
IL CORPO COME LUOGO DI INTUIZIONE

*Emanuela Lo Re**

Riassunto

L'articolo propone una riflessione sul corpo come luogo di intuizione. Si sottolinea la possibilità di sviluppare, coltivare e praticare la capacità intuitiva nei contesti di cura, formazione e consulenza, attraverso specifiche esperienze.

L'intuizione viene presentata come una funzione psichica che favorisce la comprensione dei problemi, la risoluzione di emparse psicologiche e relazionali, e la ricerca di nuovi modi e opzioni per comunicare, nuove forme ed espressione di sé e di relazione con gli altri.

Attraverso la descrizione di alcuni passaggi tratti dall'esperienza di terapeuta e formatrice, l'autrice illustra come il *training* teatrale si conferma come metodo originale ed efficace per sviluppare e coltivare la capacità intuitiva dell'analista, alimentare la sua curiosità verso la cura delle relazioni, mantenere aperto il suo sguardo verso la ricerca, l'immaginazione e l'esperienza molteplice dell'incontro con gli altri esseri umani.

Abstract

THE BODY AS A PLACE OF INTUITION

This article reflects on the body as a space where intuition resides

* Emanuela Lo Re, psicologa, psicoterapeuta, analista transazionale didatta e supervisore TSTA-P dell'EATA (European Association of Transactional Analysis). È socia della cooperativa sociale Terrenove e del Centro di Psicologia e Analisi Transazionale di Milano, dove dirige la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia.

(e-mail: emanuela.lore@centropsi.it)

and suggests the possibility of developing, cultivating, and using intuition in contexts of care, training, and therapy by means of specific experiences.

The author discusses intuition as a psychic function that facilitates the understanding of problems, the resolution of psychological and relational impasse, the search for new methods and options of communication, and supports new forms and expressions of self and relationships with others.

The author describes episodes from her experience as a therapist and trainer, demonstrating how theatrical training is an original and effective method for developing and cultivating analysts' intuitive abilities. This theatrical training nurtures analysts' curiosity towards relationships and helps them keep an open mind towards research, imagination, and the multitude of encounters with other human beings.

L'intuizione ha una sua parola? Sì, diremmo, forse non una "parola" immediatamente aperta ad una conoscenza formulata e con una forma condivisibile, quanto piuttosto una "parola" non vista, in ombra, non per questo meno presente.

Sono le parole con cui Anna Rotondo apre la sua relazione al convegno dedicato a *Le parole dell'intuizione*, organizzato a Milano dal Centro di Psicologia e Analisi Transazionale e dalla cooperativa sociale Terrenuove. È il 2012, un momento importante dove alcuni autorevoli nomi della psicoterapia italiana si incontrano e si confrontano sul tema dell'intuizione: accanto ad Anna Rotondo, Eugenio Borgna, Gianpaolo Lai.

La riflessione e la ricerca in tema di intuizione al Centro di Psicologia e AT proseguono. È il 2013, decidiamo di organizzare un evento dedicato all'*Improvvisazione. Le forme dell'intuizione*, con il desiderio di condividere esperienze in cui l'intuizione assume forme visibili comunicabili all'interno delle relazioni terapeutiche e consulenziali. All'evento partecipano psicoterapeuti, analisti transazionali dei campi speciali e artisti. Con naturalezza si apre il dialogo con numerosi partecipanti, il dialogo fra cura e arte che riconoscono nell'intuizione la loro origine. Le parole e le

azioni dei relatori tras-formano la sede del convegno in uno “spazio potenziale”. Alessandro Sanna con il suo tratto gentile e preciso restituisce forma ad alcune esperienze della giornata attraverso alcune improvvisazioni grafiche, che ancora alcuni di noi conservano. È un momento importante e vivace. Dallo scambio fra le persone presenti si genera il desiderio di proseguire la ricerca e la riflessione nei diversi luoghi e contesti professionali di formazione e cura. L'esperienza si trasforma in parole, articoli raccolti nel «Quaderno» n. 60 del 2013, curato da Cinzia Chiesa, *Luoghi dell'intuizione*. Negli anni che seguono, il Centro di Psicologia e Terrenuove realizzano diversi Seminari esperienziali: *Dar voce al personaggio*, *Spazi potenziali*, *Parlare in pubblico*, per citarne alcuni. I programmi della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia e della Scuola ATC si arricchiscono di giornate dedicate ai processi intuitivi, all'espressione e alla narrazione di sé. Nel 2016 nasce *SpazioMolteplice*, un luogo in cui si intende connettere diversi linguaggi artistici ed espressivi con le parole e i gesti propri della cura e della consulenza. Desideriamo sperimentarci nella ricerca e nella sperimentazione di nuovi linguaggi per declinare l'esperienza del “prendersi cura”, “sintonizzandoci” con i contesti di vita, le questioni attuali, i problemi emergenti. Decidiamo di utilizzare il teatro come pre-testo per confrontarci sull'isolamento dei giovani adulti all'interno delle famiglie e nelle relazioni fra pari e proponiamo due edizioni di *Attraversando lo zoo di vetro*, una proposta a cui partecipano genitori, insegnanti, giovani adulti e molti colleghi psicoterapeuti, counsellor, educatori, interessati a riflettere con noi su alcune scene dello “Zoo di vetro” di Tennessee Williams e sui suoi personaggi, così vicini all'esperienza dei giovani e di alcune famiglie con cui lavoriamo.

Segue la progettazione e la realizzazione di due master che riscuotono grande successo e partecipazione: *Come un albero che cresce* e *All'improvviso il gruppo*. Il primo curato da Cinzia Chiesa, dedicato al lavoro con i bambini da cui nasce il numero 70 dei «Quaderni» di cui Cinzia è curatrice; il secondo dedicato alla conduzione dei gruppi e allo sviluppo della leadership che utilizza l'arte del teatro come strumento di formazione privilegiato,

esperienza che conduco insieme a Claudio Orlandini, uomo di teatro, maestro di ricerca.

Alla vigilia dei trent'anni del Centro di Psicologia scegliamo di dedicare una giornata al lavoro con il *BodyScript*, tema caro a Susanna Ligabue, e di dialogare sull'esperienza corporea nella relazione clinica insieme a Bill Cornell e Susie Orbach con cui approfondiamo le connessioni fra esperienza del corpo e processi transferali e controtransferali.

Esperienze molteplici, alcune delle quali diventano video, realizzati con poesia da Carlotta Marrucci, visibili sul canale Youtube "Centropsi-terrenue". Oggetti che narrano di come in questi anni abbiamo creato occasioni per continuare ad approfondire, a ricercare e a sperimentare i processi intuitivi connettendoli al nostro lavoro di psicoterapeuti e consulenti. Esperienze in cui si evidenziano e si confermano chiaramente, a mio parere, le connessioni fra l'intuizione e le esperienze del corpo.

Ogni parola di questo articolo porta con sé qualcosa di questo pezzo di storia che qui ho brevemente tracciato e che ho vissuto. Eventi, luoghi, letture, persone e incontri. Da questi incontri nascono le mie domande, le certezze, le incertezze e le curiosità che mi guidano nella scrittura di queste pagine.

Il corpo è un luogo di intuizione? Se sì, è possibile ricercare attivamente lo stato d'animo intuitivo? Possiamo apprendere a essere intuitivi? Si può coltivare l'intuizione attraverso specifici percorsi che riguardano il corpo? Possiamo utilizzare l'esperienza di gruppo per sviluppare l'intuizione? È utile a un conduttore di gruppo essere intuitivo? È forse necessario?

Partendo dagli studi di Berne sull'intuizione intendo: affermare la centralità dell'esperienza corporea nel processo intuitivo; illustrare come, attraverso uno specifico *training* del corpo, l'intuizione può essere coltivata; rendere evidente l'utilità della funzione intuitiva nei processi diagnostici e conoscitivi propri del lavoro di cura.

La mia intenzione è di sottolineare come, grazie allo sviluppo

dell'intuizione, i pazienti e i clienti siano favoriti nel processo di comprensione dei loro problemi psicologici, nella consapevolezza e nella ricerca di nuove opzioni, ovvero nello scioglimento di impasse che, attraverso l'esperienza corporea, possono essere comprese e risolte.

Cos'è l'intuizione

L'intuizione è la conoscenza basata sull'esperienza acquisita attraverso il contatto sensoriale con il soggetto, senza che chi intuisce riesca a spiegare esattamente a se stesso o agli altri come è pervenuto alle sue conclusioni. Oppure, in termini psicologici, è la conoscenza basata sull'esperienza e acquisita mediante funzioni inconsce o preconscie preverbalì attraverso il contatto sensoriale con il soggetto (Berne, 1949-1962, pp. 18-19).

L'intuizione è un modo di conoscere le cose che si origina dalle reazioni dei nostri sensi al contatto con un oggetto, un luogo, una persona, un gruppo o altro ancora. Deriva dall'esperienza sensoriale del corpo a cui può seguire un processo di pensiero, di ricerca e di attribuzione di senso. Per esempio, sto ascoltando una persona che mi parla e sento dei brividi che accarezzano la mia pelle, di lì a pochi istanti la sua voce comincia a tremare. Aldilà delle parole, la comunicazione porta una informazione che il mio corpo avverte, che posso scegliere di approfondire, indagare, connettere per comprendere e ampliare la mia conoscenza dell'altro. O ancora, ad alcuni può esser capitato, cercando una casa in cui vivere, di aver sentito una sensazione di appagamento fisico o di un profumo familiare, appena entrato a visitare una certa casa e di aver scelto proprio quella casa anche se le sue caratteristiche non corrispondevano esattamente a quelle razionalmente pensate prima della visita.

L'intuizione ci interessa come analisti transazionali perché ci occupiamo di esseri umani, di relazioni, di complessità. Perché siamo interessati a comprendere le persone, il senso delle loro difficoltà, a ricercare e mettere in atto pratiche di cura. Ci interessa perché sappiamo che oltre a quello che vediamo, alle parole che ci

scambiamo fra di noi, al così detto esplicito esiste un universo o meglio un multi-verso implicito, altrettanto importante e sappiamo che se lo lasciamo da parte, se lo escludiamo o lo neghiamo, se non lo comprendiamo, escludiamo un pezzo di realtà che pure esiste fra di noi, neghiamo una parte di esperienza che stiamo vivendo, probabilmente diciamo “no” a una parte di noi e una parte dell’altro, siamo parziali, stiamo sull’apparenza delle cose e dei problemi, a mio parere stiamo tralasciando qualcosa che pure esiste. Forse questa operazione velocizza le nostre vite, i nostri incontri, le nostre diagnosi, le cure, il raggiungimento degli obiettivi, i progetti. A che prezzo?

Penso che non sia un caso che Eric Berne, che ha insistito sulla necessità del contratto fra l’analista e i suoi pazienti, si sia interrogato e abbia approfondito il tema dell’intuizione. Con le parole di Berne definiamo il contratto «un patto bilaterale esplicito per un ben definito corso di azione». Possiamo dire che il contratto è un processo di esplicitazione degli impliciti, è un processo che richiede tempo, disponibilità all’esplorazione, curiosità, intuizione. Sappiamo bene che quando una psicoterapia, una relazione o una consulenza non funzionano possiamo cercarne e trovarne i motivi in quello che non è stato esplicitato, colto, compreso, inserito nel processo contrattuale. Sappiamo anche che per conoscere, per comprendere e andare a fondo, ci vuole tempo, desiderio, pazienza e per questo lasciamo aperta la porta alla possibilità di integrare, di aggiungere, di correggere, attraverso quello che definiamo atteggiamento contrattuale, che è una disponibilità a rivedere, a riformulare obiettivi, nuove direzioni di intervento. L’atteggiamento contrattuale è un modo di metterci scomodi nella relazione di cura, serve a evitare l’assopimento e l’arroganza di aver capito tutto, ci richiede di essere pronti, all’erta, interessati a conoscere, vivi. Di essere, con le parole di Berne, «clinici intuitivi», individui curiosi, mentalmente vigili, interessati e «pronti a ricevere comunicazioni latenti e manifeste» dai nostri pazienti.

Nei suoi scritti dedicati all’intuizione, Berne (1949-62) parla di *funzione intuitiva, stato d’animo intuitivo e disposizione intuitiva*. Penso che per comprendere i processi intuitivi possa essere utile

definire questi tre concetti e riflettere su come sono tra di loro connessi.

Partendo dalla definizione di Berne di *funzione intuitiva* come conoscenza basata sull'esperienza acquisita attraverso il contatto sensoriale con il soggetto, senza che chi intuisce riesca a spiegare esattamente a se stesso o agli altri come è pervenuto alle sue conclusioni (Berne, 1949-62, p. 18)

definiamo la funzione intuitiva dell'analista come la capacità di conoscere l'altro attraverso l'esperienza sensoriale corporea e di utilizzare nella relazione terapeutica le conoscenze così acquisite. La funzione intuitiva comprende quindi anche la capacità dell'analista di ricercare e di sperimentare nella relazione con l'altro adeguate modalità comunicative ed espressive, non necessariamente verbali, utili per condividere le sue intuizioni con la persona con cui sta lavorando, all'interno della direzione terapeutica definita.

Per esempio, mentre ascolto una persona mi accorgo che tra una parola e l'altra del suo discorso non prende fiato, penso che questo trattenere il fiato possa essere connesso al problema di cui mi parla e forse anche alla strategia che utilizza per affrontare e vivere alcune situazioni della sua vita. Potrei confrontare esplicitamente il suo comportamento, ma qualcosa mi trattiene; sebbene ci siano delle pause nel suo discorso, faccio fatica a inserirmi, sento come un peso che mi inchioda alla poltrona, tiro un respiro di sollievo e mi accorgo che il ritmo del mio interlocutore cambia come se prendesse fiato anche lui, provo a riprendere fiato qualche volta ancora e vedo che qualcosa si modifica nel suo ritmo e tra di noi. Prendo la parola.

Nell'esercizio della funzione intuitiva, l'analista procede per tentativi, in un processo di continua sintonizzazione fra sé e l'altro, è disponibile a ri-vedere, a ri-aggiustare, a riaggiustarsi, si interroga a partire dagli scambi con l'altro, a partire da quello che accade nella relazione. Si permette di sbagliare, non si innamora delle sue intuizioni, è disponibile a lasciarle andare se comprende che non funzionano. È un atleta dell'incertezza.

L'esercizio della funzione intuitiva necessita della "capacità negativa" (Pagliarani, 2003) che Anna Rotondo (2012) connette alla necessità (dell'analista) di sostare intenzionalmente nell'incertezza, nella mancanza, nel disordine in attesa che si possa intravedere "quello che prima non era stato visto" e che questo renda possibile generare creativamente un gesto, una parola che ci orienti nell'agire, che ci permetta di procedere (Rotondo, 2012).

La funzione intuitiva dell'analista è una funzione intersoggettiva e reciproca, che si realizza nel qui e ora, ovvero nel tempo e nel luogo in cui si colloca il corpo, che è sempre nel tempo presente. La funzione intuitiva si interessa degli aspetti fenomenologici dell'esperienza relazionale, si interessa di quello che sta accadendo nel momento stesso in cui accade. La funzione intuitiva ricolloca nel presente eventuali immagini, ricordi o sensazioni esperite anche quando riguardano un tempo diverso da quello presente in cui sta avvenendo l'incontro, penso alle Immagini dell'Io (Berne, 1949-62). La funzione intuitiva è ecologica e prossima, si è ancora a ciò che sta accadendo e lo utilizza per gli obiettivi terapeutici.

Come afferma Berne l'esercizio della funzione intuitiva richiede uno stato di attenzione vigile: lo stato d'animo intuitivo, che Berne definisce come

stato di vigilanza e recettività che richiede, comunque, una concentrazione più intensa e una attenzione diretta più all'esterno rispetto allo stato di vigilanza passiva che è ben noto agli psicoterapeuti (Berne, 1949-62, p. 35).

Lo stato d'animo intuitivo consente all'analista l'esercizio della funzione intuitiva, quindi di cogliere gli aspetti impliciti della comunicazione del suo interlocutore, che favoriscono il processo conoscitivo e diagnostico e consente l'emergere di nuovi *insight*, di proposte relazionali non note, conosciute e non ancora pensate, utili per la persona con cui sta lavorando.

Trovo più di una similitudine tra lo stato intuitivo dell'analista e lo stato attorale che Grotwosky (1968) definisce uno stato psico-fisico di apertura, sensorialità, vitalità.

Nella mia esperienza, ho osservato che gli elementi che accomu-

nano lo stato d'animo intuitivo e lo stato attorale sono la vigilanza e la sensorialità corporea; la curiosità; la sospensione del giudizio; la "capacità negativa" di stare nell'incertezza; l'immediatezza che riguarda la capacità di improvvisare ovvero di dare una forma alle proprie intuizioni e renderle visibili, comunicabili, condivisibili; la disponibilità a essere in contatto con se stessi, quindi intimi e contemporaneamente in relazione, qui e ora; essere presenti, essere per l'altro, essere con l'altro, dentro a un progetto condiviso, a una struttura e a confini ben definiti.

Trovo interessante mettere a confronto il clinico intuitivo di cui parla Berne (1949-62) di cui riporto di nuovo la definizione «individuo curioso, mentalmente vigile, interessato e pronto a ricevere comunicazioni latenti e manifeste dai suoi pazienti» all'attore "vivo" di cui parla Claudio Orlandini (2020).

Per Orlandini l'attore deve essere vivo perché il suo lavoro prevede che rappresenti la vita, deve essere vivo perché ha scelto di essere un comunicatore, perché c'è qualcuno che va a vederlo per vedere la vita, per emozionarsi, per pensare, per sognare, per distrarsi. Per l'attore essere vivo vuol dire essere presente, vuol dire lasciarsi vedere, esistere per qualcun altro, essere disponibile alla relazione con lo spettatore.

Penso che quando l'attore sta sperimentando lo stato attorale può esercitare la sua funzione artistica così come quando l'analista è nello stato d'animo intuitivo può sperimentare la sua funzione clinica. Entrambe, a mio parere, sono funzioni intuitive che comprendono una dimensione conoscitiva e una dimensione espressiva. Scrive Berne:

La conoscenza delle condizioni necessarie per indurre lo stato d'animo intuitivo a proprio piacimento sarebbe di grande utilità, ma sfortunatamente nessuno è ancora riuscito a verbalizzare queste condizioni. Tale disposizione non rassomiglia allo stato di distacco dalla realtà che studiosi esperti di Yoga e altri riescono a ottenere, poiché durante i periodi di intuizione è possibile mantenere relazioni normali con psichiatri e altri individui. Forse è necessario un contatto limitato e concentrato con la realtà esterna (Berne, 1949-62, pp. 34-35).

Considero il *training* teatrale un'esperienza che può consentire all'analista di sperimentare lo stato d'animo intuitivo. Alcune proposte del *training* attorale mirano allo sviluppo della vigilanza, attraverso alcuni esercizi che riguardano: il recupero della consapevolezza del proprio corpo nello spazio e del proprio respiro; l'invito al contatto sensoriale con gli oggetti e le persone, ovvero a coglierne forme, colori, luminosità, qualità tattili; l'ascolto e il contatto con le reazioni e gli impulsi che provengono dal suo corpo; la ricerca di modi, di gesti e di parole per esprimere, per comunicare le proprie sensazioni, per renderle visibili, comprensibili, esplicite; la sospensione del giudizio accanto al coraggio di fare e lasciarsi vedere; il rispetto dei turni verbali; la capacità di essere presente, in relazione, intimamente disponibile quindi «pronto ad esistere per l'altro e ad essere pronto al suo esistere» per lui (Berne, 1972).

Nei suoi scritti, Berne parla della disposizione intuitiva come di una «condizione necessaria» da cui deriva lo stato d'animo intuitivo dell'analista, senza proporre di fatto una definizione, che a mio parere è utile per questa riflessione sull'intuizione.

Eric Berne colloca i processi intuitivi nell'Archeopsiche e, successivamente, alcuni autori (Cornell, 2008, 2018; Ligabue, 1985, 2004) connettono questi processi al protocollo di copione. Ancora una volta mi è utile fare riferimento allo stato attorale, che Claudio Orlandini (2020) definisce come «il risultato di un procedimento fisico sensoriale che l'attore compie per smascherarsi, scomodarsi, cambiarsi per compiere azioni creative». L'esperienza dello stato attorale richiede un lavoro di recupero del «gesto spontaneo», come direbbe Winnicott o del «gesto naturale» con le parole di Orlandini, si tratta di una azione fluida, che comprende movimento e parole, che non presenta interruzioni e per questo è comunicativa. Per compiere questo gesto l'attore lavora, attraverso il *training*, per “ripulire” le sue azioni dalle stereotipie e dalle ridondanze, superando quegli “ostacoli” che, secondo Grotwosky (1968), impediscono la fluidità, l'espressività, l'essere in relazione attingendo all'energia vitale. In altre termini, il *training* teatrale permette all'attore di sciogliere quei vincoli copionali, connessi

alle sue esperienze corporee, consentendogli di sperimentare lo “stato” e di contattare la sua energia vitale, la *physis* (Lo Re, 2018). A mio parere, la disposizione intuitiva è influenzata in modo significativo dalle esperienze sensoriali e corporee che abbiamo sperimentato nel corso della nostra vita fin dalle origini, fin dai primi scambi relazionali. Connetto quindi la disposizione intuitiva al protocollo di copione e al copione, inteso come «sistema di attaccamento», «modello inconsapevole di rapporto con il mondo» (Rotondo, 2001).

Vedo la disposizione intuitiva, lo stato d’animo intuitivo e la funzione intuitiva tra loro interconnessi, in un processo circolare che di seguito presento:

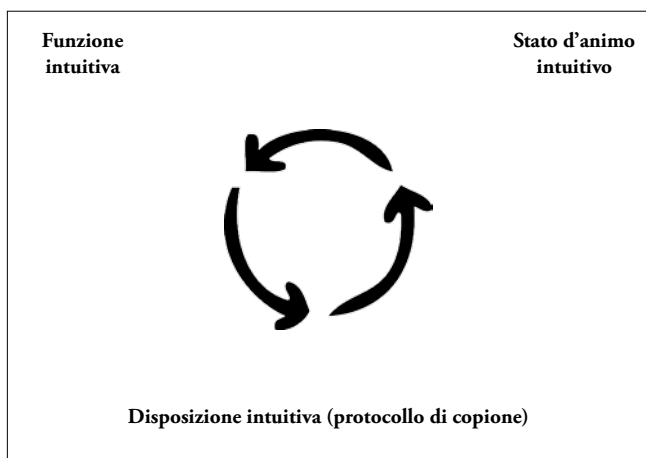


Figura 1
Processo circolare intuitivo

Dalla mia esperienza, sono portata a pensare che la funzione intuitiva derivi dallo stato d’animo intuitivo che, a sua volta, è connesso alla disposizione intuitiva. Penso che l’esercizio della funzione intuitiva possa modificare la disposizione intuitiva e quindi le possibilità di sperimentare lo stato intuitivo.

Nel mio modo di vedere, gli eventi della vita, in particolar modo quelli che coinvolgono l'esperienza corporea, possono modificare la nostra disposizione intuitiva, nella direzione di un suo accrescimento o di una sua limitazione, quindi influenzare l'esperienza dello stato d'animo intuitivo e di conseguenza la nostra capacità di esercitare la funzione intuitiva. Penso che queste modifiche della disposizione intuitiva possano essere generate da esperienze traumatiche e/o stressanti (nell'accezione psicologica di trauma e di stress), da malattie fisiche, e anche da esperienze piacevoli come le attività artistiche che prevedono che l'artista compia azioni, relazionandosi allo spettatore e comunicando con lui attraverso il suo corpo vivo e sensibile: la danza, la musica, il canto e il teatro. Esperienze che lasciano una loro traccia nella nostra memoria implicita (Cassoni, 2004).

Riconosco nella funzione intuitiva una risorsa preziosa per i processi conoscitivi, per la soluzione dei problemi, per la ricerca di nuove forme di espressione di sé e di relazione con il mondo. Lo sviluppo di questa capacità è utile all'analista e ai suoi pazienti.

Coltivare l'intuizione

Lo stato d'animo intuitivo come lo stato attoriale richiede un tempo di ricerca, una pratica, tende ad "arrugginarsi", non è dato una volta per sempre. Io lo penso come un modo di vivere e di stare dentro alle esperienze della vita.

Berne, nei suoi scritti sull'intuizione, sollecita più volte alla ricerca di quelle condizioni che consentono all'analista di coltivare l'intuizione:

La questione fondamentale di come si possa coltivare l'intuizione, controllare e attivare a volontà l'intuizione rimane senza risposta, e per alcuni decenni o persino secoli resterà forse confinata nell'area della speculazione metafisica (Berne, 1949-62, p. 152).

Nell'esperienza teatrale e in particolare nel *training* attoriale trovo molti stimoli che possono consentire all'analista di coltivare la sua intuizione. In questa ricerca mi è utile l'articolo che Berne dedica alla *Psicodinamica dell'intuizione* in cui approfondo

disce le condizioni intra-psichiche che promuovono e ostacolano il funzionamento del processo intuitivo, di cui evidenzio alcune parole:

si può dire che l'intuizione è un fenomeno archeopsichico. Perciò, la sua funzione è rimossa quando predomina lo stato dell'Io Adulto neopsichico, ed è indebolita quando lo stato dell'Io Genitore esteropsichico viola la libertà dell'archeopsiche (Berne, 1949-62, p. 154)

e ancora:

[...] l'intuizione è una facoltà archeopsichica. Dal punto di vista dinamico, la sua efficacia può essere ridotta dall'attività neopsichica o esteropsichica. Essa, perciò, funziona al meglio quando predomina uno stato dell'Io archeopsichico e quando gli stati dell'Io neopsichico ed esteropsichico sono de-energizzati ed esaurati (Berne, 1949-62, p. 156).

Berne dopo aver collocato l'intuizione, a livello strutturale, nello stato dell'Io Bambino, ci spiega quali dinamiche fra gli stati dell'Io possono ostacolare e quali favorire il processo intuitivo o più precisamente la funzione intuitiva. Leggere questo processo attraverso gli stati dell'Io consente all'analista di riconoscerne gli aspetti fenomenologici, aprendoci alla possibilità di osservare, riconoscere e sperimentare, attraverso alcune azioni specifiche, lo stato intuitivo.

Per poter utilizzare nel suo lavoro le sue capacità intuitive, deve avere i tre tipi di stato dell'Io nettamente separati. La sua archeopsiche deve poter funzionare in modo indipendente durante un periodo più lungo o più breve di osservazione. Egli deve essere libero di osservare e integrare i suoi dati come farebbe un neonato, senza interferenza da parte della morale e della logica. Le impressioni così acquisite devono essere consegnate alla neopsiche in modo da poter essere tradotte in linguaggio clinico, e usate a beneficio del paziente sotto l'influenza dell'esteropsiche (Berne, 1949-62, pp. 157-58).

Possiamo quindi muoverci nella direzione di una sperimentazione che riguarda "l'attivazione dello stato dell'Io Bambino", la

sospensione della spiegazione logica dell'Adulto e del giudizio critico del Genitore a favore del permesso di esplorare.

Nel mio modo di vedere, si tratta di mettersi nell'azione, di provare, di fare esperienze che consentano uno spostamento di energia fra gli stati dell'Io. Di fatto le azioni e i movimenti del corpo possono favorire lo spostamento dell'energia psichica. Nella nostra esperienza quotidiana sperimentiamo come un cambio di postura può favorire la comprensione di un testo che stiamo leggendo o l'ascolto di una storia o di una spiegazione teorica. Questi sono piccoli esempi, piccoli tentativi di spostamento di energia, piccoli cambi di stato che ci rendono "disponibili" e che passano attraverso un movimento del corpo. Durante una sessione di lavoro individuale o di gruppo, mi capita di riconoscere un blocco, un "arrotarsi" del pensiero, in questi casi a volte trovo utile proporre all'altro di prendere consapevolezza della sua postura e invitarlo a provare una posizione diversa, per esempio a cambiare modo di occupare la sedia e lo spazio, ad appoggiare i piedi al pavimento o la schiena allo schienale della poltrona e a verificare se questo cambio fisico ha un effetto nell'esperienza emotiva, se sollecita un pensiero o una riflessione diversa.

Penso a molte proposte specifiche tratte dal *training* attorale che ci possono consentire di ricercare e sperimentare lo stato intuitivo. Si tratta di esperienze a cui possiamo attingere e, come analisti transazionali, a cui possiamo restituire un significato teorico e un valore pratico.

Una esperienza, fra molte di quelle che tornano nella mia mente, è *L'esercizio del sì*. È un esercizio che può consentirci di attivare e promuovere la ricerca e l'esplorazione del Bambino Libero.

Questa esperienza, che possiamo fare in ogni momento, consiste nell'allenarsi a dire «sì», attraverso il corpo: occhi, sopracciglia, orecchie, ginocchia, spalle, gambe, piedi. Per entrare in questo tipo di proposta è necessario pensare il proprio corpo come uno strumento e pensare che ogni parte del nostro corpo abbia una sua capacità di comprensione e una sua potenzialità espressiva aldilà della specifica funzione "di servizio". L'esercizio può proseguire provando a sperimentare l'esperienza di dire «sì» attraverso i movi-

menti che riguardano azioni del quotidiano, ovvero provare a dire «sì» camminando, correndo, pettinandosi, leggendo o scrivendo, incontrando gli altri.

Io penso che lo stato d'animo intuitivo ci permetta di «conoscere con i nostri muscoli» come diceva Berne (1949-62) e ci consente l'esercizio della funzione intuitiva terapeutica, aprendoci alla possibilità di riconoscere i processi impliciti propri della relazione terapeutica che riguardano i movimenti transferali e contro-transferali, di divenirne consapevoli e di mettere in atto azioni di cura con le persone con cui lavoriamo.

Sviluppare e praticare la funzione intuitiva

Nel mio modo di vedere, è utile all'analista sviluppare la sua funzione intuitiva per utilizzarla nel lavoro con i suoi pazienti, per comprendere la natura delle loro difficoltà e per ricercare e sperimentare con loro strategie per la risoluzione dei problemi portati. Penso che apprendere e maneggiare alcune tecniche che favoriscono l'esperienza dello stato d'animo intuitivo e l'esercizio della funzione intuitiva possa consentire all'analista di proporle ai suoi pazienti, agevolandoli nella ricerca di nuove opzioni oltre che nella possibilità di contattare la loro energia vitale e di utilizzare la loro funzione intuitiva.

Gli ambiti in cui ho sperimentato la possibilità di utilizzare il *training* teatrale per sviluppare e praticare la funzione intuitiva sono quelli della terapia e della consulenza, della formazione e della supervisione. Rispetto all'ambito della terapia in altri contributi (Lo Re, 2013; Lo Re, Bestazza, 2017) ho illustrato come l'utilizzo di alcune tecniche teatrali permetta alle persone di sperimentare nuove forme espressive di sé e di mettere in atto nuove modalità relazionali utili e in linea con i loro obiettivi terapeutici.

Qui mi preme sottolineare l'importanza di formare gli analisti alla pratica della loro intuizione. Considero questo tipo di insegnamento *ex cattedra* (Lo Re, 2018) necessario per comprendere i pazienti e prendersene cura, in particolare per il riconoscimento dei processi transferali e contro-transferali che interessano la relazione terapeutica.

Penso a un'esperienza utile in questa direzione, tratta dal lavoro teatrale che consente all'analista di "mettersi nei panni di un'altra persona". È una proposta che ho sperimentato di recente con un gruppo di allievi della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia del Centro di Psicologia e Analisi Transazionale.

Dopo alcuni esercizi di "spostamento" fisico, di ricerca di una consapevolezza del proprio respiro e dei propri muscoli, quindi di ricerca dello stato d'animo intuitivo, invito gli allievi a uscire dall'aula e a fare l'esperienza di cambiarsi, di spogliarsi da quelle che riconoscono come loro abitudini fisiche per diventare un paziente (il primo che arriva alla loro mente), quindi li invito a rientrare nella stanza, a scegliere un posto, non necessariamente un posto a sedere e ad assumere con il corpo una posizione che racconti *Come sta il mio paziente*. Nell'invito insisto a lasciare che sia il corpo a scegliere la posizione da assumere dopo essersi "sintonizzato" con le memorie fisiche dell'incontro con il paziente. Da questa posizione invito ciascun paziente/allievo a parlare, a dire come sta, come si sente, cosa pensa, cosa prova. Quando tutti si sono espressi, li invito a uscire dalla stanza e a "cambiarsi" nuovamente dopo aver varcato la soglia. Una volta rientrati in aula, invito gli allievi ad appuntarsi eventuali impressioni o *insight* per condividerli con il gruppo e con me, utilizzandoli per una riflessione dedicata alla comprensione del paziente e alla consapevolezza di alcuni aspetti impliciti della relazione che attraverso questa proposta sono emersi e sono diventati parole e che possono essere utili per il lavoro con il paziente.

Nella scelta degli esercizi teatrali che propongo agli allievi mi guidano le mie esperienze di terapeuta e di attrice.

Andrea è un giovane uomo di 21 anni, si rivolge a me perché sta vivendo un momento difficile della sua vita, non sa più bene cosa vuole fare, dice di non avere un progetto che abbia un senso al momento per lui. Riferisce di sentirsi sospeso, interrotto come interrotto è il suo percorso universitario. Dopo non esser riuscito a sostenere gli esami per più di due anni, è stato costretto dall'università a rinunciare agli studi. Quando lo incontro, mi colpiscono

le pause del suo discorso composto da parole colte e appropriate, ma appesantito da silenzi che anticipa con una specie di suono gutturale e con una sorta di “fermo immagine” degli occhi, che si bloccano a fissare il vuoto. Lo osservo e immediatamente collego le interruzioni del discorso alle interruzioni del suo percorso universitario, la rinuncia agli esami e agli studi e la rinuncia alla parola. Scelgo di continuare a osservare cosa succede e decido di sintonizzarmi fisicamente con le sue pause e di respirare profondamente quando emette il suono gutturale che anticipa il silenzio e di compiere un piccolo movimento fisico come risuonando con lui. Dopo un po’ di volte in cui provo questa esperienza di sintonizzazione con lui mi accorgo che le sue pause si fanno più brevi e Andrea mi guarda, ricambio lo sguardo e lo guardo negli occhi. Le pause nel suo discorso non scompaiono, ci sono, non sono più silenzi, non ci sono parole, ma ci sono azioni, mi rivolge lo sguardo e al momento non guarda nel vuoto. Da questa esperienza con Andrea rifletto su come l’aver osservato il suo modo di comunicare con me, mi ha permesso di comprenderlo e di sintonizzarmi fisicamente con lui. Da questo aggiustamento ne è derivato forse qualcosa di nuovo per Andrea. L’ipotesi che faccio è che le interruzioni del suo discorso possano derivare da esperienze relazionali intermittenti, disarticolate, scomposte, da cui probabilmente derivano le esitazioni della sua voce, il blocco nel suo parlare. Penso che la cura con lui possa riguardare la possibilità di sperimentare nella relazione terapeutica una sintonizzazione, che consente, nel tempo, l’esplorazione e la ricerca di una direzione per il proprio futuro.

Due esperienze di *training* in particolare mi sono state utili con Andrea nel passaggio che ho descritto.

La prima è un’esperienza di *training* che riguarda «l’allenarsi a dire quello che l’altro fa senza interpretare». Io, ispirandomi a Berne, lo chiamo l’esercizio dell’“Imparare a diventare coscienti dell’altro come fenomeno” che serve ad allenarsi ad assumere un atteggiamento fenomenologico nell’incontro con l’altro, quindi a sospendere le interpretazioni. Per esempio diverso è affermare «Andrea è perso e non ha più niente da dire» da «Andrea fa un suono gutturale, smette di parlare, i suoi occhi si fermano e fissano il vuoto».

L'esercizio di *training* che può favorire questo cambio di atteggiamento prevede: prima un lavoro individuale in cui, mentre mi muovo, dico ad alta voce quello che vado facendo, per cui se mi siedo non dico «sono stanco e mi siedo» ma piuttosto «piego le mie gambe, appoggio le mie natiche sul sedile della sedia, appoggio la mia schiena allo schienale, etc.»; in un secondo tempo è previsto un lavoro a coppie in cui, mentre l'altro si muove, io sono impegnato a descrivere le azioni che l'altro compie. Questo tipo di atteggiamento permette di vedere l'altro e cogliere i dettagli impliciti della sua comunicazione, di avviare un processo di comprensione e di cercare delle modalità di cura adeguate per lui.

L'altro esercizio tratto dal *training* teatrale, utile nel lavoro con Andrea, è l'esercizio della poesia a due. Questa esperienza si fa in due e prevede che una delle due persone della coppia reciti i versi di una poesia e che l'altra persona si muova nello spazio, lasciando che sia la voce di chi recita a guidare i suoi movimenti, a cambiarli. I due, dopo un tempo di "aggiustamento" necessario, arriveranno a muoversi in sintonia fino ad accorgersi di essere con l'altro, insieme.

Penso quindi a una formazione dell'analista che preveda lo sviluppo della sua sensibilità corporea, quindi della sua funzione intuitiva utile per ricercare specifiche forme di contatto e relazione con l'altro in accordo con gli aspetti di diagnosi e con gli obiettivi terapeutici.

A teatro ogni rappresentazione è unica, pur riguardando lo stesso testo e gli stessi attori. Si dice, infatti, che è il pubblico a compiere l'ultimo atto di regia. Questo vale anche nelle relazioni che curano, sarà dall'incontro con l'altro che sceglierò quale proposta fare e come condividerla con lui, di volta in volta.

All'improvviso il gruppo

L'intuizione ci consente di intravedere, percepire, gli aspetti inconsapevoli, in-consci che riguardano noi e le nostre relazioni con gli altri. Possiamo aggiungere che ci consente di cogliere e comprendere la molteplicità insita in noi e nelle persone con cui lavoriamo, nelle loro storie e nelle difficoltà che portano. Penso che il lavoro che riguarda lo sviluppo delle capacità intuitive e della funzione

intuitiva possa essere favorito dall'esperienza di gruppo. Come dice Claudio Neri (2017) «nel gruppo è più facile farsi una idea della propria identità come molteplice. La molteplicità non come momento transitorio, ma al contrario come base dell'identità».

Da alcuni anni conduco con Claudio Orlandini *All'improvviso il gruppo*, un master organizzato dall'associazione SpazioMolteplice. L'attività si rivolge a professionisti che vogliono sviluppare le loro abilità di leadership, la loro capacità di condurre gruppi in diversi contesti di intervento: consulenza, formazione, psicoterapia, *counselling*, educazione e didattica. Il riferimento teorico-principale è l'Analisi Transazionale e lo strumento formativo privilegiato è il teatro e in particolare il *training* utilizzato nella didattica teatrale. Considero questo master un percorso di ricerca che mi permette di comprendere e di sperimentare l'uso del dispositivo teatrale nell'esperienza formativa e di approfondire le sue connessioni con le teorie sui gruppi e lo sviluppo della funzione intuitiva del conduttore di un gruppo.

All'improvviso il gruppo nasce a partire da alcuni presupposti teorici che riguardano il gruppo e la conduzione. *In primis*, l'idea secondo cui ogni gruppo vive due livelli di esperienza: uno manifesto, esplicito, dichiarato che Berne definisce *struttura pubblica*; e un secondo livello, nascosto, implicito, in ombra, non detto, in-conscio, che Berne chiama *struttura privata*.

Un secondo presupposto è relativo all'idea che chi conduce un gruppo, è chiamato a conoscere e gestire sia gli aspetti espliciti, ovvero i contenuti, che i movimenti impliciti, i processi in-consci, che coinvolgono i partecipanti e influenzano l'esperienza del gruppo e il raggiungimento degli obiettivi dichiarati.

I partecipanti al Master sono tutte persone che hanno una comprovata competenza circa i contenuti del loro lavoro. Infatti, nella formazione non ci occupiamo dei contenuti specifici che riguardano la formazione di base e la professione dei partecipanti del gruppo. Il nostro lavoro mira a sviluppare la loro capacità di riconoscere e gestire gli aspetti impliciti, in ombra dell'esperienza dei gruppi.

Claudio Neri (2017), nel suo libro *Gruppo*, si riferisce a questi aspetti definendoli *fenomeni transpersonali*.

L'autore distingue tre ordini di fenomeni transpersonali che interessano i gruppi e che influenzano la vita di un gruppo e il raggiungimento degli obiettivi dichiarati. In particolare:

– *l'atmosfera* che si riferisce ai vissuti, alle emozioni e alle sensazioni corporee che sperimentiamo all'interno del gruppo;

– *il medium*: il gruppo viene inteso come un medium, un veicolo per le persone che ne fanno parte; il medium è fatto della presenza fisica e somatica di tutti i membri del gruppo ed è il veicolo che le persone che appartengono a un gruppo utilizzano per parlare ed esprimere le loro idee, per portare le loro domande e le loro opzioni;

– *la mentalità primitiva* e gli assunti di base, la vita privata di un gruppo, l'imago.

Scrive Neri (2017):

Riconoscere l'atmosfera, gli effetti del medium e quelli degli assunti di base è difficile perché questi fenomeni si mimetizzano nell'ambiente del gruppo. È essenziale, a tal fine, che l'analista riesca a non essere "quel buon analista" che i partecipanti al gruppo si aspettano che egli sia, ma preservi la libertà di sentire e pensare anche ciò che può apparire ai membri del gruppo – e anche a lui stesso – come inutile, "offensivo" e fuori luogo.

L'analista si può affidare anche a una parte "artistica" della sua personalità, per cogliere e riconoscere i fenomeni transpersonali che non sono individuabili attraverso la "mente razionale". L'artista, secondo Mc Luhan (1977), ha la capacità di "guardare attorno", invece che avanti e indietro. [...]

Gli effetti transpersonali, più che con la mente razionale, si possono percepire con la mente capace di commuoversi e di farsi sorprendere (Neri, 2017, pp. 47-48).

Il lavoro che proponiamo mira a sviluppare la sensibilità corporea necessaria per favorire la capacità dei partecipanti di sperimentare e di stare nello stato d'animo intuitivo, per favorirli nello

sviluppo della loro funzione intuitiva all'interno di un gruppo sia come partecipanti che come conduttori.

Pensiamo che la funzione intuitiva sia utile a un conduttore di gruppo per percepire e riconoscere gli aspetti transpersonali dell'esperienza di gruppo, per sintonizzarsi con questi aspetti e trasformarli, esplicitarli, utilizzandoli come risorse utili per il raggiungimento degli obiettivi dichiarati di un gruppo e per l'arricchimento della molteplicità del gruppo stesso.

Il master ci permette di chiarire alcune caratteristiche della funzione intuitiva propria di un conduttore di gruppo: la capacità di cogliere, attraverso il suo corpo-sensibile o corpo-strumento, le molteplicità emotive presenti e nascoste nel gruppo, di trasformarle e di renderle visibili attraverso azioni e parole comunicabili, condivisibili. Ci accorgiamo presto che questo processo richiede al conduttore di muoversi contemporaneamente su due livelli, gli stessi sperimentati dall'attore in scena: il livello intimo-privato e il livello sociale-pubblico, che diventano *l'azione privata in pubblico*, ovvero *l'intimità sociale*.

Il conduttore, compiendo azioni intime e sociali, propone ai partecipanti un modo specifico di stare nell'esperienza di gruppo e di partecipare, crea un'atmosfera che rende possibile ai membri del gruppo una partecipazione intima all'attività del gruppo.

Ne deriva un gruppo sensibile al corpo, capace di ascoltare, risuonare e proporre azioni nuove capaci di sciogliere le esitazioni e le interruzioni dei gesti nella direzione della fluidità espressiva e di nuove forme di comunicazione e di relazione fra i partecipanti.

Fra le diverse esperienze vissute durante il master, quella del “cerchio imitativo” per me rappresenta meglio quanto scrivo. Si tratta di un lavoro che si realizza in cerchio e che prevede che a turno ciascun partecipante prenda il centro e guidi il gruppo attraverso azioni che assecondano i suoi impulsi fisici, che i partecipanti del gruppo imitano, in un gioco di risonanze fisiche.

Alcuni aspetti, a mio parere significativi, caratterizzano il “cerchio imitativo”: la possibilità di prendere il centro quindi di lasciarsi vedere dal gruppo; l'aumentata sensibilità ai gesti e ai movimenti

dell'altro, compresa la possibilità di conoscere l'altro attraverso il movimento, "attraverso i propri muscoli"; la possibilità, attraverso il rispecchiamento fisico, di ricercare e trovare soluzioni alle interruzioni dei movimenti e delle espressioni che ciascun partecipante presenta nel momento in cui prende il centro. Capita infatti che, nel momento in cui un partecipante prende il centro e comincia a guidare il gruppo attraverso i movimenti del suo corpo, si confronti con la difficoltà che si manifesta nella ripetizione di un gesto o nell'incespicarsi di un movimento. In questi casi, la disponibilità di chi sta guidando ad accogliere le risonanze del gruppo, ovvero piccole modifiche dei movimenti proposti, come fossero opzioni per la risoluzione dell'impasse fisica, può consentirgli di uscire dalla ripetizione o dal blocco, di generare un nuovo movimento e di recuperare una fluidità espressiva.

Vedo in questo esercizio una metafora che riguarda la conduzione del gruppo e in particolare la capacità del conduttore di comprendere, prendere con sé gli stimoli che provengono dal gruppo e di utilizzarli nella conduzione, per il gruppo e per i suoi obiettivi, anche nei momenti di difficoltà.

Nella conduzione del master, prestando attenzione agli aspetti transpersonali dei gruppi con cui lavoriamo, individuiamo per ciascuno dei gruppi un testo teatrale su cui i partecipanti lavorano come una compagnia teatrale. La finalità di questa proposta è di utilizzare il testo come pre-testo per consentire a ciascun partecipante di prendere parte a un progetto condiviso portando le sue istanze, i suoi temi individuali dentro a un discorso collettivo, co-costruito, fatto di ascolto, risonanza, partecipazione, nuove scoperte di sé.

Conclusioni

Mi accingo a scrivere le conclusioni di questo articolo mentre si sta chiudendo la fase due del *lockdown* per l'emergenza sanitaria che, qui dove io vivo, dura da più di tre mesi. Un'esperienza forte che rimarrà senza dubbio nelle memorie dei nostri corpi. Penso che molti effetti secondari di quanto abbiamo vissuto, e in parte stiamo ancora vivendo, saranno più visibili nel prossimo futuro. Mi interrogo su quello che rimane nei nostri corpi e in noi, che

senza deciderlo, intuitivamente, ci scansiamo dalle persone che incrociamo camminando per strada. Penso all'intelligenza dei nostri corpi, che si sono rassegnati alla distanza e al rallentamento del ritmo e della velocità. I nostri corpi con cui, consapevoli o no, abbiamo stretto un patto di fedeltà perché stessero bene, perché, in alcuni casi, non infettassero altri e guarissero. Penso soprattutto all'esperienza dei bambini, degli adolescenti e dei giovani adulti. Penso ai miei nipoti. Sto vivendo una fase della mia vita in cui da un lato mi chiedo in che modo posso aver contribuito al verificarsi delle conseguenze drammatiche di questa pandemia e dall'altro mi sento chiamata a trasformare questa esperienza perché ne rimanga davvero qualcosa di buono per chi verrà dopo di me.

Ho molto riflettuto in queste settimane sull'esperienza del corpo in questo momento di isolamento sociale e di lavoro online, che ho scelto di continuare a svolgere con i pazienti e con gli allievi. Una scelta che ho fatto con convinzione piena. Non ho avuto dubbi o esitazioni.

Da subito, quando ho cominciato a fare le sedute e le lezioni a distanza, mi sono ri-innamorata delle parole delle persone che incontravo. Ho ricominciato a prendere molti appunti, mentre ascoltavo. Forse era un modo per avvicinarmi, per accorciare le distanze, per garantire all'altro la mia presenza, il mio esserci per lui. Quasi subito, dopo gli incontri online, mi sono sentita molto stanca fisicamente e mi è immediatamente stato chiaro che stavo mettendo a tacere il corpo, probabilmente ero dentro un processo di negoziazione interno, in qualche modo non l'ho subito compreso; forse per via del video che durante gli incontri a distanza ci inquadra, confina il corpo, limita lo sguardo; forse per via dell'immagine del volto, che si impone sul resto.

Ho intuito che dovevo cambiare qualcosa, come dice Claudio Orlandini (2020), «ampliare la topografia» del mio corpo. Comprendermi nuovamente. Forse Berne, quando parlava dell'«arrugginirsi della funzione intuitiva», intendeva metterci in guardia dal rischio di perdere il contatto con il nostro corpo, di tralasciare l'ascolto delle sensazioni che provengono dal nostro corpo a favore del capire attraverso il ragionamento e la logica. Nel percorso di comprensione

di questo tempo è stato importante riconoscere la saggezza del mio corpo, la sua capacità straordinaria di adattarsi alle situazioni. Ho ripensato alla capacità che ho di stare in equilibrio mentre navigo sulla barca a vela e al mal di terra che provo quando, dopo diversi giorni di crociera, sbarco. Provo tangibili di un corpo che sa quel che è necessario fare nelle situazioni che vive. Ho provato compassione per me, per gli abbracci negati di questi mesi, per gli odori delle persone che amo da cui mi tengo ancora a distanza.

Poi ho riflettuto su quale esperienza di *training* poteva aiutarmi e ho pensato al fenomeno sensoriale/percettivo che chiamiamo *sinestesia* che permette di sperimentare come le stimolazioni provenienti da una via sensoriale possano stimolare una diversa via sensoriale e produrre nuove percezioni e nuove forme di conoscenza e intuizione. Ho provato a sperimentare questa possibilità nelle sessioni di lavoro online, a farmi delle domande spiazzanti per sollecitarmi a una presenza sensoriale: «*Di che colore è questa voce? Com'è al tatto? Che sapore ha? Cosa ne pensa il mio ginocchio di quello che mi sta raccontando la persona che mi parla dall'altra parte dello schermo? La mia schiena?*» e altre ancora. Poi ho provato a sollecitare anche i miei interlocutori: «*Che sapore ha quello che mi stai dicendo? Quale parte del tuo corpo risuona a queste parole?*». Ne è derivato un effettivo ampliamento delle nostre topografie, la possibilità di comprendere i nostri corpi, anche a distanza, e quindi di dare spazio alle intuizioni nel nostro lavoro.

Penso che il corpo sia a tutti gli effetti un luogo di intuizione che ci consente di conoscere, di costruire relazioni che curano e di viverle insieme alle persone che incontriamo nel nostro lavoro di analisti transazionali, così come accade agli attori. Quindi scelgo di concludere questo mio contributo con le parole di una poesia scritta da Davide Del Grosso in occasione di un evento dedicato a Charlie Chaplin,¹ che parla del mestiere dell'attore e che dedico ai miei colleghi e ai miei allievi.

¹ Saggio conclusivo dell'a.a. 2015/16 organizzato dal ComTeatro di Corsico, Milano.

E tu che mestiere fai?

Il mio mestiere è un'arte come un artigianato: un gesto piccolo preciso, costante, un gesto semplice e mai scontato.

Il mio mestiere è quello di cambiare peso.

Cambio peso nelle gambe, che si squilibrano e si fanno danza, cambio peso nelle spalle che si schiudono come ali, cambio peso negli occhi che diventano ampi come un orizzonte, cambio peso nelle braccia, nella testa, nel respiro.

Il mio mestiere è cambiare peso: io gioco con la gravità.

Prendo qualcosa che è pesante e lo trasformo in qualcosa che è leggero.

Magari un dolore. Quanto può essere pesante un dolore?

Quanta gravità può contenere? Lo sapete, lo so, lo sappiamo tutti.

Perché tutti rischiamo di usare le cose pesanti come zavorre, come qualcosa per affondarci, inabissarci.

Perché la gravità nel mondo esiste e ci attrae senza sosta.

Ma io ho deciso un mestiere diverso. Il mestiere di cambiare peso.

Ho deciso di prendere qualcosa che è pesante e di trasformarlo in qualcosa che è leggero.

Prendo i pesi e li trasformo in contrappesi, li poggio sulla mia anima che si tende come una leva e li uso per toccare un'altra altezza, una quota diversa.

Dove tutto è più leggero, più possibile.

È usare un tocco leggero sulle cose pesanti del mondo, un tocco leggero sulle ferite aperte, sulle cicatrici nascoste, su tutto quello che è taciuto e temuto.

Perché il nostro mondo è pieno di pesi.

Perché l'uomo è attratto dalla gravità, ma desidera il volo.

BIBLIOGRAFIA

- BERNE E., (1949-62), trad. it. NOVELLINO M., (a cura di), *Intuizione e stati dell'Io*, Astrolabio, Roma 1992
- BERNE E., (1972), trad. it. "Ciao!"... *E poi?*, Bompiani, Milano 2004
- CASSONI E., *La memoria implicita: luogo del cambiamento*, in «Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane», n. 41, 2004, pp. 94-110
- CHIESA C., (a cura di), *I luoghi dell'intuizione*, La Vita Felice, Milano 2013
- CHIESA C., (a cura di), *Come un albero che cresce*, La Vita Felice, Milano 2018
- CORNELL W., (2008), trad. it. *Il mio corpo è infelice. Fondamenti somatici del copione e del protocollo di copione*, in «Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane», n. 59, 2013, pp. 108-33
- CORNELL W., (2015), trad. it. *L'esperienza somatica in psicoanalisi e psicoterapia*, Armando Editore, Roma 2018
- GROTWOSKY J., (1968), trad. it. *Per un teatro povero*, Bulzoni, Roma 1970
- LIGABUE S., *Corpo e copione: la componente somatica del copione*, in «Neopsiche», III, 6, 1985, pp. 21-28
- LIGABUE S., *Modi della relazione. Stati dell'Io, copione, corpo*, in «Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane», n. 41, 2004, pp. 12-40
- LO RE E., *Dar voce al personaggio*, in «Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane», n. 60, 2013, pp. 69-95
- LO RE E., *Tu e Io. Le radici della relazione*, in «Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane», n. 70, 2018, pp. 38-57
- LO RE E., BESTAZZA R., *Identità fluide. Gruppo e ricerca con i giovani adulti*, Armando Editore, Roma 2017
- NERI C., *Gruppo*, Cortina Editore, Milano 2017
- ORLANDINI C., *Appunti da "All'improvviso il gruppo" - Master sulla conduzione dei gruppi*, a.a. 2019-2020, SpazioMolteplice, Milano 2020

PAGLIARANI L., *Il coraggio di Venere*, Raffaello Cortina, Milano 2003

ROTONDO A., *A Eric Berne. Puntualizzando l'editoriale*, in «Quaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane», n. 34, 2001, pp. 15-20

ROTONDO A., *Relazione al convegno Le parole dell'intuizione*, novembre 2012, CPAT Associazione Italiana di Analisi Transazionale, Milano 2012