge verso una

“soluzione in noi”. Il sintomo si colloca con un suo senso nel nostro destino personale incidendo sul vivere presente.

Attraverso i lavori di Freud² e di Groddeck³ si è recuperato, negli ultimi 100 anni, un concetto già espresso dalla medicina greca antica di Coo e Cnido: l'uomo ha in sé le forze risanatrici intrinseche a tutti gli organismi viventi; inoltre egli è una cosa sola, un'unica medaglia avente come facce la *psiche (anima)* ed il *soma (corpo)*.

Freud dimostrò che la psiche ha il potere di indurre modifiche e sintomi gravi a carico del corpo, e come al contrario, fosse in grado di modificare in positivo e persino di curare i disturbi dello stesso.

Affermò che certi sintomi, oltre ad avere un'origine psicologica, erano correlati a situazioni specifiche della vita emotiva della persona.

Per Groddeck, invece, il sintomo è un simbolo ed è la rappresentazione di un malessere più profondo, è la coscienza che parla con il corpo e che si manifesta a livello somatico.

Gadamer⁴ aggiunge che *le manifestazioni psicosomatiche vanno prese in seria considerazione dal paziente ancor prima che dal medico. Gli uomini devono nuovamente imparare a riconoscere che ogni disturbo della salute, i doloretto ed anche tutte le infezioni, sono dei segnali d'allarme, i quali ammoniscono a recuperare l'adeguatezza e la stabilità dell'equilibrio*⁵.

2 Sigmund Freud (Freiberg, Moravia, 1856 - Londra 1939) è il fondatore della psicoanalisi. Le sue teorie hanno avuto un enorme impatto su tutti i settori della cultura (psicologia dell'arte, della religione ecc.) e hanno influito sulle ricerche antropologiche e sugli indirizzi di medicina psicosomatica.

3 Georg Groddeck (Turingia, ottobre 1866 - Svizzera, 11 giugno 1934) fu medico e psicoanalista tedesco. E' considerato il fondatore della medicina psicosomatica. Molto noti i suoi studi sull'Es, sul simbolismo degli organi del corpo e sull'applicazione della psicoanalisi alla cura delle affezioni somatiche. Freud riconobbe di aver preso il nome di Es dal lavoro di Groddeck.

4 Hans-Georg Gadamer (Marburgo, 11 febbraio 1900 – Heidelberg, 13 marzo 2002) è stato un filosofo tedesco, considerato uno dei maggiori esponenti dell'ermeneutica filosofica.

5 Hans-Georg Gadamer, *Dove si nasconde la Salute*, R. Cortina, Milano 1994, pag.145.

Il nuovo orientamento della scuola psicosomatica, a partire da Ruediger Dahlke⁶, afferma che *tutte le manifestazioni fisiche sono in realtà la rappresentazione di un contenuto inconscio, metaforicamente espresso dagli organi implicati nella patologia. Nascondendo o reprimendo i sintomi fisici, ampliamo la problematica inconscia*⁷.

Ma se il corpo è la mente, e se non esiste sudditanza tra i due, qual è il legame che li unisce?

Per Carl G. Jung il tutto accade per sincronicità. Se io sono triste, contemporaneamente, in modo sincronico, allo stesso sistema sarò triste anche su altri piani, come nel modo di parlare, di vestire o di sognare. Si tratterebbe dunque di diverse manifestazioni della tristezza. *Il disagio si esprime in varie modalità che, con un unico legame di senso, lega tutto quello che accade ad una persona, ad un unico psicosoma*⁸. Questa espressione diventa la modalità di comportamento, del vivere la vita, della persona stessa. *La predisposizione ad esprimere il modo di essere con un organo o tessuto nella medicina psicosomatica prende il nome di "dimensione d'organo"*⁹. I sintomi o addirittura la malattia stessa coinvolgono l'individuo in tutta la sua entità psicosomatica (corpo e psiche). Ripristinare il benessere significa dover considerare l'uomo nella sua totalità.

Il Benessere Olistico s'impegna a indirizzare e sostenere l'uomo verso un nuovo equilibrio *corporeo* in sintonia con mezzi e strumenti naturali

6 Rüdiger Dahlke, medico, è nato nel 1951. Laureato in medicina presso l'università di Monaco è specialista in terapie naturali e psicoterapia e autore di numerosi libri riguardanti il rapporto tra malattia, psiche e autocoscienza. Per quasi 40 anni, Dahlke ha lavorato come medico, autore, formatore e relatore di seminari. Ha stabilito un approccio olistico alla medicina psicosomatica, che si estende al mitico e allo spirituale.

7 Anna Zanardi, *Il linguaggio degli organi*, edizioni Tecniche Nuove, 2001, pp. 7-8.

8 Dalla Lezione *Il linguaggio del Corpo*, di P. Fornari, presso la Scuola di Riza Psicosomatica anno 2006-2008.

9 Dalla Lezione *Il linguaggio del Corpo*, di P. Fornari, presso la Scuola di Riza Psicosomatica anno 2006-2008.

o forme di medicina non convenzionali che hanno come unico e solo scopo la prevenzione e l'assistenza.

La prevenzione si raggiunge educando l'uomo a gestire e mantenere il proprio benessere psico-fisico.

L'assistenza si ottiene facendo in modo che la persona riconosca in sé eventuali squilibri così da poter correggere i propri comportamenti.

Il Benessere passa anche attraverso un confronto con *noi stessi* che va oltre il piano corporeo.

Carl Rogers¹⁰ affermò: "Ciò che sei è sufficiente, se solo riesci ad esserlo". Esiste un momento in cui la persona sente il bisogno di andare oltre: laddove la sete di risposte e di conoscenza cresce vertiginosamente. C'è una chiamata dal profondo dell'Essere, non del tutto chiara, ma familiare, bisognosa di "svelarsi".

La *conoscenza* diventa a questo punto opportunità, e ci spinge ad agire nel migliore dei modi.

¹⁰ Carl_Rogers (Oak Park, 8 gennaio 1902 – La Jolla, California 4 febbraio 1987) è stato uno psicologo statunitense. Esponente della corrente umanistica della psicologia, ha rivoluzionato la psicoterapia con un nuovo modello chiamato "terapia centrata sul cliente". Secondo questo approccio il cliente è il miglior esperto del suo disagio, tanto da diventare il principale interlocutore all'interno della terapia. Si riconosce che ogni persona (organismo) ha dentro di sé una energia vitale che spinge verso la vita, con autoregolazione e autocomprensione.

SIMBOLISMO E LETTURA PSICOSOMATICA DELLA SCHIENA.

“Ogni pensiero corrisponde a un atto che comporta la liberazione di un flusso nervoso che parte dal cervello e va verso i muscoli che devono affrontare questo atto aumentandone il tono. Se lo stesso pensiero è sempre presente e l'atto è un riprovato o autocensurato, allora il soggetto trattiene nei muscoli efferenti un tono esageratamente elevato, dando così luogo alla tensione nevrotica” W. Reich.



Se leggessimo un qualsiasi libro di medicina ayurvedica impareremmo che la colonna vertebrale non è solo l'insieme delle vertebre che partono dalla base del cranio fino al bacino ma è soprattutto la sede da cui nascono e si aprono i chakra (vortici di energia).

Alla base della spina dorsale, nel chakra di base, si trova, arrotolata, Kundalini – Shakti il serpente dormiente. Essa rappresenta la potenzialità della materia, la forza femminile della creazione e la

forza evolutiva della coscienza umana. I testi sacri affermano che nella maggior parte delle persone rimane addormentata.



Una volta risvegliata, questa dea si srotola e, arrampicandosi verso l'alto, chakra dopo chakra, arriva al chakra della corona per riunirsi con la sua controparte Shiva, la Coscienza Divina. Da questa riunione consegue la Beatitudine.

Possiamo intuire l'importanza che riveste tale struttura ossea nella cultura orientale.

Nelle forme antiche di spiritualità sciamanica la colonna vertebrale era intesa come un albero, un ponte, che dalla morte e dal buio ascendeva al cielo, verso la luce.

L'albero diveniva così il tramite tra la terra e la trascendenza.

Tale importanza è rimarcata anche da altre culture, compresa quella occidentale, che identifica già nell'osso stesso un archetipo¹¹ di sostegno e di essenza.

¹¹ Archetipo deriva da "archè", che in greco significa "primo", "inizio" e da "typon", cioè "modello"; indica la forma primitiva, la forma antica di un pensiero, sempre esistito in ogni cultura e tempo. Pensiero che portiamo dentro di noi indipendentemente dal fatto di esserne consapevoli o no.

L'osso è il sostegno psichico nell'esistere "qua ed ora" con la sua durezza e concretezza, ma anche supporto all'energia della vita, perché, pur rimodellandosi e modificandosi continuamente durante tutta l'esistenza, rimane sempre sé stesso.

Il Sole che in chiave archetipica rappresenta la coscienza – al contrario della Luna che rappresenta l'inconscio – al raggiungimento di un'alta densità, si pietrifica, diventando poi culla della vita stessa. Non a caso all'interno dell'osso nascono i globuli rossi, il sangue, nuova coscienza e vita.

Nella forma liquida del sangue, la luce del sole arriva al nostro cervello illuminandolo e donandogli lucidità. L'osso è un'energia lenta che sopravvive al corpo per qualche tempo e che sempre ci sostiene, anche quando crediamo di non farcela più.

Nell'osso ritroviamo in maniera forte sia l'istanza maschile che quella femminile. A questo livello, tale dualismo è talmente forte che può farci ammalare, in ugual modo, sia con l'istanza maschile che femminile. Simbolicamente, *l'istanza maschile* si identifica con la durezza, con il padre, con l'affermazione e con il concetto di norma e regola, mentre *l'istanza femminile* si identifica nella figura della madre sostenendo la persona attraverso il tessuto connettivo nonché facendo da grembo del midollo osseo. All'osso, inoltre, si associa un altro simbolismo: quello dei limiti e dei confini. Non possiamo, infatti, fare più di quello che le nostre ossa offrono e permettono.

In chiave analogica ciò si traduce in norme e regole.

Durante tutta la nostra vita sulle nostre ossa si fissano le regole e le norme di qualsiasi natura: educative, morali, sociali e/o religiose con le quali cresciamo. Ecco perché quando l'osso si ammala entrano in crisi i concetti riguardanti le norme e le regole di riferimento.

E se ad ammalarsi è proprio la colonna vertebrale?

Viene da sé che il concetto di *sostegno* sopra citato trova la sua naturale collocazione proprio nelle funzioni che la colonna vertebrale svolge.

Le problematiche ai vari livelli della colonna vanno a rappresentare tematiche psichico – mentali, affettivo – sentimentali, istinto – viscerali a seconda se ad essere “colpita” è la testa, il torace o la zona pelvico – addominale. Così come nell’osso, anche nella colonna ritroviamo le istanze del maschile e del femminile.

Il maschile si evidenzia nella capacità di restar dritti con la schiena ed affrontare le situazioni della vita senza cedere.

La capacità dei dischi intervertebrali di reagire nel medesimo modo a carichi sia fisici che emotivi ne è una valida prova; i muscoli si comportano allo stesso modo.

La componente femminile, invece, è data dalla possibilità della colonna di flettersi ed estendersi. Capacità questa fornita dai dischi vertebrali che, permettendoci il movimento, ci garantiscono libertà.

Tale libertà di movimento finisce nel momento in cui raggiungiamo il punto limite dato dall’articolazione, così, allo stesso modo, le nostre libertà etico – morali sono tali finché non superano gli altrui limiti personali e sociali. Il femminile si ritrova anche nella capacità di distribuire i carichi che arrivano ai segmenti della colonna.

La colonna vertebrale viene quindi a simboleggiare il sostegno alle sfide di tutti i giorni sui vari piani. Un sostegno dinamico e adattabile.

Una problematica alla colonna diventa quindi un indicatore di un *eccesso maschile* nel momento in cui abbiamo un’eccedenza di rigidità e un *eccesso di femminile* quando abbiamo un’eccedenza di elasticità, o ancora, una non perfetta conoscenza dei nostri limiti sia in senso fisico che psichico.

In corrispondenza dei vari segmenti della schiena possiamo collocare un aspetto simbolico delle varie problematiche che potrebbero scatenarsi.

Il primo segmento è quello cervicale che è il tratto che regge la testa. In questa zona sia il mondo del mentale che quello delle responsabilità sostengono e controllano il mondo dei pensieri cercando nel migliore dei modi di far fronte, con razionalità e logica, ai problemi. Quando si eccede con il mentale o con il senso di responsabilità si innescano le cervicalgie (dolori localizzati alla nuca). Il dolore generato, se da un lato cerca di tenere in giusto equilibrio il vissuto, dall'altro vuole scuotere per segnalare la necessità di dover apportare un cambiamento sul come porsi nei confronti della realtà.

La parte toracica ribadisce, anch'essa, la simbologia del *sostegno*. Infatti il costato come uno scrigno protegge il cuore, i polmoni, il mondo delle emozioni e degli affetti, e si fa carico dei vissuti relazionali. Un torace "rigido" rimanda nuovamente ad una personalità ingabbiata dai propri condizionamenti ed incapace di esprimere i propri sentimenti.

Il tratto lombare, reggendo nel suo segmento la maggior parte del peso corporeo, si fa carico di sostenere il corpo quotidianamente negli sforzi fisici, responsabilizza e riconosce la capacità di adeguarsi alle situazioni. Problematiche a questo livello, non a caso, rimandano ad una intolleranza dei pesi quotidiani.

La lombalgia è un segnale, anche improvviso, con il quale il nostro corpo ci chiede, in un modo più o meno doloroso, di riconoscere i limiti e di rallentare i carichi ed i tempi, di essere più flessibili ed accoglienti o di fuggire e sottrarsi da certe situazioni nelle quali la nostra coscienza ci vorrebbe invece partecipi.

La colonna lombare, fisicamente posta sulla prima vertebra sacrale, condivide con l'osso sacro l'energia sessuale espressa nel

movimento erotico. Situazioni di malessere in questo tratto potrebbero evidenziare quindi problematiche anche di natura sessuale.

Chi è “tutto d’un pezzo” sarà costretto a piegarsi ma allo stesso tempo sarà giustificato per non doverlo essere; chi invece vorrebbe “infrangere” i tabù sessuali sarà impossibilitato perché represso dalla morale sociale.

Per ultimo, ma non per questo meno importante, troviamo nella zona pelvica il segmento osseo formato dall’osso sacro.

Osso, questo, sacro poiché da un lato luogo dove per gli antichi risiedeva la “Kundalini”, mentre dall’altro perché centro delle necessità e dei bisogni più arcaici dell’uomo. Studi confermano che i nervi che risiedono in questa zona sono più indipendenti dal controllo mentale, costituendo uno spazio indecifrabile e misterioso.

Inevitabile è l’accostamento di questa parte della colonna vertebrale con il vigore sessuale, la procreazione e il sostegno. Un malessere in questa zona abbraccia tutte le problematiche legate all’aspetto sessuale e alla rigidità, tema che ancora una volta richiama il senso del dovere.

LA SPONDILITE ANCHILOSANTE

Anamnesi di un caso

Paura

“Lo scopo della paura naturale è quello di promuovere la prudenza. La prudenza è strumento che serve a mantenere vivo il corpo, e nasce dall’amore.” da Meditazioni da conversazioni con Dio – N.D. Walsch

La Spondilite Anchilosante (SA) è una patologia reumatica di natura infiammatoria, cronica e autoimmune¹².

E’ definita come “la malattia degli uomini senza cielo” poiché rende “curva” la colonna vertebrale in tal modo che la flessione in avanti della testa risulta essere difficoltosa. Sebbene la SA colpisca inizialmente l’articolazione sacroiliaca, la colonna vertebrale e/o articolazioni periferiche, può coinvolgere anche altri organi come gli occhi, il cuore, l’intestino, i reni.

La malattia può portare a grave disabilità se non diagnosticata e curata al meglio.

La SA si manifesta in modi e momenti differenti e il suo decorso può essere diverso da persona a persona.

I sintomi che nella maggior parte dei pazienti si riscontrano, sono:

- Dolore e rigidità in regione glutea o lombare; rigidità mattutina della colonna; dolore di tipo subdolo “simil-discopatia”; dolori e rigidità possono essere disabilitanti e non permettere l’attività lavorativa; possono migliorare con il movimento ed adeguato esercizio fisico;
- Possono esserci uveite anteriore e sintomi “sistemici” (febbre, astenia).

Nella sua progressione la SA porta dolore e rigidità a tutta la colonna vertebrale compreso il collo, e in alcuni casi interessando le spalle ed articolazioni periferiche. Nei casi gravi sopraggiunge la fusione della colonna vertebrale (colonna “a canna di bambù”), o anche l’alterazione delle articolazioni costo-sternali riducendosi così l’espansione della gabbia toracica.

¹² Nelle malattie autoimmuni l’organismo non riesce a distinguere fra “proprio” ed “estraneo”; in conseguenza di ciò cellule appartenenti all’organismo vengono aggredite.

Quasi il 95% dei pazienti con SA è positivo all'antigene¹³ HLA–B27¹⁴ rispetto al 7% della popolazione generale. Poiché solo l'1% delle persone che sono positive all'HLA–B27 sviluppa la malattia, la stessa è probabilmente innescata da ignoti “fattori ambientali” nei pazienti che sono predisposti geneticamente.

L'incidenza è maggiore nel sesso maschile con un rapporto di 9:1¹⁵ rispetto al sesso femminile. Sono i giovani maschi ad essere più colpiti, ad un'età che varia tra i 15 e i 30 anni.

Nel 10% dei casi l'esordio avviene in pazienti che hanno un'età superiore ai 39 anni. I casi più gravi interessano i pazienti in cui la malattia è insorta in età più giovanile¹⁶.

➤ La Testimonianza (anamnesi di un caso).

L'esperienza di vita che descrivo inizia nel 1984, quando il nostro Signor F. all'età di 13 anni veniva ricoverato in ospedale per una “infiammazione” all'occhio destro e febbre altissima.

Si trattava di una uveite¹⁷.

13 L'antigene è una molecola che può legarsi a una specifica immunoglobulina (veri “organi di senso” del sistema immunitario, essendo in grado di distinguere e di identificare le sostanze proprie dell'organismo e quelle estranee a esso. Risiedono maggiormente come recettori sulla superficie dei linfociti B). Gli antigeni sono solitamente proteine, ma possono essere di qualsiasi natura chimica, come polisaccaridi, o acidi nucleici. Nella definizione di antigene bisogna distinguere due caratteristiche fondamentali:

- l'antigenicità rappresenta l'abilità dell'antigene di combinarsi specificamente con anticorpi e recettori per l'antigene;
- l'immunogenicità indica la capacità dell'antigene di indurre una risposta immunitaria.

14 HLA sta nell'uomo ad indicare il Complesso Maggiore di Istocompatibilità o anche Major Histocompatibility Complex (MHC in inglese) ed è un gruppo di geni costituito da 30 unità; le più conosciute codificano per proteine espresse sulla membrana cellulare le quali hanno la funzione di farsi riconoscere da parte dei linfociti T, ma contiene i geni anche di altri importanti peptidi e i geni della famiglia del TNF (Tumor Necrosis Factor o Fattore di Necrosi Tumorale).

15 Al VII Congresso annuale di Reumatologia della European League Against Rheumatism (Eular) tenutosi ad Amsterdam il 25/06/2006 è stato evidenziato che l'1% degli europei soffre di una forma di SpondiloArtrite.

16 Dati clinici rilevati dal Prof. Wilfred C.G. Peh, Professore della Facoltà di Medicina alla National University of Singapore con articolo datato 05/05/2005.

17 L'uveite è una infiammazione vascolare dell'occhio. L'uveite anteriore è un segno di accompagnamento frequente di una malattia di tipo autoimmune come ad esempio l'artrite reumatoide, il morbo di Crohn, la rettocolite ulcerosa e la spondilite anchilosante.

I primi giorni furono sfiananti. Nel Reparto di Oculistica non riuscirono a inquadrare le cause del fenomeno nonostante innumerevoli esami clinici. Furono momenti difficili, pieni di tensione, accentuati da frasi dette con scarsa sensibilità dai medici ai genitori del Signor F., anche quando parlarono dell'eventualità di esito mortale. Dopo 50 giorni di cura con cortisone (tra cui una infiltrazione effettuata direttamente nell'occhio) il giovane Signor F. fu dimesso. Nei mesi successivi al ricovero si eseguirono ulteriori indagini mediche anche di natura reumatologica, senza giungere a nessuna conclusione riguardante l'eziologia dell'uveite.

Dopo un periodo di buona forma fisica, tra i diciotto e i vent'anni (fra il 1989 ed il 1991) cominciò a manifestarsi un dolore subdolo a livello dei glutei. Venne diagnosticata una discopatia¹⁸.

Fino al 2003 gli anni trascorsero in tranquillità finché una fastidiosa rigidità mattutina divenne talmente insopportabile da condurre il Signor F. prima da un ortopedico e infine da uno specialista reumatologo. Quest'ultimo diagnosticò una forma di SA e sentenziò: "Non è in forma grave ma comunque è una malattia irreversibile che può portare alla sedia a rotelle. Sì, oggi ci si può convivere ma nella procreazione fate attenzione, meglio una bimba che un bimbo!".

La notizia scosse il Signor F. e tutta la famiglia.

La moglie in una lite successiva affermò che se l'avesse saputo prima non avrebbe mai messo al mondo un figlio, tanto meno maschio, arrivando a mettere in discussione anche il matrimonio stesso.

¹⁸ Per discopatia si intende una patologia a carico del disco intervertebrale. La capsula fibrosa del disco, per degenerazione, riduce la sua elasticità e può presentare soluzioni di continuità che a volte lasciano fuoriuscire parte del nucleo polposo. In quest'ultimo caso si parla di ernia discale. Nella maggioranza dei casi si assiste ad un decorso benigno della discopatia, con spontaneo riassorbimento, per disidratazione, del nucleo polposo erniato, e regressione della sintomatologia.

La relazione matrimoniale cambiò e non fu mai più come prima. La paura iniziale del Sig. F., nel tempo, divenne rabbia. Una rabbia repressa ma nello stesso tempo “amica”.

Era alimentata da disagi sconosciuti, senso di scarsa appartenenza al mondo e amara disillusione riguardo una vita prima tranquilla e serena. Domande affioravano nella mente: “Perché io? Perché meritarmi tutto questo?”.

Veniva così generata una costante irrequietezza. Nel periodo a seguire, il Signor F., sostenuto da una ritrovata forma fisica, maturò un pensiero: “Non sono io che devo vivere la malattia ma è la malattia che deve vivere me!”.

Questa frase non significava affatto “non curarsi” ma esprimeva la volontà di voler diventare artefice del proprio stato di salute. Qualcosa doveva cambiare, modi ed usi della propria vita dovevano essere modificati.

Fino a quel momento il rapporto con gli altri era contrassegnato da un atteggiamento rigido, permaloso, collerico ed egocentrico.

La riflessione sulla malattia portò il Signor F. a riconsiderare il suo passato fatto di “obblighi” e di “doveri”, partendo dalla prima adolescenza, che non era stata un periodo facile, e durante il quale la paura di non deludere gli altri, genitori in primis, oppure la paura di non far parte del gruppo, avevano innescato dubbi sulla forza della propria autostima.

Quel poco di autostima, all’improvviso dovette confrontarsi con il dover convivere con il dolore fisico e con una malattia irreversibile.

Il solo pensiero di “essere l’unico proprietario della mia vita, il dominatore”, non bastava più al Signor F., doveva cambiare anche ben altro. Il buon proposito doveva generare azioni.

Qual era il modo migliore se non quello di ri-generarsi in flessibilità e adattabilità?

“Se la nostra mente ed il nostro spirito interagiscono con il vissuto, attimo dopo attimo, e se la malattia viene attivata da un fattore esterno, allora ben venga un nuovo modo di porsi” pensò il Signor F., che era però altrettanto consapevole che lavorare su se stessi necessita costantemente di forza di volontà.

Nel 2010 la malattia divenne un'amica che aveva solo lasciato cicatrici. Il Signor F. tornò ad una vita normale

LA SPONDILITE ANCHILOSANTE

Patologia Autoimmune

“Tu devi volerti bruciare nella tua stessa fiamma: come potresti rinnovarti, se non sei prima diventato cenere! Solitario, percorri il cammino del creatore: un dio vuoi crearti dai tuoi sette demoni! Solitario, percorri la via dell'amante: tu ami te stesso e perciò ti disprezzi; come solo gli amanti sanno disprezzare. Colui che ama vuole creare, perché disprezza! Che cosa sa dell'amore colui che non è stato costretto a disprezzare ciò che amava!” (F. Nietzsche)

➤ Collegamento simbolico

Il Sistema immunitario (SI) è un meccanismo meraviglioso e difficile da individuare. Quando il sistema difensivo della persona attacca strutture proprie dell'organismo accade un fenomeno chiamato patologia autoimmune. Di questo, però, è importante comprenderne le motivazioni che lo hanno portato a non riconoscere più se stesso. Studi hanno provato che l'aggressività naturale del SI è nutrita da conflitti, frustrazioni e mortificazioni che la persona vive e memorizza sul piano personale e sociale¹⁹.

L'individuo non riuscendo a portar fuori, per qualsiasi motivo, tale aggressività, sempre più violenta, trova un equilibrio apportando con un'analogia di senso un danno “simbolico” a una o più parti di sé che non riconosce più. Questo danno diventa fisico nelle persone immerse nella loro dimensione d'organo²⁰.

Le persone che vivono tale stato, a livello immunitario, sono individui che vivono la vita e le relazioni come i propri globuli bianchi: sempre in allerta, lottando anche in modo rabbioso, stabilendo continuamente i propri confini, decidendo sempre chi far entrare oppure no.

➤ Osservazione

La SA aggredendo nella fase iniziale l'Osso Sacro (v.s. il “mal di glutei”), colpisce l'elemento Terra²¹, sede corporea delle necessità e dei bisogni più arcaici dell'uomo.

19 Sandra Levy, psichiatra americana specialista del cancro, ha passato in rivista centinaia di lavori di ricerca, e perviene a conclusioni simili: “Le percentuali di sopravvivenza più deboli corrispondono a stati di depressione o d'impotenza, mentre le percentuali più alte corrispondono alla volontà di reagire.”.

20 Dalla Lezione *Il Linguaggio del Corpo*, di P. Fornari, presso la Scuola di Riza Psicosomatica anno 2006-2008.

21 Nelle tradizioni orientali è la sede del primo chakra. Rappresenta il radicamento con la terra e con la vita, con spinta a costruire, a dare vita a relazioni, famiglie e progetti.

Verosimilmente l'organismo per depurarsi dall'aggressività (rabbia) del SI, attinge nutrimento e forza direttamente dal magazzino energetico che l'Osso Sacro rappresenta.

Per capire ciò bisogna investigare l'origine di questa rabbia.

La rabbia sorge per compensare un equilibrio perso, che in ognuno di noi, in tutto il "Mondo Manifesto", è formato da una istanza Maschile e da una istanza Femminile.

Quando il fuoco dell'infiammazione rafforza il femminile (indebolimento del maschile), il disequilibrio ottenuto genera sia una rabbia legata alla frustrazione continua del non poter riuscire ad affermarsi, sia percezioni di insicurezza ed inadeguatezza.

Non a caso la paura è collegata al primo chakra, che si trova nella zona "Sacrale", che tutti noi abbiamo *condizionata* poiché attraverso essa abbiamo vissuto la Paura Primordiale della nascita.

Il primo chakra significa anche: radicamento²² con la terra e con la vita, spinta a costruire, a dare vita a relazioni, famiglie, progetti.

La persona è sempre combattuta ed inconsciamente vive in difesa di se stessa e, se ci si protegge, significa che si ha paura di qualcosa o di qualcuno.

Al contrario, la fortificazione del maschile cela una tipologia di rabbia legata alla sensazione di non riuscire a vivere spontaneamente la vita, per cause educative o sociali, colpevolizzandosi.

Anche il senso di colpa diventa così un fattore scatenante della rabbia. La persona vive attraverso una maschera che la protegge dal giudizio negativo degli altri; in tal modo è accettata, non è sola.

È chiaro che possiamo associare al Signor F. il tema della rabbia – paura – senso di colpa. Questo chiarirebbe le fasi altalenanti del suo vissuto, tra dolore e tranquillità, tra sfiducia e calma, evidenziando

²² Radicamento o Grounding è il primo esercizio di Bioenergetica: i piedi e le gambe hanno un contatto con la terra, per scaricare le tensioni, per prendere energia, per sentirsi sostenuti.

come tutta la potenza emozionale possa influire sullo stato della malattia.

Ma è ancora troppo poco per spiegare l'ipotesi che la SA del Signor F. sia legata al mondo delle emozioni.

Se il primo chakra è la sede delle nostre radici che affondano nel passato perché non investigare in questo?

Perché non esplorare il passato sconosciuto e scritto nel DNA²³?

Con una grande forza viene in aiuto un'immagine che vede protagonisti la madre ed il padre del Signor F. .

Sposi giovanissimi, si erano trovati a vivere situazioni relazionali al limite; solo il buonismo e la paura del giudizio della gente avevano tenuto insieme la coppia all'epoca dei fatti. In particolare la madre, forse con una struttura caratteriale non matura, durante la gravidanza e gravata dal lavoro, si era trovata con un ammanco di energia psicofisica²⁴.

Simbolicamente la carenza di energia trasformò questa donna in un "vampiro", alla costante ricerca della preziosa forza per continuare ad andare avanti in quel periodo molto particolare della sua vita. Dove reperirla con il minimo sforzo se non dal proprio grembo?

23 Esiste una parte della psicoterapia chiamata *psicoterapia transgenerazionale* o *psicogenealogia*. Questa corrente di studio vuol dimostrare verosimilmente che l'inconscio si trasmette lungo le generazioni. Il suo obiettivo è quello di individuare e sciogliere gli invisibili legami familiari, schemi e dinamiche nascoste lasciate in eredità dalle generazioni precedenti. Risolvendo questi copioni, si liberano le energie psichiche intrappolate nel passato favorendo lo sviluppo di risorse personali di riparazione e trasformazione.

Attualmente non sono stati scoperti i meccanismi attraverso i quali avviene la trasmissione transgenerazionale, si sa solo per certo che la generazione di un nuovo individuo biologico scaturisce dal collegamento tra due. La genetica ha dimostrato che tramite la meiosi, parte del DNA di un individuo si fonde con quello di un altro individuo facendo emergere un terzo, che non è né l'uno né l'altro, ma qualcosa che li vede ricombinati entrambi in una nuova unità che porterà alla formazione del DNA di un nuovo individuo.

24 L'energia di cui parliamo è quella Renale, quella del mondo femminile che è l'energia della volontà antica che consente di affrontare ogni ostacolo (elemento Acqua nella Medicina Tradizionale Cinese).

Ecco il filo sottile che collega il dolore lombare, primo sintomo del Signor F., al mondo del secondo chakra, il mondo dell'acqua (v. nota 24 a pag.20).

Faccio l'ipotesi che la penuria di energia femminile ha accentuato l'istanza maschile, la quale, non potendo contare sull'equilibrio dato dalla energia femminile, ha attaccato la sede stessa delle necessità e bisogni arcaici per autolimitarsi consapevolmente e per porsi in maniera complementare con l'istanza femminile.

Questa osservazione accese una luce di consapevolezza nel Signor F.: accettare il mondo era la soluzione per cambiare l'approccio con la malattia. Disse a se stesso: "Bisogna rendersi consapevoli che tutto quello che siamo stati ci è servito per arrivare dove si è e che questo tutto può essere nostro alleato; non possiamo rinnegare il nostro vissuto emotivo del passato, ma dobbiamo accettarlo, prenderne coscienza, trasformarlo e farlo pienamente nostro".

Verosimilmente, il cambiamento dello stato emozionale comportò una modifica dello stato fisico, guarendolo.

A supporto di queste riflessioni, cito la biologa Candace B. Pert²⁵, che ha scoperto che le migrazioni delle cellule deputate a difendere l'organismo umano sono influenzate da *neuropeptidi*²⁶. Disseminate in tutto il corpo queste molecole sono rilasciate e captate dalle cellule cerebrali, immunitarie, nervose ed endocrine.

25 La biologa Candace B. Pert è stata ricercatrice presso il dipartimento di fisiologia e biofisica della School of Medicine della Georgetown University di Washington. Autrice del libro *Molecole di emozioni*. Corbaccio, 2000; TEA, 2005.

26 I neuropeptidi sono piccole molecole di natura proteica che, liberate dalle cellule nervose in risposta a uno stimolo, mediano o modulano la comunicazione neuronale legandosi a specifici recettori di superficie (http://www.treccani.it/enciclopedia/neuropeptidi_%28Dizionario-di-Medicina%29/).

“Esse non trasportano solo informazioni ormonali o metaboliche ma verosimilmente trasporterebbero anche le emozioni e i sentimenti trasformati in biochimica.”²⁷

Si può supporre che il corpo attraverso queste molecole cerca di integrarsi nel migliore dei modi con l'ambiente in cui è calato: ogni cellula o parte del nostro corpo comunica, sente emozioni, pensa, prova piacere e dolore.

È ipotizzabile che gli individui possiedano dentro di sé la medicina per curare qualunque disagio?

27 Testo tratto dalla versione rivista di un articolo scritto da Harris Dienstfrey sulla base di una relazione presentata al Symposium on Consciousness and Survival, finanziato dall'Institute of Noetic Sciences, 25-26 Ottobre 1985, ristampato con il permesso di "Advances", Volume 3, Numero 3, Estate 1986. Copyright 1986, Institute for the Advancement of Health. Articolo rintracciabile al link http://www.enzasansone.it/download/emozioni_perche.pdf.

LA RICERCA DELLA VERITÀ E L'APPROCCIO AL COUNSELING.

“La verità esiste per l'individuo solo in quanto egli la traduce in azione” S. Kierkegaard

Ma la serenità di non essere più malato durò poco.

Il Signor F. sentiva dentro di sé qualcosa che non andava, un velo di tristezza avvolgeva il suo cuore. L'unica cosa da fare era tornare al significato della malattia, “bandolo della matassa” a partire dal quale tuffarsi nel proprio malessere. Così iniziò un nuovo viaggio alla ricerca di quella parte di sé che non sentiva, forse perché ancora ben nascosta o forse perché non autentica. Molte erano state le scoperte e le intuizioni ma mancava sempre qualcosa per dare un senso al disagio. Cosa non andava? Qual era il disagio?

C'era la sensazione che la risposta fosse lì presente, ma che giocasse a nascondersi. Ma da cosa?

Il viaggio di esplorazione e comprensione lo portò a frequentare la “Scuola di counseling Cura di sé” di Bergamo.

Durante una lezione in cui si prendeva ad esempio la vita dello psichiatra Viktor Frankl rimase folgorato da una frase: “Se si ha un perché, si sopporta ogni come”. Da lì capì definitivamente che il suo disagio scappava dalla verità proveniente dalla profondità del suo essere. Per avere la forza di ascoltarsi in maniera profonda c'era bisogno di qualcosa di diverso, dell'*altro*, da soli ovvero solo attraverso un lavoro individuale non si va lontano, ci si ferma. Ci si blocca. Comprese che era necessario servirsi di una relazione di lavoro dialogico – dialettica importante, affidarsi ad un percorso di cura di sé, per entrare nella propria essenza fatta di luce ma anche di buio angosciante.

Era esattamente la relazione di lavoro fornita dal counseling.

“Significa puntare al rischiaramento progressivo di parti di sé oscure, immerse nell'inconsapevolezza o imprigionate in meccanismi o condizionamenti di ogni sorta”²⁸.

Voleva essere libero dal non-essere, voleva essere.

28 Tullio Carere-Comes, *Il cammino del risveglio*, pag. 103, Lubrina Editore, Bergamo 2012.

L'avvicinamento alle sessioni di lavoro personale con il counseling, non generavano ansia ma al contrario, forte di altre esperienze personali ritenute importanti durante il suo percorso, il Signor F. si mise in gioco in modo profondo e sincero.

Stabilire l'obiettivo sembrava facile: bastava dare un nome al disagio. Idea sbagliata.

Dapprima attribuì la responsabilità del proprio malessere al lavoro, generatore di malcontenti e aspettative inappaganti. Un lavoro da cambiare, ormai lontano anni luce dal proprio sentire.

Purtroppo però, in quel momento, per il Signor F. era l'unica certezza di stabilità economica. La professione era parte dell'inquietudine, non era l'inquietudine.

La ricerca lo portò a esplorare il mondo delle regole e delle rigidità ereditate dalla propria famiglia o generate dalla Spondilite.

Scoprì che questo non era il centro generatore principale del malessere,... ma la soluzione sarebbe stata, di lì a poco, disponibile: trattavasi della relazione con il padre, a suo modo mondo delle regole e della legge. Un padre indisponente ed irritante, remissivo ma nello stesso tempo testardo, e che si poneva sempre come vittima.

La sola vicinanza a lui bastava ad esasperare il Signor F., che sbottava in parole e frasi offensive. Vista da fuori, la loro relazione era immatura e senza dialogo costruttivo. Cosa fare, quindi?

Si giunse ad un momento di stallo che solo grazie alla pazienza costante del proprio counselor si riuscì a superare. Bisognava cambiare il metodo di lavoro e affidarsi a una qualità – sensibilità propria del Signor F.

IL “BANDOLO DELLA MATASSA” Il bambino interiore e il mondo immaginale

“Ci vediamo nei miei sogni!” dal film Il grande e potente Oz

Occorreva attingere elementi di esplorazione dal mondo simbolico²⁹ – immaginale³⁰ dato dai segni nelle meditazioni e dai sogni. La scelta di avvalersi di questa sensibilità si rivelò fondamentale.

A seguire, alcuni sogni ed un insight³¹ importanti per il processo.

Nel primo sogno, il Signor F. racconta di *essere rinchiuso con altri, tutti giovanissimi, in un edificio simile ad una caserma, abitata da un essere soprannaturale cattivo. Tutti volevano scappare ma non riuscivano. C'erano recinti ovunque. In una prima fuga dovettero rientrare frettolosamente, senza evidente motivo. L'arrivo di altri giovani, peraltro solo di passaggio, fu l'occasione di una seconda fuga. Una fuga su sentieri e strade tortuose, per di più in salita, con angoli a novanta gradi. Tutto era così difficile...*

Il secondo sogno era ambientato in una villa di sua proprietà. Qui c'erano tre bambini: una femmina e due maschi. La femmina era la più malvagia e perfida. I tre lo volevano morto. Il Signor F. lottava come un supereroe girando attorno all'edificio ma loro irremovibili lo rincorrevano senza sosta per ammazzarlo. Lui domandava il motivo di questo accanimento, senza mai ottenere risposta.

Nel terzo sogno, il Signor F. era in una casa, o di parenti o di amici. C'erano dei giochi di luce sparsi nel giardino. Dopo averli riuniti in un unico posto, causò un cortocircuito, sviluppando velocemente un incendio in un anfratto del giardino.

29 “La parola simbolo deriva dal greco synballein, che significa unire, mettere assieme ciò che è separato. ...agisce unendo le dimensioni che nell'esistenza reale sono separate: il visibile e l'invisibile, il finito e l'infinito, il tempo e l'eterno”, Tullio Carere-Comes, *Angeli e Demoni*, pag.47, Lubrina Editore, Bergamo 2016.

30 Termine adottato da Henry Corbin per indicare il luogo di incontro tra la realtà concreta, tangibile e sensibile, con la realtà non sensibile, intangibile ed invisibile, dedicato allo scambio di comunicazione tra le due realtà.

31 Per insight s'intende “Un pensiero visivo... si muove per salti e intuizioni veloci... Si sposta da un'associazione a un'altra, usa analogie e metafore, coglie i contrasti, accomuna le cose lontane.”, Nicoletta Freti, *Il Respiro dell'Arte – Il processo creativo nella ricerca di sé*, pag. 129, Lubrina Editore, Bergamo 2014.

Il padre lì presente lo aiutò a spegnerlo. C'era anche una donna. Trovato per terra un tubo dell'acqua, il signor F. cercò di domare le fiamme.

A un certo punto tutto il fuoco divenne lava incandescente, di tale quantità da formare un laghetto. D'un tratto, poi tutto si calmò. All'improvviso il mare vicino casa iniziò ad ingrossarsi fino a diventare una vera e propria burrasca. Onde altissime si abatterono sulla casa. L'acqua spense la lava e il fuoco. Tutta la casa fu inondata dall'acqua. Il Signor F. fece molta fatica a uscire dalla porta a causa della violenza dei flutti. Una volta fuori, si diresse dietro la casa. Qui trovò suo padre che tendeva le mani per aiutarlo. Assieme, sostenendosi tra di loro, si salvarono grazie ad una scala antincendio.

Il quarto sogno vede il Signor F. passeggiare in un paese in festa, simile ad una Rocca medievale, con tante viuzze animate da persone allegre. Il Signor F. sembrava essere alla ricerca di qualcosa. In una di queste vie, entrando in una casa con porte e finestre aperte, trovò una tavolata di militari. Questi lo invitarono a sedersi con loro ma lui restò lì ben poco; stufatosi, andò via da una porta/finestra. In quel momento riconobbe davanti a sé, di spalle, un amico militare che, nella realtà, poco tempo prima era stato colpito da un aneurisma cerebrale. Con l'intenzione di raggiungerlo il Signor F. cercò di chiamarlo a voce alta; lo inseguì, scalando anche un percorso roccioso, inutilmente: l'amico non lo sentì e non si fermò. Quest'uomo aveva ai lati i figli che riconobbero il Signor F. ma non riuscirono a fermare quel passo celere del genitore. Raggiunto l'amico, il Signor F. , proprio nel momento di prenderlo per una spalla, si bloccò. "Perché fermarlo?" si chiese. Chissà, forse non era il caso. Nello stesso istante in cui pensò questo, si udì una voce fuori campo: "E' nata Giulia".

A una distanza di otto ore da questo sogno, portando questo materiale onirico in una meditazione il Signor F. ebbe un ulteriore insight.

Si vide nudo, a cavalcioni di un leone, diretto verso il Maestro dei sogni per chiedere chiarimenti riguardo Giulia. Il Signor F., raggiunta la figura simbolica, vide che il Maestro alzava verso il cielo una neonata. Era Giulia. Il Signor F., avvicinandosi a loro, incrociò gli occhi dell'infante. Seguì poi un'altra immagine, in cui il Signor F., assieme a una Giulia adulta, procedeva lungo una strada: affiancati, nudi, mano nella mano. Alla fine dell'insight il Signor F. avvertì una sensazione di pace e stupore.

Le esplorazioni del mondo simbolico – immaginale da parte del Signor F. fornirono le opportunità per poter continuare il lavoro personale. Era palese che il superamento della relazione conflittuale con il padre passasse attraverso la cura del Bambino Interiore.

Ogni volta che il Signor F. entrava in relazione con il padre, il Bambino Interiore si comportava come un sabotatore, manifestando capricci e/o comportamenti regressivi e violenti.

Il primo passo della cura fu quello di tranquillizzare e nutrire il Bambino Interiore: se disarmonica, questa parte di noi sarà sempre un ostacolo per la nostra esistenza.

Secondo la mappa illustrata da Tullio Carere–Comes³² presso la Scuola di cura di sé, il counselor si adopera per il cliente con una cura processuale di natura riparativa rispetto alle mancanze o agli eccessi provati. Questo lavoro potrebbe iniziare sul cosiddetto “primo asse”.

³² Tullio Carere-Comes, *La cura di sé*, cap. 2; *Il cammino del Risveglio*, cap. 6; *La scienza della cura dialogico-processuale*, cap. 2.

Il primo asse ha come vertici il fattore A e il fattore C. Il vertice A rappresenta l'accoglienza materna, è il nido dove ci si sente così come siamo, con i nostri vizi e con i nostri difetti. Il vertice C, invece, è il mondo delle regole e del confronto dettate dalla legge del padre. Il lavoro effettuato sul primo asse con l'accoglienza empatica – tipicamente materna –, e il confronto responsabilizzante – caratteristica paterna – hanno permesso di esplorare il *chi sono io*, dando la possibilità al Signor F. di dar voce alla propria storia e al proprio vissuto.

Successivamente, il lavoro si è sviluppato ed alternato sul secondo asse³³. Questa dimensione, chiamata del “non sapere”, come quella precedente ha due fattori: il primo è il vertice K ovvero il vertice della conoscenza, attraverso il quale viene data forma e luce alle gabbie mentali (ad es. ferite, conflitti...) che ci hanno portato a diventare ciò che siamo; al vertice opposto troviamo O, il vertice dell'ignoto. Attraverso O si sviluppa l'attività di cura in relazione al “cosa potremmo diventare”, esplorando le varie possibilità di soluzioni, anche parziali, per risanare ferite o risolvere conflitti. La verifica dei simboli emersi nei sogni ha chiarito e trasformato la realtà quotidiana nonché il comportamento relazionale del Signor F. La trasformazione ha contribuito in modo simbolico al riequilibrio del Bambino Interiore. Importante è stato l'evento descritto nel terzo sogno del “tendere le mani del padre” verso il Signor F.: un atto paterno tanto sperato e mai giunto in giovinezza, da intendersi come gesto riparatorio, oltre che scena

33 Tullio Carere-Comes, *La cura di sé*, cap. 2; *Il cammino del Risveglio*, cap. 6; *La scienza della cura dialogico-processuale*, cap. 2.

simbolica rappresentante la mancanza/ bisogno del Bambino stesso, e manifestazione della riappacificazione tra padre e figlio. È stato un sogno importante, che portato a verifica nella relazione di lavoro con il proprio counselor ha posto fine al senso di inquietudine descritto inizialmente dal Signor F.

Il lavoro di esplorazione interiore del Signor F. è andato oltre le previsioni.

Con il quarto sogno e il successivo insight, il Signor F. ha simbolicamente accettato, arrendendosi, il lasciar andare la “rigidità” del militare e il mondo delle regole e della legge a favore della riscoperta della parte femminile, energia che non aveva spazio oppure annichilita da quella preponderante maschile.

Un momento simbolico di unione, di unità, anche più importante della riappacificazione con il padre.

Tullio Carere–Comes identifica nella sua mappa il mondo simbolico – immaginale³⁴ come il campo avanzato o daimonico, ben oltre quello base a cui fanno riferimento il primo e secondo asse.

Questo campo avanzato è abitato dai *daimones* e angeli, esseri di luce o demoni, tutte figure che le tradizioni culturali pongono all’interno della dimensione invisibile intermedia, ovvero posta tra la realtà primaria invisibile – abitata dagli dei e numi – e quella secondaria visibile – popolata dagli esseri umani –.

L’importanza del campo avanzato è cruciale allorché non è possibile recuperare nel mondo visibile/reale una risorsa di cui l’uomo/cliente ha bisogno per progredire nel proprio dialogo interiore. Le figure immaginali diventano messaggeri di simboli divini che potrebbero funzionare come “operatori di trasformazione” all’interno della relazione di cura.

34 Tullio Carere-Comes, *Angeli e Demoni*, pag. 48, Lubrina Editore, Bergamo 2016.

Gerard Athias afferma che è dalla immaginazione che scaturisce il vero dialogo con il vivente³⁵.

Le immagini e i simboli provenienti da questa dimensione hanno la stessa valenza dei segni dell'inconscio, il luogo del rimosso freudiano. Sono i segni³⁶ che provengono dal logos, la "logica" che governa ogni processo evolutivo che sia di una specie o di un singolo uomo.

E' il logos che muove il processo di cura³⁷.

Il segno proveniente dal mondo immaginale è un atto che ha una sua logica all'interno del processo che si rivela e sviluppa nell'evoluzione del percorso di cura stesso³⁸.

Nella sua esperienza, il Signor F. esplorando con il counseling il proprio disagio, si è affidato anche ai segni immaginali, e assieme al proprio terapeuta, con i suoi tempi e modi ha trovato il "bandolo della matassa", riscoprendo la serenità e la fiducia nella vita.

35 Gerard Athias, *Le radici familiari della malattia*, vol. 3, pag. 167, Venexia, Roma 2010.

36 "Il logos, diceva Eraclito, non dice e non nasconde ma manda segni", Tullio Carere-Comes, *La cura laica dell'anima*, pag 39, Lubrina Editore, Bergamo 2017.

37 Tullio Carere-Comes *Il principio dialogico-dialettico*
<https://www.cyberpsych.org/dia/testi/il%20principio.htm>

38 "Per trovare le immagini che funzioneranno per una data persona in un dato momento, basta sospendere ogni giudizio di realtà e lasciarsi condurre dal processo", Tullio Carere-Comes, *Angeli e Demoni*, pag. 47, Lubrina Editore, Bergamo 2016.

CONCLUSIONI

“Spiritualità personale significa vigilanza e apertura. Non solo io sono, non solo vivo, ma sono consapevole del mio essere e del mio vivere. E tutto in un unico atto.” – Edith Stein

La malattia è un avvenimento molto importante nella vita di un individuo. Quando arriva, spazza via tutte le certezze, ma, al tempo stesso, se accolta criticamente potrebbe diventare un’opportunità, nonché un punto di partenza che mette in dubbio gli elementi fondativi della propria esistenza.

Da situazione limite³⁹ potrebbe diventare elemento trasformativo.

Thorwald Dethlefsen e Rüdiger Dahlke, nel libro *“Malattia e Destino – Il valore e il messaggio della malattia”*⁴⁰– concordano con l’importanza dell’avvalersi di un rapporto relazionale tipo quello di counseling descritto nell’esperienza del Signor F.

Questi due autori affermano che *“La terapia... cerca di mettere in movimento un processo psichico – e quello che conta è il processo, non la sequenza intellettuale o l’interpretazione del fatto –... Parliamo di psicoterapia perché c’è la diffusa opinione che in psicoterapia si guariscono disturbi e sintomi psichici. Tuttavia nei sintomi puramente somatici si pensa raramente alla possibilità della psicoterapia. Dal nostro punto di vista però la psicoterapia è l’unico metodo che consente di guarire veramente i sintomi corporei... Chi ha capito che in ogni processo fisico e in ogni sintomo si esprime un fatto psichico, sa anche che soltanto i processi legati alla coscienza possono risolvere i problemi divenuti visibili nel corpo... noi stiamo a fianco dell’ombra e l’aiutiamo a diventare luce. Non combattiamo contro la malattia e i suoi sintomi, ma cerchiamo di utilizzarla come perno per raggiungere la guarigione... Per raggiungere questa meta vengono offerte molte vie... la più facile viene in genere trascurata: la malattia.*

39 Per situazioni limite s’intendono “le difficoltà davanti alle quali tutti i nostri sforzi e le nostre discipline sembrano venire meno... in cui dobbiamo prendere atto della nostra impotenza e del fallimento di tutti i metodi che pure sono serviti a portarci fino a quel punto” Tullio Carere-Comes, *Angeli e Demoni*, pag. 34, Lubrina Editore, Bergamo 2016; Tullio Carere-Comes, *Il Cammino del Risveglio*, pag. 117, Lubrina Editore, Bergamo 2012.

40 Thorwald Dethlefsen e Rüdiger Dahlke *Malattia e Destino*, Ed. Mediterranee 1986, pagg. 276 e 277.

Questa via non si presta ad autoinganni e illusioni. Per questo è poco gradita... Riconoscere la malattia per quello che essa è, cioè come via, vedrà aprirsi davanti a sé un mondo nuovo”.

La terapia di cui si parla potrebbe essere il percorso di counseling a cui il Signor F. si è affidato.

Da rimarcare, in una prospettiva di Cura di Sé, come l’attingere segni e simboli dal Mondo Simbolico – Immaginale sia stato fondamentale per dare una svolta al percorso di cura.

Il Mondo Simbolico – Immaginale diventa non solo una forma di *empowerment*, un punto di forza e risorsa per il cliente, ma anche uno strumento del counselor per apportare elementi nuovi nella narrativa del cliente, nonché per facilitare il ripristino del flusso nel processo.

Dubitare della qualità della propria esistenza in una situazione limite, affidarsi all’altro all’interno di una relazione di lavoro, avere determinazione nel mettere a fuoco un obiettivo di disagio esistenziale sono i primi passi per una rivisitazione del proprio cammino personale atto a risvegliare la coscienza critica e capace di promuovere l’Amore di Sé.

BIBLIOGRAFIA

- Anodea Judith. *Chakras Ruote di Vita*. Armenia, Milano 2000.
- Athias Gerard. *Le radici della malattia vol. 3*. Venexia, Roma 2010.
- Carere–Comes Tullio. *La cura di sé nella relazione d'aiuto*. Dià Book, Bergamo 2011.
- Carere–Comes Tullio. *Il cammino del risveglio*. Lubrina, Bergamo 2012.
- Carere–Comes Tullio. *La scienza della cura dialogico–processuale*. Lubrina, Bergamo 2013.
- Carere–Comes Tullio. *La seconda nascita e la scienza originaria*. Lubrina, Bergamo 2014.
- Carere–Comes Tullio. *Entronauti d'Occidente*. Lubrina, Bergamo 2015.
- Carere–Comes Tullio. *Angeli e Demoni*. Lubrina, Bergamo 2016.
- Carere–Comes Tullio, *La cura laica dell'anima*. Lubrina Editore, Bergamo 2017.
- Dethlefsen Thorwald e Dahlke Rudiger. *Malattia e Destino*. Ed. Mediterranee, Roma 1986.
- Ferrini Marco. *Karma e reincarnazione*. Ed. C.S.B., Ponsacco (Pi) 2001.
- Fornari Pietro. *Il mal di schiena*. I tascabili di Riza, Canale & C., 2ª ed., BorgaroTorinese 2003.
- Freti Nicoletta. *Il Respiro dell'Arte*. Lubrina, Bergamo 2014.
- Gadamer H.G.. *Dove si nasconde la Salute*. Raffaello Cortina, Milano 1994.
- Garavaglia Susanna. *Diario di psicosomatica, le Mappe dell'Anima*. Tecniche Nuove, Milano 2007.
- Lowen A.. *Bioenergetica*. Feltrinelli, Milano 2000.
- Meurois Daniel. *Malattie karmiche*. Amrita, Torino 2000.
- Riza Natura. *Dispensa I° anno parte A–B–C–D*. Riza, Milano 2003.
- Riza Natura. *Dispensa I° anno – La via della Natura – parte prima e seconda*. Riza, Milano 2003.
- Schwegler J.. *Anatomia e Fisiologia dell'uomo*. Edi–Ermes, Milano 1999.
- Zanardi A. *Il linguaggio degli organi*. Tecniche Nuove, Milano 2001.

ARTICOLI

- Ass.Nazionale Malati reumatici *Conoscere le malattie reumatiche*.
- Carere–Comes Tullio *Il principio dialogico–dialettico*.
<https://www.cyberpsych.org/dia/testi/il%20principio.htm>

RISORSE in RETE

- <http://www.gss.it/spondilite/index.htm#due>;
- <http://www.spondilite.it/informations.asp?id=2&page=4>;
- <http://www.bresciareumatologia.it/spondilite.html>;
- www.reumaonline.it;
- <https://www.direnzo.it/it/sindrome–antenati–psicologia/>;
- http://www.enzasansone.it/download/emozioni_perche.pdf.