

# L'intervista: Tullio Carere-Comes

---

*a cura della redazione de Il Ruolo Terapeutico*

*Tullio Carere-Comes, nato a Firenze nel 1943, psichiatra e psicoterapeuta, ha lavorato all'Università di Milano e ai Servizi Psichiatrici della Provincia di Bergamo negli anni Settanta. Negli stessi anni ha curato la sua formazione in psicoanalisi e in altri approcci psicoterapeutici. Conclusa la fase istituzionale, ha lavorato come libero professionista a Milano e a Bergamo. Impegnato sin dall'inizio della sua carriera nella ricerca sull'integrazione in psicoterapia, ha scritto o curato diversi testi e articoli, tra i quali la trilogia interamente pubblicata in rete Il nuovo sciamano, Il modello a quattro vertici, Paura. Insegna in alcune scuole di psicoterapia, è il coordinatore per l'Italia della SEPI (Society for the Exploration of Psychotherapy Integration), ha fondato e dirige la Dià (Associazione Dialogico-Dialettica, <http://cyberpsych.org/dia>), un'associazione che promuove diverse forme di attività culturale, terapeutica e formativa basate sul principio dialogico-dialettico.*

*Il principio dialogico consiste nella rinuncia a qualsiasi posizione teorica o ideologica preconcepita, sia essa assunta*

*per motivi di scuola, di fede o di appartenenza istituzionale, nella prospettiva del confronto senza pregiudizi con posizioni diverse.*

*Il principio dialettico si identifica con la logica dei contrari, per cui una cosa è ciò che è solo per contrasto con ciò che non è: non è possibile concepire il giorno senza la notte, il maschio senza la femmina, il finito senza l'infinito. I due principi, combinati nel principio dialogico-dialettico, incoraggiano l'uso delle più diverse chiavi di lettura della realtà, evitando ogni forma di dogmatismo e di unilateralità. La messa in discussione di qualsiasi assunto, il dubbio sistematico che caratterizza l'atteggiamento dialogico-dialettico non ha tuttavia come esito un relativismo pluralistico in cui tutte le posizioni si equivalgono, restando la tolleranza reciproca l'unico valore (come in alcune versioni della laicità).*

*Il punto fermo, la verità indubitabile che rimane salda al di là di ogni possibile dubbio è il cogito cartesiano: posso dubitare di ogni cosa, ma non della coscienza che dubita.*

*Da questa evidenza primaria de-*

rivano tutte le evidenze secondarie (scientifiche, fenomenologiche, esistenziali) su cui si fonda la conoscenza del mondo e di noi stessi. La coscienza ordinaria, condizionata da ogni sorta di fattori biologici, culturali, economici, non può essere di per sé la fonte di conoscenza, ispirazione e guida di cui l'uomo contemporaneo ha bisogno, in sostituzione delle fonti tradizionali legate a rivelazioni soprannaturali o autorità carismatiche. Per poter essere questo fondamento, la coscienza ordinaria deve sottoporsi a un lavoro di decondizionamento e rischiaramento, in una prospettiva di formazione personale permanente. Il principio dialogico-dialettico ispira questo lavoro che si articola in un Modello di psicoterapia, un Programma di ricerca, i Seminari dello Spirito laico, i Laboratori di Cura di sé, i Corsi e laboratori sul Processo creativo.

*Come sei arrivato alla scelta di questo mestiere?*

Negli ultimi anni di medicina mi ero entusiasmato per alcuni libri di Jung e avevo deciso di fare lo psicoanalista junghiano. Subito dopo la laurea partii per Zurigo, convinto di fermarmi lì. Ma non era così facile come avevo sperato. Così tornai a Milano cercando un trampolino per tornare appena possibile a Zurigo. Il prof. Cazzullo, cui mi rivolsi per questo, mi suggerì di non avere troppa fretta, e di cominciare con la psichiatria. Gli diedi retta, e a posteriori posso dire che fu un ottimo consiglio.

Nell'ambito della Clinica psichiatrica trovai molti stimoli di diverse scuole diverse: freudiana,

kleiniana, junghiana, comportamentale. Imparai lì a vedere le cose da diversi punti di vista. L'approccio dialogico (che rifiuta qualsiasi dogma teorico o tecnico) e dialettico (nemico di qualsiasi unilateralità) nasce in quei primi anni di formazione. Iniziai la mia prima analisi (junghiana), cui seguì la seconda (freudiana), e a Zurigo non pensai più.

*Lo vedi, per quanto ti riguarda, più una professione o più la realizzazione di una vocazione?*

Entrambe le cose. Ho la fortuna di guadagnarci da vivere facendo la cosa che mi piace.

*Il libro, o i libri, che più ha contribuito alla tua formazione, e perché*

Mi vengono subito in mente due libri: *Filosofia perenne*, di Aldous Huxley; *Filosofia dell'ascolto*, di Gemma Corradi Fiumara. Dalla parola comune a entrambi ricavi il mio interesse principale. Ma il libro che ha avuto più influenza su di me, quello che da un quarto di secolo leggo e rileggo senza mai stancarmi, è *Io sono Quello* di Nisargadatta Maharaji, il mio amatissimo tabaccaio di Bombay.

*I colleghi "in carne e ossa" che più hanno contribuito alla tua formazione*

Certamente i miei due analisti didatti, Silvia Montefoschi e Giovanni C. Zapparoli. La Montefoschi mi ha insegnato a non temere il coinvolgimento erotico (quello che oggi si preferisce chiamare "matrice erotica transferale-controtransferale"), anzi a cercarlo come

una grande risorsa maturativa, se ben impiegata. Zapparoli mi ha insegnato a usare l'intuito e il buon senso, e a integrare nel lavoro tutto quello che può essere utile, senza badare troppo ai purismi, senza cercare false sicurezze nei dogmi di scuola (ieri) o nella ricerca empirica (oggi). Devo dire però che in generale ho imparato molto di più dai pazienti che dai colleghi.

*Nel complesso del tuo bagaglio professionale teorico-tecnico, che cosa, se c'è, riconosci come originalmente tuo?*

Dopo due decenni passati ad attingere conoscenze e tecniche dalle scuole più diverse, ho sintetizzato tutto questo in un modello di "fattori comuni": il *Modello a quattro vertici*. Ti riporto la descrizione succinta che ne ho dato sul sito web della Dià: L'idea di base è che tutte le interazioni psicoterapeutiche possano essere considerate come combinazioni di quattro fattori terapeutici cardinali – più o meno come milioni di colori possono essere ottenuti combinando quattro colori elementari. A tutti è familiare, almeno da mezzo secolo, la dicotomia espressivo/supportivo, che è una conseguenza del carattere neotenico della nostra specie (neotenia significa ritenzione di caratteri immaturi nell'adulto di una specie). Poiché non cresciamo mai completamente, abbiamo bisogno di sostegno, vale a dire di cure di tipo genitoriale, dalla culla alla tomba. Anche per coloro che hanno ricevuto cure genitoriali abbastanza buone, e a maggior ragione per coloro che non le hanno ricevute,

il bisogno di relazioni supportive non viene mai meno per il resto della loro vita. Questa immaturità perenne, d'altra parte, è un lato della medaglia che ha sull'altro lato la plasticità, cioè la capacità di crescere e imparare fino alla fine. L'altro lato della medaglia corrisponde al secondo termine della dicotomia, quello espressivo-esplorativo. Quando i nostri bisogni di tipo supportivo sono sufficientemente soddisfatti, noi vogliamo esprimere il nostro mondo interno a un interlocutore significativo, per esplorarlo e aumentare la nostra consapevolezza e libertà. Su questa osservazione si basa il modello a quattro vertici, una semplice struttura ottenuta trasformando i due termini della dicotomia supportivo/espressiva in due assi ortogonali che connettono ciascuno due vertici del quadrato che definisce il campo della cura.

L'asse orizzontale connette i vertici A (per *Accettazione*) e C (per *Confronto*). Tutte le risposte di cura di tipo supportivo stanno sulla linea che connette questi due poli, in cui il curante (genitore, partner, terapeuta o quant'altri) assume rispettivamente la funzione materna di accogliere, capire, rassicurare, e quella paterna di confrontare, incoraggiare, mettere di fronte alla realtà. Per i vertici dell'asse verticale ho preso a prestito da Bion le lettere K (*Knowledge, Conoscenza*) e O (*Ignoto*). La risposta di vertice K significa che il curante aiuta la persona che si affida alle sue cure a riconoscere tutte le fantasie, i preconcetti e gli schemi che condizionano la sua esperienza e il suo comportamento,

per giungere a conoscersi in ciò che è divenuta (prima parte della risposta al precetto delfico Conosci te stesso). Nel vertice O la persona è aiutata a sciogliere gli attaccamenti che la legano al passato (rimpianti, rimorsi) e al futuro (sogni, timori) e a prendere il rischio di affidarsi al potere temibile ma generativo e risanativo del processo (fede in O, seconda parte della risposta al precetto delfico). Tutte le interazioni di cura possono essere intese come appartenenti all'uno o all'altro dei quattro vertici del campo, o a una combinazione qualsiasi di essi.

*Dimmi la tua personale definizione di psicoanalisi e di psicoterapia*

Per me è una distinzione inattuale. Preferisco parlare di terapie processuali e terapie procedurali. Corrispondono alle due anime del terapeuta, il filosofo e il medico. La terapia processuale è la cura in cui è in primo piano il processo di formazione personale mentre resta più sullo sfondo la cura del sintomo – più esattamente, il sintomo non è curato come tale, ma è compreso nel suo significato nel complesso della personalità e della storia del paziente. Nella terapia procedurale avviene il contrario. Il rapporto è comunque quello tra figura e sfondo. Che l'orientamento prevalente sia di tipo processuale o procedurale, in ogni caso ciò che sta sullo sfondo viene spesso in primo piano e viceversa.

*Con quale dei termini in uso definisci il tuo mestiere (psicoanalista, psicoterapeuta, terapeuta, operatore*

*delle relazioni d'aiuto, ecc.)? Ti senti adeguatamente rappresentato dalla terminologia in uso?*

Psicoanalista, psicoterapeuta, terapeuta, psichiatra, sciamano, filosofo... a seconda del contesto posso usare uno qualsiasi di questi termini.

*C'è mai stato un momento nella tua carriera in cui hai pensato di cambiare mestiere?*

Mai seriamente, mi piace troppo. Ho coltivato per un certo tempo la fantasia di fare l'attore. L'ho abbandonata non perché mi sia passato l'interesse, ma perché col passare del tempo ho visto sempre di più la terapia come un luogo simile a un teatro in cui si mettono in scena passioni forti, e in cui sono chiamato di volta in volta a vestire i panni del genitore, del medico, del seduttore, dello scienziato, del narratore... Non credo affatto, non ho mai creduto, a un analista che se ne sta silenzioso e immobile sforzandosi di assomigliare a uno specchio o a uno schermo bianco. Credo che sia molto più utile ed efficace un analista che partecipa al gioco relazionale, allo psicodramma cui il paziente gli chiede di prender parte. Il paradosso su cui si gioca la terapia è questo: da un lato paziente e terapeuta "recitano", nel senso che mettono in scena dei personaggi che hanno bisogno di essere messi in scena per essere esplorati, capiti e messi su una traiettoria evolutiva. Dall'altro i sentimenti che sono rappresentati debbono essere autentici, e non artefatti. Ma questo vale anche per il

buon attore, che per essere credibile deve provare emozioni vere. Ed è vero della vita in generale, come avevano ben visto gli stoici con la metafora della “saggezza dell’attore”. Dobbiamo attraversare la vita come buoni attori, pienamente partecipi delle nostre vicende personali, ben aderenti ai ruoli che siamo chiamati a rappresentare, ma senza crederci troppo, senza prenderci troppo sul serio. Gli indiani esprimono lo stesso concetto dicendo che la vita è *lila*, gioco e rappresentazione. Dobbiamo attraversarla leggermente, con serietà ma con il giusto distacco: con la saggezza dell’attore, appunto.

*Qual è, secondo la tua esperienza, il fattore essenziale della tua funzione terapeutica, quello senza il quale tutto il resto non avrebbe efficacia?*

Non ce n’è uno solo, ma quattro, i quattro fattori cardinali del mio modello, corrispondenti ai ruoli della madre, del padre, dello scienziato e dell’artista. Il processo si sviluppa nella misura in cui il terapeuta è capace di sintonizzarsi con le richieste evolutive del paziente, che di volta in volta lo collocano nel luogo di una delle quattro figure educative di base, o in una qualsiasi combinazione di esse. Questa capacità di sintonizzarsi, modificando continuamente la propria posizione, correggendola anche in base ai feed-back che continuamente riceve dal paziente, potrei chiamarla la *quintessenza* della terapia – come gli alchimisti chiamavano quell’essenza indefinibile che era superiore alle quattro

di base: perché è inutile avere a disposizione le competenze di quattro ruoli terapeutici diversi, se poi non sai come e quando usarle. Naturalmente questa è la *mia* idea di processo, quella in cui io mi trovo meglio. Come ama dire Zapparoli, citando non ricordo chi, un processo si sviluppa anche andando sotto lo stesso lampione due o tre volte la settimana. Sarà il paziente a vedere nel lampione di volta in volta una madre, un padre, o quello che ha bisogno di vedere. Ci sono terapeuti troppo solleciti nell’andare incontro al paziente e altri fermi come lampioni. Io credo che l’ottimo, come sempre, sia a metà strada. Il paziente – ognuno di noi – ha bisogno di un tasso sufficiente di presenza per poter tollerare ed elaborare l’assenza.

*In psicoanalisi, lo scarto tra prassi e teoria è proprio inevitabile? Pensi si possa colmare?*

Io sono sospettoso di ogni teoria di cui la prassi è l’applicazione: quella in cui terapeuta arriva in seduta armato della sua teoria e la applica sul paziente, che questi sia d’accordo o meno. È una fonte inesaurevole di quelli che il mio amico Mike Basseches chiama ‘abusi teorici’. Il *gap* tra teoria e prassi è del resto inevitabile se manca un atteggiamento dialettico. In una prospettiva dialettica la teoria sostiene la prassi, che continuamente corregge e arricchisce la teoria, che quindi migliora la prassi, e così via.

*Come spieghi la presenza di diversi orientamenti teorici di matrice*

*psicoanalitica?*

I diversi orientamenti non sono un problema, anzi. Come sostiene Benvenuto, essendo la psicoanalisi (o la terapia processuale) un'operazione fondamentalmente etica, va benissimo che ci siano molte possibilità di scelta: sarebbe anzi del tutto indesiderabile una 'normalizzazione' come se la psicoanalisi fosse una scienza naturale. Il problema è un altro: la mancanza di un terreno comune, un *common ground*, tra queste diverse pratiche. Ma il *common ground* non si può trovare su un terreno teorico (le teorie sono incommensurabili e incompatibili). Per trovarlo occorrerebbe un po' di *common sense*, ma questo ci porterebbe a parlare del rapporto tra psicoanalisi e fenomenologia. È un discorso complesso. Basti dire questo: *il terreno comune riguarda le pratiche, non le teorie*. Come è stato osservato tante volte, le teorie sono diversissime, ma le cose che facciamo sono simili. Può essere difficile scoprire le differenze di scuola osservando all'opera due terapeuti esperti. Molto più riconoscibili i terapeuti inesperti, che per insicurezza applicano rigidamente quello che hanno imparato a scuola. Tra le diverse pratiche si osservano dei fenomeni comuni anche se sono definiti diversamente. Per esempio il tentativo di terapeuta e paziente di influenzarsi reciprocamente è la stessa cosa, che lo si chiami *enactment* o si preferisca chiamarlo interazione interpersonale. Ma l'osservazione dei fenomeni richiede un atteggiamento fenomenologico: la

messa tra parentesi di preconcezioni e aspettative (la "*sospensione di memoria e desiderio*" secondo la formula di Bion, approdato nella sua ultima fase a un atteggiamento fenomenologico pur senza mai parlare di fenomenologia). Quando parliamo di riduzione fenomenologica ci riferiamo a una disciplina di sospensione e messa in discussione e in gioco di tutti i presupposti coscienti, una sospensione che può essere solo relativa e parziale. Nell'esempio citato prima sospendiamo la teoria del transfert ma non lo schema relazionale più generale che ci permette di vedere due persone interagenti che cercano di influenzarsi l'un l'altra. *Non sarebbe possibile intendersi se non potessimo riferirci a una base di senso comune*, che ci dice che le persone esistono, interagiscono e cercano di influenzarsi reciprocamente. La riduzione fenomenologica non è la sospensione di ogni *apriori* percettivo, ma solo di quelli specifici o specializzati, propri di determinate astrazioni, scuole, dottrine o teorie scientifiche, per ritornare al senso comune, al modo elementare di muoversi nel mondo. *La ricerca di un terreno psicoanalitico comune ci porta quindi al senso comune, cioè al terreno dell'esperienza ordinaria, elementare, comune a tutti.*

*Qual è la tua personale concezione dell'esistenza: che la vita abbia un senso, che origine e destino dell'uomo siano, anche se misteriosamente, trascendenti; o, per quel che riguarda il destino individuale di ciascuno, tutto si esaurisca nel percorso tra la nascita e*



la morte? Che rapporto può esserci, se ritieni che ci sia, tra la tua concezione esistenziale e la tua concezione della terapia?

È un dato di fatto che gli umani danno o non danno senso alla loro vita nei modi più diversi. Ognuno cerca di essere felice, e ognuno lo fa a modo proprio. Una minoranza riflette sulle cause profonde dell'infelicità, e va alla ricerca di rimedi non contingenti. Ignoranza è aggrapparsi a ciò che è contingente, insegnava il Buddha. Ignoranza è non capire l'impermanenza di ogni cosa, compreso il nostro io o anima individuale. Tutto ciò che inizia finisce, tutto ciò che è composto si decompone. È logica elementare. Contro questa logica, ci aggrappiamo a tutto ciò che siamo e abbiamo. Compreso, soprattutto, il nostro piccolo io con tutte le caratteristiche che lo identificano, e immaginiamo che viva in eterno, e per l'eternità possa godere della compagnia dei suoi cari, che incontrerà nell'aldilà... In questo modo non solo restiamo ancorati a una visione fanciullesca dell'esistenza, ma ci impediamo di intraprendere in questa stessa vita un cammino di liberazione, un decondizionamento radicale basato sulla scoperta e la graduale realizzazione dell'essenza incondizionata che tutti gli insegnamenti sapienziali sono concordi nell'indicare come il 'vero sé' dell'uomo. Intendo la terapia come un processo di graduale risveglio della consapevolezza di chi veramente siamo. Per darti un'idea sintetica della mia idea (laica) di spiritualità, ti riporto un

brano tratto dall'articolo *Il principio dialogico-dialettico*, che ho pubblicato sul sito della Dià: Panikkar chiama *trinitario* il movimento che unisce l'infinito al finito, o il silenzio alla parola (il padre e il figlio, nel simbolismo cristiano): il terzo elemento, lo spirito, unifica i primi due (ne rivela l'identità come *coincidentia oppositorum*) pur mantenendone la differenza. *Lo spirito è il movimento che unifica senza cancellare la differenza*. In questo senso, ogni movimento dialettico può essere detto spirituale, ma in modo più specifico o ristretto la parola *spirito* indica la relazione che unisce, senza confonderli, il finito e l'infinito. *L'essenza spirituale dell'uomo – quel nucleo in cui l'uomo è più essenzialmente se stesso – corrisponde al suo essere insieme finito e infinito, unico e universale, immanente e trascendente* (io sono me stesso in tutte e al di là di tutte le mie manifestazioni). Nella dialettica trinitaria l'uomo perviene alla sua realizzazione o liberazione in quanto – o nella misura in cui – si riappropria di sé (vale a dire, recupera ciò che di sé ha rimosso, scisso o reificato) nello stesso movimento in cui si distacca da sé (il distacco o *Abgeschiedenheit* di Meister Eckhart, che permette "al padre di generare eternamente il figlio", alla parola vera di essere generata dal silenzio, all'uomo liberato di vedere in ogni perdita o mancanza un nuovo inizio). È il "perdersi per ritrovarsi" che in modi e toni diversi è indicato in tutte le tradizioni spirituali come la via regia alla conoscenza o realizzazione di sé.

L'essenza spirituale può essere descritta come un *centro* rispetto al quale il singolo individuo può trovarsi più o meno in sintonia, una situazione corrispondente all'esperienza soggettiva di essere più o meno "centrati". La *centratura* è la condizione in cui si è pienamente partecipi e nello stesso tempo completamente distaccati, quella che gli stoici chiamavano la "saggezza dell'attore": come un buon attore si cala completamente nei panni del suo personaggio, senza per questo perdere la percezione della distanza che separa la persona dal personaggio, così il filosofo si cala nella vita partecipando pienamente a tutte le sue vicende senza esserne condizionato (nella cultura indiana il fiore di loto simboleggia analogamente il vivere nel fango senza infangarsi). Rispetto a un bisogno elementare come è quello di alimentarsi, l'equilibrio consiste nella piena accettazione del fatto che per vivere abbiamo bisogno di giuste quantità di cibo sano e variato, combinata con la capacità di digiunare anche fino alle estreme conseguenze, nel caso il cibo ci fosse concesso solo al prezzo di azioni che riteniamo disonorevoli. In generale, la *libertà spirituale* consiste da un lato nel non sottrarsi alle condizioni della propria vita, quali che siano, e dall'altro nel non permettere che le condizioni diventino condizionamenti (o nel decondizionarsi da qualsiasi condizionamento). Essere se stessi significa *trovare il proprio centro e stabilire in esso la propria dimora*. Questo è il fine che orienta tutte le attività

dell'Associazione Dialogico-Dialettica, dai laboratori ai seminari, dalla terapia alla ricerca.

*Come si è modificato, nel tempo, il tuo modo di operare nella stanza d'analisi?*

Riesco sempre di più a essere presente in seduta "senza memoria e senza desiderio": aperto a quello che succede, attento a ogni segno che indichi la strada da prendere, senza preconcezioni né aspettative.

*Secondo te, la psicoanalisi ha un futuro?*

Una certa psicoanalisi, quattro sedute alla settimana, lettino, analista silenzioso, è già morta. È viva quella che sa rigenerarsi liberandosi dalle ipoteche teoriche e istituzionali, per rispondere alle esigenze reali delle persone che cercano un dialogo terapeutico.

*Nel tuo lavoro clinico, la durata dell'incontro col paziente è predefinita o variabile? E la frequenza delle sedute è predefinita (la stessa frequenza per tutti i pazienti) o varia a seconda dei casi? E se varia, in base a quali criteri?*

La durata della seduta è fissa, ma faccio in modo da non avere interruzioni forzate. Se necessario, posso prolungare la seduta di qualche minuto.

Con alcuni pazienti faccio sedute doppie (due sedute consecutive). La frequenza è definita dal contratto, che è rinegoziabile in qualsiasi momento. I criteri della rinegoziazione non sono fissi. L'unica cosa che il terapeuta dialogico sa è di non sapere nulla di certo. Quindi



si interroga e si lascia interrogare in permanenza. Non so se questo paziente avrà bisogno di una, due o più sedute alla settimana, non so se sarà più utile focalizzare l'attenzione sulla relazione terapeutica o su qualche relazione esterna, non so se avrà o non avrà bisogno di farmaci. Non so niente di niente. Quindi mi interrogo in continuazione, e lascio che il percorso, incluse le regole che definiscono il setting, sia guidato dalla consapevolezza che emerge di seduta in seduta nella coppia terapeutica.

*Cosa significa essere psicoanalisti nel XXI secolo?*

Significa essere più liberi che nel XX.

*Ad un tuo ipotetico allievo quali suggerimenti daresti?*

Di non lasciarsi guidare da nessuno che non sia la sua coscienza. Se prende me come istruttore, mi utilizzi solo come stimolo e confronto, mai come un sostituto della sua coscienza. Questo, va da sé, presuppone che abbia imparato a distinguere la coscienza dal superio.