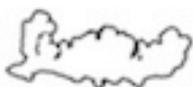


A cura di Chiara Mirabelli  
e Andrea Prandin

**Philo**  
**Una nuova formazione alla cura**

Saggi di  
Claudia Baracchi, Laura Campanello,  
Maia Cornacchia, Laura Formenti,  
Ivano Gamelli, Nicole Janigro,  
Paolo Jedlowski, Romano Màdera,  
Domitilla Melloni, Chiara Mirabelli,  
Andrea Prandin, Uber Sossi



Copyright © 2018 Philo - Pratiche filosofiche

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta, distribuita o trasmessa in qualsivoglia forma, incluse la fotocopia, la registrazione o altri metodi elettronici o meccanici, senza l'autorizzazione scritta di Philo, a eccezione di brevi citazioni incorporate in recensioni o altri usi non commerciali permessi dalla legge sul copyright.

Per richieste diverse, scrivere a:

Philo - Pratiche filosofiche

via Piranesi 12, Milano

info@scuolaphilo.it

Già pubblicato da Ipoc editore nel 2015.

Collana AUTORI DI PHILO

ISBN: 978-88-6772-146-7

## Indice

Introduzione <i>di Chiara Mirabelli e Andrea Prandin</i>	7
Dalle origini di Philo uno sguardo sul metodo <i>di Romano Màdera</i>	17
La postura dell'analista: consapevolezza corporea come pratica filosofica <i>di Ivano Gamelli</i>	29
Al di là delle intenzioni: divenire sistemici a Philo <i>di Laura Formenti e Andrea Prandin</i>	41
Intanto, Philo <i>di Paolo Jedlowski</i>	59
Dall'autobiografia alla mitobiografia <i>di Chiara Mirabelli</i>	69
Psicologie del profondo tra passato e futuro <i>di Nicole Janigro</i>	81

Con arte e intuizione: la (tras)formazione dell'analista filosofo <i>di Uber Sossi</i>	93
Il fantasma dell'anima e alcune sue storie <i>di Claudia Baracchi</i>	107
Imparare a morire per imparare a vivere meglio <i>di Laura Campanello</i>	121
Corpo e sapere organico nell'analisi biografica a orientamento filosofico <i>di Maia Cornacchia</i>	133
A scuola di improvvisazione nel laboratorio-bottega dell'analisi biografica a orientamento filosofico <i>di Domitilla Melloni</i>	147
Autori	159
Bibliografia	167

## **Introduzione**

*di Chiara Mirabelli e Andrea Prandin*

Il libro che tenete tra le mani è il frutto di un'impresa comune, Philo, che compone le esperienze, i saperi, i desideri di donne e uomini il cui fine ultimo è quello di esercitarsi al “mestiere di vivere”.

È arduo il compito di sintetizzare in questa introduzione una materia così complessa e in continua metamorfosi. Arduo, ma al contempo seducente. Questa composizione di opposti non è l'unica che incontrerete in questa “storia” che racconta una scuola: quando si frequenta Philo, la si pensa e la si vive, e anche quando come in questo caso ci si ritrova a raccontarla, intercettare composizioni di opposti capita di frequente. È un buon segno, in quanto secondo noi è accadimento isomorfo all'oggetto che vogliamo narrare.

Philo è “un'impresa artigianale” complessa, dove per impresa non ci riferiamo tanto agli aspetti gestionali e professionali che pure costituiscono un'organizzazione, ma a significati come coraggiosa, impegnativa, dinamica e innovativa. Sognare, pensare e far vivere l'esperienza di Philo significa quindi abitare una fantasia e una sfida. Un'impresa quindi, un'impresa formativa sia per chi ha condotto e conduce questa avventura come formatore, sia per chi decide di affidarsi e attraversarla frequentando la scuola quadriennale in analisi biografica a orientamento filosofico,<sup>1</sup> ma anche per chi decide di spiarla e annu-

---

<sup>1</sup> Sull'analisi biografica a orientamento filosofico (ABOF) troverete diversi approfondimenti e riferimenti bibliografici nei vari saggi di questo libro. Per un'introduzione sintetica si può vedere <http://www.scuolaphilo.it/abof14.html>.

sarla in qualche occasione attraverso il sempre più articolato e dinamico centro culturale. E non può che essere così: a Philo infatti si cerca di onorare e unire (ri-onorare e ri-unire) il corpo con la mente, il corpo con la mente con il contesto, in un gioco ricorsivo che non trova mai fine e che, si potrebbe dire, non ne ha mai abbastanza. In questo senso, scrivere questa introduzione, ma anche realizzare questo testo, compone un secondo livello di contrapposizioni: scrivere, raccontare, rendere visibile e definire qualcosa che muta. Come fare a descrivere un organismo vivente che per sua natura si trasforma, cambia, si riorganizza nel corso degli anni? Si può fare, come stiamo facendo ora, con la consapevolezza che stiamo cercando di illustrare una mappa opaca e approssimativa, che vuole e può individuare solo alcune zone di senso, alcuni confini amati, alcuni fiumi e mari da seguire per farsi nutrire, in cui nuotare e farsi trasportare. Alcune terre su cui poggiare, ma solo per ripartire.

In questo libro, proprio per questo motivo, troverete storie di intenzioni ed esperienze formative che hanno caratterizzato questi primi dieci anni di lavoro nella scuola di formazione di Philo. Si tratta di storie che non vogliono essere solo denotative ma, semmai e principalmente, connotative. Perché Philo, come questo libro, vuole essere un'opera aperta, che travalica i significati che ogni singolo autore ha voluto esprimere nel proprio capitolo. È per questo che il potere connotativo di queste storie, che vogliono raccontare "un'impresa", si compie solo girovagando tra i saggi, avvicinandoli l'uno all'altro, sovrapponendoli, confrontandoli, mettendoli in relazione tra loro. Mettere in relazione, ricercare e comporre è "l'impresa" principale di Philo.

L'intento degli autori è quello di parlare della scuola oltre la scuola, parlando di sé e oltre sé. Ri-partendo da sé. Il libro racconta la storia e le caratteristiche di una "scuola superiore di pratiche filosofiche" che ha visto lo svilupparsi e il prendere forma di un nuovo approccio alla formazione e alla cura. Ecco un'altra composizione di opposti: praticare il "nuovo" poggiando su radici "antiche".

Nella scrittura, tutti noi autori abbiamo voluto raccontare ciò che cerchiamo di fare accadere nella "stanza della formazione" di Philo, a partire dalla nostra storia personale. Perché è la vocazione autobio-

grafica, il partire da sé, da risorse e limiti individuali che ci caratterizza, poiché Philo è una collettività di saperi, di sguardi, di teorie che si realizza attraverso persone che li incarnano e praticano. Nelle pagine del libro si racconterà dunque della scuola, e di coloro che in qualche modo le fanno da guida, accanto agli studenti che spesso sanno essere guide a loro volta durante gli incontri e lungo gli anni. Molti incontri e molti anni.

Philo nasce ufficialmente a Milano come scuola di formazione in analisi biografica a orientamento filosofico nel 2006, con la fondazione nello stesso anno dell'associazione. La sua storia raccoglie l'eredità pluriennale di un movimento di pratiche filosofiche diffuso anche oggi in tutta Italia e articolato in diversi seminari.<sup>2</sup> L'anno dopo, nel 2007, nasce SABOF,<sup>3</sup> la Società di analisi biografica a orientamento filosofico che riunisce gli analisti filosofi già attivi professionalmente, e progressivamente coloro che fanno richiesta di ammissione, in particolare chi termina il percorso di formazione a Philo, ma anche alcuni analisti provenienti da altri percorsi formativi. Dal 2010 Philo dà vita a convegni e seminari all'interno di diversi contesti ed eventi, e dal 2012 apre il centro culturale nella sede di via Piranesi a Milano. Come la scuola, il centro culturale promuove le pratiche filosofiche intese come l'insieme delle tecniche e delle attività culturali rivolte alla ricerca della saggezza, aperte al dialogo e alla reciproca fecondazione, e tra queste pratiche l'analisi biografica a orientamento filosofico (che chiamiamo anche, più sinteticamente, analisi filosofica, con lo sguardo rivolto sempre e comunque al "biografico"). Oltre alle attività na-

---

<sup>2</sup> Si fa qui riferimento a esperienze e riflessioni che hanno avuto origine in Italia nei primi anni Ottanta, e che nel tempo sono cresciute coinvolgendo un numero sempre maggiore di persone, pubblicazioni, eventi e scambi con altre esperienze e riflessioni. Oggi le pratiche filosofiche proseguono in seminari e incontri in numerosi contesti e città. Si veda innanzitutto R. Màdera, L. V. Tarca, *La filosofia come stile di vita. Introduzione alle pratiche filosofiche*, Bruno Mondadori, Milano, 2003. Alcuni approfondimenti sono in [www.scuolaphilo.it](http://www.scuolaphilo.it), sito di Philo. Tra i seminari e le proposte di pratiche filosofiche intrecciate a Philo ricordiamo ad esempio quelli che si svolgono ogni anno dal 2005 all'Università degli Studi di Milano-Bicocca e la recente collaborazione con Studio Graffa – Formazione e ricerca per "Philo-Marche".

<sup>3</sup> SABOF è associazione professionale legalmente riconosciuta ai sensi della legge n. 4/2013.

zionali e internazionali di coloro che appartengono a Philo, il centro culturale consente di invitare e incontrare saperi e pratiche di molteplici contesti, scuole, esperienze.<sup>4</sup>

La scuola, come il centro culturale, è attraversata da diversi percorsi e differenti sguardi, separati essenzialmente per chiarezza comunicativa e organizzativa, ma costitutivamente connessi, sia nel lavoro collettivo tra docenti sia come esplicito intento formativo. Il desiderio è quello di andare oltre le cosiddette “discipline”, di travalicare alcune separazioni convenzionali e abituali e di praticare l’interconnessione e l’interdipendenza tra saperi e pratiche.

In questa *Introduzione* troverete nelle note, in sintesi, alcuni dei concetti chiave che ci caratterizzano e che saranno variamente declinati nei saggi, altri li incontrerete nei saggi stessi. Anche in questo le risonanze e la rete fra i testi fanno luce sulla molteplicità e l’interdipendenza che coltiviamo.

Il libro è introdotto da Romano Màdera che racconta della nascita di Philo e di alcune caratteristiche dell’analisi biografica a orientamento filosofico alla quale la scuola forma. Philo è nata e cresce attraverso esperienze e saperi intrecciati, ma sorge dall’intuizione di Romano, nella sua storia di filosofo e psicoanalista. Come Romano, ognuno nella scuola parte, ri-parte da sé, e lui lo sottolinea nelle sue pagine, evidenziando che la dimensione biografica in Philo è “un metodo pervasivo. Vorremmo che si insegnasse e si imparasse muovendo da esperienza verso esperienza, pensandone il movimento, l’andare e il ritornare. È un metodo artigianale, che trasmette il sapere di una

---

<sup>4</sup> In considerazione della domanda sempre crescente di percorsi che – ben al di là di una prospettiva professionalizzante – sostengano e potenzino la capacità dell’individuo di riconoscere la propria vicenda personale come parte del più vasto ordito del mondo, Philo (a fianco della Scuola in analisi biografica a orientamento filosofico di cui scriviamo in questo libro, e del centro culturale) ha deciso di dare vita a Mitobiografica, una scuola per imparare a *essere pienamente ciò che si è* partendo dall’indagine e dalla presa di coscienza del mito personale che anima e orienta ogni esperienza biografica. Facendo tesoro delle esperienze generate da Philo e dai seminari di pratiche filosofiche lungo gli anni, Mitobiografica offrirà ai suoi iscritti gli strumenti orientativi per riconoscere e coltivare la propria vocazione umana in un’ottica di spiritualità laica che attinge, senza pregiudizi, agli insegnamenti di ogni forma di saggezza antica rivisitata e arricchita da linguaggi e saperi dell’attualità.

persona con la sua storia di vita e di formazione: si impara da chi nel suo fare esprime se stesso e modifica il sapere vivendolo”.

Ne dicono altrimenti Laura Formenti e Andrea Prandin che, a partire dallo sguardo e dalla pratica sistemica, cercano di incarnare attraverso una co-conduzione formativa un percorso di formazione-ricerca come quello che Philo è. La forma del capitolo è un’esemplificazione metodologica di come Laura e Andrea lavorano a Philo (il curriculum ricorsivo, l’assenza di un progetto predefinito, la tensione tra relazione simmetrica e complementare). Nel capitolo restituiscono attraverso la forma (la scrittura dialogica) il contenuto, com’è tradizione nella letteratura sistemica. Seguono un metodo di lavoro “duoetnografico”, cioè una scrittura a quattro mani, nella quale interrogano in modo riflessivo la loro esperienza a Philo, nel percorso sistemico ma anche in relazione agli altri percorsi, sguardi, pratiche, saperi.

Le pagine di Ivano Gamelli pongono in evidenza una caratteristica rilevante della nostra scuola: perché noi di Philo chiediamo a un aspirante analista filosofo di dedicare tempo e impegno, di pari misura e dignità a qualsiasi altro tema della scuola, alla consapevolezza corporea? Vi sono diversi livelli di ragioni cui Ivano fa riferimento. Una ragione si riconduce alla necessità e alla scelta di ricollocare il corpo al centro della riflessione teorica filosofica, posto che assumeva di diritto nella tradizione antica. Un’altra ragione attiene al livello dell’esperienza del corpo. Poiché l’osservazione e l’ascolto sono qualità proprie della dimensione incarnata dell’analista, è possibile immaginare un professionista che eserciti simili qualità e che non sia passato attraverso un lavoro su di sé, un affinamento della sua sensibilità, intesa nella sua accezione più immediata e autentica? Una terza ragione riassume le prime due e mira alla loro trascendenza.<sup>5</sup> Se il cor-

---

<sup>5</sup> Sui sensi della “trascendenza” in Philo, che ricorre nei saggi, citiamo queste parole di Romano per introdurla: “Qual è lo specifico, il propriamente filosofico che può accompagnarsi a ogni pratica – che si accompagna quindi anche alla pratica della psicologia del profondo – ma che trasforma le pratiche in pratiche filosofiche? Qual è quindi, al nocciolo della questione, l’elemento differenziante e qualificante dell’analisi biografica, in quanto orientata filosoficamente, rispetto a ogni altra analisi soltanto psicologica? Accettare come criteri della dimensione della pratica filo-

po è oggetto imprescindibile del pensare filosofico e, al contempo, *conditio sine qua non* per ogni sua declinazione educativa e terapeutica, che senso ha praticarne la sua consapevolezza in una prospettiva scissa rispetto ai “saperi della mente”? Quelle di Philo sono una formazione e una visione dove può essere possibile individuare un concreto superamento di quelle gerarchie che, seppur obsolete, caratterizzano ancora diversi luoghi tradizionali della cultura dominante.

Un corpo è nel tempo e nello spazio collettivi, e la narrazione può fare rivelare la trama tra individuale e collettivo. Le pagine di Paolo Jedlowski partono dal ricordo di alcuni libri da lui scritti anni fa sull’esperienza e il racconto, che motivano l’avvicinamento ai temi e al modo di lavorare di Philo. Paolo si concentra poi da un lato sul tipo di contributi che porta al gruppo di Philo, e dall’altro su ciò che questo porta a lui stesso. In entrambi i casi, si tratta di un modo particolare di fare sociologia legandola all’esperienza e alla pratica autoriflessiva: se per un verso l’attenzione di Philo per la dimensione biografica può trarre arricchimento dalla sociologia, dall’altro il modo di fare sociologia di Paolo si arricchisce, trova legittimazione, si apre. Così avviene per ogni docente di Philo, aprendo a ulteriori sensi il valore biografico di un’esperienza che non si limita alle ore di lezione.

Chiara Mirabelli dedica il suo scritto alla narrazione di vite in relazione al senso che assume in Philo e per l’analisi filosofica. Lo sguardo autobiografico e biografico, a partire anche dal percorso esistenziale, di ricerca e lavoro di Chiara, è rappresentato come un eserci-

---

sofica – pratica che supera le contrapposizioni delle singole filosofie e che precede l’articolazione in filosofia teoretica e pratica – le tre trascendenze indicate da Hadot: trascendenza della centratura egoica nella ricerca della verità, trascendenza nel rapporto con il cosmo, trascendenza nel rapporto con gli altri. Tre trascendimenti ai quali nell’analisi biografica a orientamento filosofico si aggiungono altre modalità: la trascendenza dell’io come centro della personalità, ossia il sacrificio dell’io e la nuova centratura nella figura simbolica del maestro interiore; la trascendenza verso la trasformazione del negativo; la trascendenza in direzione di una ricostruzione mitobiografica dei vissuti; la trascendenza verso l’apertura al desiderio di desiderio”: cfr. R. Mâdera (a cura di C. Mirabelli), *Una filosofia per l’anima. All’incrocio di psicologia analitica e pratiche filosofiche*, IPOC, Milano, 2013, pp. 267-268, con gli approfondimenti e i rimandi bibliografici là citati.

zio<sup>6</sup> di pratica filosofica che fa da ordito ad altri, ed è via di passaggio dalla narrazione autobiografica a quella mitobiografica, che può fare da trama alle diverse narrazioni possibili su di sé e l'altro, aprendo consapevolmente in direzione del mondo e del profondo. Ogni autobiografia, attingendo in profondità, si può riconoscere nei racconti che la precedono, la attraversano, la istituiscono, in quelle radici biologiche, storiche, sociali, culturali e mitiche in cui l'io è incarnato e in quelle direzioni in cui ognuno si può aprire per cercare il proprio senso. La caratteristica fondante della pratica autobiografica e biografica a Philo è in direzione di una trascendenza, quella del farsi e ritrovarsi in una mitobiografia, che contiene tutte le altre, cercando di dire e raccontare il movimento della vita individuale e collettiva.

Attingere in profondità: a Philo si è scelta una definizione al plurale per le psicologie del profondo, e Nicole Janigro ne descrive le ragioni. Nicole illustra una proposta di formazione che non si riferisce solo alla psicoanalisi e alla psicologia analitica, ma che ripercorre l'insieme della loro storia e delle loro vicende. Per trasmettere mappe concettuali che possano essere utili per orientarsi nel dibattito psicoanalitico attuale e per capire il significato dell'analisi biografica a orientamento filosofico, è infatti necessario conoscere i nodi teorici, gli intrecci storici e biografici che ci precedono e che si intrecciano oggi. Philo rappresenta la possibilità di mettere in pratica un'idea di formazione dove la trasmissione di contenuti non è separata dalla dimensione individuale, dalla messa in gioco soggettiva. Nicole sotto-

---

<sup>6</sup> “Volendo in estrema sintesi cogliere l'essenziale della nostra proposta: gli esercizi antichi potevano indirizzarsi alle trascendenze, senza fare gran conto delle specifiche condizioni biografiche dei partecipanti, e proprio questo ne rende ardua la riproposizione e minaccia di ridurli a ideali astratti; psicoterapie e psicoanalisi scavano nella biografia fino alle sue determinanti inconse, ma mancano di un orientamento e di una strumentazione in esercizi capaci di favorire l'accesso a dimensioni che trascendono gli interessi egoici. Rischiano così di favorire la malattia essenziale del nostro mondo, riportando anche l'esplorazione della psiche profonda a funzionare come un ulteriore supporto del riferimento narcisistico. Il nostro tentativo in fondo cerca di rendere di nuovo fruibili, per alleviare la miseria simbolica dell'anima occidentale, due grandi e ricche tradizioni come quelle della filosofia e della psicologia del profondo. Su questa via anche le tradizioni religiose potrebbero trovare un nuovo linguaggio capace di far vivere le loro antiche verità”: *ivi*, pp. 15-16.

linea la necessità di tenere insieme l'alto, l'astrazione dell'idea, con il basso, il peso del corpo e la fatica della quotidianità: il filo che li tiene insieme è la relazione, intorno alla quale continua a tormentarsi e a interrogarsi la *talking cure*.

Come scrive Uber Sossi ogni teoria, quando viene applicata alla realtà, dà luogo a una serie di metodi e di tecniche con cui prova a leggere, conoscere e agire sulla realtà stessa. Le psicologie del profondo hanno generato, nel grande contenitore metodologico della relazione analista-analizzando, una serie di metodi e di tecniche proprie di tali teorie. A Philo si dà agli allievi la possibilità di accedere a questi strumenti, con la consapevolezza della loro ricchezza e del loro limite, delle loro possibilità e dei loro rischi. I metodi e le tecniche, infatti, se da una parte costituiscono gli strumenti propri di un percorso che attraverso di loro si può definire analitico, dall'altra parte non possono sostituire, bensì solo facilitare il ruolo e la funzione dell'analista e la sua capacità di "far crescere attraverso se stesso" l'altro, conducendolo là dove è arrivato egli stesso, e anche oltre. Come scrive Uber, la tecnica analitica è l'ordito sul quale analista e analizzando tessono la trama della loro relazione: allo stesso tempo, l'ordito deve essere ben costruito, pensato, fatto con sapienza ed esperienza, perché possa sostenere e reggere la complessità della trama.

Claudia Baracchi affronta lo specifico dell'analisi biografica a orientamento filosofico: l'intreccio tra filosofia e psicologie del profondo, le pratiche filosofiche e la rideterminazione delle "discipline" attraverso lo studio e l'emersione di questo a consapevolezza nella vita. Come approfondisce Claudia, l'orientamento propriamente filosofico dell'analisi biografica è già nella filosofia antica e arcaica che dice, con Platone: l'anima non è che i suoi atti, in quello che si fa in questa vita, nell'azione e nell'interazione evidenti alla luce del sole, nella *polis*. Non c'è anima, né sua conformazione, a monte della vita vissuta. Si è quello che si fa, o che si omette di fare. Allo stesso tempo, dall'antico ci arriva un'eco dell'anima molto più ampia della vita individuale, sia nello spazio sia nel tempo. L'anima è una moltitudine. Ed è anche per questa via che si possono spiegare i fenomeni dell'empatia, del-

l'immaginazione, del riconoscimento e del rispecchiamento così fondamentali nelle relazioni di cura, e non solo.

Laura Campanello pone l'accento sull'importanza delle pratiche filosofiche per l'analista nella sua vita quotidiana e professionale, della necessità e dell'opportunità in Philo di lavorare su di sé, di riconoscere e trovare il proprio stile di vita filosofico per accompagnare un altro a trovare il proprio, in diversi contesti di cura. Approfondisce in particolare l'esercizio filosofico di meditazione sulla morte, come una delle vie per farsi interpreti consapevoli della propria esistenza, tanto più quando la fragilità si mostra nell'intensità del dolore e il senso della vita pare vacillare. L'approccio formativo all'esistenza può condurre ognuno, solo e con altri, a farsi carico della ricerca di senso, del proprio porsi in relazione nel privato e nella professione, di darsi una condotta etica, per "vivere fino alla fine".

A Philo nell'ottica del vecchio artigiano – che desidera offrire occasioni di esperienza a chi intende fare della professione di analista un esercizio filosofico e permettere alla sua ricerca di influenzare anche i più piccoli gesti del vivere quotidiano – Maia Cornacchia propone l'esempio della sua Pratica di Lavoro Organico. È un allenamento che Maia ha generato nel tempo, un allenamento del corpo a porsi in ascolto e che si confronta con diversi temi, esplorando territori della percezione e del sentire poco frequentati e preziosi per la relazione analitica. Maia racconta l'esperienza del corpo ascoltato e in ascolto, quella degli allievi insieme alla propria, attraverso le sue e le loro parole.

Lo scritto di Domitilla Melloni con il quale abbiamo scelto di chiudere il volume, a fare da cornice con quello di Romano che lo apre, indica nella descrizione del "laboratorio" che lei propone quella pratica artigianale che caratterizza, con le ovvie differenze individuali, il modo di lavorare a Philo in ogni percorso, mostrando profondamente il senso delle pratiche filosofiche, e in particolare di quella pratica che è l'analisi biografica a orientamento filosofico. Domitilla esplora la metafora della "bottega dell'artigiano", cui si richiama anche l'atto finale e conclusivo del percorso formativo nella scuola, ossia la creazione del "capolavoro", che include con la scrittura altre forme espressive. Il "laboratorio" consente di sperimentare e anticipare ciò che

accadrà nello studio di analisi; include una dimensione euristica, aspetti di co-costruzione e di ricerca attiva che costituiscono l'essere e il divenire analisti filosofi; prevede pratiche condivise, ad esempio quella della "mente dell'analista", in direzione del riconoscimento della pluralità interiore da scoprire in sé e nell'altro, con l'invito a "immaginare altrimenti",<sup>7</sup> facoltà che è tratto distintivo dell'umano. Come per il laboratorio illustrato da Domitilla, ogni proposta della scuola ha carattere potenzialmente "ologrammatico". Ovvero: in ogni attività, in ogni istante, anche in presenza del limite più invalicabile è possibile, immaginando altrimenti, riconoscere un piccolo specchio del tutto che connette. Nella scuola, nella stanza dell'analisi, nella vita.

Undici saggi, differenti e simili, dove ognuno partendo da sé ha cercato di raccontare altro di sé e altro da sé, nel tentativo di evocare ciò che l'esperienza Philo prima di tutto rappresenta per noi: il coraggioso tentativo di mettere in relazione aspetti fondativi dell'esistenza, che possiamo chiamare anima, corpo, contesto, spiritualità, in una pratica "concreta", attualizzata, realizzata e sempre in trasformazione. Storie artigiane e di formazione, storie di vita che parlano alla vita.

---

<sup>7</sup> *Ivi*, p. 39.

## **Dalle origini di Philo uno sguardo sul metodo**

*di Romano Màdera*

A ripensarci adesso, nel 2015, otto anni dopo la nascita di Philo, quello che allora mi sembrava un percorso rettilineo, che portava dalle pratiche filosofiche<sup>1</sup> e dall'esperienza psicoanalitica junghiana al desiderio di sperimentarne una sintesi innovativa, mi appare invece una via trovata attraversando incroci insidiosi, procedendo per sentieri non segnalati. Le coincidenze casuali sono state così marcate, e insieme necessarie, da confondersi con le fasi di un progetto in divenire.

Comunque un atto di nascita è facile ritrovarlo: era un fine settimana dell'autunno 2005 sul lago di Mergozzo, con Nicole Janigro, Ivano Gamelli e Chiara Mirabelli. Già i dintorni di Mergozzo, accanto al lago Maggiore, erano una coincidenza: per me e per Nicole l'albergo e il ristorante "Le Oche di Bracchio" erano una delle destinazioni preferite per andare a camminare e per uscire qualche giorno da Milano, ma non sapevo che proprio là Ivano aveva condotto con Laura Formenti seminari di formazione, intrecciando esercizi di consapevolezza del corpo con l'approccio sistemico.

Di coincidenza in coincidenza: avevo conosciuto Ivano perché nel 2001 avevo lasciato l'Università Ca' Foscari di Venezia per quella di Milano-Bicocca. Gioco forza fu stringere contatti con chi, come lui, si occupava di autobiografia e sosteneva la Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari, visto che dal 1987 – come ho già raccontato nel

---

<sup>1</sup> Sulle pratiche filosofiche si vedano *Introduzione* e diversi saggi in questo volume.

libro *La filosofia come stile di vita*<sup>2</sup> – avevo sperimentato le regole di comunicazione biografico-solidale<sup>3</sup> in un gruppo ristretto di amici impegnati a raccontarsi la loro storia di vita. Poi l’esperimento si era sviluppato riunendo altre persone sulla base di quelle regole a partire dal 1995, e dando vita nel 1998 al Seminario Aperto di Pratiche Filosofiche di Venezia insieme a Vero Tarca. Nel 2005, dopo tre anni di preparazione, avevamo inaugurato il Seminario di Milano.

Tuttavia l’idea di Philo è in realtà la rielaborazione dei miei primi esperimenti, diciamo pure “selvaggi”, iniziati all’Università della Calabria nel 1979, con laureandi disponibili a incontri settimanali di tipo analitico per enucleare da storie di vita, sogni, fantasie, letture e riflessioni una traccia di mito personale, un’ispirazione mitobiografica<sup>4</sup> che, nascostamente, avrebbe animato il lavoro di stesura di una tesi di laurea all’apparenza del tutto tradizionale. Quell’intuizione si era poi differenziata nella continuazione della mia esperienza analitica personale da una parte, training compreso, e dall’altra nei gruppi di storie di vita e di comunicazione basata sulla dimensione biografica.

In Philo questi tracciati dovevano cercare di trovare una nuova composizione. Per me, in definitiva, nella comunicazione autobiografica si trattava di rinnovare il tentativo di “partire da sé” o, sarebbe meglio dire, di “ri-partire da sé”. Non si tratta di una novità, anzi: era ed è, storicamente, un effetto del femminismo e dei movimenti libertari degli anni Settanta del Novecento, strettamente legato all’idea che il privato fosse politico. Allora fu la passione rivoluzionaria che si scontrava con le sue contraddizioni interne, prima di tutte quelle di genere, a spingerci verso la nostra stessa storia. Ma fu anche la difesa inconscia che negava uno sguardo sobrio sul nostro fallimento – altro che una rivoluzione si stava profilando all’orizzonte, per chi avesse saputo osservare – a radicalizzare e amplificare il contrasto con i modi di vivere borghesi ai quali la stessa sinistra si era omologata.

---

<sup>2</sup> R. Màdera, L. V. Tarca, *La filosofia come stile di vita. Introduzione alle pratiche filosofiche*, Bruno Mondadori, Milano, 2003.

<sup>3</sup> Sulle regole della comunicazione biografico-solidale si veda il saggio di Domitilla Melloni.

<sup>4</sup> Sulla mitobiografia si veda anche il saggio di Chiara Mirabelli.

Quasi trent'anni dopo era forse il contrario: era possibile mantenere qualcosa, profondamente trasformato, di quell'esigenza, di quel desiderio? Oppure: quel desiderio era un'illusione proiettiva e necessaria per cercare di vestire razionalmente il disagio della civiltà nelle nostre vite?<sup>5</sup>

Ripartire da sé perché quel disagio è rimasto. E ad alcuni non riesce di chiudere occhi e orecchi, di lasciarsi trascinare nella routine dell'insensato. Alcuni come me, come molti altri, sentono invincibile la spinta a fare coro intorno al bambino che esclama sorpreso: “il re è nudo!” Traducendo: il racconto che viene raccontato dai più e a cui i più sembrano credere – proprio quelli a cui si riferisce criticamente la filosofia greca antica – non ha senso, e questi non se ne fanno problema. Inizia mille trame che si interrompono, copre pudicamente i buchi del tragico che si aprono attorno e dentro di noi, annega nella moltiplicazione di cose e pseudorelazioni una disperazione alla quale è stata strappata la lingua. Un racconto che programma l'evasione dai suoi controsensi erigendo monumenti allo spettacolo dei suoi fallimenti con ogni tipo di arte, per lo più male in arnese.

Ripartire da sé, da quell'ammasso confuso che non si lascia più ordinare da una cultura che – abbandonata o relegata al museo la tradizione – mostra apertamente d'essere la più stuzzicante accozzaglia di vanità della storia fino a oggi esperita. Una valanga di saperi, di notizie, di divertimenti che ci rimane appiccicata addosso mentre rischiamo di soffocare. Forse per questo mi è venuto in mente Philo come contributo a quei valorosi che tutto hanno tentato, in ogni aspetto della vita sociale, pur di non dichiarare la resa senza condizioni all'educato assurdo che ci assedia. Non potevamo che ripartire da questa parola da brivido, da questa desiderante amicizia per il mestiere di vivere che sta dentro a “philia”. Abbiamo scartato subito il proposito accademico di insegnare discipline indipendenti dall'esperienza vivente di chi guida e accompagna, in quanto più esperto, le esplorazioni di chi comincia ad avventurarsi: il metodo dell'insegnamento è

---

<sup>5</sup> Su questi temi si veda la “Parte prima” di R. Màdera (a cura di C. Mirabelli), *Una filosofia per l'anima. All'incrocio di psicologia analitica e pratiche filosofiche*, IPOC, Milano, 2013.

innanzitutto l'insegnante, l'insegnante che ri-parte da sé per re-imparare quel che insegnerà.

La dimensione biografica in Philo non riguarda solo il percorso dedicato a biografia e autobiografia. È piuttosto un metodo pervasivo. Vorremmo che si insegnasse e si imparasse muovendo da esperienza verso esperienza, pensandone il movimento, l'andare e il ritornare. È un metodo artigianale, che trasmette il sapere di una persona con la sua storia di vita e di formazione: si impara da chi nel suo fare esprime se stesso e modifica il sapere vivendolo. Non si insegna una disciplina distillata per astrazione da sé. Per questo il percorso di Philo è segnato da tre momenti: la scrittura della propria autobiografia, quella di una biografia e, al termine dei quattro anni di scuola, la realizzazione di quello che chiamiamo "capolavoro", con voluta citazione della prova conclusiva di un apprendista che è iniziato, attraverso essa, al divenire maestro artigiano. Il capolavoro non è tanto una tesi su un argomento o un autore, e neppure il linguaggio è vincolato alle consuetudini saggistiche o alla sola scrittura: il suo scopo è delineare qualche tratto di una mitobiografia.

Potremmo dire che è questo l'asse di costruzione di Philo: passare dall'autobiografia, attraverso la biografia, alla mitobiografia. Partire da sé come insieme di circostanze di vita che si riconoscono dentro una trama più ampia che traccia i suoi passaggi dal circolo familiare alla società, alla storia, alla lunga durata della cultura. E che rintraccia viva in sé l'eredità, più o meno favorevole, dei racconti collettivi che ci hanno formato. Non per arricchirsi o per maledirsi nella propria radice, ma per interrogarla e variarla, il più consapevolmente possibile. Delle tre trascendenze<sup>6</sup> della filosofia antica potremmo dire che la ricerca della "verità" passa anzitutto attraverso il riconoscimento dell'essere costitutivamente relazione con "altri" dentro il mondo della "natura". Ecco il nodo indissolubile nel quale si dà, o si perde, il senso dell'esistenza condizionata. E questo si è detto per millenni nei miti e nelle loro infinite variazioni. Che oggi non parlino più o, meglio, siano spezzati in sillabazioni destrutturate e riciclati come aura fascinosa delle merci che devono farsi spettacolo è la nostra condi-

---

<sup>6</sup> Sulle trascendenze si vedano anche *Introduzione* e diversi saggi in questo volume.

zione. E vi sono perciò anche l'occasione, la possibilità e la responsabilità di una versione individuata del mito, che incarni la nostra parte e la offra al riconoscimento di altri cercatori e trovatori.

Una differenza molto simile a quella che si istituisce fra il mito antico e i percorsi mitobiografici la leggiamo in Carl Gustav Jung, laddove scrive della distinzione tra i mandala culturali tradizionali e i mandala individuali dei suoi contemporanei:

Mentre i mandala culturali hanno sempre come contenuto uno stile particolare e un numero limitato di motivi tipici, i mandala individuali usano una quantità per così dire illimitata di motivi e di allusioni simboliche, dalle quali non è difficile vedere che essi cercano di esprimere o la totalità dell'individuo nella sua esperienza interna o esterna del mondo, oppure il suo punto di vista di riferimento essenziale, interiore.<sup>7</sup>

È un buon esempio di come si rifletta, nello scavo psicologico e nell'esercizio spirituale, la differenza capitale tra il mondo tradizionale, nella sua lunghissima durata fino alle soglie della modernità, e il mondo dell'innovazione, nato nei due ultimi secoli a seguito del capitalismo industriale.<sup>8</sup> Detto altrimenti: noi dobbiamo reinventare gli equivalenti funzionali simbolici che le culture tradizionali ritrovavano come proprio fondamento.

Il contatto con l'esperienza e con l'esperienza viva di sé non è facile. Bisogna obbligatoriamente attraversare un'infinità di costruzioni, coperture, automatismi che certo fanno parte della nostra personalità, ma nel loro "essere presi in prestito" qui e là per cavarsela nel mondo finiscono per appesantire la nostra maschera, la nostra Persona, e per rendere confusa la nostra interiorità. Da che cosa ripartire, come sondare i fondamentali del nostro esperire nelle sue iniziali capacità percettive? E se tutto è incerto nell'infinito profluvio di stimoli esterni

---

<sup>7</sup> C. G. Jung, *Che cosa sono i mandala* (1950), in *Gli archetipi e l'inconscio collettivo*, in Id., *Opere*, vol. IX, tomo I, tr. it. Boringhieri, Torino, 1980.

<sup>8</sup> Cfr. il mio *La carta del senso. Psicologia del profondo e vita filosofica*, Raffaello Cortina, Milano, 2012, pp. 276 sgg.

e di sollecitazioni pulsionali interne, come e dove provare a sorprendere l'esperienza nel suo farsi?

Per Philo l'attenzione alla consapevolezza corporea è distintiva e si deve agli incontri con Ivano, proprio nell'ideazione della scuola, e poi a Maia Cornacchia, giunta alla sua proposta di "Pratica di Lavoro Organico" dopo un lungo viaggio nel mondo del teatro e nel sottosopra mondo del parateatro di Jerzy Grotowski. Per me, ma in quanto riflesso singolare di un'epoca, la dimensione incorporata di Philo è la risposta a una divaricazione secolare che si è impiantata pesantemente nel sistema educativo fino a ridurre l'espressione e la consapevolezza corporea a educazione fisica, cenerentola screditata dei programmi scolastici, con una vertiginosa caduta millenaria dal prototipo "ginnasiale" della filosofia greca antica.

Forse non per caso Ivano è stato, decenni fa, uno dei più giovani partecipanti a una delle più serie riprese dello yoga in Occidente. Dobbiamo reimparare la centralità della postura del corpo nell'esercizio spirituale, e il re-inizio è arrivato da Oriente. Tuttavia in Philo l'insegnamento è diventato, attraverso Ivano, un'originale "pedagogia del corpo." La divaricazione anima-corpo si è riprodotta anche nella storia della formazione psicoanalitica. Benché il corpo fosse centrale già nella impostazione freudiana, dove era soprattutto il sintomo somatico isterico a parlare l'indicibile del desiderio, tuttavia la scuola reichiana, che individua la corporeità come fulcro della terapia, solleva per tutto il movimento psicoanalitico il problema di una più sottile ma ancora presente dicotomia.

Ricordo che negli anni di un torvo malessere esistenziale giovanile, costretto a rinviare ancora per motivi economici l'inizio di un'analisi, ero diviso fra la scelta reichiana e la scelta junghiana. Ora penso a diverse opzioni operative funzionali possibili che individuino il loro vettore portante nelle fantasie, nei sogni, nel dialogo o nell'intervento sui blocchi somatici, o nel gesto di gioco, senza per questo implicare nessuna dicotomia fra corpo e psiche e neppure un canale necessariamente privilegiato. Che sia un gesto o una parola a muovere, sarà l'intero investito a rispondere. Ma penso che una formazione analiti-

ca programmaticamente esonerata dall'esperienza del senso profondo di una postura corporea sia dimidiata.

Ecco, Philo è anche questo esperimento di contaminazione fertile. Quando iniziamo a esercitarci in un'operazione di ermeneutica simbolica guardando un'immagine, ascoltando un resoconto di seduta, leggendo un brano, prima di tutto passiamo qualche minuto nella postura che ognuno ha imparato per sé più consona. Si tratta di ascoltarci prima di reagire. E di sapersi ascoltare fibra per fibra. Cerchiamo di "entrare in risonanza", di lasciar risuonare in noi la presenza dell'"altro". Bisogna imparare a "far la tara", a sapersi sentire – e il corpo è il sensorio più acuto anche dei disturbi di trasmissione sulle frequenze più sottili – per sapersi detrarre, per ridurre il margine proiettivo, sapendo dare a ciascuno il suo, almeno all'inizio della seduta analitica. Il campo comune sarà formato anche da quella detrazione, ma come tale: quella irritazione, per esempio, è entrata a costituire il campo dalla mia parte, non dall'altra parte. Così si guadagna maggior leggerezza nella traslazione correlativa che costituisce la quinta e unitaria dimensione delle due espressioni coscienti e delle due potenzialità indirette di espressione (gli inconsci personali dei due della coppia analitica).

Nel gruppo, a Philo, esercitiamo<sup>9</sup> insieme la "mente collettiva dell'analista,"<sup>10</sup> usando le cinque regole della comunicazione biografico-solidale che, impedendo discussione, interpretazione sostitutiva e reazioni proiettive, facilitano l'implicazione soggettiva e la capacità anamorfica di "vedere altrimenti". La mente collettiva dell'analista è nel gruppo la messa in scena della mente costitutivamente gruppale e multidimensionale dell'analista al lavoro. Una mente che ha come sua precondizione il sapersi voce profonda del corpo in esperienza.

Forse la scuola in analisi biografica a orientamento filosofico è proprio questo prima di tutto: un esperimento e un'esperienza formativa. Anche questo, come tutto al mondo se si esce dal delirio di autoriferimento della proprietà privata del processo creativo, non è del tutto

---

<sup>9</sup> Sugli esercizi delle pratiche filosofiche antiche e rinnovate si vedano l'*Introduzione* a questo volume e il sesto capitolo di *La carta del senso*, cit.

<sup>10</sup> Sulla mente collettiva si vedano i saggi di Domitilla Melloni e Uber Sossi.

nuovo. Qualche domanda retorica: che cosa era la psicologia individuale di Alfred Adler? Come mai Jung poneva come terzo stadio del percorso analitico la fase dell'educazione? Perché parlava dell'autoeducazione dell'analista come condizione del vero e proprio confronto dialettico fra due individui, fase considerata come pieno compimento dell'analisi? E perché sempre Jung riteneva che l'autonomizzarsi dell'analizzante nel suo confronto con l'inconscio fosse possibile attraverso una modalità particolare di esercizio, come la pratica dell'immaginazione attiva? Perché Franco Borgogno, un analista ferencziano, definisce l'analisi processo di formazione? Come definire l'Elvio Fachinelli di *La mente estatica*?<sup>11</sup> E Otto Rank, e Wilhelm Reich, e Wilfred Bion, e Fritz Perls e Erich Fromm e James Hillman e Irvin Yalom? Diversissimi punti di vista, teorie a volte nettamente in contrasto, eppure non puntano tutti a una diversa postura nella vita, più consapevole e più responsabile? E non era questo lo scopo dichiarato già da Sigmund Freud?

Proprio Freud, chiamato a prendere posizione sulla devastazione bellica dell'Europa, raccogliendo in un detto l'insegnamento possibile della psicoanalisi, aveva tradotto il motto latino *si vis pacem para bellum*, così sarcasticamente irriso dalla guerra mondiale, nell'avvertimento psicoanalitico *si vis vitam para mortem*, non sapendo di raccomandare il nucleo essenziale – così lo definisce Pierre Hadot – di tutta la filosofia antica: l'esercizio della morte come viatico efficace per ricordarsi di vivere, ora. Ed è sempre Hadot a ricordare, insieme ad altri grandi interpreti di Platone, che la filosofia è, originariamente e nella sua destinazione, formazione dell'umano e non informazione di esperti.

È questo il contenitore e il perimetro di tutta la nostra proposta: la filosofia come pratica filosofica, cioè la filosofia come modo di vivere. La filosofia nella vita quotidiana, ossia la tensione all'espressione più intensa dell'umano nell'ordinarietà dell'esistenza. Ma non per piegarsi alla routine sconsolata del senza senso, al limite per vivere la dialettica della disperazione del senza senso interrogato dall'esigenza del senso. Con una parola maltrattata: l'insieme degli esercizi spirituali come via alle trascendenze. Trascendere la chiusura nell'interesse egoico:

---

<sup>11</sup> E. Fachinelli, *La mente estatica*, Adelphi, Milano, 2009.

verso l'alterità psichica e sociale che ci costituisce, verso il mondo di cui siamo parte, verso la parte maledetta che ci abita ma il cui negativo domanda trasformazione, verso il magistero interiore che ci interroga e ci chiama a rispondere, verso la consapevolezza che l'infinità del desiderio non è colmabile da nessun oggetto che non sia la vita stessa del desiderio infinito che vive in noi, verso una possibile ricomprensione di sé nel più grande e nel più profondo mito che attraverso di noi vuole riformularsi.

Philo vuole essere l'incubatrice di una triplice figura: un nuovo tipo di analista che, per quanto ho detto, chiamiamo analista biografico a orientamento filosofico; un formatore alle pratiche filosofiche; un accompagnatore in un percorso di spiritualità laica. Infatti questo modo di concepire la dimensione filosofica ne fa il contenitore più adatto alla ricerca e allo scambio di differenti tradizioni spirituali, religiose e non religiose. Questo significa essere consapevoli di quanto la briciola del nostro impegno acquisti il suo senso e il suo sapore nell'impasto al quale contribuisce. Rendersi capaci di una mitobiografia – e sono questi i nostri capolavori – consuona con le voci che rispondono, e chiamano, dal deserto simbolico nel quale sono state confinate le storie del senso dal prevalere pervasivo dell'unico racconto oggi capace di fare la storia e di rendere funzionale a sé ogni altro racconto: *Monsieur le Capital*, che mi piacerebbe tradurre, con una sfumatura religiosa, *il Signore, il Capitale*.

Toccando il nesso della dimensione collettiva con quella del singolo – il cui medio è l'individualità – Philo si iscrive, almeno per la mia motivazione ultima, nel controverso e traballante corteo delle utopie, o nella speranza delle eutopie.

Un nesso ben conosciuto nella grande tradizione filosofica e nella storia della spiritualità universale, fin dalla *Repubblica* di Platone o dal profetismo ebraico, tanto per rimanere alle radici occidentali. Solo che oggi, nella società e nella cultura del legame tra singoli, bisogna approfondire il dettaglio biografico per vivere la struttura, sfuggente alla prima apparenza, che ci costituisce.

La psicoanalisi ne è un ingrediente, benché spesso afflitta da atomismo epistemologico e da ignavia politica – con numerose eccezioni

che vanno da Adler a Reich, a Fromm, Fachinelli, Renos Papadopoulos, Luigi Zoja e molti altri meno conosciuti. Scelgo però un passo di un gigante dello junghismo, un vero allievo capace di superare il maestro tributandogli tutti gli onori dovuti, Erich Neumann, sottolineando il proprio individuare il fondamento nel collettivo:

Tanto il problema quanto il livello a cui emerge la soluzione si manifestano nell'individuo; entrambi trovano tuttavia il loro fondamento sul piano collettivo. È appunto questo a rendere così importante l'esperienza del singolo uomo. Ciò che avviene in lui è rappresentativo dell'insieme, e i moti creativi che gli possono recare soluzioni e salvezza costituiscono lo stadio iniziale di futuri valori e simboli della collettività. Il singolo individuo, con il suo specifico destino, è il prototipo del collettivo, è l'alambicco in cui vengono distillati i veleni e gli antidoti della collettività. È per questo che l'accadimento psichico profondo che interessa il singolo e che in quest'ultimo si può sperimentare è di enorme importanza in un periodo di transizione e di disgregazione delle norme collettive.<sup>12</sup>

Queste considerazioni impongono un correttivo e un'apertura della psicologia del profondo e delle pratiche autobiografiche a uno sguardo sistemico che affondi la sua ricerca verso “la struttura che connette.” Quel che noi facciamo a Philo è proprio la mutua fecondazione di questi approcci che riconosce affinità, per esempio, con chi riunisce nella sua attività psicologia analitica, sistemica e impegno sociale nelle condizioni di emergenza dei rifugiati, dalla Colombia al Sudan, alla Siria... Per questo concludo con una citazione di Papadopoulos che osserva, dopo aver commentato l'utilizzo epistemologico da parte di Gregory Bateson delle figure di pleroma e creatura:

Bateson fa l'esempio di “un albero, un uomo e una scure” per dimostrare che i tre formano un sistema di un circuito completo, all'interno del quale si verificano delle differenze “se si vuole spiegare o capire alcunché del comportamento umano, si ha sempre a che fare con

---

<sup>12</sup> E. Neumann, *Psicologia del profondo e nuova etica* (1943-1948), tr. it. Moretti & Vitali, Bergamo, 2005, p. 31.

circuiti totali” che naturalmente potrebbero anche includere oggetti inanimati che appartengono al pleroma (per esempio, la scure). “Il sistema cibernetico elementare, con i propri messaggi in circuito, è, in realtà, l’unità più semplice della mente.” Dopo questa argomentazione, Bateson scrive: “L’epistemologia cibernetica che vi ho proposto suggerirebbe un approccio nuovo. La mente individuale è immanente, ma non soltanto nel corpo. Lo è anche nei percorsi e nei messaggi fuori dal corpo, esiste inoltre una Mente più grande di cui la mente individuale è soltanto un sottosistema”.

Questa “Mente più grande” (con la M maiuscola!) corrisponderebbe in realtà all’inconscio collettivo junghiano e l’implicazione epistemologica ne sarebbe che il soggetto cosciente faccia parte di un bacino comune di conoscenza più ampio con cui l’individuo è in interazione (...). Ciò è in consonanza con il detto di Jung: “L’individuazione è un’unificazione con se stessi e, nel contempo, con l’umanità, di cui l’uomo è parte”.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> R. Papadopoulos, “L’epistemologia e la metodologia di Jung”, in Id., *Manuale di psicologia junghiana* (2006), tr. it. Moretti & Vitali, Bergamo, 2009, pp. 85-86. Le citazioni di G. Bateson provengono da *Verso un’ecologia della mente* (1972), tr. it. Adelphi, Milano, 2004, pp. 459, 461. La citazione di C. G. Jung è in *La psicoterapia oggi* (1945), in Id., *Opere*, vol. XVI, tr. it. Boringhieri, Torino, 1981, p. 118.



## **La postura dell'analista: consapevolezza corporea come pratica filosofica**

*di Ivano Gamelli*

La sala è buia. La consegna è il silenzio. Le persone sedute a terra allineate su due file parallele e ravvicinate vanno formando una sorta di tunnel sufficiente al passaggio di un corpo. A una a una poi si infilano in questo tunnel: chi con la testa, chi con i piedi, chi prono, chi supino, procedendo strisciando, come pure sostando, anche grazie alle spinte e ai massaggi dei compagni. Fino al termine del tunnel, fino alla “luce”.<sup>1</sup>

Questa azione, proposta all'interno di una giornata di formazione del percorso corporeo della scuola Philo (come altre cui accennerò in seguito), chiudeva un'esperienza di narrazione/rievozione dedicata alle memorie della propria nascita. Se ne era dapprima parlato, scritto, disegnato, si erano condivise conoscenze, sensazione ed emozioni. Dove sta il valore aggiunto di una simile proposta rispetto al ricorso alla sola parola?

La risposta a questa domanda (retorica ma non scontata) è contenuta nella possibilità di agire concretamente la dimensione simbolica con il corpo, in questo caso anche come occasione per creare riti collettivi (dalla memoria della nascita biologica alla “nascita” in un nuovo gruppo), o se si preferisce semplicemente giochi, come del resto erano all'origine i riti, capaci di dare profondità e vivificare la consapevolezza di appartenere e di significare.

---

<sup>1</sup> In questo saggio tutte le parti di testo in corpo citazione sono estratte dai miei appunti personali sulle lezioni svolte a Philo.

Affermare che il corpo sia oggi una dimensione imprescindibile della formazione può sembrare pleonastico: *embodied* è un termine sempre più di moda con il quale si tende a certificare ogni pratica innovativa. Ma il corpo sotteso da molte riflessioni *embodied* è non di rado unicamente evocato, intellettualizzato e quasi mai espresso. “Possiamo avere, essere carne, senza avere, essere corpo (poiché) il corpo è la nostra carne abitata, sentita, percepita con attenzione, precisione, profondissima intimità.”<sup>2</sup>

La tensione di una vicinanza al requisito primo della nostra identità – il nostro corpo – rappresenta una delle scaturigini dell’avventura di Philo. In nessun’altra scuola analitica che io conosca il corpo è così presente, sovraesposto, comunque integrato all’insieme della formazione. Le origini di questa situazione sono da rintracciare nel mio incontro con Romano Màdera all’Università di Milano-Bicocca, dove da tempo entrambi insegniamo. Fu là e allora – qualche anno prima della nascita di Philo – che Romano mi manifestò il desiderio che la scuola in pratiche filosofiche<sup>3</sup> che aveva in mente di costituire contemplasse, fra i suoi insegnamenti, anche le consapevolezze corporee della pedagogia del corpo, la disciplina che ho fondato e di cui mi occupo da oltre un decennio.

Il mio interesse per il corpo è nato molto presto. Fin da bambino ho praticato diversi sport, alcuni dei quali a un buon livello agonistico, vedendomi di conseguenza impegnato per alcune ore al giorno negli allenamenti. La mia critica attuale verso molti aspetti di questa dimensione agonistica è altrettanto severa quanto l’amore che nutro per la disciplina sportiva. Chiunque ne abbia fatto esperienza non può infatti non riconoscere il valore educativo, filosofico in senso profondo, che l’accompagna. Ancora oggi non riesco a concepire la mia vita senza una costante pratica sportiva. La sufficienza con cui una parte consistente del mondo cosiddetto intellettuale giudica lo sport e chi vi si dedica mi è sempre sembrata una delle testimonianze più grossolane della scissione e dell’ignoranza umana.

---

<sup>2</sup> C. L. Candiani, “Quando la paura bussa, apri”, in AA. VV. (a cura di B. Massimilla), *Paure della contemporaneità, Rivista di psicologia analitica*, n. 36, nuova serie, 88/2013, p. 28.

<sup>3</sup> Sulle pratiche filosofiche si vedano *Introduzione* e diversi saggi in questo volume.

A diciotto anni incontrai lo yoga che mi offrì un modo di pensare e agire attraverso il corpo completamente nuovo, quello dell'Oriente. Me ne innamorai totalmente. Ebbi la fortuna, negli anni che seguirono, di conoscere e praticare con grandi maestri, di sperimentarne le differenti tecniche, di approfondirne le filosofie. Questo fertile decentramento culturale mi permise, tempo dopo, di tornare a interessarmi in maniera più consapevole alle visioni e alle discipline del corpo di altre culture, e soprattutto di scoprire nella mia una ricchezza di proposte declinabili sia in ambito educativo sia in ambito terapeutico. Dopo aver insegnato educazione fisica nella scuola per oltre vent'anni, iniziai a insegnare pedagogia in università, ed è lì che – tredici anni fa – mi fu offerta la possibilità di dare vita a un nuovo insegnamento: la pedagogia del corpo.

La pedagogia del corpo non si circoscrive in modalità educative e in uno spazio specialistici d'intervento. È piuttosto un'attitudine formativa trasversale segnata dalla dimensione della scoperta, dall'apertura ai sensi, dalla messa in gioco di pensiero-corpo-emozione nella relazione. Ben lungi dal volere semplicemente giustapporre un sapere ai molti già esistenti, la pedagogia del corpo intende rivisitare criticamente gli abituali scenari dell'educazione e della cura, dove il corpo risulta spesso assente o imbrigliato, semplicemente parlato (“teorizzare senza incorporare” è uno dei grandi limiti del sapere accademico), per integrare saperi ed esperienze abitualmente separati. La formazione corporea all'educazione e alla cura è formazione a una presenza, una competenza a esserci. A tal scopo, la pedagogia del corpo trasferisce nei vari ambiti formativi principi che stanno alla base dell'educazione corporea nelle sue diverse forme (ad esempio la psicomotricità, la danza, lo yoga, come pure le tecniche corporee proprie di altre culture, le tecniche di rilassamento e di utilizzo della voce, il teatro, nonché i molteplici metodi di cura e le tecnologie formative artistiche a mediazione corporea) di cui in parte troverete traccia in questo breve contributo.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Per una più approfondita conoscenza della pedagogia del corpo si vedano i miei: *Pedagogia del corpo*, Raffaello Cortina, Milano, 2011; *Sensibili al corpo*, Libreria Cortina,

Ricordo la soddisfazione che provai di fronte alla proposta di Romano di contribuire a dare vita all'avventura di Philo, ma anche lo stupore certamente dovuto alla visione della filosofia occidentale che avevo maturato all'interno dell'istituzione accademica. Scoprii solo allora che nelle scuole della Grecia antica la filosofia era praticata come una forma di vita incarnata. Pierre Hadot ci ricorda che era nel *gymnasion*, ossia nel luogo deputato agli esercizi fisici, che si tenevano anche le lezioni di filosofia. Nel *gymnasion* i giovani greci esercitavano nudi (*gymnos*=nudo) la ginnastica e la musica, il tiro con l'arco e il lancio del giavellotto, sulla scorta del regolamento stabilito dalla *polis*, assolvendo così ai dettami della *paideia*, l'educazione dei giovani a diventare futuri cittadini. Quest'ultima si configurava come un insieme di esercizi fisici e spirituali che comprendevano anche il controllo del regime alimentare come il perfezionamento dell'arte del dialogo, la pratica del silenzio insieme allo sviluppo delle capacità di concentrazione e di meditazione. La stessa competizione sportiva per i Greci era sacra. Sappiamo che Platone "(l'uomo dalle grandi spalle)" come pure Pitagora parteciparono nella lotta e nel pugilato ai Giochi di Delfi e di Corinto: ve lo immaginate uno dei nostri plurimilionari campioni sportivi nelle vesti di professore di un corso accademico di filosofia (per non parlare del contrario)?

Anche in tempi più recenti, seppur in forme diverse, possiamo ritrovare questa idea. Basti ricordare la fenomenologia di Edmund Husserl "(Il corpo vivo è il mezzo di qualsiasi percezione)," e ancor più del suo allievo Maurice Merleau-Ponty "(Senza il corpo per me non ci sarebbe mondo)". Per non parlare poi delle tradizioni filosofiche di altre culture, come quelle dell'Oriente, liquidate dalla nostra accademia spesso troppo frettolosamente, forse perché in Oriente da sempre si è guardato con sospetto verso quei filosofi alle cui teorie non faccia seguito un altrettanto approfondito impegno personale per farle vivere in sé, per incarnarle appunto.

Il corpo esprime, in quanto sensibilità soggettiva che fa esperienza del mondo e al tempo stesso oggetto percepito, l'ambivalenza costitu-

---

Milano, 2011; *I laboratori del corpo*, Libreria Cortina, Milano, 2009. E inoltre il sito web: [www.pedagogiadelporpo.it](http://www.pedagogiadelporpo.it).

tiva e irriducibile dell'essere umano. Il corpo è doppio: siamo e abbiamo un corpo. Non solo. Esistono pure rappresentazioni differenti del corpo: esiste un corpo anatomico, un corpo "biochimico", un corpo fisico, un corpo "genetico"... Con quale corpo ha a che fare un analista filosofo?

Sdraiati proni, cerchiamo di ricreare i primi sollevamenti della testa del neonato, sia frontali sia laterali, associandovi alcune emissioni vocali, per percepirne la fatica e al contempo risperimentarne la percezione visiva e posturale del mondo [...]. Rotoliamo sulla schiena e, afferrandoci i piedi, proviamo la stessa sensazione degli esordi, questa volta vedendo un mondo "rovesciato" [...]. Ora cominciamo a strisciare lentamente, per portarci progressivamente nella postura quadrupedica (quale cambiamento di prospettiva nella possibilità di ruotare agevolmente il capo tutto intorno!), per cimentarci, a poco a poco, verso la conquista della postura eretta [...]. L'evoluzione successiva è segnata: dai primi passi incerti del bambino fino all'andatura "tronfia" dell'adolescente, al passo sicuro dell'età matura, all'incedere sempre più lento, curvo e faticoso dell'anziano [...]. Ci disponiamo infine su due file parallele. A turno, lungo una linea retta data, ciascuno ripercorre osservato dagli altri, a partire dalla posizione prona, le fasi dello sviluppo posturale concatenandole senza soluzione di continuità.

(Un'esperienza, questa, facilmente preda di stereotipi, ma percorrere uno spazio dato e limitato attraversando tutte le fasi dai primi vagiti sino all'andatura curva di un anziano e poi voltarsi a guardare indietro il percorso che si è fatto non lascia certo indifferenti).

La postura, nella sua definizione biomeccanica, è la configurazione statica del corpo nello spazio e il relativo rapporto tra i suoi segmenti. Per Moshe Feldenkrais, il termine *postura* descrive al contrario un'azione, e va quindi intesa in senso dinamico: un prodotto dell'apprendimento in senso globale che si riconduce alla complessità della funzione neuromuscolare, cioè al modo in cui si sono organizzate le emozioni, l'intenzione, la motivazione, la direzione e l'esecuzione dell'atto mentre l'atto stesso viene compiuto. La differenza che intercorre tra una visione della postura come condizione statica del corpo e

una quale conseguenza di un modo di essere al mondo è la stessa che passa tra il concetto di schema corporeo (tutto costruito sulle percezioni), e quello di immagine corporea (comprendente anche gli aspetti affettivi, relazionali e relativi al desiderio). A differenza di quanto ricavabile dal solo assunto percettivo, l'immagine corporea, coagulando il vissuto relazionale del soggetto, spiega perché possa permanere una rappresentazione del proprio corpo sano pur in presenza di una menomazione e viceversa (esemplare il caso della percezione distorta del proprio aspetto di coloro che soffrono di anoressia), poiché ciò che veramente conta non è da rintracciarsi nella sola modificazione del corpo reale, piuttosto in quanto avviene a livello dell'immagine profonda del corpo

Parlando di postura è impossibile non accennare al contributo della bioenergetica, pratica clinica inaugurata da Wilhelm Reich e sviluppata da Alexander Lowen nel secolo scorso all'insegna di una visione dell'energia repressa del corpo quale potenziale di liberazione.<sup>5</sup> La repressione degli istinti sessuali che la cultura impone all'individuo fin da bambino sarebbe, secondo Reich, la causa dell'accumulo di energia e dell'insorgenza di una vera e propria corazza o armatura. Una diffusa risposta difensiva riguarda ad esempio l'aver una struttura muscolare rigida e una conseguente postura assunta dal corpo. L'armatura prende forma nell'infanzia come adattamento all'ambiente e implica una visione del mondo, è in un certo senso la nostra matrice. Tutti abbiamo bisogno di un'armatura per sopravvivere psicologicamente; anche la barba folta che incornicia un volto maschile come la frangia di capelli che copre una fronte femminile possono essere, per estensione simbolica, considerate tali, e di per sé quindi non rinviano necessariamente a un particolare problema. La nostra struttura muscolare spesso però riflette una forma nevrotica, eccessiva, che quindi chiede di essere alleviata e modificata in senso più maturo e funzionale. La bioenergetica propone un intervento terapeutico che agisce direttamente sulla tensione muscolare, sul blocco, con lo scopo di indurre un rilasciamento della tensione accumula-

---

<sup>5</sup> L. Marchino, M. Mizrahi, *La forza e la grazia. Commento alla pratica bioenergetica*, Bollati Boringhieri, Torino, 2012.

ta con la conseguente liberazione di energia bloccata. In bioenergetica si precisa, fra l'altro, la differenza fra tono e tensione muscolare. Il tono, al contrario della tensione, è l'espressione dell'energia. L'inibizione è sempre l'inibizione di un gesto.

La coscienza del corpo, in sintesi, non è solo la coscienza che una mente può avere del corpo, ma comprende anche la coscienza incarnata che un essere vivente indirizza al mondo ed esperisce in sé. Implica cioè connessioni tra filosofia, pedagogia, etica, politica ed estetica. Banalmente, non si può sentire se stessi seduti o in piedi senza sentire quella parte dell'ambiente sulla quale si siede o si sta.<sup>6</sup>

A proposito di sedie (o di divani). È nota la polemica concernente la staticità dei corpi implicati nel tradizionale *setting* analitico. Non vi è dubbio che esista la possibilità di introdurre, da questo punto di vista, delle differenze significative capaci di modificare, in senso più dinamico, il gioco della relazione corporea tra analizzante e analizzato. Testimonianze interessanti sono già rintracciabili in molte proposte della Gestalt e della bioenergetica, solo per citare le più conosciute. Anche nelle esperienze di SABOF, la Società di analisi biografica a orientamento filosofico, esistono esempi di pratiche e di sperimentazioni in atto che muovono nella direzione di una strutturazione del dispositivo delle sedute finalizzata a un più sensibile coinvolgimento corporeo. Prima di tutto ciò, c'è però qualcosa che merita di essere ricordato. L'importanza della coscienza del corpo vale anche per l'analista e l'analizzante che praticano la loro relazione immobili. I loro corpi sono già lì, presenti, partecipano a ciò che accade, interagiscono, si modificano, raccontano, se si è capaci e disponibili ad ascoltarli. Quando un analista riceve nel proprio studio un analizzante, la prima cosa che realizza (che dovrebbe realizzare) è il modo in cui gli dà la mano, lo guarda, si muove, si siede, si sdraia, interagisce con il proprio corpo. Come si impara ad ascoltarsi a partire dal proprio corpo per ascoltare e accogliere l'altro?

---

<sup>6</sup> R. Shusterman, *Coscienza del corpo. La filosofia come arte di vivere e la somaestetica* (2008), tr. it. Marinotti, Milano, 2013, p. 17.

Dopo una pratica preparatoria fatta di posizioni e movimenti mi ritrovo seduto, le gambe incrociate, la colonna vertebrale eretta, gli occhi chiusi. Mi ascolto respirare seguendo il leggerissimo flusso involontario dell'aria che entra e che esce attraverso le narici. Nessuna tecnica. Cerco semplicemente di non rifiutare nulla di ciò che costantemente si alterna nel mio campo di attenzione interiore: pensieri, emozioni, sensazioni, distrazioni. A poco a poco mi accorgo che il respiro spontaneamente si riduce e le apnee (le soglie) fra inspirazione ed espirazione si allungano. Allo stesso modo si aprono spazi fra i pensieri: le emozioni, le sensazioni tendono ad assumere la stessa qualità del respiro, il mio corpo si installa sempre più stabilmente e piacevolmente nella postura, la sua coscienza si fa più intensa, amplificata...

La meditazione è l'esperienza della soglia. "Soglia" è "ciò che sta in mezzo," che connette due polarità: inspirazione ed espirazione, movimento e immobilità, mondo interno e mondo esterno... conscio e inconscio. La meditazione, in quanto esperienza della soglia, ci aiuta a espandere le nostre possibilità di coscienza, a integrare gli opposti. Ancora una volta è nel corpo che possiamo trovare una via di accesso privilegiata per una simile esperienza.

Quando nello stato-soglia di meditazione la postura è immobile, il respiro tende a ridursi, lo spazio fra i pensieri si amplia, si sperimenta una qualità della presenza caratterizzata da intensità e piacere. Un piacere diffuso, ben diverso dall'esperienza riduzionistica a cui spesso questo viene relegato. Che il "piacere" sia un'esperienza da sottrarre alla sua contrazione solo sessuale/genitale è del resto già presente nella riflessione filosofica. In un'intervista dedicata alla sua ricerca del poliformismo del piacere, Michel Foucault a tal proposito sosteneva:

Penso che l'idea che il piacere fisico provenga sempre dal piacere sessuale e l'idea che il piacere sessuale sia la base di tutti i piaceri possibili (Freud) siano profondamente false.<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> S. Lotringer (a cura di), *Foucault live: collected interviews*, Semiotext(e), New York, 1996, p. 384.

Foucault finì però con il ricercare soltanto i piaceri più “intensi,” che egli identificava con le droghe pesanti e il sesso inteso come pratica estrema. I gusti somaestetici di Foucault – in forma esasperata, certo, ma per questo ancor più riconoscibile – esprimono una tendenza diffusa nella cultura occidentale postcapitalistica, il cui imperativo economico di una crescita ininterrotta promuove un'indiscussa esigenza di stimolazioni costantemente crescenti e conseguenti prestazioni. Una diversa e più intima consapevolezza del corpo apre al contrario alla riscoperta della semplicità e della profondità del piacere. Un piacere che conduce anche a riconsiderare, tra l'altro, il ruolo che riveste la dimensione della fatica fisica, come condizione che ci porta a misurarci con la verità e la libertà del limite.

Il corpo e la parola, l'azione e la riflessione non sono mai separati a Philo. Non dovrebbero mai esserlo in ogni autentica pratica formativa. Uso il condizionale perché in altri contesti (in particolare nel mondo accademico) spesso ciò non avviene. Le ragioni di questa scissione sono molteplici e perlopiù note. Certamente pesa su questa visione scissa l'antico retaggio intellettualistico della nostra cultura umanistica. Retaggio che investe paradossalmente anche la cultura pedagogica, psicologica e filosofica dominanti, che per definizione dovrebbero costituirsi come quelle scienze che fanno di prassi e teoria due dimensioni inscindibili ma che nella crisi identitaria delle discipline, innanzitutto a livello accademico, hanno finito per legittimare procedure avulse, prive di ogni connessione con la realtà e i bisogni del mondo formativo e della cura in genere.

Se la formazione non è un fatto intellettuale basato sui discorsi, ma un atto reale caratterizzato dalle pratiche, va pur detto che la separazione tra mente e corpo è anche stata alimentata, per converso, dalla visione di molti formatori corporei che hanno sostenuto un'idea di formazione personale poco attenta, quando non ostile, al ricorso alla parola, considerando quest'ultima residuale se non addirittura compromettente gli esiti di un processo formativo “sensibile al corpo.” Uno scarto nel quale è facile intravedere gli esiti nefasti della specializzazione con cui oggi si spartiscono i brandelli di potere nel mondo della ricerca, nonostante si faccia un gran parlare di interdisciplinarietà dei

saperi, a testimonianza del fatto che l'interdisciplinarietà non genera nulla se non è assunta nell'accezione forte e umile di "interdipendenza."

Se sei un "esperto" di linguaggi corporei perché dovresti approfondire la conoscenza di altri linguaggi? O, per dirla meno semplicisticamente, perché dovresti interrogarti su quanto corporea, ricca di risonanze cinestesiche, può essere una parola e altrettanto astratto e cerebrale, privo di connessioni con la vita emozionale, può rivelarsi un gesto?

Narrazione ed esperienza, corpo e parola, azione e simbolizzazione si intrecciano contemporaneamente dentro una relazione formativa (nella quale è difficile rintracciare gerarchicamente un prima e un poi), attraverso un processo di mutua contaminazione. *Gnarus*, ossia "competente", "che conosce", è nella radice etimologica di "narrazione". Il contrario di narrare non è certo agire ma "ignorare". La conoscenza tramite la narrazione passa attraverso la connessione di azioni in forma strettamente relazionale. Conoscenza e azione sono nella narrazione interconnesse. La lingua stessa è un atto motorio. Come integrare corpo e parola, nelle loro diverse declinazioni, senza limitarsi a giustapporli?

La stessa pratica di scrittura (alla quale, pur in un *setting* corporeo, non si intende rinunciare) è voce, ma anche ritmo, perfino silenzio; è collocazione di sé nello spazio e nel tempo. Essa riguarda certo le parole che compongono frasi, ma anche il vuoto tra una parola e l'altra: un a capo nel mezzo di una frase può essere un modo di guardarsi negli occhi tra chi scrive e il destinatario, presente o simbolico che sia; con il grassetto si può alzare la voce, al contrario sussurrare con le parole in corsivo... Il ricorso a una scrittura così intesa, una "scrittura che prenda corpo", non può certo riecheggiare le modalità scolastiche con cui l'abbiamo tutti a lungo praticata (e che forse ne spiega, almeno in parte, la disaffezione diffusa): una scrittura troppo piegata sulla forma, valutata nella sintassi prima ancora che nei contenuti (ricordo a tal proposito giudizi assurdi dati a scuola del tipo: "Buona la forma dello scritto, i contenuti sono assenti).” Una *scrittura che prenda corpo* esige libertà dai suoi aspetti troppo formali. Mi piace pensare a una "scrittura automatica" che segua il flusso libero dei pensieri e ab-

bia il ritmo del respiro e che, per questo, possa esprimersi anche in poco tempo (qualche minuto di scrittura è sufficiente per restituire un'emozione, una sensazione, un pensiero nel farsi di una formazione). *La parola come voce del corpo, una scrittura che prenda corpo* si offrono così come punteggiature del processo formativo in grado di costruire, unitamente ad altri momenti/strumenti (quali il ricorso a fotografie, oggetti, testi di canzoni o poesie, *haiku*, disegni, pitture, manipolazione di materiali, giochi di ruolo, drammatizzazioni teatrali...), un *continuum* con la qualità delle esperienze propriamente corporee, quelle definite dal piacere del movimento e del contatto con l'altro.

Una dimensione poco celebrata, ma fondamentale, credo possa aiutarci a chiudere il cerchio di questa breve riflessione: quella del ritmo. Confesso che mi ha sempre molto stupito la scarsa attenzione e sensibilità nei confronti della dimensione ritmica della formazione. Si è sempre così presi dai contenuti, dagli obiettivi che si vogliono ottenere che si finisce per trascurare lo stare con le cose mentre si fanno, qui e ora, istante dopo istante. Vi è una scarsa attenzione ai momenti di passaggio, che finiscono per essere vissuti con l'ansia di chi è sempre già oltre. Uno dei tabù nella società contemporanea è il silenzio, lo stare in ascolto. Eppure il ritmo nasce dal silenzio. La prima grande virtù di un formatore non è la parola, ma l'ascolto. Il formatore che ascolta, che si confronta apertamente, non è semplicemente disponibile a "perdere tempo" per accogliere l'istanza di un clima emotivo più sereno: il formatore che ascolta è il formatore che forma.

Mi piace (e mi risulta utile) pensare a una seduta di formazione come a una composizione musicale, a momenti intensi seguiti da momenti lenti, a fasi individuali seguite da fasi collettive, a momenti di parola seguiti da esperienze corporee. Da come si compongono tutti questi momenti fra loro, e con altri ancora, discende a mio avviso la qualità della formazione. Non solo, la particolarità di un "momento" può essere contaminata con quella di un altro "momento" (ad esempio, si può parlare o ascoltare al ritmo del respiro, si può scrivere o disegnare con la mano non dominante, si può raccontare camminando nello spazio, si può danzare un pensiero, una sensazione, un'emozione, si può dare loro forma attraverso la manipolazione di argilla o

Ivano Gamelli

altro materiale). Gli “spartiti” delle nostre formazioni a Philo si offrono alle più svariate contaminazioni e composizioni.

## **Al di là delle intenzioni: divenire sistemici a Philo**

*di Laura Formenti e Andrea Prandin*

Figlia: “Una volta ho fatto un esperimento”.

Padre: “Quale?”.

F.: “Volevo vedere se riuscivo a pensare due pensieri contemporaneamente. Allora pensai ‘È estate’ e pensai ‘È inverno’. E cercai di pensare alle due cose insieme”.

P.: “Allora?”.

F.: “Ma mi accorsi che non stavo pensando due pensieri. Pensavo un solo pensiero a proposito di pensarne due”.

P.: “Certo, è proprio così. Non si possono mescolare i pensieri, si possono solo combinare. E alla fin fine ciò significa che non li si può contare. Perché contare è proprio aggiungere semplicemente una cosa all'altra. E per i pensieri questo non lo si può fare assolutamente”.<sup>1</sup>

Cara Laura,  
eccoci qui.

Accolgo con grande piacere e onore il tuo invito a cercare insieme il “tra le righe” del nostro lavoro a Philo e con Philo.<sup>2</sup> Ormai sono diversi anni che collaboriamo in questo contesto. Abbiamo condiviso molte conversazioni e pratiche di lavoro. Abbiamo costruito numerose occasioni di riflessione intorno al pensiero sistemico. Abbiamo evocato Gregory Bateson in moltissimi passaggi. Ci siamo fatti guidare dai suoi scritti e soprattutto abbiamo voluto e desiderato “invitare nella nostra passione” le persone che hanno scelto di ascoltarci e di lavorare

---

<sup>1</sup> G. Bateson “Metalogo: Quante cose sai?”, in Id., *Verso un'ecologia della mente* (1972), tr. it. Adelphi, Milano, 1976, pp. 56-57.

<sup>2</sup> Il metodo seguito nella scrittura di questo capitolo si ispira alla “duoetnografia”, un approccio di ricerca empirica, qualitativa, critica, che si realizza attraverso la scrittura e il dialogo e che fa della differenza il suo principio epistemologico principale. Nella duoetnografia, esattamente come nei metaloghi di Bateson, forma e contenuto sono in stretta relazione, l'una contestualizza l'altro e ne viene a sua volta illuminata.

con noi a Philo (non mi piace chiamarli studenti e nemmeno allievi. Sbaglio? A Philo alcune definizioni possono diventare fragili. È ricorrente, per esempio, che gli studenti su molti argomenti abbiano una più accurata esperienza e conoscenza rispetto ai formatori).

In questi anni abbiamo anche, e soprattutto, incontrato molte persone e gruppi di lavoro. Direi che da questo punto di vista siamo nel bel mezzo di un corposo e avviato viaggio di ricerca esperienziale, unico per diversi motivi. Io, cara Laura, ti affianco in questo percorso e in molti altri contesti formativi, ma quello che succede a Philo – e questa parola “succede” non è a caso<sup>3</sup> – è davvero insolito. E credo che sia insolito soprattutto per te, per noi, che siamo chiamati a *prenderci cura*, a condurre la scena formativa. Quello che mi piacerebbe in prima battuta capire con te, e su cui desidero avviare questa ricerca conversativa, nasce dalla curiosità per questa meravigliosa parola: succedere. Ecco Laura, ho trovato le parole che cercavo. La sensazione che ho io è che a Philo, quando sei impegnata ad allestire una scena formativa, non cerchi di “insegnare” qualcosa, ma di “far succedere qualcosa,” spesso raccontando che cosa hai ereditato, nel corpo e nella mente, dalla tua vita personale, formativa e professionale. Mi pare che attraverso e con questa eredità pensi (accade) di comunicare, trasformare e formare. In questa eredità ti vuoi avventurare. E da lì dentro vuoi invitare chi ha scelto di essere lì con te.

Ma se fosse così, di quale eredità biografica stiamo parlando? In altre parole, mi racconti *chi sei* quando pensi e sei a Philo? Forse in questo modo, grazie a questo scritto, potremmo capire meglio che cosa facciamo con gli allievi, qual è la metafora del nostro percorso formativo...

Caro Andrea,

la risposta alla tua domanda è una storia. Dovrei provare a ricostruire in poche righe il processo che mi ha resa quella che sto

---

<sup>3</sup> Succedere, dal latino *successus*, contiene due nuclei di significato: *sur* (sotto) e *cedere*. Quest'ultimo rimanda all'idea di muoversi, andare, venire, passare. Insieme rimandano in primo luogo all'idea di venire dopo qualcosa o qualcuno, entrare al posto di altri. Ma suggeriscono anche l'idea di “ereditare qualcosa”.

diventando – la *metafora che io sono*, come direbbe Bateson.<sup>4</sup> Trovare una metafora che rappresenti un'intera vita può sembrare riduttivo, ma apre possibili comprensioni, e allora ti dico che il mio è un processo *a zig zag*. Ha le sue coerenze, per carità, ma può facilmente essere letto dall'esterno (e dall'interno) come portato dal vento, più che radicato solidamente a terra. Ho avuto per anni un rapporto difficile con il vento e con tutti i simboli d'aria (compresa la fobia per il volo che solo di recente si è magicamente dissolta).

Se oggi, a Philo, “sono così” è per aver attraversato tanti contesti di apprendimento, molto diversi tra loro, in situazioni di interdipendenza sistemica. Noi diventiamo *qualcuno* incontrando *quei* genitori, *quei* maestri, *quei* luoghi, *quegli* incidenti di percorso.

La mia interdipendenza con il mondo nasce il 16 marzo 1961, in una situazione familiare, sociale, storica, che mi ha voluta brava bambina ubbidiente, intelligente, timorosa di dis-piacere agli altri, spesso malata, solitaria, silenziosa. Questi aggettivi sono condensati di episodi, ricordi, vissuti che ho esplorato mille volte nel lavoro autobiografico (anni dopo, anche lì guidata da contesti e cornici, quindi ormai so che queste sono visioni parziali: io ero anche quella che cantava sempre e che faceva la buffona). Oggi quella bambina mi interesserisce. C'è stato un tempo che l'ho odiata.

“Il nostro microcosmo è una metafora appropriata del macrocosmo?” chiede Bateson.<sup>5</sup> Scrivere la tua autobiografia ha senso se riesci a connettere l'interno e l'esterno, il tuo carattere e l'ambiente nel quale sei co-evoluto, il tuo mito e i miti del tuo tempo. La scuola degli anni Sessanta era un contesto razzista e innovativo, autoritario e pieno di fermenti, chiuso nei suoi riti stantii ma costretto dagli eventi a evolvere. Ricordo il giorno che due piccole marziane di Puglia fecero il loro titubante ingresso in una seconda elementare...

Nella mia infanzia ritrovo i primi semi di una propensione alla metafora sistemica: il piacere di lavorare in gruppo grazie all'intuizione di una maestra all'avanguardia, la necessità di comprendere come po-

---

<sup>4</sup> G. Bateson, *Una sacra unità. Altri passi verso un'ecologia della mente* (1991), tr. it. Adelphi, Milano, 1997, p. 354.

<sup>5</sup> *Ibidem*.

sizionarmi nella dinamica altamente conflittuale della mia famiglia, una passione smodata per le visioni d'insieme e per le storie. Adoravo in particolar modo le mappe: la bellezza del guardare le cose dall'alto, del cambiare prospettiva. E qui un momento magico con mio padre agli Uffizi: "Da dove viene la luce? Che cosa vedi? E se ti sposti, che cosa vedi ora?". Un padre fotografo e innamorato dell'arte è un bel dono che la vita mi ha fatto. Grazie.

Sono stata adolescente nei Settanta degli scontri e del piombo, della promessa di libertà, dell'amore anti-convenzionale. Mi dirai: "Che cosa c'entra tutto questo con Philo?" C'entra, perché mi aiuta a dare senso ad alcune fragilità che porto con me anche in questo contesto (e di cui ti parlerò più avanti). L'esperienza collettiva, il fare e pensare insieme agli altri, ha caratterizzato quegli anni: il ragazzo che mi piaceva faceva parte di un gruppo attivo nel territorio in cui vivevo, avevano messo in piedi una radio, prima clandestina, poi ufficializzata grazie alla legge sulla liberalizzazione delle frequenze; vivevo con loro tutto il mio tempo libero. Era una radio "impegnata" (e infatti chiuse presto per problemi finanziari). Ragionare per opposti, sapere sempre con chiarezza chi fosse l'altro, un nemico da cui prendere le distanze, era la cifra dei tempi. Era anche qualcosa che ti dava appartenenza.

Oggi il desiderio di comunità rimane in me molto forte. L'orizzontalità – il gruppo dei pari, la società fraterna – mi attira molto più della verticalità. Anche nel mio modo di vivere Philo agisce la consapevolezza che da sola non sono nessuno, che per pensare ho bisogno degli altri, di una sana discussione, anche conflittuale ma dialogica, rispettosa (nel frattempo ho imparato che l'altro non deve necessariamente essere amico o nemico, né che tu hai bisogno di piacere a tutti...). Ho fatto parte di tante "famiglie", gruppi, associazioni... e quasi sempre l'uscita è stata traumatica, con porte sbattute, indizi di quanto desiderio ci avessi messo.

Nella mia biografia, il passaggio all'età adulta è marcato da un allontanamento, via dalla "Brianza velenosa" dell'infanzia. Il viaggio, la partenza, il ritorno, lasciare alle spalle le relazioni quando sentivo che la dipendenza soffocava la mia libertà, per poi tornare quando

ho sentito il bisogno di ritrovarmi. Il mio stile relazionale è stato e resta decisamente *on/off*. Se ci sei, ti vedo, ti penso. Se non ci sei, non esisti più. Nel qui e ora posso dare e ricevere molto, nella relazione. Ma solo se ho la certezza che c'è una via d'uscita. Chi sta vicino a me impara che bisogna darmi chiari segnali, insistere (“Ehi, ci sei? Sto parlando con te.”). Io posso vivere a lungo, e bene, “nel mio brodo”. Ti dico queste cose perché comprendere il nostro modo di stare in relazione è un passaggio importante nella formazione sistemica. È quello che consente di capire che cosa ci metti di tuo, smettendo di attribuire agli altri la colpa di quello che “non funziona”.

Per capire che cosa ci faccio a Philo, ovviamente è importante sapere che sono psicologa. Ho esercitato la psicoterapia, ho formato e formo gli psicoterapeuti al modello sistemico, ma il mio interesse va più all'epistemologia e alla formazione. Non a caso la mia carriera universitaria inizia come psicologa dell'educazione (a Ginevra: anche lì un modello sistemico, piagetiano, costruttivista, altro amore, altro giro di giostra che ha lasciato tracce indelebili)<sup>6</sup> e continua poi come pedagoga. Questo è stato un grande punto di svolta, anche sofferto e difficile da far capire agli altri. Molti pensano che essere psicologa *valga di più* che essere pedagoga. Che scemenza! Convivono in me identità diverse, ma non le metto mai in ordine d'importanza.

Come si fa a non avere un profondo interesse, rispetto e curiosità per tutto ciò che è educazione? È scandaloso che nel nostro sistema formativo non ci sia questa consapevolezza: la maggior parte dei problemi dell'umanità è di tipo educativo. Come *si impara* a essere felici? Come *si insegna* a usare bene i propri talenti? Come *si creano situazioni propizie* alla trasformazione – cognitiva, relazionale, spirituale – dei singoli e delle collettività? Sono domande vitali, necessarie alla sopravvivenza della specie e alla costruzione del senso del nostro essere al mondo, domande alle quali ognuno dovrebbe saper rispondere. Nel progetto di Philo, essere pedagogisti ci consente di portare una consapevolezza per i processi formativi, capire che la cura

---

<sup>6</sup> Cfr. D. Fabbri, L. Formenti, *Carte d'identità. Verso una psicologia culturale dell'individuo*, Franco Angeli, Milano, 1991; D. Fabbri, A. Munari, *Strategie del sapere*, Guerini e Associati, Milano, 2005.

è sempre formazione (e viceversa).

Ogni contesto umano, ogni momento della vita è occasione di apprendimento: una conversazione, una seduta di terapia, una serata al cinema, una passeggiata nel bosco... quella che sono, quello che siamo, è il frutto di tante e tante esperienze. Amo la montagna, la verità della metafora incarnata del salire, del sudare, del lasciar vagare l'occhio e il pensiero, del commuoversi alla vista della valle dalla vetta, del sapore lussuoso del panino schiacciato nello zaino e ormai un po' stantio, del piacere di sentirsi vivi... e poi i canti nella tenda, nel rifugio, con vecchi alpini e bambini con i pomelli rossi, insieme a turisti per caso e consumati scalatori, polacchi di passaggio e gitanti giapponesi...

Ecco, ce l'ho! La metafora per te. A Philo mi sento come un'escursionista goffa,<sup>7</sup> non particolarmente dotata di tecnica (non sono capace di scalare neanche un masso), né di conoscenze profonde (fatico a distinguere un porcino da un'amanita, un gheppio da un'aquila...), ma che è stata qualche volta in quei sentieri e ama tornarci. Sento la responsabilità della mia goffaggine, come quando nella comitiva del CAI c'erano persone che andavano rassicurate sulla fattibilità del percorso. Ma poi, mentre si saliva, nascevano conversazioni straordinarie. Anche a Philo è un po' così. Quando arrivo la mattina è come se mi preparassi a un'escursione piacevole e impegnativa, non priva di rischi. Il percorso è concordato con te (che sollievo non essere sola a guidare il gruppo), che a volte stai alla fine della fila, a garanzia che nessuno si perda, come si fa in montagna con escursionisti poco esperti, non sempre allenati, a volte piccoli.

Scusa, mi sono dilungata un po'... adesso però tocca a te raccontare: "Chi sei tu, quando siamo a Philo?"

Cara Laura,

per continuare questa ricerca parto anch'io da una metafora: a Philo mi sento un maestro d'ascia. Da quello che mi hanno raccontato, i maestri d'ascia sono artigiani molto attenti a riconoscere l'essenza dei legnami, dei materiali e così, "percepita e toccata la loro

---

<sup>7</sup> M. Sclavi, *Arte di ascoltare e mondi possibili*, Bruno Mondadori, Milano, 2003.

essenza”, ne decidono la forma e la posizione all’interno dell’imbarcazione da costruire. Ogni pezzo viene poi pensato in relazione ad altri e così si dà forma a qualcosa che viaggerà nel mare (dove andrà, che cosa succederà, che cosa vedrò su questa imbarcazione, non è dato saperlo). Se penso ad alcune nostre lezioni, e se continuo ad abitare questa metafora, potrei dire che a Philo tu sembri interessata al vento. Io al mare. Ecco. Che cosa succede se chiudiamo in una stanza di pratiche filosofiche<sup>8</sup> vento e mare? A qualcuno può mancare un po’ di terra? (Un amico mi disse: “Quando ti manca la terra sotto i piedi, è perché stai volando”. O nuotando, aggiungo io. Chissà.).

Una scena così composta può essere un *setting* generativo? E il fuoco come si compone? Chi ne è il custode? Sarebbe interessante chiederlo agli studenti con cui abbiamo lavorato, invitarli a “salire” su questa metafora e giocare per raccontarci.

Ah, dimenticavo: non esistono scuole per maestri d’ascia. I maestri d’ascia non sanno bene spiegare come riescono in questa operazione. La fanno e basta.

Io a Philo, a differenza di te, sono di poche parole, pur essendo amante della parola e del raccontare. Una delle cose per me più sconvolgenti e interessanti è l’assenza/essenza di parola con cui lavoro e vivo a Philo. In una scuola superiore di pratiche filosofiche io che faccio? Taccio. Non l’ho scelto a priori, mi accade. Insomma nel contesto formativo più prestigioso e riflessivo che frequento, e che contribuisco ad allestire, preferisco star zitto. In ascolto. Sgrano gli occhi. Mi accade di voler percepire l’essenza di quel che vedo e sento. Forse questo accadere dice di me, e anche di noi due che siamo impegnati in questo percorso. Dice anche di Philo e delle sue intenzioni. Che sia tutto collegato?

Io sono cresciuto tra artigiani. Chi costruiva serrature, chi riparava aggeggi elettronici, chi costruiva case o cucinava per guadagnarsi da vivere e per far vivere. La mia famiglia è sempre stata abitata da persone “tutto-fare”. E così ho ereditato la bellezza delle mani come strumento privilegiato per l’apprendimento e la conoscenza. Le mani per apprendere di sé, della vita, del mondo.

---

<sup>8</sup> Sulle pratiche filosofiche si vedano *Introduzione* e diversi saggi in questo volume.

A un certo punto, in questa mia vita tutta artigiana, è caduta all'improvviso la "psico-logia", qui intesa come necessità di dare un nome ai sentimenti, di trovare e dare un senso a quello che mi accadeva, al dolore, alla confusione dell'anima, a ciò che mi accadeva nel profondo. Così ho capito che siamo fatti di almeno due cose: mani e anima. E ho poi capito che "smanio di anima". E anche che "la mia anima smania". E che le due cose stanno benissimo insieme. Non mi sono mai sentito in un dilemma: le due cose per me stanno ecologicamente insieme, e io insieme a loro. Questa composizione è stata la mia pace. La mia identità. L'ho sentito da subito, ma l'ho capito molto tempo dopo.

Forse nasce da qui la mia attrazione per l'epistemologia sistemica e il pensiero di Bateson, che del "tenere insieme" e del "vedere che le cose sono insieme" ha fatto motivo di vita e di ricerca. Grazie a questa "essenza compositiva," percepita e abitata, riesco a fare con leggerezza il mio lavoro di consulente pedagogico con famiglie "un po' così e un po' così." Le storie, le scelte, le emozioni, le "faccende della vita" sono collegate, in relazione tra loro e con il cosmo. E questo è normale e stupendo insieme. Dentro questa percezione, mi diverto a fare il mio lavoro. Non potrei farne a meno. È la mia vita.

Mi occupo come pedagogista e consulente familiare di famiglie convenzionalmente definite come "multiproblematiche".<sup>9</sup> Le incontro, incontro gli operatori che lavorano con loro. Le storie di cui mi prendo cura sono sempre a zig zag. Per usare parole più convenzionali potremmo dire che le famiglie che incontro sono *mancanti*, c'è qualche *cattivo* o qualche *mistero*, sono fragili, vulnerabili. Raccontano storie di negligenza.

La mia famiglia di origine è stata la più bella e sana che potessi desiderare, ma anche la più problematica e scombinata che potessi mai immaginare. Io racconto la mia famiglia come una famiglia a zig zag. Grazia e dis-grazia, insieme. Tutte e due le cose. Così, tutte le famiglie che incontro sono un po' anche la mia. Ma anche no. Tutte

---

<sup>9</sup> Si veda A. Prandin, "Posizionamenti estetici e ricerca della bellezza", in L. Formenti (a cura di), *Re-inventare la famiglia. Guida teorico-pratica per i professionisti dell'educazione*, Apogeo, Milano, 2012, pp. 143-168.

e due le cose insieme.

Questo è anche uno degli sforzi ricorrenti nel percorso formativo: allenare e nutrire uno sguardo compositivo. Molte delle proposte e delle attivazioni che pensiamo a Philo sono pretesto per raggiungere questa possibilità del nostro sguardo, nella convinzione che sia nutriente e quindi curativa, capace di onorare la complessità degli esseri umani, le loro contraddizioni. Mi pare un modo per allenare una epistemologia “umanizzante.” Una postura, questa, cui spesso non si presta attenzione nelle professioni di cura, ma decisiva per l’analista biografico a orientamento filosofico. Come si può intuire siamo già in qualche modo – e fortunatamente – dentro una contraddizione, perché stiamo parlando di formare a una specializzazione che chiede la capacità di aprire lo sguardo, di lavorare con quello che c’è, di giocare con le idee, le proprie prima che quelle altrui, di cercare le differenze piuttosto che la Verità.

Trovarsi e perdersi: condivido con te l’idea che sia prima di tutto divertente. A me succede quando lavoro a Philo: ho la sensazione di rimanere vivo, di farmi “da p’Arte”,<sup>10</sup> di sentire l’estetica della vita e delle storie che ascolto. E quindi di sorriderne. Un po’ come le mie relazioni familiari, che mi fanno sorridere perché “sono state tutto e il contrario di tutto”. Diciamo che mi sono sentito vivo con loro. Ma anche un po’ morto. Chi mi trasmetteva senso di protezione poi è sparito, chi mi pungeva mi ha protetto. Tutto questo, insieme, sono io che sto qui ad “arrabattarmi”. Mi diverte. Zig e Zag sono collegati. Zig mi racconta storie d’amore e di bellezza, Zag di tremori e solitudine.

È per questo che pur ascoltando tante storie diverse ho sempre la sensazione di ascoltare e vedere una storia sola.

---

<sup>10</sup> Il concetto di “farsi da p’Arte” è un gioco di parole che ho ideato e su cui e con cui in questo periodo, insieme alla collega Silvia Luraschi, sto facendo ricerca. Si riferisce a una modalità di ascolto e di posizionamento dentro la relazione che prevede la composizione di diversi – e anche contraddittori – “atteggiamenti” sia riflessivi sia operativi. In linea generale avvalorare la scelta di riconoscere nell’altro il suo potere autocurativo e il suo diritto all’autodeterminazione. Contemporaneamente include la premessa sistemica che “non è possibile cambiare da soli”. Farsi da p’Arte allora significa per l’operatore, prima di tutto, incarnare posture estetiche, “leggere”, mobili, creative e liminari.

Io adoro le storie per bambini. Ne scrivo e racconto molte. Ne ho pubblicate solo sei, tutte raccolte in un piccolo libro che mi ha reso molto felice.<sup>11</sup> Lo conosci bene, l'hai accolto con tanto piacere che il tuo entusiasmo è diventato il mio. E viceversa. Lavorando con le famiglie incontro tanti bambini: a loro piacciono le storie e anche le immagini. I bambini io li rappresento come dei compositori.

Io a Philo mi sento un bambino. Ai bambini viene più facile “parlare tanto con poche parole.” Tu invece parli tanto e con tante parole! I bambini sanno concentrarsi sui dettagli del paesaggio. Tu insegna l'importanza dello sfondo per comprendere il dettaglio. Mi chiedo a questo punto perché hai voluto che io e te collaborassimo al percorso sistemico di questa scuola. Dai, dammi la tua versione: cosa collega Philo a Laura Formenti? Cosa unisce Laura Formenti ad Andrea Prandin? E Andrea Prandin agli allievi? E tutto questo insieme?

Caro Andrea,

mamma mia, come si fa a rispondere a questa domanda senza raccontare tutta la storia?

La vera, semplice ragione del mio ingresso a Philo è lo sguardo di Romano Madera mentre mi invitava a farne parte (*Ma sul serio vuole me?*) Ci ho visto un riconoscimento che raramente ricevi dai tuoi colleghi. Soprattutto quando sono di altre aree disciplinari. L'università è fatta di alti steccati, orticelli nei quali vige un generale disinteresse per il lavoro degli altri. Anzi: per gli altri *tout court*.

Ma non si tratta solo di qualcosa di personale. Il discorso che Romano mi fece quella volta, ovviamente ben argomentato come solo lui sa fare, mi convinse profondamente e la sua idea che la sistemica dovesse assolutamente diventare uno dei fili di Philo mi sembrò inoppugnabile. Nei quindici anni precedenti avevo esplorato i nessi sistemici tra autobiografia e cura, corpo e contesto, epistemologia e pratiche, tra ricerca e formazione. Il sogno di Philo – con tutti i colleghi che già conoscevo e che incorporano i saperi dei quali ho bisogno per la mia ricerca – sembrava l'evoluzione naturale di quello

---

<sup>11</sup> A. Prandin, L. Papetti, *Mamme e papà un po' così un po' così*, Coccole e Caccole, Belvedere Marittimo (CS), 2006.

che avevo sempre cercato e desiderato.

Ricordo la prima conferenza di presentazione: una serata sulla figura del Maestro alla quale tutti noi portammo il nostro contributo. Una partenza molto energizzante. Ma partiti i primi corsi l'impresa si rivelò tutt'altro che semplice. Ti ricordi il trauma del primo seminario? L'idea di formazione che per noi era naturale non lo era affatto per il primo gruppo di allievi. Ci fu una levata di scudi. Critiche. Rifiuti (*Niente male per dei filosofi praticanti! Ma intanto quei no come bruciavano...*). E io decisi che dovevo cavarmela da sola, escludendo te (per proteggerti, per proteggere me stessa?) Fu una scelta sciocca: ora so che mi avresti aiutato a uscirne prima e in modo più elegante. Invece rimasi a dibattermi per almeno tre anni nel pensiero di abbandonare il campo: mi assaliva regolarmente il sentimento di essere profondamente estranea, io e la mia teoria, le mie pratiche, le cose in cui credevo, a questo luogo, alla sua cornice, alle aspettative che portavano coloro che ci venivano. Ci furono diversi incidenti di percorso, i primi allievi furono i più crudeli, ma mi sembrava di cogliere anche nei colleghi qualche sguardo perplessito. La nostra biografia ci parla: il bisogno di essere visti, amati, compresi, non ci abbandona. È anche grazie a Philo se oggi riesco a vederci più chiaro...

È strano che una sistemica di lungo corso come me decida, nel momento del pericolo, di navigare da sola, quando sappiamo che la conduzione a più mani aiuta a stare meglio dentro la complessità. Da quando lavoriamo insieme riesco a vedere più chiaramente la mia posizione in relazione a quelle degli altri, l'interdipendenza tra le aspettative degli allievi (peraltro legittime) e le mie. Comincio anche a vedere di più i messaggi di interesse e di autentica partecipazione (sei tu, spesso, che me li fai vedere). Ci sono sempre stati, ma quando la nostra attenzione è tutta sulle criticità i segnali di bellezza si perdono.

Il fatto è che la sistemica a Philo ci sta, e ci sta proprio bene. La possibilità di lavorare sul *pattern* che connette, sul processo, è una benedizione quando c'è una complessità nascente da accompagnare. Purché anche la sistemica (come tutti gli altri fili di Philo) sappia ri-declinarsi, trovare un linguaggio nuovo, in dialogo con il modo in cui *questo* luogo, *questa* comunità, sta evolvendo.

Prendendo la tua domanda da un altro lato: il nesso che mi/ci lega a Philo è la libertà. Sentivo il bisogno di una casa, di un luogo di formazione che non fosse costretto dentro la finalità cosciente. In università dominano i regolamenti, le gerarchie, gli obiettivi. I corsi vengono costruiti dall'alto, a tavolino (con un occhio sempre attento ai confini tra le discipline e ai giochi di potere); viene così perennemente riconfermata l'idea trita e ritrita di un apprendimento basato sui contenuti e sulla prestazione (l'esame!) Se va bene, quando va bene, un apprendimento di livello 1.<sup>12</sup> I processi formativi sono di tipo istruttivo e cumulativo, nonostante secoli di ricerca in campo umano abbiano ampiamente argomentato della limitatezza di questo modo di apprendere.

Ci si aspetta che io insegni agli studenti (di Scienze dell'educazione e Scienze pedagogiche, quanta "scienza" nei nostri corsi!) la famiglia: come definirla, come valutarla, come cambiarla. Certo, anche lì il mio margine di libertà me lo prendo e provo a mantenere aperte le definizioni, le valutazioni e anche l'idea di cambiamento. Provo perfino a proporre in aula delle pratiche. Però soffro. In particolare agli esami, schiacciata tra il dover dare il voto e il riconoscere l'unicità di chi ho davanti e il suo processo trasformativo in corso d'opera. Ma chi li ha inventati gli esami universitari?

L'idea ecosistemica di Bateson è che l'apprendimento sia conaturato al vivere. Vivere è conoscere. Ogni essere vivente scambia informazioni continuamente, per vivere. Alcune di queste informazioni appartengono al Pleroma, il mondo dei non viventi "(dove le cause degli eventi sono le forze e gli urti)".<sup>13</sup> Ma la maggior parte delle informazioni sono differenze che creano una differenza, non esistono nella realtà materiale. Le inventiamo. La Creatura<sup>14</sup> (non solo umana)

---

<sup>12</sup> G. Bateson, "Le categorie logiche dell'apprendimento e della comunicazione", in Id., *Verso un'ecologia della mente*, cit., pp. 303-338.

<sup>13</sup> G. Bateson, *Mente e Natura* (1979), tr. it. Adelphi, Milano, 1984, p. 20.

<sup>14</sup> La distinzione tra Pleroma e Creatura fu ispirata a Bateson dalla lettura di un piccolo libro di Carl Gustav Jung – *Septem Sermones ad Mortuos* – stampato in opuscolo e donato da Jung ad amici e conoscenti, come un gioco o un "peccato di gioventù" come ebbe a definirlo più tardi. Scritto nello stesso linguaggio del *Libro rosso*, il testo anticipa molti temi junghiani, in particolare la natura antitetica dello spirito. Si

funziona così. Se il pianeta è sull'orlo della distruzione, se l'infelicità è ovunque, è anche perché l'educazione, la formazione, la scuola spingono in direzioni antiecologiche, creando contesti nei quali la saggezza sistemica – il Senso – viene messa a dura prova.

Ma come glielo vai a dire a quelli che fanno le riforme universitarie, che avremmo bisogno di modi nuovi, inediti, creativi, di fare formazione? E così, ben venga Philo. Un luogo da creare, una comunità “di tutti e di ciascuno”, una tela bianca sulla quale tracciare linee per vedere cosa ne nasce. Philo non ha un curriculum, né esami. Philo è quello che ciascuno di noi vorrà che sia. Libertà mia e tua. Libertà che riconosce l'interdipendenza. Libertà consapevole del contesto. Rispetto e curiosità per i processi così come avvengono, senza l'idea di istruire, di accumulare, né soprattutto di controllare. L'intenzionalità cosciente è riconosciuta, abbracciata, ma come si abbraccia un amico al quale racconti che tu sei molto di più, e altro.

Ho fatto molti errori in questi sette anni. Uno è stato quello di replicare la formazione che avevo fatto io per entrare nel pensiero sistemico (cioè la terapia familiare secondo il modello di Milano).<sup>15</sup> La nostra tendenza alla ricorsività ci spinge a riprodurre contesti già noti. Per desiderare di cambiare i nostri corsi d'azione dobbiamo attraversare conflitti,<sup>16</sup> spiazzamenti,<sup>17</sup> dilemmi disorientanti<sup>18</sup> e così Philo è diventata occasione di “deuteroapprendimento”, apprendimento trasformativo: rivedere cornici e presupposti per generare azioni imprevedibili e creative. Nel modulo sistemico, siamo passati dal proporre agli allievi esercizi estenuanti di osservazione del campo interattivo (nell'idea un po' tradizionale di *formare competenze osservative*)

---

veda C. G. Jung, *Septem Sermones ad Mortuos* (1916), in Id. (a cura di A. Jaffé), *Ricordi, sogni, riflessioni* (1961), tr. it. Rizzoli, Milano, 1992, pp. 464-480.

<sup>15</sup> L. Boscolo, G. Cecchin, L. Hoffman, P. Penn (a cura di P. Bertrando), *Clinica sistemica. Dialoghi a quattro sul modello di Milano*, Bollati Boringhieri, Torino, 2004.

<sup>16</sup> M. Scavi, *op. cit.*

<sup>17</sup> D. Fabbri, A. Munari, *op. cit.*

<sup>18</sup> J. Mezirow, *Apprendimento e trasformazione* (1991), tr. it. Raffaello Cortina, Milano, 2003.

all'attuale proposta di ricerca cooperativa,<sup>19</sup> più adatta a *propiziare un sapere ricorsivo*. Dalle letture di testi sulla terapia familiare siamo passati allo studio di Bateson, soprattutto nella veste di antropologo innamorato dell'arte (per me, tutto quello che c'è da sapere della sistemica è racchiuso in "Stile, grazia e informazione nell'arte primitiva").<sup>20</sup>

E tu? Intuitivamente ho voluto condividere questa strada con te, proprio per questo: siamo abbastanza diversi da imparare l'uno dall'altro, da generare qualcosa di nuovo. Alcuni dei miei "punti fissi" non lo sono per te. Non abbiamo fatto le stesse scuole, neanche nella sistemica. Abbiamo uno stile diverso. Mi fido del tuo sguardo, perché riesci sempre a vedere la bellezza, perché sei fedele al processo, non alla Verità. Mi lasci parlare (grazie!). Mi restituisci spesso idee generative, che spalancano finestre. Ecco, a Philo ho bisogno di un *partner* vero, uno che mi dica cose che non so. Un amico critico. Uno che mi tiene con la bocca aperta ad ascoltarlo. Uno "da tenere d'occhio" (ti ricordi la poesia di Wislawa Szymborska?).

Se è vero che dobbiamo imparare nuove conversazioni, basate sulla credibilità e non sull'autorevolezza, sulla capacità di apprendere gli uni dagli altri e non da una presunta (e presuntuosa) conoscenza a priori, tu sei la persona più adatta alle conversazioni di Philo. E poi sei un faro. È il privilegio di quelli alti.

Cara Laura,  
la poesia della Szymborska di cui parli e che mi hai generosamente dedicato è questa:

*Un tale che osservo da un po' di tempo*<sup>21</sup>

Non si presenta in frotta.  
Non si raduna in folla.  
Non partecipa in massa.

---

<sup>19</sup> L. Formenti, "Com-posizioni. Percorsi di ricerca-formazione alla relazione di cura", in Id. (a cura di), *Attraversare la cura. Relazioni, contesti e pratiche della scrittura di sé*, Erickson, Gardolo (TN), 2009, pp. 21-42.

<sup>20</sup> G. Bateson, *Verso un'ecologia della mente*, cit., pp. 160-188.

<sup>21</sup> W. Szymborska, *Basta così* (2012), tr. it. Adelphi, Milano, 2012, pp. 11-13.

Non celebra con pompa.

Non cava dai polmoni  
una voce corale.  
Non dà fiato alle trombe,  
né afferma in nome di.  
Non c'è quando richiedono  
risposte alle domande:  
chi a favore? chi contro?  
Nessuno contrario, grazie.

Non c'è la sua testa  
fra le teste assiegate  
che spalla a spalla puntano  
dritte alla meta, in gruppo,  
coi volantini in tasca  
e i prodotti del luppolo.

Non c'è dove l'inizio  
è angelico e idilliaco  
ma ben presto una schiera  
si mischia all'altra, e allora  
non è dato sapere  
di chi siano quei fiori,  
quei sassi e quegli evviva,  
quei cori e quei bastoni.

Non menzionato.  
Non spettacolare.  
Lavora alla Raccolta dei rifiuti.  
Ai primi albori,  
sul campo d'azione,  
raccatta, porta via, getta nei camion  
gli oggetti conficcati nei tronchi mezzo morti  
o calpestati nell'erba spossata.

Striscioni a brandelli,  
bottiglie frantumate,  
fantocci bruciacchiati,

ossi spolpati,  
rosari, fischietti e preservativi.

Tra i cespugli ha trovato una gabbietta  
per colombi. L'ha presa  
e la tiene apposta  
perché resti vuota.

Caro lettore,  
una poesia, dunque. C'entra con *noi* e con Philo. E con te che leggi.

La poesia è esempio e metafora dei linguaggi estetici che spesso utilizziamo nella formazione, delle “logiche abduttive”<sup>22</sup> che ogni volta cerchiamo di proporre, allestire, nutrire e curare. Ci accomuna l'intento di utilizzare i linguaggi simbolici come pratica per sperimentare una postura sistemica, ossia una postura fatta di *movimento, improvvisazione e composizione...* Queste tre azioni sono al centro della nostra proposta che, anche nel “movimento improvvisato” della nostra co-conduzione e del nostro interpensare, cerca continuamente di comporre i nostri diversi stili e punti di vista e dentro questa danza invitare e convocare anche gli altri.

L'esito spesso è spiazzante, anche per noi, perché come si può intuire non è previsto un esito preciso e pre-stabilito. Ogni lezione diviene una ricerca, “un'esplorazione curiosa”. Ci guida l'idea di saggezza sistemica di cui parla Bateson, che si riferisce proprio a questa capacità di correggere una visione troppo finalistica della vita, delle relazioni, quindi anche della formazione. A maggior ragione, ciò vale per il lavoro di cura, e nello specifico per l'analista biografico a orientamento filosofico. L'intento nella formazione è allora quello di provare a nutrire questa “saggezza sistemica”, cercando di dare corpo alla teoria attraverso le pratiche di conduzione. Una coerenza

---

<sup>22</sup> L'abduzione (che Bateson riprende da C. S. Peirce) è quel processo di conoscenza tramite il quale “si può descrivere un certo evento o cosa [...] e poi ci si può guardare intorno e cercare nel mondo altri casi che obbediscano alle stesse regole da noi escogitate per la nostra descrizione [...]. La metafora, il sogno, la parabola, l'allegoria, tutta l'arte, tutta la scienza, tutta la religione, tutta la poesia [...] sono esempi o aggregati di esempi di abduzione” (G. Bateson, *Mente e natura*, cit., pp. 191-192).

difficile, che richiede riflessività, umiltà e spesso non poco umorismo. Siamo consapevoli della posta in gioco: questo tipo di apprendimento è complesso, difficile, può solo essere incarnato nel qui e ora, non basta teorizzarlo.

Ecco perché nel nostro percorso a Philo ci poniamo sempre “a lato” dei contenuti. Proviamo a trasformare idee e teorie in un sapere organico percorrendo – tutti insieme, formatori e formandi – strade inusuali. Questa idea di “formazione a zig-zag”, che non ha un preciso punto di arrivo né un preciso punto di partenza, poiché è *ricorsiva*, ha trovato a Philo una legittimazione (non sappiamo se riusciamo “a farla succedere”, ma sappiamo che si può provare).

C'è poi un altro aspetto che caratterizza la nostra co-conduzione: l'approccio sistemico è fondamentalmente empirico, concreto, è interessato a quello che succede dentro le conversazioni, i gesti quotidiani, gli eventi della relazione. È responsivo al qui e ora della relazione. Nei nostri incontri usiamo “materiale vivo”, come una traccia da seguire per allestire la scena formativa. Abbiamo usato esperienze, racconti e pratiche portate dagli allievi o da noi per avviare un'esperienza sistemica autentica, un “ciclo di ricerca cooperativa”, come talvolta lo chiamiamo. Tutto può essere occasione per generare un processo. Una volta siamo partiti da uno scambio di *email* tra Andrea e un cliente, per incuriosirci delle parole usate e delle premesse sottostanti. E così è nato un gioco di riflessioni e sguardi prezioso e interessante, tra professionisti in ricerca.

Questo “stare in situazione” è molto importante a Philo, dove la presenza dei diversi percorsi (come nel libro che hai tra le mani) impone la creazione di itinerari trasversali, la costruzione di ponti, l'attenzione per gli aspetti ricorsivi, per le intersezioni... e le contraddizioni possono essere intese come “necessità dialettiche del mondo vivente”.<sup>23</sup> Pensare e vivere le differenze della scena formativa non come giustapposizioni, né tanto meno nella formula della “tolleranza”, ma come occasione generativa.

---

<sup>23</sup> *Ivi*, p. 292.

Un allievo di Philo ebbe a dire delle nostre lezioni: “*Il vostro è un approccio troppo empirico!*”. La connotazione negativa dell’empirico è coerente con un’epistemologia verticale che contrappone l’alto e il basso: il grande sistema filosofico utilizza un incedere fondamentalmente deduttivo. Bateson, come sappiamo, è critico verso la polarità deduttivo/induttivo, in quanto la sua epistemologia non è verticale (dall’alto verso il basso o viceversa), ma fondamentalmente interessata a cogliere i legami, secondo un procedimento abduttivo, estetico, capace di connettere mondi in orizzontale...

F.: “Allora veramente abbiamo un solo grande pensiero che ha tanti rami... tanti e tanti e tanti rami?”.

P.: “Sì, penso di sì. Non so. Comunque penso che sia un modo più chiaro per dirlo. Cioè più chiaro che parlare di pezzi di sapere e cercare di contarli”.

F.: “Papà, perché non usi gli altri tre quarti del tuo cervello?”

P.: “Ah, sì... già... vedi, il punto è che anch’io ho avuto degli insegnanti a scuola. E loro hanno riempito circa un quarto del mio cervello di fumo. Poi ho letto i giornali e ho ascoltato quello che dicevano gli altri, e così mi son riempito di fumo un altro quarto”.

F.: “E l’altro quarto, papà?”.

P.: “Oh... quello è il fumo che ho fatto da me quando ho cercato di pensare da solo”.<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> G. Bateson, “Metalogo: Quante cose sai?”, in Id., *Verso un’ecologia della mente*, cit., pp. 60-61.

## **Intanto, Philo**

*di Paolo Fedlowski*

Quest'estate raccontavo di Philo a un vecchio amico. È psicologo, lavora in un consultorio familiare a San Giovanni in Fiore. Lo conosco dai primissimi anni in cui mi sono trasferito in Calabria. Mi ha detto: "Be', sei tornato alle origini."

Le origini sono sempre una cosa difficile da definire. Credo che lui abbia in mente i seminari di "animazione teatrale" che facevo i primi anni in cui ho abitato in Calabria. A Milano mi ero licenziato dalla scuola per assistenti sociali dove avevo cominciato a insegnare, per raggiungere mia moglie che aveva avuto un incarico all'università, ad Arcavàcata, e mia figlia, piccolissima. Preparavo un concorso per entrare in università anch'io; qualche anno dopo lo vinsi, e sono diventato un sociologo (la laurea l'avevo in filosofia, però ho sempre pensato, e penso ancora, che un filosofo può imparare facilmente altri mestieri). Ma allora mi barcamenavo: feci qualche ricerca con il Dipartimento di Sociologia, seguivo un corso a Milano con Alberto Melucci per diventare psicoterapeuta, e in Calabria mi inventavo lavoretti. In quei seminari di "animazione teatrale", dedicati prevalentemente a insegnanti di scuola, praticavo esercizi di comunicazione non verbale, e usavo anche qualche competenza psicologica. Mi divertivo molto a lavorare in gruppo, mi piacevano le dinamiche che si producevano, la libertà che ciascuno, se conducevi bene, finiva per attribuirsi, la capacità che si apriva di esplorare qualcosa di sé.

È vero che in Philo ho ritrovato qualcosa del genere. Mi hanno invitato a parteciparvi Nicole Janigro e Romano Madera qualche

anno fa. Con Romano siamo amici dagli anni Settanta, con Nicole da poco meno. Ogni volta che passavo da Milano, in questi ultimi trent'anni, le cene con loro non sono mai mancate. Sapevo della scuola che avevano costituito insieme. Pensavo che Romano aveva infine creato quello a cui si preparava da sempre, una commistione di psicoanalisi, filosofia e scienze umane in un quadro capace di permettere a chi vi partecipasse di sviluppare le proprie disposizioni. Mi hanno invitato a tenere una lezione. Poi a gestire quello che si chiama un "percorso" della scuola, e a mano a mano a diventare parte del progetto.

All'università avevo scritto la mia tesi su Henri Lefebvre e la critica della vita quotidiana. L'idea era che i veri cambiamenti, sul piano individuale e su quello sociale, o hanno a fare con la quotidianità o non ci sono. Da un lato bisogna che sia la quotidianità stessa a indicare quali sono i disagi e le potenzialità intorno a cui lavorare; dall'altro che gli effetti del lavoro (scientifico, filosofico, analitico o politico che sia) devono vedersi nella vita quotidiana, innervarne il senso. Di sociologia della vita quotidiana poi mi sono occupato abbastanza estesamente. Da lì è stato abbastanza naturale passare a occuparmi dell'esperienza, delle memorie individuali e collettive, della narrazione. Ultimamente anche di orientamenti nei confronti del futuro. Ho scritto libri e saggi a riguardo (scrivere mi piace, è una mania, quasi quanto insegnare).

A ripensarci ora, credo che la parola chiave in tutto questo sia stata "esperienza". L'esperienza è qualcosa che facciamo sempre, e possiamo non avere mai. Averla, cioè prendere atto di ciò che abbiamo vissuto, trarne partito, dipende da parecchie cose, fra cui la disposizione a interrogarsi e quella a narrare. Walter Benjamin (un autore che ho molto frequentato) nei suoi saggi sulla modernità diagnostica quella che chiamava una "atrofia dell'esperienza". Ma a leggerlo con attenzione non è esattamente questo che dice. Ciò che suggerisce è che l'esperienza sia una "posta in gioco": qualcosa di cui, se ne riconosciamo il valore, possiamo andare in cerca. La condizione moderna rende difficile attribuire valore a questa ricerca, e soprattutto praticarla (la velocità, o la fretta, le sono particolarmente ostili); ma la

modernità è contraddittoria: per altri versi attribuisce valore all'esperienza e spinge a considerarla (non si può essere "individui", cosa che per la cultura moderna è importante, senza prendere atto delle proprie disposizioni). Entro questa contraddizione si può agire.

Di fatto, in Philo ho trovato uno spazio per lavorare attorno all'esperienza. Nel concerto di competenze dei diversi collaboratori di Philo, probabilmente quello che io posso portare è più che altro una certa competenza sociologica: un discorso sull'articolazione fra le dimensioni sociali, o storiche, e quelle individuali dell'esistenza fa parte del bagaglio che posseggo. È un'articolazione oggetto dell'attenzione della sociologia fin dai classici, da Émile Durkeim, Max Weber, e soprattutto Georg Simmel, che in *Filosofia del denaro*<sup>1</sup> si occupò dichiaratamente di indagare i nessi tra la formazione delle personalità individuali e le "forze oggettive" a cui devono adattarsi e che, in una certa misura, contribuiscono a loro volta a creare.

Ma i nessi fra il sociale e l'individuale sono molteplici, si possono cogliere a molti livelli. Mi viene in mente, per fare un esempio, un incontro di gruppo a Philo in cui ho raccontato di una ricerca realizzata qualche anno addietro sulle "mediateche domestiche". Le mediateche domestiche sono le raccolte di libri, dischi, CD, DVD e simili che ciascuno di noi ha in casa. Feci scrivere ai partecipanti una breve storia delle proprie mediateche. Ciò che emergeva si integrava bene con altri lavori a Philo. Attraverso i testi, le canzoni o i video che ciascuno ha accumulato si mostra l'incistamento di tutti noi entro storie collettive. La storia degli oggetti (il grosso giradischi di una volta, il "mangiadischi", il *walkman*, l'*iPad*...; i libri con i loro formati, le collane, ora i supporti virtuali; le videocassette con i film o con i filmini famigliari assieme al videoproiettore, poi i DVD che vedi sul televisore, i file computerizzati ecc.) è parte della storia sociale. Ma ripensando alle nostre collezioni incrociamo profondamente anche la nostra storia personale: quel libro me lo ha regalato il tale, quell'altro lo leggevamo insieme lei e io; quella canzone mi ha segnato un'estate; e

---

<sup>1</sup> G. Simmel, *Filosofia del denaro* (1900), tr. it. UTET, Torino, 1984; una brillante sintesi di questo amplissimo volume l'ha fornita Simmel stesso in *Le metropoli e la vita dello spirito* (1903), tr. it. Armando, Roma, 1994.

così via. Prendi un libro o un CD dallo scaffale e puoi andare a spasso per tutta la tua storia, e contemporaneamente in quella collettiva (erano gli anni dei Beatles, sai; o ti ricordi quando leggevamo tutti *Cent'anni di solitudine* di Gabriel García Márquez e i sudamericani?).<sup>2</sup>

Forse va detto che non sono un sociologo perfettamente “tipico”. Ammesso che ve ne sia uno: la sociologia ha sempre avuto molte facce. Ma credo di avere una vocazione multidisciplinare, o addirittura transdisciplinare, che non è del tutto frequente. Probabilmente anche per questo mi trovo bene con Romano e con tutto il gruppo di Philo.

Fra i sociologi, ho sempre privilegiato quelli che hanno una maggiore coscienza della dimensione filosofica dei problemi affrontati. Come lo stesso Simmel, ad esempio, che fra l'altro mi aiuta a capirmi facilmente con chi fra noi si occupa di analisi sistemica: il principio simmeliano della *Wechselwirkung* – l'influenza reciproca che sussiste tra ogni cosa – prelude all'idea di sistema di Gregory Bateson o Paul Watzlavick. La frequentazione degli autori della scuola di Francoforte mi rende ovvio che scienze sociali e psicoanalisi devono avere rapporti (anche se loro utilizzavano solo Sigmund Freud, non Carl Gustav Jung, è vero). Conta anche l'aver studiato abbastanza intensamente la sociologia fenomenologica (Alfred Schutz, e poi Peter Berger, con cui ho anche lavorato un poco), dove ritrovo il concetto di *epoché* in un doppio senso: da un lato l'*epoché* dell'“atteggiamento naturale”, che consiste nella sospensione del dubbio che le cose possano stare diversamente da come appaiono al senso comune della quotidianità; e dall'altro l'*epoché* del fenomenologo, che consiste nella messa tra parentesi di ogni pre-giudizio (cognitivo, pratico o morale) riguardo all'oggetto della propria riflessione.

La frequentazione intensa, continua, e a volte persino sistematica, con le narrative letterarie è a sua volta un terreno comune che mi unisce a tutti i colleghi di Philo e, direi, a tutti i partecipanti alla scuola.

---

<sup>2</sup> La ricerca citata è riportata in G. Mandich (a cura di), *Culture quotidiane*, Carocci, Roma, 2010.

Philo è un luogo di conversazioni aperte. Le regole della comunicazione biografico-solidale<sup>3</sup> mi sembrano perfette. Tenere conto di sé; riconoscere la propria parzialità (e la parzialità dei diversi punti di vista di cui disponiamo noi stessi); essere collaborativi e non competitivi; mettere in comune lo sforzo condiviso di districarsi nel mondo, afferrarne qualcosa, pensare e non disgiungere il pensiero da quello che sentiamo.

Credo che, senza averci riflettuto sistematicamente, ho cercato di affermare regole simili di conversazione nel gruppo che ho fondato a Cosenza, alla mia università. Si chiama *Ossidiana*, che è il nome di una pietra lavica con cui si fabbricavano utensili che giravano nel Mediterraneo prima dei tempi di Omero, ma è anche un acronimo, sta per “Osservatorio sulla vita quotidiana”. Esiste da più di dieci anni, nacque come un gruppo di studio e discussione di lavori in corso tra me e i miei laureandi. Ha continuato a esistere anche negli anni in cui ho insegnato altrove. Insomma, ha vita propria. E a me a volte pare un miracolo: entro un’istituzione come l’università – di cui, benché la ami molto, non mi sfuggono diverse miserie – è un posto dove si discute liberamente, dove la passione di conoscere regna; ciascuno può mettere in comune con gli altri le proprie passioni intellettuali, si esercita, e trae forza per proseguire i suoi studi personali. Mi piacerebbe – ho pensato a volte – chiamare quello che facciamo “pratiche sociologiche”, mutuando l’espressione da quella di “pratiche filosofiche”.<sup>4</sup> Ma in sociologia la parola pratica fa venire in mente soprattutto questioni di metodologia, non aiuterebbe a capire. Tuttavia, sento qualcosa di affine a quello che si fa a Philo (riferimenti alla psicoanalisi a parte): pensare è una pratica, lo è anche conversare, ci sono esercizi e regole per farlo, e queste pratiche danno un piacere in sé, non portano a risultati esaustivi, sono contemplazione condivisa della vita, e non lasciano immutato chi le fa.

Credo che con Philo mi accomuni anche la disposizione a considerare con favore l’idea di “saggezza”. In un mondo post-tradizionale

---

<sup>3</sup> Sulle regole della comunicazione biografico-solidale si veda il saggio di Domitilla Melloni.

<sup>4</sup> Sulle pratiche filosofiche si vedano *Introduzione* e diversi saggi di questo volume.

come il nostro, non credo si possa trattare esattamente del senso antico della parola: non è il sapere “come vanno le cose”, perché le cose mutano, e sappiamo di avere per giunta tante ragioni. Ma il senso della parola si può rivisitare. La saggezza è un sapere incerto, mai esaustivo, da applicare tenendo conto dei contesti. Credo che le scienze sociali, nonostante siano votate per definizione a un’idea di conoscenza che non corrisponde a quella di saggezza, a quest’ultima possano servire. Non so quanti miei colleghi sarebbero d’accordo, ma anche il sapere che noi produciamo è incerto, mai esaustivo, molto legato ai contesti e da applicare *cum grano salis*. In fin dei conti serve a rendere i soggetti un po’ più consapevoli di sé, dei risultati delle proprie interazioni, del senso a cui – anche senza pensarci – si votano. Favorisce una certa riflessività: non dà ricette, ma può aiutare ad agire per il meglio.<sup>5</sup>

Nella scuola di Philo, assieme a Chiara Mirabelli, mi occupo in particolare del tema e della pratica dell’autobiografia. L’autobiografia, come la biografia, è un racconto. Per la definizione di che cosa sia un racconto mi rifaccio specialmente a Paul Ricoeur: il racconto è “rappresentazione che connette”, la sua prestazione fondamentale è quella di connettere fra loro certi elementi mediante una trama.<sup>6</sup> Ma tengo molto anche a distinguere la specificità della nozione di narrazione. Quest’ultima è l’azione di chi proferisce un racconto: propriamente è un’interazione, perché postula necessariamente l’esistenza di un destinatario. Considerare la dimensione interattiva della narrazione è importante perché rende evidenti i vincoli e le risorse entro cui ogni narrazione si dispiega, che si esprimono nella figura e nell’azione del destinatario e nelle caratteristiche della situazione in cui si narra.<sup>7</sup>

Narrazioni di sé costellano la vita quotidiana. Esaminarne le diverse forme e funzioni aiuta a precisare il senso specifico in cui di au-

---

<sup>5</sup> Su questi temi mi permetto di rimandare al mio *Il sapere dell’esperienza*, Carocci, Roma, 2009 (la prima edizione è del 1994).

<sup>6</sup> Cfr. P. Ricoeur, *Tempo e racconto* (1983), vol. I, tr. it. Jaca Book, Milano, 1994.

<sup>7</sup> Per qualche sviluppo di questa prospettiva mi permetto di rimandare al mio *Storie comuni. La narrazione nella vita quotidiana*, Bruno Mondadori, Milano, 2000.

tobiografia e biografia ci occupiamo in Philo. Un discorso compiuto a riguardo non potrebbe essere fatto in poche pagine. Qui posso fornire un esempio di qualche ragionamento, che riprendo da un libricino a cui sto lavorando ora, intitolato *Intanto*.

“Intanto” è un avverbio straordinario.<sup>8</sup> Specialmente se lo considera all’interno di un discorso autobiografico. Se quando ricordiamo qualcosa di noi inseriamo frasi introdotte dall’avverbio “intanto” (o “nel frattempo”, o “mentre”), modifichiamo infatti il senso del ricordo, perché lo inseriamo in un contesto che relativizza, per così dire, la scena ricordata.

Un piccolo esempio può chiarirlo. È un passo tratto da un libro di Jerome Bruner:

Quando alcuni anni fa ho scritto la mia autografia intellettuale – scrive Bruner – mi sono trovato a chiedermi cosa era accaduto parallelamente a certi eventi della mia biografia [...]. Il mio primo saggio scientifico ad esempio (sulla maturazione della disponibilità sessuale nella femmina del ratto) fu pubblicato all’incirca nel periodo in cui Chamberlain era stato gabbato da Hitler a Monaco. La storia originaria che avevo in mente prima di consultare l’indice del *New York Times* era vagamente quella della prima scoperta di un diciannovenne, qualcosa di simile a un *Bildungsroman*. Ma quella, in cui entrava anche Monaco, che maturò dopo la consultazione, era un esercizio di ironia: era la storia di un giovane Nerone che si baloccava coi ratti *mentre* Roma bruciava!<sup>9</sup>

L’effetto di senso che l’avverbio “mentre” qui produce è il seguente. Lo scrivente è la stessa persona che a suo tempo studiava i topi, ma ora è più avanti negli anni. Ha conservato memoria del suo studiare i topi, dei suoi stati d’animo di allora, del suo orizzonte di percezioni e di attese. Ma ora possiede una conoscenza più vasta. Da questo nuovo punto di vista è in grado di situare il se stesso di allora

---

<sup>8</sup> Ho proposto una prima formulazione del tema in un breve testo inserito in C. Benelli (a cura di), *Diventare biografi di comunità*, Unicopli, Milano, 2013.

<sup>9</sup> J. Bruner, “La costruzione narrativa della realtà”, tr. it. in M. Ammaniti e D. N. Stern (a cura di), *Rappresentazioni e narrazioni*, Laterza, Roma-Bari, 1997, p. 36.

in un certo contesto. Naturalmente anche il Bruner di allora collocava le proprie azioni in un certo contesto; ma la consapevolezza di ora lo muta: l'avverbio "mentre" re-incornicia il ricordo.

Il testo di Bruner non fa parte di un'autobiografia, ma il passo è autobiografico, e chiunque abbia praticato la scrittura autobiografica conosce qualcosa del genere. Lo sguardo retrospettivo visita ciò che ricordiamo mutandolo in virtù della consapevolezza, delle conoscenze o dell'atteggiamento che abbiamo ora. Le modificazioni apportate dall'utilizzo di avverbi come "mentre" o "intanto" nel nostro racconto fanno parte di questo lavoro di rivisitazione, ma ne sono anche un aspetto specifico.

L'importanza di questo aspetto ha a che fare con la definizione del contesto, e i contesti non sono mai neutri rispetto al significato dei testi. Dire che una persona studiava i topi mentre scoppiava la guerra è diverso da dire che studiava i topi mentre iniziava lo sviluppo della psicologia sperimentale, per esempio.

Nel caso di Bruner, potremmo dire che l'avverbio "mentre" (e "intanto" funzionerebbe uguale) serve a collocare un ricordo entro la Storia. Ma quello di Storia è un concetto piuttosto astratto. Avverbi come "mentre" o "intanto", di norma, mi paiono suggerire una sensibilità meno ampia ma forse più concreta. Invitano a quella che chiamerei una sensibilità laterale. Questa non è rivolta necessariamente ai grandi processi: più semplicemente, può suggerire di volgere lo sguardo alla stanza accanto.

Conservando la metafora potrei dire che la "stanza accanto" può essere una stanza in cui ero sempre io ad abitare, però svolgendo attività che nella narrazione principale, quella concentrata su una certa stanza, cioè sugli aspetti della mia storia che reputavo fin qui più rilevanti, non rientrano. Pensiamo ad esempio a una narrazione autobiografica centrata sugli aspetti pubblici della mia professione. Posso raccontare di certi convegni, incontri, momenti della mia carriera. Intanto però crescevo i miei figli, avevo un certo rapporto con mia moglie, avevo certi hobby e così via. L'uso dell'espressione "intanto" consente di inserire questi aspetti della mia vita a fianco di quelli che ho scelto come principali. La sociologia insegna come il soggetto mo-

derno sia intrinsecamente plurale, in quanto abitante di una molteplicità di cerchie sociali diverse e in quanto portatore di una molteplicità di ruoli. L'uso dell'espressione "intanto" consente di tenerne conto e in un certo senso di procedere all'integrazione di questa molteplicità. Riconosciuta e narrata, la frammentazione delle esperienze si riconfigura nel riconoscimento di essere pur sempre noi, in forme diverse e tuttavia complementari.

In questo senso, l'uso di avverbi come "intanto" favorisce qualcosa come un'integrazione dell'Io. Potremmo sottolinearne facilmente gli aspetti positivi. Ma può avere anche effetti esplosivi.

Il fatto da considerare è che, accanto alla nostra, si svolgono altre vite. In effetti, in ogni racconto autobiografico compaiono innumerevoli altri: quelli a cui abbiamo fatto qualcosa, quelli che hanno fatto qualche cosa a noi, quelli che hanno avuto un ruolo o un altro per la nostra vita. Fin tanto che compaiono in questi modi, però, non sono soggetti a pieno titolo del racconto: il centro è sempre occupato dal protagonista. Ma l'uso dell'avverbio "intanto", se li introduce, cambia i termini della questione. Sintatticamente infatti "intanto" regge proposizioni coordinate fra loro: coordinate, si badi, non subordinate, e dunque di pari grado. Se nella proposizione introdotta da "intanto" compaiono delle persone, queste hanno così lo statuto logico di soggetti (non complementi oggetto, complementi di termine, di causa o altro). Hanno cioè una loro autonomia: sono soggetti di azioni, di passioni, di pensieri o quant'altro, proprio come il protagonista principale. Per quanto breve possa essere la loro evocazione, il fatto di inserirli come soggetti modifica il racconto. L'io al centro della narrazione autobiografica si trova spiazzato. Il carattere autosufficiente della narrazione autobiografica si incrina, si insinua un'apertura.

In un certo senso, si tratta di un ponte che il racconto autobiografico costruisce verso l'attenzione per le biografie di altri. Ma è anche l'apertura che conduce a una relativizzazione dell'io.

L'esserci è sempre un con-esserci, un esserci-in-comune, poiché gli altri sono in noi sia biologicamente (in quanto ciascuno è parte di una catena vivente) e cognitivamente (in quanto il pensiero è modellato dalla società e dal linguaggio), sia nel senso di una costante influenza

reciproca, tale per cui ciò che l'uno avverte non è mai indipendente da ciò che avvertono gli altri. Dall'altro lato, è vero anche che l'eserci è singolare: la nascita e la morte, i tratti e i confini del nostro corpo, ci distinguono; siamo unici e, per certi versi, soli. Questa doppia condizione ci caratterizza, e farne esperienza è tutt'altro che semplice. Ebbene, credo che introdurre nei nostri racconti l'avverbio "intanto" sia un modo di elaborare questa esperienza. Perché con-vivere è anche *vivere-intanto*. Intanto che vivono altri. L'effetto di questo riconoscimento può sembrare quello di una diminuzione di importanza del sé. Nei termini correnti nel lavoro di Philo, credo sia piuttosto una via per il riconoscimento di ciò che ci trascende, e in cui siamo immersi.

Quando utilizza avverbi come "intanto", il racconto autobiografico si apre per così dire in orizzontale. Non rintraccia catene di successione, ma interconnessioni fra eventi o processi che sono compresenti.

Quali connessioni ha la partecipazione a Philo con il resto della mia vita? Intanto, indubbiamente, faccio molte altre cose. Rispetto agli ambiti professionali che frequento di più, credo funzioni come uno spazio di compensazione: vi avverto maggiore libertà, forse anche un tipo di riconoscimento che non è quello consueto. Poiché quello che facciamo qui è sempre in contatto con la nostra esperienza, questo spazio mi permette anche di rispondere a qualche esigenza che ha a che fare con la mia vita intellettuale e personale per aspetti che nel lavoro non potrei accudire. Ed è uno spazio di incontri, per cauti e rispettosi che siano, vivamente personalizzati (i partecipanti a Philo non sono un "pubblico" indifferenziato e anonimo, come quello che posso incontrare in una conferenza o per certi versi anche a lezione). Philo per me è uno spazio di curiosità e di cura, che si è aperto a fianco di altri spazi a cui ero uso, che se ne nutre ma che a sua volta li nutre.

## Dall'autobiografia alla mitobiografia

di Chiara Mirabelli

Un uomo si propone il compito di disegnare il mondo. Trascorrendo gli anni, popola uno spazio con immagini di province, di regni, di montagne, di baie, di navi, di isole, di pesci, di dimore, di strumenti, di astri, di cavalli e di persone. Poco prima di morire, scopre che quel suo paziente labirinto di linee traccia l'immagine del suo volto.<sup>1</sup>

Ho iniziato a scrivere queste pagine dopo aver riletto le parole di Jorge Luis Borges che utilizzo come apertura. Una volta incontrate, la memoria è corsa a una notissima storia raccontata da Karen Blixen in *La mia Africa*, spesso citata da chi si occupa di narrazioni, racconti di vita, autobiografie e biografie.<sup>2</sup> La Blixen scrive che da bambina le raccontavano la fiaba di un uomo che viveva in una casetta situata vicino a uno stagno. Una notte l'uomo fu svegliato da un forte rumore e uscì nell'oscurità. Corse in tutte le direzioni attorno allo stagno con il rumore come guida, cadendo e inciampando più volte. Tenne duro, rialzandosi ogni volta, e infine trovò una falla nell'argine, da cui uscivano acqua e pesci. Lavorò per tapparla, e poi tornò a casa a dormire. Il mattino successivo si affacciò alla finestra e vide con sorpresa che le sue impronte nella notte avevano disegnato sulla terra una cicogna. Interpretando la fiaba come metafora delle vicende umane, mi chiedo con la Blixen: della mia vita potrò mai vedere un disegno riconoscibile? Il senso sarà la ricompensa al perseverare tra falle e confini? Ma avrò modo, alla fine sconosciuta della mia vita, di affacciarmi alla finestra per vedere? Non sappiamo di quanto tempo sarà fatto il nostro tempo. Probabilmente è già ora quel tempo per

---

<sup>1</sup> J. L. Borges, *L'artefice. Epilogo* (1960), in Id., *Tutte le opere*, vol. II, tr. it. Mondadori, Milano, 1984, p. 1267.

<sup>2</sup> K. Blixen, *La mia Africa* (1937), tr. it. Garzanti, Milano, 1966, pp. 216-18, citata ad esempio in A. Cavarero, *Tu che mi guardi, tu che mi racconti. Filosofia della narrazione*, Feltrinelli, Milano, 1997.

guardare al disegno.

Rintraccio nell'infanzia le origini della mia passione per la narrazione, tra simboli, metafore ed eventi: nei racconti dei Vangeli che la nonna materna mi sussurrava la sera prima del sonno, e in quelli della nonna paterna sulla storia della famiglia, narrati nelle occasioni di festa e le visite la domenica. Durante l'adolescenza, hanno poi avuto inizio l'amore per la lettura e qualche primo tentativo di scrittura di storie per l'infanzia, che è sfociato nella pubblicazione di alcuni racconti per bambini e un romanzo.<sup>3</sup> Quest'ultimo, con gli occhi di oggi, lo vedo più come un'esplorazione dei miei complessi meandri interiori, e un tentativo di dare loro un ordine, che come un racconto per i piccoli: insomma, non molta attenzione all'altro fuori, ma percezione inconsapevole dell'altro in me. Insieme a una difficile crescita passata anche attraverso un complesso rapporto con il cibo e il primo avvicinarmi alla psicoterapia, è stata poi una cascata di incontri negli anni che mi ha portata all'intreccio attuale di professione e vita quotidiana. In una successione di contesti, linguaggi e persone: il primo lavoro come correttrice di bozze e i primi articoli su alcuni giornali varesini; l'Università Statale di Milano per una laurea in lettere con la scelta dell'indirizzo pedagogico grazie a Duccio Demetrio,<sup>4</sup> Laura Formenti, Ivano Gamelli, la Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari; in seguito, lavori come redattrice nell'editoria psicologica, filosofica, pedagogica e manageriale; le pratiche filosofiche, l'analisi e Philo, con Romano Madera come primo incontro, quindi con tutti coloro di cui leggete gli scritti in questo libro, e con tanti altri, come gli amici e i colleghi di SABOF. Molti e molto qui non citerò, in parte per ovvi motivi di spazio, ma in una parte più ampia per delicatezza e inadeguatezza delle parole per dirne. Di sicuro, per dire di coloro che sono stati e sono quelli di cui mi prendo "cura", come analista e formatrice: fuor di retorica, le parole per dire della cura che questi,

---

<sup>3</sup> C. Mirabelli, *Il segreto della lucertola*, Giraldi, Bologna, 2008; i racconti sono stati pubblicati da Nuova Edizioni Trelingue, Lugano.

<sup>4</sup> Tra i suoi scritti, sulla scrittura di vite si vedano ad esempio D. Demetrio, *Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé*, Raffaello Cortina, Milano, 1996 e *La scrittura clinica. Consulenza autobiografica e fragilità esistenziali*, Raffaello Cortina, Milano, 2008.

con le loro vite raccontate e taciute, rappresentano per me.

*“Il mio nome”:* pratica di scrittura autobiografica in direzione mitobiografica<sup>5</sup>

- Racconta le origini del tuo nome proprio, chi e come lo ha scelto per te.
- Racconta alcune tappe del tuo vissuto biografico in relazione al tuo nome, in diversi periodi della tua vita.
- Racconta che cosa sai delle origine storiche ed etimologiche del tuo nome, e se c'è qualcuno, a te contemporaneo o della storia, che lo ha avuto e che ti ha in qualche modo colpito.
- Rappresenta attraverso il disegno e la scrittura il tuo nome su un foglio bianco, utilizzando se lo desideri i colori.

Osservare dall'alto dello spazio e del tempo per scorgere il disegno. Non potevo certo sapere e prevedere che l'inizio della mia storia lavorativa correggendo le bozze di annunci immobiliari mi avrebbe portato a occuparmi delle case di psiche, di scrittura e storie di vita. Oggi posso voltarmi e raccontarla così, trovare un seme simbolico di senso per il mio percorso. Il destino è quello che tracci e rintracci vol-

---

<sup>5</sup> Ho proposto questa pratica in diversi contesti di formazione (ad esempio, di recente, nel primo incontro del seminario di analisi filosofica rivolta ai gruppi che ho condotto con la collega Susanna Fresko nel centro culturale di Philo nell'autunno 2014). Si invita alla scrittura automatica (scrivere di sé come se idealmente la mano con la penna seguisse il flusso del pensiero): per ogni fase di scrittura è prevista una decina di minuti, tranne per l'esercizio del disegno che prevede circa venti minuti. Le consegne sono in genere molto sintetiche, per consentire ai partecipanti di interpretarle più liberamente, per quanto possibile. La pratica di scrittura autobiografica in questo esercizio è un inizio di apertura consapevole al collettivo, e ai suoi miti, a vari livelli: dal proprio vissuto sul nome alla famiglia d'origine al contesto culturale più ampio, dai ricordi personali a quelli intrecciati a ciò che altri ci hanno raccontato e all'evidente presenza degli "altri" nei nostri racconti autobiografici. Emergono accenni di senso che possiamo dare a qualcosa di così ampiamente simbolico quanto è il nome, per come lo si è vissuto e lo si vive nei diversi tempi, contesti e nelle molteplici relazioni della propria vita. Molteplici sono i livelli d'identità e d'identificazione che emergono. La rappresentazione finale attraverso il disegno si mostra ogni volta contenitore di quanto esplorato nelle scritture proposte ma anche generatrice di ulteriori sensi, domande, aperture. Lo stesso vale per la condivisione orale in gruppo, che spesso segue a proposte come questa. E la migliore *madeleine* proustiana diventa l'ascolto risonante (o dissonante) delle narrazioni altrui.

tandoti indietro, il che può essere anche una buona spinta di fiducia in direzione del futuro. Per questo alla finestra vale la pena di affacciarsi sin da ora. Le lacune e le lagune della storia, di cui Demetrio mi aveva segnalato la mancanza nella mia autobiografia di alcuni anni fa, non sono qui a raccontarle ma appartengono al disegno, forse ne sono il centro, come lo stagno attorno a cui corre il contadino della Blixen. Sono i pantani dei giorni in cui i semi del senso non crescono, e la fiducia cede il passo al non senso. Non è mai facile, ma vale la pena “affannarsi” per dare un senso alla falla con i suoi pesci e il suo rumore e la sua acqua: progressivamente, la fonte del rumore assume una voce sempre più riconoscibile e vasta.

A Philo, con gli altri docenti, invito gli allievi alla narrazione autobiografica e biografica, e ad aprirla in direzione mitobiografica.<sup>6</sup> Ossia a fare emergere consapevolmente nel racconto dei singoli il terreno collettivo biologico, storico, sociale, culturale, mitologico in cui vive ognuno di noi. Si tratta di un percorso che per tentativi, cadute, corse e arresti abbozza quel disegno che è la vita individuale percorsa da quella comune.<sup>7</sup> Aristotele, nella *Poetica*, nella sua teoria sulla narrazione parla di *mythos*, ossia connessione di azioni, e di mimesi, imitazione o rappresentazione di azioni. La conoscenza narrativa di sé e del mondo passa attraverso la connessione di azioni, il corpo a corpo tra soggetti e tra questi e gli oggetti, tramite interazioni che diventano relazioni. Il “racconto del singolo nasce da una trama di racconti precedenti e, insieme, li incarna.”<sup>8</sup> Racconti precedenti i cui epigoni sono i genitori, e tutte le figure, gli oggetti, i contesti sensibili e immaginati in cui ognuno è immerso o con cui viene a contatto.

Come traccia di percorso per transitare da un racconto che si dice autobiografico a uno che possa dirsi mitobiografico – accennato con l'esempio di pratica alcune righe sopra, che ne è una possibile piccola

---

<sup>6</sup> Sulla mitobiografia si veda anche il saggio di Romano Màdera.

<sup>7</sup> La distinzione, e insieme l'interdipendenza, tra “destino collettivo” e “destino individuale” è stato il fondamento della prassi psicoterapeutica di Ernst Bernhard: si veda Id. (a cura di H. Erba-Tissot), *Mitobiografia* (1969), Adelphi, Milano, 1992, p. XX.

<sup>8</sup> R. Màdera (a cura di C. Mirabelli), *Una filosofia per l'anima. All'incrocio di psicologia analitica e pratiche filosofiche*, IPOC, Milano, 2013, p. 14.

declinazione – riporto la serie di passaggi suggeriti da Romano Màdera. Li ho trovati utili come sfondo nel lavoro su me stessa e con altri, sull'intera storia di vita ma anche su singoli periodi e temi. Il lavoro può essere sia orale sia scritto. In genere diverse modalità narrative si combinano, per ciascuno in modi differenti, secondo le preferenze individuali e in base al periodo esistenziale:

- dopo una prima scrittura dell'autobiografia – o dopo un primo lavoro di analisi biografica o psicologica – lasciar depositare e registrare il materiale successivo (qui non ha molta importanza il modo, più o meno strutturato, della raccolta);
- cominciare ad analizzarlo, comparandolo con la prima stesura (o con il lavoro analitico già compiuto);
- ritornare in modo sistematico al primo lavoro ed enuclearne le strutture, sia narrative sia psicologiche, insieme agli episodi o alle figure che potrebbero essere simboliche dell'intero processo;
- trovare i paralleli nelle mitologie d'appartenenza e nei mitologemi<sup>9</sup> affini, inscrivere nella storia collettiva, guardare al proprio racconto come se fosse percorso dalla filigrana di quello storico-mitico;
- provare una sintesi narrativa, immaginale e concettuale che presenti un senso capace di dar ragione del passato e di essere perseguito nel presente e nel futuro, individuando la peculiare curvatura individuale dei mitologemi vissuti.<sup>10</sup>

Questi passaggi, in vari modi, appartengono al percorso formativo in Philo. Lungo i quattro anni della scuola sono richiesti agli allievi tre esercizi di scrittura (citati in questo libro anche da altri colleghi): la propria autobiografia, la biografia di un'altra persona e il capolavoro mitobiografico, che conclude il percorso. C'è inoltre un quarto

---

<sup>9</sup> Le “mitologie” sono le grandi e piccole narrazioni storiche e culturali in cui siamo inseriti (uno fra tutti come esempio: il mito cristiano) e poi quelle che scegliamo per rappresentarci e riconoscerci (potrebbe essere un mito classico che incarna un “tipo” umano, ad esempio Antigone, e che ci consente di mettere in scena uno dei molti personaggi interiori). Bernhard distingue i miti dai “mitologemi”, ossia le parti di un mito.

<sup>10</sup> R. Màdera, *La carta del senso. Psicologia del profondo e vita filosofica*, Raffaello Cortina, Milano, 2012, pp. 257-258.

scritto, richiesto all'atto della richiesta di ammissione a Philo: un breve progetto di ricerca che si intende sviluppare durante la frequenza della scuola, da accompagnare al curriculum vitae. Spesso il progetto di ricerca, che lungo il corso degli anni si trasforma, sottende temi esistenziali e riflessioni che sono il primo passo per dare senso alla scelta di una scuola superiore di pratiche filosofiche, che forma all'analisi biografica a orientamento filosofico e richiede l'analisi individuale. Queste quattro scritture diventano oggetti "terzi", al confine tra mondo interno ed esterno, che possono dire quello che proprio nei curriculum vitae (le sole scritture con cui in molti contesti ci chiedono di presentarci) non è dicibile, poiché in questi:

È d'obbligo concisione e selezione dei fatti.  
Cambiare paesaggi in indirizzi  
e malcerti ricordi in date fisse.  
[...] L'appartenenza a un che, ma senza perché.  
[...] Scrivi come se non parlassi mai con te stesso  
e ti evitassi.  
Sorvola su cani, gatti e uccelli,  
cianfrusaglie del passato, amici e sogni.  
Meglio il prezzo che il valore  
e il titolo che il contenuto.  
[...] Aggiungi una foto con l'orecchio in vista.  
È la sua forma che conta, non ciò che sente.<sup>11</sup>

La connessione tra le proposte cui sono inviati gli allievi nei diversi percorsi di Philo è in relazione alla formazione a un metodo che è innanzitutto l'analista stesso,<sup>12</sup> e verso quella "vocazione umana"<sup>13</sup> alla

---

<sup>11</sup> W. Szymborska, *Scrivere un curriculum* (1996), in Id., *La gioia di scrivere. Tutte le poesie (1945-2009)*, tr. it. Adelphi, Milano, 2009, p. 463.

<sup>12</sup> "Ogni psicoterapeuta non ha il suo metodo: 'è egli stesso quel metodo'". C. G. Jung, *Medicina e psicoterapia* (1945), in Id., *Opere*, vol. XVI, tr. it. Boringhieri, Torino, 1981, p. 98. Per approfondire: R. Màdera, *Una filosofia per l'anima*, cit., capitoli II.1 e II.2. Su "il metodo è l'analista", in questo volume, si leggano due citazioni da Jung e Màdera nel saggio di Laura Campanello.

<sup>13</sup> Sulla vocazione umana si veda ad esempio la fondazione realizzata da Bernardo Nante a Buenos Aires: [www.vocacionhumana.org](http://www.vocacionhumana.org).

quale ognuno è chiamato. Al centro dell'attenzione c'è la dimensione biografica, che “pone la psiche individuale nell'interfaccia tra la società e le sue forme culturali da un lato, e la costituzione biologica dall'altro.”<sup>14</sup> La consapevolezza biografica su cui lavoriamo tende a riconoscere nel singolo le influenze che provengono “dalla storia sociale, dalla corporeità e dalle pulsioni, dalle dimensioni psichiche concettuali e simboliche, dalle peculiarità delle origini familiari e individuali.”<sup>15</sup> Ci si esercita a trovare un nesso tra ciò che si ritiene personale e “tutto il resto”, a sentire l'incarnazione nel proprio corpo come nel tempo storico-culturale cui si appartiene. Si parla di senso biografico allenandosi alla precarietà di questo, perché il disegno non si rivela mai completo. La narrazione è nel presente, incrocio tra eredità del passato e potenzialità future. La narrazione dilata il tempo, in direzione regressiva e progressiva, e raccontandoci in forme diverse espandiamo la vita. Come nella stanza dell'analisi si decongelano passati e futuri, si rendono caldi di vita in movimento. Il ritorno nella memoria genera tensione verso il futuro, accompagnando nella creazione di un disegno che assomigli il più possibile alla nostra vita, per come nel qui e ora la possiamo tracciare. D'altra parte anche un tipico movimento verso il passato, quello nostalgico, è carico di futuro: la nostalgia è spesso verso quel tempo quando tutto era ancora possibile, è nostalgia dei futuri non realizzati, e che ci appartengono, insegnandoci il senso del limite del mai più, ma dando spazio all'immaginazione che se non cede al rimpianto può darci il segno dell'ampiezza della nostra vita.

L'oralità e la scrittura, l'ascolto e la lettura dei frammenti di racconti propri e altrui diventano oggetti con cui si prende familiarità negli anni, e portano a confrontarsi con il peso e la leggerezza del dire, dell'ascoltare, del tacere. Gli allievi di Philo si formano a una professione che è “l'arte della parola nel corpo”, corpo che ci dà la misura dello spazio, del tempo, della relazione. L'esperienza formativa diventa formazione alla vita, rendendoci un po' più esperti riguardo a quello che facciamo anche nelle conversazioni e nelle esperienze or-

---

<sup>14</sup> R. Màdera, *Una filosofia per l'anima*, cit., p. 14.

<sup>15</sup> *Ibidem*.

dinarie e straordinarie della quotidianità: scambiarci storie.

L'attenzione al biografico attraversa tutta la scuola di Philo e il centro culturale che dal 2012 la accompagna. Nel percorso "Lo sguardo autobiografico" Paolo Jedlowski e io ci occupiamo in particolare della guida alla scrittura dell'autobiografia e all'intervista biografica che sfocia nella scrittura della storia di un'altra persona. Sui propri scritti (che comprendono spesso anche immagini e altri linguaggi narrativi) ogni allievo si confronta poi con il proprio docente tutor, in un rimando di riflessioni, metariflessioni e altri racconti che danno rilievo non solo all'oggetto, ma soprattutto al percorso svolto. Si metariflette sul processo della memoria e dell'ascolto, su altri nuovi punti luce da inserire nella casa dei ricordi, sulle ombre che emergono e di cui non sempre è possibile scrivere, ma scorderle sullo sfondo consente di dare loro uno spessore più tollerabile. Spesso il valore non sta tanto nel ricordo quanto nell'atto stesso del racconto. Il raccontare è un'azione che può dare profondità alle cose, tra parole pesanti e parole leggere, dove la leggerezza non è superficialità. Che cosa raccontare, che cosa non raccontare, come raccontare riguardo alla propria storia e a quella altrui: le domande più frequenti poste dagli studenti durante la realizzazione degli scritti rivelano coordinate fondamentali della narrazione delle vite. Ciò che intendiamo come narrazione, autobiografia, racconto di vita ecc. è culturale, storico, inscritto in un contesto collettivo e individuale: e tutto questo a sua volta chiama la necessità dell'orizzonte mitobiografico, che consente (con ricerche, riflessioni e immaginazioni) di dare maggiore estensione e profondità alla storia di vita e al modo in cui intenderla. L'orizzonte mitobiografico arricchisce le possibilità di dare spessore al disegno. L'iscrizione nel collettivo dà valore sistemico all'individuale, responsabilizza e insegna il limite.

La memoria (e tutte quelle "notizie dall'interno"<sup>16</sup> che riteniamo ricordo) raramente segue la linea cronologica del tempo, preferisce le associazioni, gli spunti che aprono storie dimenticate, le narrazioni altrui che offrono o meno riconoscimento. Spesso si tratta di impasti,

---

<sup>16</sup> P. Auster, *Notizie dall'interno* (2012), tr. it. Einaudi, Torino, 2013, in cui lo scrittore si racconta a partire dalle memorie dell'infanzia.

sinestesie legate a più sensi e risonanze, connessioni di interazione con il corpo e il mondo. Un testo è un racconto quando contiene la dimensione del tempo, e nella narrazione di storie di vita la dimensione tempo assume ampia libertà di dispiegamento. Per questo spesso suggeriamo di scrivere per temi, e solo in seguito, eventualmente, di dare una direzione cronologica, un'organizzazione di senso temporale. La successione lineare può servire se diventa una risorsa, non un modo obbligato di seguire il proprio percorso di vita. Si può aprire il tempo ad altre logiche che non siano solo quelle più ricorrenti e conosciute come la logica di causa-effetto, con la fiducia che possiamo “immaginare altrimenti”.<sup>17</sup> La terra necessaria cui ancorarsi per aprirsi al passato e al futuro sta in questo: che la scrittura abbia quel tanto di presente, l'aggancio di consapevolezza, che fornisce la “piattaforma su cui posare i piedi”.<sup>18</sup> Questa è la base sicura quando mi racconto: nel foglio, in me stessa, in un altro che mi legge, mi guarda, mi ascolta. Il presente come destinatario interiore e nel mondo che mi consente di riconoscermi ancorata al reale.

La narrazione biografica può rendere visibili le presenze del passato, gli ambienti e le culture cui appartengo, nonché i possibili sviluppi futuri, desiderati o temuti: tutti questi, la storia conscia e inconscia che mi contiene, costituiscono quelle “presenze invisibili che svolgono tanta parte di ogni vita umana”. Sono “tutti quei magneti che ci attraggono per farci simili o ci respingono rendendoci diversi”.<sup>19</sup> Una volta rese visibili le narrazioni che mi contengono, posso provare a scegliere quanto renderle vitali o mortifere, per quella parte che mi posso concedere. Si scrive “per ritrovare il senso del presente nell'ombra che il passato [e il futuro] getta[no] su questa superficie frantumata”. E nello stesso tempo il presente, se ha dietro il passato e davanti il futuro, “è mille volte più profondo di quando ti preme così da vicino che non puoi sentire altro”.<sup>20</sup>

---

<sup>17</sup> R. Màdera, *Una filosofia per l'anima*, cit., p. 39.

<sup>18</sup> V. Woolf, *Momenti di essere. Scritti autobiografici* (1972), tr. it. La Tartaruga, Milano, 1977, p. 95.

<sup>19</sup> V. Woolf, *op. cit.*, p. 102.

<sup>20</sup> *Ivi*, p. 124.

Il lavoro sta nel fare rete tra le tante trame possibili, lasciando spazio alla molteplicità delle narrazioni ma assegnando loro dei limiti, dei confini, delle rappresentazioni che le contengano. I racconti sono “un di più” in relazione alla vita, un’opportunità di dare voce anche a quello che voce non può e non sa avere. E di tacere quello che voce non vuole averla. Come nel gioco, i racconti possono consentirci di “transitare fra il mondo empirico nel quale stiamo attualmente e uno o più altri mondi possibili” e “sono spazi dove ci intratteniamo, ma in cui impariamo anche a padroneggiare la nostra stessa realtà”.<sup>21</sup> Dare spazio a questo gioco, quando riguarda la propria storia di vita, non è indolore: ma quanti giochi ci hanno richiesto fatica per poi librarci in nuove capacità e possibilità? Quanto insegna il gioco al nostro saper vincere e perdere, alla nostra capacità di reggere la delusione, la frustrazione, il dolore, o lo stesso piacere e la stessa gioia? Si gioca e si racconta, ma si impara anche a giocare e a raccontare. Veder giocare altri, ascoltare o leggere racconti altrui sono vie maestre per le nostre azioni nel mondo e per i nostri racconti su di esse. Le biografie si sostengono e si desiderano a vicenda. Desiderio, trasporto, accoglimento, resistenza, limitazione e fatica sono alcune delle dinamiche presenti in ogni rapporto affettivo. A Philo questo riguarda gli impegnativi esercizi filosofici da praticare per formarsi come analisti biografici a orientamento filosofico, negli scritti richiesti, negli spunti a lezione, nella stanza dell’analisi. Non è eticamente possibile accompagnare la narrazione di un altro se non ci si esercita sulla propria. Nella formazione di chi si prende “cura”, è imprescindibile responsabilità quella di faticare a rimettere in gioco innanzitutto la propria storia di vita, e quindi il proprio sguardo su di sé e sul mondo.

Progressivamente, nell’osservarsi e osservare narrativamente, appare la differenza che passa tra il “vivere per raccontarla”<sup>22</sup> e il “vivere per raccontarsela”, tra provare ad andare a fondo o restare in superficie, ponendo “un limite all’autoinganno”.<sup>23</sup> Che poi la verità

---

<sup>21</sup> P. Jedlowski, *Il piacere di leggere e Top Ten*, I Quaderni della Fondazione Rubbettino, Soveria Mannelli, 2012, pp. 18-19.

<sup>22</sup> G. G. Marquez, *Vivere per raccontarla* (2002), tr. it. Mondadori, Milano, 2004.

<sup>23</sup> Devo questa bella espressione in relazione alla narrazione di sé a Paolo Jedlowski.

non possa essere quella con la maiuscola, fa parte del “patto autobiografico con se stessi”, e con un altro che abbia una disponibilità all'ascolto sufficientemente buona. Gregory Bateson, con estrema efficacia, ci ricorda che la mappa che tracciamo non è mai il territorio che percorriamo. Quell'oggetto esterno che la narrazione produce non è la vita, che rimane sul fondo indicibile, ma consente di metterla in questione. In questione, in dubbio, in domanda, che sono le fonti filosofiche della conoscenza. Così la narrazione diventa una pratica filosofica di spiritualità laica, là dove spiritualità è la capacità dell'essere umano di interagire con la domanda. E di trascendersi, ossia di sentirsi parte di qualcosa molto più grande e molto più piccolo di sé.

Il racconto di sé, dell'altro, con l'altro assume così anche una dimensione etica ed ecologica, se con progressive aperture la narrazione si apre dall'io (e dai piccoli noi qui intorno all'io) al mondo più esteso, che una volta visto diviene comunque parte della nostra responsabilità. È un percorso di responsabilizzazione faticoso, che si avvicina a quanto Bernhard dice a proposito del processo di individuazione junghiano, indicato come un processo di trasformazione dell'uomo e dell'umanità, come si è manifestato in ogni tempo in seno alle religioni, nei miti, nelle filosofie e nell'arte.<sup>24</sup> Possiamo chiamarlo senso, disegno, direzione che coniuga l'individuale e il collettivo: per necessità discorsiva li separiamo, e nel procedere li troviamo compagni. Così l'*ethos* individuale

non è individualistico anzi, al contrario, implica l'inserimento dell'individuo nella collettività, non però in forma di identificazione – il che equivarrebbe alla perdita della personalità stessa – ma come adattamento individuale che permetta al singolo di conservare la sua maggiore o minore differenziazione.<sup>25</sup>

[...] È sufficiente cominciare da un piccolo punto qualsiasi, ad esempio con la mia “auto-mitobiografia”, e portare tale materiale alla coscienza di alcuni uomini maturi per questo. La valanga comincia in un punto e si estende fino alla trasformazione della coscienza collettiva.<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup> E. Bernhard, *op. cit.*, *passim*.

<sup>25</sup> *Ivi*, pp. 151-152.

<sup>26</sup> *Ivi*, p. 231.

È una direzione sempre più valida oggi, in tempi in cui il mondo è messo in questione e la tradizione non ha più un solco in cui necessariamente inscriverci.<sup>27</sup> In tempi in cui (almeno in questa parte di mondo) le possibilità si pretendono infinite, i limiti paiono ogni volta valicabili, ma lo smarrimento è padrone. In tempi in cui l'amplificarsi del collettivo richiede attenzione con sempre più urgenza ed evidenza, e la consapevolezza di questo diventa una necessità etica. La disponibilità mitobiografica dà un nuovo senso anche a quel tanto di narcisismo necessario per trovarci come soggetti, ma che in una prospettiva strettamente autobiografica ci inaridisce. La storia del singolo può assumere valore per l'individuo quanto per la collettività.

Partiamo da qui, scrivevo all'inizio: "Un uomo si propone il compito di disegnare il *mondo*. Trascorrendo gli anni, popola uno spazio con immagini di province, di regni, di montagne, di baie, di navi, di isole, di pesci, di dimore, di strumenti, di astri, di cavalli e di persone. Poco prima di morire, scopre che quel suo paziente labirinto di linee traccia l'immagine del *suo volto*".<sup>28</sup>

E qui ritorniamo: un uomo si propone il compito di disegnare il *suo volto*. Trascorrendo gli anni, popola lo spazio con immagini di province, di regni, di montagne, di baie, di navi, di isole, di pesci, di dimore, di strumenti, di astri, di cavalli e di persone. E mentre vive, può scoprire che quel suo paziente labirinto di linee traccia l'immagine anche del *mondo*.

---

<sup>27</sup> Si veda ad esempio P. Jedlowski, *Il mondo in questione. Introduzione alla storia del pensiero sociologico*, Carocci, Roma, 2009.

<sup>28</sup> J. L. Borges, *op. cit.*, p. 1267.

## **Psicologie del profondo tra passato e futuro**

*di Nicole Janigro*

Da più di quarant'anni, in un modo o nell'altro, la psicoanalisi incrocia la mia vita. Avrò avuto tredici anni quando ho preso in mano i *Tre saggi sulla teoria sessuale* di Sigmund Freud. Ad attirarmi, immagino, sarà stata la curiosità di trovare qualcosa su un tema che premeva ma che per la mia generazione era tabù, dunque andava cercato dappertutto con la speranza di scovarlo da qualche parte. Avrò capito poco o nulla, avevo intravisto però la possibilità di avvicinarmi a qualcosa che parlava di quell'invisibile che stava diventando visibile, nel corpo e nel desiderio. E qualche anno dopo, mentre si salpava alla scoperta delle Indie o delle Americhe, sentivo che la traiettoria del mio viaggio era invece "dentro".

"In" è la proposizione chiave in analisi, credo più importante di "con". "In" è la direzione chiave del momento psicologico, il sito chiave della psicodinamica, la posizione privilegiata dei valori dell'anima. [...] L'attività analitica si svolge all'interno. "In" è dove c'è azione, dove si nasconde la vera persona, il me interiore, ma anche dove il mondo interno si organizza.<sup>1</sup>

Quel dentro, quello spazio e quel tempo nella stanza d'analisi si sono, evidentemente seppure un po' misteriosamente, trasformati in un luogo alla mia dimensione. Lì sono diventata grande, lì mi sono

---

<sup>1</sup> J. Hillman, *L'anima dei luoghi. Conversazione con Carlo Truppi*, Rizzoli, Milano, 2004, pp. 18-19.

curata, li sono ritornata per svolgere una professione dopo averne affrontate altre. Professione impossibile, certo, però nella seconda parte della vita si è quasi imposta, forse perché necessaria alla mia personale ricerca di senso. E poi, la *talking cure* è un'alchimia verbale ininterrotta, una costruzione infinita ancorché passeggera di significati e significanti che nutrono il mio bisogno di persona bilingue di essere circondata da pareti foderate da lessici familiari. Come dice esemplarmente Franco Borgogno in *The Vancouver Interview - Frammenti di vita e opere d'una vocazione psicoanalitica*:

La psicoanalisi è essenzialmente una forma di educazione, un'educazione alla vita e al vivere che può in parte "immunizzare", come affermava Ferenczi, se è capace di contenere la sofferenza senza duplicarla, se è capace di tollerare la paura senza farla divenire terrore, se è capace di mantenere la speranza anche nei momenti bui e di difficoltà potendo intravedere – anche quando è in germe – un futuro [...]. È, in altri termini, un apprendimento dell'esperienza delle emozioni e delle relazioni, che quando funziona genera una "nuova fiducia" e un "nuovo inizio".<sup>2</sup>

Insegnare la psicoanalisi: "un affare paradossale: qualcuno che si suppone sappia insegnare a qualcuno che desidera sapere che cosa significa non sapere"<sup>3</sup> (qui Thomas Ogden riecheggia Jacques Lacan che a sua volta rimanda a Socrate...). Non pensavo mi sarebbe mai capitato. Ancora una volta ha deciso la passione-dannazione relazionale. Il legame con Romano Màdera, compagno di vita, il rapporto con altri amici e colleghi. Come Uber Sossi, al quale ho subito proposto di lavorare insieme: l'andare in coppia mi pareva meno incerto, garanzia di creatività.<sup>4</sup>

---

<sup>2</sup> F. Borgogno, *The Vancouver Interview. Frammenti di vita e opere d'una vocazione psicoanalitica*, Borla, Roma, 2007, pp. 61-62.

<sup>3</sup> T. H. Ogden (a cura di C. Casnati), *Riscoprire la psicoanalisi. Pensare e sognare, imparare e dimenticare*, Cis Editore, Milano, 2009, p. 109.

<sup>4</sup> Così avviene, in diversi periodi, per altri docenti che lavorano in coppia o in gruppo e che condividono a Philo i percorsi e le singole lezioni.

L'espressione "psicologia del profondo", in tedesco *Tiefenpsychologie*, compare quasi all'inizio dell'avventura psicoanalitica. La usa nel 1914 Eugen Bleuler per segnare la sua differenza da Freud, per sottolineare l'esistenza di un fattore unitario, lo psicoide, strutturante il processo vitale. Una definizione, dunque, riferita all'insieme delle ricerche psicologiche che investigano il rapporto tra l'Io e il Noi, tra l'Io e le sue diverse istanze psichiche, conscie e inconscie. Per questo la scelta di chiamare "Psicologie del profondo" il percorso di Philo: per declinare al plurale una proposta di formazione che non si riferisce solo alla psicoanalisi (Freud) e alla psicologia analitica (Jung), ma che ripercorre l'insieme della storia e delle vicende di questo movimento. Per elaborare mappe concettuali capaci di confrontarsi con le contemporanee "malattie dell'anima", orientarsi nel dibattito psicoanalitico attuale e comprendere la particolarità della proposta di analisi biografica a orientamento filosofico. Il paesaggio attuale è culturalmente ricco e vivace, ma preoccupato di norme e leggende; è la burocrazia, oggi, la camicia di forza che tenta di imbrigliare la volatilità della psiche. E la psicoanalisi è ancora impegnata nell'inseguimento dell'impresa perduta, quell'ideale di scientificità ricercato fin dalle origini, e il *trend* premia la scientificità dell'approccio al quale sfugge l'inesorabile eccedenza dell'oggetto d'indagine dove lo storico della psichiatria trasmuta nel cognitivo farmacologico.<sup>5</sup> Così la psicologia pervade la manualistica, mentre la psicoanalisi, spesso persa nei suoi codicilli e codici, ha ceduto molto della sua rilevanza.

In un'epoca che ansima perché non trova tempo per la vita, campa nel timore di ogni dipendenza relazionale, nella quale sono la performance e il dio denaro a dettare legge, investire nell'inafferrabilità di "conversazioni speciali", come le chiamava Freud, assume di nuovo un significato controcorrente. Qui la sua attualità: è ancora quella cornice la relazione umana che permette di attivare lo stato mentale capace di varcare soglie, tra conscio-preconscio-inconscio, di trasformare la propria esperienza emotiva in parole, di essere riconosciuti dagli altri, di ricevere la loro "risposta originale" come scrive il

---

<sup>5</sup> Per una sintesi del dibattito si veda S. Argentieri, S. Bolognini, A. Di Ciaccia, L. Zoja, *In difesa della psicoanalisi*, Einaudi, Torino, 2013.

poeta Robert Frost. Le conversazioni speciali intrecciano dimensione reale, quotidiana, ricerca del non detto, sottotesto: sono sì private ma, di fronte a un altro, assumono anche una dimensione pubblica. Favoriscono lo spazio privato del sé, quella conversazione interna conosciuta con il nome di sogno, quel “pensare per immagini” affine alla contemplazione, permettono di tenere il filo del percorso a zig zag di ogni esistenza umana. È questo che le rende uniche, difficilmente narrabili. E forse è questo l’imprinting che rende così improbabile la prosecuzione delle conversazioni speciali fuori dalla stanza d’analisi.

*Conversazioni al confine del sogno*: così le chiama Ogden,<sup>6</sup> un autore che ci fa da guida nella strutturazione del lavoro seminariale di psicologia del profondo. Per cogliere il rapporto dialettico tra analista e compagno d’analisi, per udire più distintamente il dialogo incessante che si intrattiene con se stessi, bisogna essere pronti all’ascolto. Farsi l’orecchio. Con la poesia, il romanzo, la musica. Nei suoi gruppi Ogden propone la lettura a voce alta di testi letterari e di classici della psicoanalisi, per offrire diversi punti di vista, amplificare lo sguardo, accrescere la capacità di ascolto del testo dell’altro. Così il testo diventa il pre-testo, come fosse un caso clinico, che può formare una “pratica dell’ascolto”. Qualcosa di molto simile all’abitudine di commentare una situazione clinica usando il gruppo come la “mente collettiva dell’analista”.<sup>7</sup> A Philo la pratica dell’ascolto si costruisce anche attraverso esercitazioni dove le psicologie del profondo si arricchiscono nell’interdipendenza con le metodologie sistemiche, le pratiche filosofiche e corporee.

Proprio il tema delle conversazioni ha prodotto un collettivo *work in progress* nell’incontro del seminario residenziale del luglio 2011.<sup>8</sup> Le giornate del residenziale sono un po’ il momento clou dell’attività di formazione a Philo: un confronto fecondo, e anche non facile, tra

---

<sup>6</sup> T. H. Ogden, *Conversazioni al confine del sogno* (2001), tr. it. Astrolabio, Roma, 2003.

<sup>7</sup> Sulla “mente collettiva” si vedano i saggi di Domitilla Melloni e Uber Sossi.

<sup>8</sup> Il seminario residenziale di Philo, che appartiene al programma didattico della scuola, prevede quattro giorni di lavoro degli studenti con tutti i docenti e si svolge nella prima metà di luglio ogni anno, in località fuori Milano. Ogni residenziale è dedicato a un tema differente, nel 2011 il tema era appunto “Conversazioni”.

mondi mentali e personalità differenti nel quale le diverse conoscenze intellettuali e teoriche abbiano possibilità di integrarsi con le pratiche e le conoscenze autobiografiche.

Ogni anno il percorso di psicologie del profondo ha dei *leitmotiv*, uno o due argomenti che ben si prestano a incroci letterari/corporei/filosofici: tempo, desiderio, tradimento, doppio, identità di genere, creatività, amore. L'evidente correlazione tra letteratura e psicoanalisi accompagna dalle origini il dibattito teorico sullo statuto della psicoanalisi, ancora oggi è evidente la differenza di forma tra una cartella psichiatrica e un resoconto clinico. Rendere, rappresentare – non riprodurre – l'irriducibile, *l'unicum* dell'incontro intersoggettivo che accade in ogni seduta, richiede un "montaggio letterario" capace di stratificazioni di tempi e di storie. E, dai tempi di Freud, la storia della psicoanalisi è, anche, storia della scrittura dei suoi casi: dalla "licenza di narrare" il materiale esistenziale di un altro ai tentativi attuali di raccontare l'incontro, il *pas de deux* dei compagni d'analisi.<sup>9</sup> A volte, è il contenuto di un romanzo che può indicare una prospettiva che, nel nostro mondo, è spesso *letteraria*, perché legata a una dimensione che è più individuale e solitaria. A volte, una pagina libera l'immaginazione, aggiunge intuizioni che prospettano soluzioni che nel *vis à vis* dentro la stanza non si presentano immediatamente. I personaggi letterari possono aiutare quelli reali che il terapeuta ha di fronte. Altre volte la letteratura permette la scoperta di mondi mentali che la psicoanalisi, in bilico tra innovazione e conservazione, ha faticato a esplorare.<sup>10</sup> Per questo chiamiamo "poetica" la clinica che non rinuncia a curare l'irripetibile unicità dell'umano.

La percezione di vulnerabilità dell'uomo contemporaneo, tecnologicamente potente nella costruzione di protezioni e protesi che differiscano il suo impatto con il mondo, diventa estrema nell'esposizione alla relazione, inscindibile dalla "normale infelicità umana".

---

<sup>9</sup> Al rapporto tra letteratura e psicoanalisi è dedicato AA. VV. (a cura di C. Pavoni), *Vite che non sono la mia*, *Rivista di psicologia analitica*, n. 37, nuova serie, 89/2014.

<sup>10</sup> N. Janigro, "Una stanza per due: omosessualità in letteratura e psicoanalisi", in AA.VV. (a cura di R. Mâdera), *Il senso di psiche*, *Rivista di psicologia analitica*, n. 24, nuova serie, 76/2007.

Uomini e donne arrivano nella stanza d'analisi cercando liberazione dal "traumatismo diffuso" che è la vita. Così il nascere, il crescere, le stagioni della vita, l'invecchiare e il perire, passaggi cruciali ma inevitabili di ogni esistenza, si colorano di nero, ogni mutamento di stato – corporeo in primo luogo – è vissuto come una perdita. Stracarico di ninnoli e gadget l'uomo postmoderno si aggira per il mondo perennemente astenico, spesso drammaticamente consapevole della sua contraddizione di essere ricco di merci, povero di energia vitale. Attraversamenti generazionali, lutti e separazioni, naturali tappe biologiche, dall'adolescenza alla vecchiaia, producono, all'interno di un sentimento pervasivo d'inadeguatezza, un malessere che diventa richiesta di cura. Nella struttura della personalità il paesaggio della sofferenza è trasmutato: dal conflitto al deficit, dalla colpa alla vergogna, da Edipo a Narciso. Il migrare del sintomo – dall'isteria all'anoressia – riassume cent'anni di storia della psicoanalisi. Intanto interseca le vicende di tutto il Novecento.

La patologia si annida nel corpo, è lui il malato, il soggetto debole che mina la produttività richiesta, porta i segni della fatica di essere se stessi, non riesce a nascondere i moti dell'emotività. La dannazione è del corpo – laddove si afferma l'ideale del "senza corpo": un futuro da droni? Le manifestazioni somatiche denunciano l'insormontabilità del corpo, confessano il nostro essere nel tempo. Segnano il limite delle nostre vite interminabili. La ricerca di un supplemento di realtà anche nelle attività simboliche, si pensi alle forme attuali della *body art*, sembra compensare la mancanza di presa sul corpo di ognuno.<sup>11</sup>

Proprio per questo sono cruciali, a Philo, le esperienze corporee. Che per potersi compiere richiedono un ritmo diverso da quello mentale, una fatica diversa, una velocità diversa... E la scoperta della lentezza scombina ruoli e dinamiche, offre a ognuno un altro punto dal quale osservare se stessi e il gruppo.

Il confronto odierno tra approcci e teorie non credo possa eludere la radicale e spesso disperata domanda di senso che investe la coppia analitica. Non solo perché l'irripetibilità di ogni seduta porta vicino

---

<sup>11</sup> Cfr. F. Borrelli, M. De Carolis, F. Napolitano, M. Recalcati, *Nuovi disagi nella civiltà*, Einaudi, Torino, 2013, p. 36.

alla tragicità della vita (Wilfred Bion), ma perché la crisi dei dispositivi culturali e sociali, dei “garanti metasociali” come li chiama René Kaës, non può non investire la *realtà psichica* della zattera analitica.

Che la *Weltanschauung* di un individuo sia direttamente connessa col benessere della psiche risulta dal fatto che per l'uomo e la sua salute psichica il modo di concepire e intendere le cose ha un'enorme importanza, al punto che si potrebbe quasi dire che le cose non sono tanto come sono quanto come noi le vediamo. Se ci facciamo un'idea sfavorevole di una situazione o una cosa, il nostro piacere è guastato, e di fatto essa risulta perlopiù sgradevole. E, all'opposto, quante cose diventano sopportabili, e addirittura possibili se riusciamo a rinunciare a certi pregiudizi e mutare il nostro punto di vista!<sup>12</sup>

Freud, Spielrein, Adler, Ferenczi, Jung, Klein, Winnicott, Bion, Milner... La soggettività di ciascuno sta nell'intreccio tra vita e opera. Per questo, ogni volta, diari e biografie, materiali altri rispetto alle opere teoriche, sono utilizzati per “leggere” un autore. Ma come leggerli per capire in che modo e cosa scrivono? Forse, suggerisce Ogden, attraverso una “lettura transitiva” – in cui noi facciamo qualcosa al testo, lo interpretiamo – e una lettura “intransitiva” – quando ci abbandoniamo all'esperienza del leggere, e nel farlo diventiamo un po' kleiniani, freudiani, bioniani.<sup>13</sup>

Un esempio: Donald Winnicott scrive in modo apparentemente molto semplice ma, a ri-leggerlo, ci si accorge quanto i suoi testi (in molti casi stesure di conferenze) siano sfuggenti. Winnicott introduce argomenti che poi lascia cadere, ha un andamento musicale, poetico, in certi momenti salta di palo in frasca: scrive come parlano i “suoi” bambini? La sua è “poesia in prosa”,<sup>14</sup> talvolta enigmatica. Winnicott infatti procede per *insight*, come scrive nella sua biografia Robert

---

<sup>12</sup> C. G. Jung, *La psicoterapia oggi* (1945), in Id., *Opere*, vol. XVI, tr. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1993, p. 110.

<sup>13</sup> T. H. Ogden (a cura di C. Casnati), *Il leggere creativo. Saggi su fondamentali lavori analitici*, Cis Editore, Milano, 2012, p. 2.

<sup>14</sup> T. H. Ogden “Leggere Winnicott”, in Id. *Conversazioni al confine del sogno*, cit., pp. 117-134.

Rodman.<sup>15</sup> Nasce in piena epoca vittoriana, terzo figlio di un commerciante di successo, a nove anni viene mandato in collegio e successivamente si dedica allo studio della medicina. Si sposa a venticinque anni, a trentatré inizia l'analisi con Alix Strachey, curatore delle opere di Freud in inglese. L'anno di svolta, personale e professionale, nella sua esistenza è il 1945. Durante la guerra ha accumulato una grande esperienza lavorando con i bambini sfollati, e ha conosciuto l'assistente sociale Claire Britton, che nel 1952 diventerà la sua seconda moglie. Dopo due infarti seguiti da un terzo dopo il suicidio di una paziente, Winnicott affronta la crisi del suo primo matrimonio con Alice Taylor – un matrimonio mai consumato. Nel 1945 presenta alla Società Psicoanalitica Britannica *Lo sviluppo emozionale primario*, del 1951 è l'importante lavoro sul tema dell'"oggetto transizionale", i maggiori gruppi di scritti si collocano tra il 1958 e il 1968. Muore a Londra nel 1971.

È solo un breve esempio delle possibilità ermeneutiche nel leggere un autore, dell'intreccio tra i grandi temi della vita di Winnicott (padre assente, madre depressa, blocco della sessualità...) con le sue elaborazioni teoriche sul trauma, il gioco, il Vero/Falso Sé. Pediatra, prima di divenire analista, il pensiero di Winnicott ha una dimensione storica – celebre il suo detto: "Meglio il bambino bombardato che il bambino evacuato" –, la sua visione della configurazione della relazione originaria lo avvicina alle teorie dell'attaccamento e all'etologia. L'elaborazione dei concetti di contenitore/contenuto rappresenta tuttora uno degli assunti guida nell'indagine del rapporto madre/figlio e delle sue assonanze con l'esperienza vissuta dalla coppia analitica. Tutto questo fa di Winnicott un autore significativo per l'insieme della riflessione di Philo.

Anche nel caso di Bion questo stile di lettura<sup>16</sup> produce scoperte interessanti. Già nella sua bibliografia, i titoli che accompagnano lo sviluppo del pensiero teorico appaiono nettamente distinti dalla scrittura autobiografica. Al punto che non sono pochi coloro che, pur co-

---

<sup>15</sup> F. R. Rodman, *Winnicott. Vita e opere* (2003), tr. it. Raffaello Cortina, Milano, 2004.

<sup>16</sup> "Leggere Bion" in T. H. Ogden, *L'arte della psicoanalisi* (2005), tr. it. Raffaello Cortina, Milano, 2008, pp. 97-115.

noscendo bene la sua opera, non sanno di questi suoi *altri* testi. I suoi scritti teorici, soprattutto quelli più noti, sono didascalici e impersonali, risultano ostici per il linguaggio logico-matematico adottato e per la loro schematicità. I suoi scritti autobiografici<sup>17</sup> inseguono invece il tentativo di rendere sulla pagina il funzionamento mentale, che associa e dissocia, evoca l'infanzia in India, procede in modo poetico (Bion conosceva e amava molto la poesia) tra fatti reali, rimembranze, avvenimenti successivi. Cerca lo stile capace di rendere la nostra mente in contemporanea: mentre lavora condensando sapori e odori, visioni del tempo passato, futuro, presente.

Per me Philo rappresenta la possibilità di mettere in pratica un'idea di formazione dove la trasmissione di contenuti non è separata dalla dimensione individuale. La mia storia personale, un percorso a zig zag, con affondi in ambiti diversi, mi spinge a dedicare un'attenzione particolare al rapporto tra l'individuo e la società, a non dimenticare nell'incontro delle *due persone che parlano in una stanza*<sup>18</sup> il rapporto fra l'io e il mondo. È tenere insieme l'alto, l'astrazione dell'idea, con il basso, il peso del corpo e la fatica della quotidianità. Il filo che li tiene insieme, nella mia vita e nella mia professione, è la relazione, intorno alla quale continua a tormentarsi e a interrogarsi la *talking cure*.

La psicoanalisi, arte artigiana, ci ricorda che l'incontro con l'Altro, lo straniero, è già nel mondo onirico di ciascuno. Il lavoro sul sogno si apre al confronto con le immagini della tradizione spirituale, della pittura e del cinema, al confronto con le immagini del Gioco della sabbia,<sup>19</sup> al lavoro sui casi clinici.

Spesso all'insaputa le une dalle altre, le riflessioni di scuole diverse avanzano per sentieri molto simili. Al centro sta la consapevolezza

---

<sup>17</sup> W. R. Bion, *La lunga attesa. Autobiografia 1897-1919* (1982), tr. it. Astrolabio, Roma, 1986; *A ricordo di tutti i miei peccati. Seconda parte di un'autobiografia* (1985), che comprende anche *L'altra faccia del genio. Lettere ai familiari* curata dalla moglie Francesca Bion, tr. it. Astrolabio, Roma, 2001.

<sup>18</sup> L. Nissim Momigliano, "Due persone che parlano in una stanza" (1984), in Id. (a cura di A. Robutti), *L'ascolto rispettoso. Scritti psicoanalitici*, Raffaello Cortina, Milano, 2001, pp. 111-124.

<sup>19</sup> P. Aite, *Paesaggi della psiche. Il gioco della sabbia nell'analisi junghiana*, Bollati Boringhieri, Torino, 2002.

ormai acquisita dell'infinita potenza dello strumento relazionale, raffinata da conoscenze neurologiche che confermano le intuizioni sulle trasformazioni prodotte da una situazione empatica prolungata e dalla funzione di rispecchiamento del transfert: un *setting* che si affettivizza, mentre il mondo si disumanizza. La *talking cure*, nonostante ci appaiono naturalmente superati molti assunti dei classici, conserva il potere della trasformazione. Oggi l'accento è sulle caratteristiche reali dell'incontro, sulla qualità empatica, sulla costruzione intersoggettiva, inconscia e asimmetrica, che dà vita al *terzo analitico* (Ogden). In questa visione il controtransfert è uno strumento di lavoro, la soggettività del terapeuta una particolarità che può contribuire al percorso di individuazione del compagno d'analisi.

Come mai si diventa terapeuti? Per riuscire noi stessi ad avere meno timore di quello che può produrre la nostra mente (Bion), per riuscire a sopportare l'insostenibile peso dello spazio psichico (Julia Kristeva), per risanare, dice Harold Searles, il

senso di colpa inconscio per non essere riusciti a curare i nostri genitori [...]. La tendenza a comportarsi essenzialmente come terapeuta con i propri simili non è soltanto di quegli individui, relativamente poco numerosi, che nella vita scelgono la psicoanalisi o la psicoterapia come professione, ma caratterizza costitutivamente gli esseri umani. Forse, però, questo interesse si concretizza in una vera e propria attività soprattutto in coloro che hanno consacrato gran parte della fanciullezza a fare da terapeuti ai propri familiari, e per i quali questo agire da terapeuti è stato fondamentale per lo sviluppo di una propria complessa e totalizzante identità personale, ma anche frustrato dalla mancanza del riconoscimento di risultati positivi e duraturi.<sup>20</sup>

La riflessione sul transfert accompagna la storia della psicoanalisi, le potenzialità e pericolosità del *setting* hanno appassionato e diviso i suoi protagonisti. Da Freud a Jung da Ferenczi a Lacan, fino agli sviluppi recenti che studiano le due menti al lavoro anche in una prospettiva neuroscientifica. L'integrazione di sguardi diversi arricchisce.

---

<sup>20</sup> H. F. Searles, *Il controtransfert* (1979), tr. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1994, p. 130.

Si pensi solo a quanto l'attenzione alla prospettiva sistemica sia cruciale per riuscire a collocare la coppia nel suo contesto.

La stanza d'analisi, dove l'inafferrabile del senso dell'esistenza può essere vissuto e condiviso in coppia, una narrazione interminabile dove il racconto *transita* tra i due, un raccontarsi di cui l'altro è il testimone:

La ricerca del sé resta una delle pratiche più terapeutiche che esistano: essa consiste nel tentativo di avvicinare il più possibile il nostro pensiero all'essere che siamo, nello sforzo di trasformare la nostra vita in esperienza.<sup>21</sup>

Perché nel caos della sua unicità l'individuo ha bisogno dell'altro, come ci insegna Martin Buber, e di Altro.

---

<sup>21</sup> P. Jedlowski, *Storie comuni. La narrazione nella vita quotidiana*, Bruno Mondadori, Milano, 2000, p. 116.



## **Con arte e intuizione: la (tras)formazione dell'analista filosofo**

*di Uber Sossi*

Non esiste in realtà una cosa chiamata arte.  
Esistono solo gli artisti.<sup>1</sup>

Sono sempre stato affascinato dall'incredibile capacità creativa degli individui, dall'abilità e dalla perizia nell'utilizzo di strumenti e tecniche, meravigliato nel veder progettare, costruire e realizzare un'opera d'arte a partire da materiali talvolta semplici e alla portata di tutti. Sin dalla mia infanzia, una delle domande più frequenti che mi pongo è: *come si fa?*<sup>2</sup>

La mia prima esperienza in tal senso è stata osservare il lavoro in casa di mia madre. Ero incantato nel vederla cucinare, una delle sue passioni: dall'attenzione nella scelta dei cibi, alla perizia nel manipolarli, all'utilizzo delle giuste quantità, all'impiego degli strumenti più adatti, al valersi degli infiniti segreti tramandati da madre in figlia, alla composizione del piatto finale, complesso nei suoi colori e sapori. Saggia nel darsi un tempo per sé, spesso la vedevo nel suo paziente scegliere i fili, uno per uno, con attenzione allo spessore e alla sfumatura, in lunghe ore di ricamo pomeridiano o silenziosa nel suo notturno e segreto tracciare segni misteriosi sulla carta, quando ancora nulla sapevo di scrittura. E così di anno in anno, di esperienza in esperienza. Da mia madre passai a osservare mio padre: come riusciva ad andare in bicicletta, a giocare a scacchi? Come faceva a tradurre storie bellissime da indecifrabili pagine piene di geroglifici neri. Come si fa?

---

<sup>1</sup> E. Gombrich (a cura di M. L. Spaziani), *La storia dell'arte raccontata da Ernst H. Gombrich* (1950), tr. it. Einaudi, Torino, 1966, p. 3.

La stessa meraviglia e la stessa curiosità le ritrovai, più grande, nella scoperta per me fondamentale della musica, nell'apprendere a suonare uno strumento, e poi nell'arte, soprattutto nella pittura e nella scultura. Ancora oggi mi trovo a perdermi nei particolari di una tela, nel seguire e immaginare il movimento esperto della mano che ha tracciato una pennellata, a restare incantato nel pensare come un artista abbia saputo immaginare i possibili giochi di luce e ombra di una statua solo guardando un pezzo di legno grezzo. Questa passione per il "come si fa?" mi accompagnerà per tutta la vita.

A partire da questo interrogativo sono andato sviluppando, nel corso degli studi e dell'esperienza professionale, alcune solide convinzioni. La prima è che non c'è arte se non ci sono passione e intuizione. La seconda è che non c'è tecnica senza umiltà e pazienza. Come a dire che ogni capolavoro, termine che poi ho ritrovato con piacere a Philo, ha in sé qualcosa che da una parte eccede l'umano e dall'altra necessita della volontà personale. Da una parte viene dal basso, dall'altra dall'alto; dall'esterno, ma anche necessariamente dall'interno. E in tutto questo c'è poi qualcosa di straordinario, di già visto eppure nuovo, di indicibile e inconoscibile a priori, di ingovernabile, di ex-statico.

Le mie passioni mi hanno portato a scegliere percorsi di studio in cui la ricerca teorica, sia filosofica sia scientifica, viaggiasse di pari passo con la contemplazione dell'opera d'arte, fosse un poema epico, piuttosto che un affresco o una sonata. Al liceo incontrai per la prima volta la psicoanalisi, grazie a un insegnante di filosofia illuminato, benché molto accademico, che ci presentò il pensiero e l'opera di Sigmund Freud. Fu amore a prima vista. Vi trovai il perché di tante mie domande, curiosità, ricerche: il profondo. Questo spazio altro, infinito e sconvolgente, affascinante e spaventoso, che tutto contiene e da cui, forse, tutto scaturisce. Questo luogo in cui poter trovare un senso, mai completo e bastevole, dei propri desideri, delle proprie paure, dei propri percorsi. Il luogo in cui cercare il proprio sé, ma anche tutto ciò che è altro da sé.

La psicoanalisi, o meglio le psicologie del profondo, sono diventate un riferimento di vita chiaro e nutritivo: dalla scelta professionale al

percorso di ricerca personale, dal modo in cui accostare e attraversare le diverse culture e i loro prodotti al modo di stare in relazione e di posizionarsi nella complessità della realtà.

Il cerchio si è chiuso poi, per meglio aprirsi, quando ho potuto riscoprire un modo nuovo e insieme molto antico di comprendere e vivere la filosofia, da me tanto amata quanto temuta, tanto desiderata quanto incompresa negli anni dell'adolescenza. La filosofia come stile di vita, nella proposta di Pierre Hadot e poi di Romano Màdera, mi ha fatto legittimare ciò che senza capire avevo già compreso: la ricerca, soprattutto interiore, è vana se non è ancorata alla vita. Sterile è l'una senza l'altra.

Tutto andava a ricomporsi, a trovare una connessione, un'illuminazione reciproca. Se filosofia era sinonimo di personale stile di vita e le psicologie del profondo erano il metodo di ricerca delle radici del proprio personale progetto esistenziale, del proprio sé, della propria vocazione a esistere, avevo trovato la strada. Non solo, questa strada aveva un nome: analisi biografica a orientamento filosofico. Potevo definirmi filosofo

perché impegnato a trasformare la [mia] esistenza in una consapevole pratica di ricerca di senso, partecipando alla vita di una comunità-scuola filosofica e dando[mi] una disciplina individuale e costante di esercizi corpo-mente finalizzati a questa ricerca.<sup>2</sup>

Ed era proprio a partire da questa “vocazione” che potevo anche essere analista: un professionista della relazione capace di

aiutare gli altri a riportare ai nessi biografici ogni contenuto si presenti, invitandoli all'autoriflessività propria del racconto e della scrittura autobiografica (...) [analista che] sa stare nel rapporto con l'altro sentendo e interrogando ciò che passa nella relazione, innescando stati emotivi e capacità cognitive sedimentati nella storia dei parteci-

---

<sup>2</sup> Si veda “Chi è e che cosa sa fare l'analista filosofo (in 14 punti)”, <http://www.scuolaphilo.it/abof14.html>.

panti all'incontro. In altri termini, sa stare nella relazione trasferale e cotrasferale.<sup>3</sup>

Nel corso degli anni, dopo diversi studi ed esperienze lavorative, percorsi di ricerca analitici e spirituali, nella sincronicità o casualità degli incroci e degli avvenimenti, ho avuto l'opportunità di incontrare Romano che con me, insieme ad altre compagne e altri compagni di viaggio, ha scelto di condividere il progetto di Philo.

Sono stato quindi particolarmente felice quando mi è stato affidato, condividendolo con Nicole Janigro, il percorso formativo di "Psicologie del profondo", uno dei percorsi del corso quadriennale della Scuola in analisi biografica a orientamento filosofico. Insieme, nel corso degli anni, abbiamo cercato di trovare la forma più adatta ed efficace per condurre allieve e allievi a sviluppare le loro capacità personali come analiste e analisti, professionisti capaci di favorire la trasformazione mediante la particolare *talking cure* che è l'analisi, così come prefigurata dalle diverse psicologie del profondo.

La nostra proposta formativa è ancorata all'idea che

la teoria e la pratica analitica procedono intrecciate al mutare dell'ambiente storico e sociale, nel mondo esterno, e nel mondo interno l'uomo vive un'altra dimensione: il loro rapporto appare contorto e spesso incoerente, ma proprio qui si manifesta e si rinnova la funzione culturale dell'"avvenire di un'illusione". Il suo sapere, da sempre alla ricerca di uno statuto scientifico, è inscindibile dalla pratica artigianale della clinica, dall'incontro con gli straniamenti identitari della contemporaneità.<sup>4</sup>

Ogni teoria, quando viene applicata alla realtà, genera una serie di metodi e di tecniche con cui prova a leggere, conoscere e agire sulla realtà stessa. All'interno del percorso di Philo che conduco con Nicole, uno degli obiettivi è fornire la possibilità di accedere, insieme alle teorie, alle diverse tecniche ideate e sperimentate nell'ambito del

---

<sup>3</sup> *Ibidem.*

<sup>4</sup> Si veda la presentazione del percorso di Psicologie del profondo alla pagina web <http://www.scuolaphilo.it/abof.html>.

profondo da oltre un secolo, con la consapevolezza delle loro ricchezze e dei loro limiti, delle loro possibilità e dei loro rischi. Esse infatti, se da una parte costituiscono gli strumenti propri del percorso analitico, dall'altra parte non possono sostituire, bensì solo facilitare, il ruolo e la funzione dell'analista e la sua capacità di "far crescere attraverso se stesso" l'altro, conducendolo là dove è arrivato l'analista stesso, e anche oltre. Tuttavia la tecnica analitica è l'ordito sul quale analista e analizzando tessono la trama della loro relazione: l'ordito deve essere ben costruito, pensato, fatto con sapienza ed esperienza, perché possa sostenere e reggere la complessità della trama.

Nel corso di questi anni, in un dialogo fruttuoso ed entusiasmante con Nicole, ci siamo spesso interrogati su quale potesse essere la struttura più efficace da dare alla formazione psicoanalitica dell'analista filosofo, accanto e in integrazione rispetto a tutti gli altri saperi e sguardi proposti da Philo.

La storia della psicoanalisi ci mostra, fin dalle sue origini, il continuo interrogarsi sulla questione della formazione dell'analista. Agli inizi questa riguardava sostanzialmente la lettura dei testi di Freud e qualche approccio iniziale costituito da alcuni colloqui e dall'analisi dei sogni, finalizzato alla scoperta dell'inconscio. Si dovettero attendere il Congresso di Norimberga del marzo 1910 e il controverso sforzo organizzativo di Sándor Ferenczi per trovare le prime indicazioni precise sul percorso per diventare psicoanalisti. In quell'anno nacque infatti l'IPA, l'International Psychoanalytical Association, e all'interno di questa l'International Training Committee, con il compito di stabilire, governare e valutare le modalità della formazione, in particolare l'obbligo di sottoporsi a un'analisi personale. Per altro già Freud si era dichiarato perplesso riguardo a una formazione che fosse soltanto teorica e appresa attraverso i soli testi clinici.

Fu Hermann Nürnberg, durante il Congresso di Budapest del 1918, a proporre su sollecitazione di Freud che ogni analista dovesse sottoporsi a un'analisi personale. Tale proposta fu fortemente discussa e si dovette aspettare il Congresso di Bad-Homburg del 1926 perché venisse definitivamente accolta, nonostante alcune strenue opposizioni, dando origine al concetto e all'esperienza dell'"analisi didattica".

Si deve a Max Eitington, nominato nel medesimo congresso presidente dell'International Training Committee, l'ideazione del *sistema tripartito* "analisi personale, formazione teorica, analisi di controllo" quale linea guida per la formazione dell'analista. Fu poi Hanns Sachs, su indicazione dello stesso Freud, il primo analista nominato per l'addestramento dei nuovi candidati all'Istituto di Berlino.

Nel corso del tempo le diverse scuole psicoanalitiche si sono ricorsivamente interrogate sulla giusta maniera di formare i loro allievi, mostrando scenari tra loro molto diversi e non sempre coerenti con le intuizioni e le indicazioni originarie di Freud. Certamente originale è la visione di Jacques Lacan, che introdusse il dispositivo della *passé*, un rito mediante il quale l'analizzando, generalmente al termine dell'analisi, si legittima e si autodichiara analista, in quanto capace di entrare in dialogo con il sapere inconscio e di decifrarne il linguaggio e la sua sintassi.

Philo propone in sostanza il modello tripartito di Sachs. La formazione primaria e imprescindibile resta infatti il percorso psicoanalitico di almeno 200 ore, liberamente scelto tra le proposte delle diverse psicologie del profondo. Questo percorso è completato da un'ulteriore formazione, specificatamente di analisi biografica a orientamento filosofico, di almeno 50 ore, finalizzata a individuare i miti della biografia di ciascuno, necessari alla costruzione del capolavoro finale.<sup>5</sup>

Sarebbe impossibile e fuorviante credere di poter stabilire in modo formale e definitivo una formazione su un oggetto e un sapere che di per sé sfugge a qualsiasi definizione e limitazione, cioè l'inconscio, di dire su di esso una parola definitiva. Impossibile e illusorio poter governare l'infinito impulso creativo dell'immaginazione e definire gli strumenti della sua interpretazione. Interpretazione che nasce e trova il suo senso esclusivamente in un preciso rapporto duale, che crea connessioni proprio a partire da quella relazione e dall'accettazione della sua limitatezza. Connessioni che sono caratterizzate dall'irripetibilità della storia di ciascuno dei due interlocutori e dello spazio

---

<sup>5</sup> Sul capolavoro si veda il saggio di Romano Màdera.

analitico che li racchiude, della lingua propria di quella specifica relazione, del terzo analitico<sup>6</sup> che li comprende e li supera.

Dunque la formazione dell'analista è fin dalle sue origini principalmente l'analisi personale, come sottolinea Freud:

Noi crediamo che chiunque voglia esercitare analisi sopra altri, si sottoponga egli stesso ad una analisi [...]. Soltanto dopo aver effettivamente provato sulla propria pelle, più propriamente sulla propria anima, i processi asseriti dalla psicoanalisi, i nostri allievi acquistano quelle cognizioni di cui si serviranno più tardi come analisti.<sup>7</sup>

L'analisi personale è quel percorso trasformativo in grado di attraversare i processi inconsci e far sperimentare una relazione forte e significativa, fino a raggiungere da parte del soggetto “la necessità di occupare la posizione dello psicoanalista”.<sup>8</sup>

A Philo spesso richiamiamo l'aspetto “vocazionale” della professione analitica: l'analisi non è solo una professione, è un modo di stare al mondo, di stare nella relazione, di stare in contatto con il sé.

Oltre all'analisi personale, nel percorso che conduco con Nicole proponiamo una formazione al sapere e allo sguardo psicoanalitici che intreccia aspetti teorici e pratici, esercitazioni autoanalitiche e studio di casi, collegamenti e approfondimenti con altri saperi quali la letteratura, l'arte, l'antropologia, ma anche il cinema, la musica, la storia delle religioni e delle spiritualità. Anche questo era già in Freud che scriveva:

---

<sup>6</sup> Il “terzo analitico intersoggettivo” è un'espressione utilizzata da T. H. Ogden per definire un terzo soggetto che appare nella relazione analitica quale prodotto creato dalle comprensioni emerse dal dialogo inconscio tra paziente e analista. Si veda al riguardo T. H. Ogden, *Rêverie e interpretazione* (1997), tr. it. Astrolabio, Roma, 1999 e il successivo T. H. Ogden, “The Analytic Third: An Overview”, in S. Mitchell, L. Aron, *Relational Psychoanalysis: The Emergence of a Tradition*, Analytic Press, Hillsdale, NJ, 1999.

<sup>7</sup> S. Freud, *Il problema dell'analisi condotta da non medici. Conversazione con un interlocutore imparziale* (1926), in Id., *Opere*, vol. X, tr. it. Boringhieri, Torino, 1978, p. 366.

<sup>8</sup> Intervista a Ettore Perrella consultabile alla pagina web <http://www.manifesto.perladifesadellapsicanalisi.it/Documenti/intervista%20a%20ettore%20perrella.pdf>

La cosiddetta preparazione medica mi sembra una via contorta e pesante per giungere alla professionalità analitica [...] crea un aggravio di nozioni che [l'analista] non potrà usare mai, rischiando inoltre di distogliere il suo interesse e il suo atteggiamento intellettuale dallo studio dei fenomeni psichici. Il piano di studi per l'analista è ancora da creare. Esso dovrà comprendere materie tratte dalle scienze dello spirito, dalla psicologia, dalla storia della civiltà, dalla sociologia, oltre che elementi di anatomia, biologia e storia dell'evoluzione.<sup>9</sup>

Al termine del percorso di Philo, dopo aver discusso il capolavoro finale, è possibile chiedere l'ammissione a SABOF, la Società di analisi biografica a orientamento filosofico, dove al nuovo socio viene richiesto un minimo di ottanta ore di supervisione iniziale sui propri casi clinici. Si conclude così la formazione "di base" dell'analista, ma formazione permanente e approfondimento continuo sono un modo di stare sempre nella professione. Considerare concluso il proprio percorso formativo significherebbe porre un limite a uno spazio infinito e mai conoscibile del tutto come la psiche umana. L'analista cresce sempre con i suoi analizzandi. Non è poi del resto raro che senta il bisogno di tornare in analisi, o di uno spazio personale di supervisione o di ricerca di sé tramite altre vie. E questo, oltre che un'opportunità per sé, risulta essere una garanzia per i propri analizzandi.

A fianco della necessaria analisi personale, la formazione psicoanalitica già a partire da Freud ha previsto la partecipazione a "seminari teorico-clinici". Nel percorso dedicato alle psicologie del profondo riprendiamo la tradizionale formazione seminariale, attraversando i grandi temi del percorso psicoanalitico, dal punto di vista sia teorico sia clinico, mediante la presentazione di casi e la possibilità di sperimentare laboratorialmente su di sé alcuni aspetti della tecnica e della metodologia psicoanalitiche. In tal senso si cerca di rispondere alla domanda "esiste un sapere psicoanalitico?". Certamente la risposta è affermativa, ma non si intende solo un insieme di assunti teorici, di precise indicazioni metodologiche, di complesse norme di *setting* e di tecnica, bensì soprattutto un sapere esperienziale, un sapere del-

---

<sup>9</sup> S. Freud, *Il problema dell'analisi condotta da non medici*, cit., p. 417.

l'anima, un posizionarsi rispetto alla manifestazione dello psichico e in definitiva di tutta l'esperienza umana. La psicoanalisi è prima di tutto una pratica e il suo sapere è pratico, non può essere predefinito e precodificato senza sminuirne la forza e la capacità trasformativa. La psicoanalisi è un'arte e come tutte le arti certo la tecnica serve e aiuta, ma senza le capacità personali, soprattutto creative, dell'artista non uscirà nessun capolavoro dalla sua opera. Il linguaggio artigianale è proprio della formazione di Philo: arte, strumenti, laboratorio, capolavoro. Il "laboratorio" prende spesso il posto della classica lezione teorica. Accanto alle necessarie informazioni che creano la cornice del tema di cui parliamo, si propone uno stimolo, un oggetto "grezzo" su cui lavorare e lavorarsi, esercitare ed esercitarsi. "Laboratorio" ha origine nella parola "lavoro", che nella sua radice "labh" ha il significato di afferrare, cogliere, contattare, ottenere, entrare in possesso e quindi assimilare a sé.

Possiamo dunque parlare di una "tecnica psicoanalitica"? Questa tecnica può essere appresa, e come? Freud è stato il primo a parlare di tecnica, nel suo testo *Nuovi consigli sulla tecnica della psicoanalisi*,<sup>10</sup> tuttavia non dava certamente a questo termine l'accezione di una strumentazione capace di arrivare a esiti simili e confrontabili, soprattutto utilizzabili meccanicamente, date l'imprevedibilità e la non governabilità della conversazione e della relazione analitiche, in cui per dirla con lo stesso Freud "tutto si chiarirà nel corso degli eventi".<sup>11</sup>

Attualmente nel percorso che condivido con Nicole la mia proposta formativa è costituita da una serie ricorsiva su base quadriennale di seminari di clinica psicoanalitica, che nel corso degli anni hanno l'obiettivo di illustrare i principali elementi della tecnica psicoanalitica secondo i diversi approcci delle psicologie del profondo, oltre che di approfondire le complesse connessioni tra teoria e pratica. In tal senso vengono proposti esercitazioni e laboratori clinici per sperimentare e analizzare i principali metodi, soprattutto a partire da sé,

---

<sup>10</sup> S. Freud, *Nuovi consigli sulla tecnica della psicoanalisi* (1914), in Id., *Opere*, vol. VII, tr.it. Boringhieri, Torino, 1975.

<sup>11</sup> S. Freud, *Costruzioni nell'analisi* (1937), in Id., *Opere*, vol. XI, tr. it. Boringhieri, Torino, 1979, p. 549.

sia come individui con una propria dimensione psichica sia come futuri analisti.

Negli ultimi anni sono state proposte quattro parole chiave – *colloquio, relazione, immaginario, individuazione* – con l’obiettivo di costituire altrettante aree laboratoriali all’interno delle quali collocare tutti i termini propri della tecnica analitica quali, ad esempio: ascolto, *setting*, sogno, immaginazione, interpretazione, transfert e controtransfert, attaccamento, difesa, resistenza, individuazione, gioco, simbolo, archetipi, mitobiografia,<sup>12</sup> trascendenza.<sup>13</sup>

L’obiettivo è far sì che la teoria si faccia pratica e che la pratica si faccia sapere personale. Conseguentemente il punto di partenza può essere, a seconda dei casi, la teoria oppure un’esercitazione personale, con l’attenzione che in conclusione di ogni seminario l’una non risulti priva dell’altra ma che, al contrario, si rafforzino e si completino reciprocamente, secondo l’insegnamento di Carl Gustav Jung per il quale “non esiste una conoscenza sulla psiche, esiste unicamente una conoscenza nella psiche”.<sup>14</sup>

Così, ad esempio, nel seminario sull’attaccamento oltre a ripercorrere le tappe storiche e i diversi contributi che hanno portato alla definizione di tale teoria, si è proposto un lavoro di autoanalisi, mediato dall’utilizzo di strumenti tecnici, finalizzato a riconoscere il proprio modello operativo interno, il proprio stile relazionale, i propri punti critici e le proprie risorse emergenti nelle diverse esperienze relazionali, e in particolare l’attaccamento a un altro individuo nella relazione di coppia. Un approccio come questo può avere una ricaduta pratica sia nel favorire una lettura più attenta e consapevole delle proprie dinamiche relazionali sia nel sottolineare l’importanza di riconoscere i diversi stili relazionali all’interno del rapporto analista-analizzando, non tanto per una interpretazione più efficace quanto per lo sviluppo di una maggiore conoscenza di sé e di una relazione più autentica per entrambi.

---

<sup>12</sup> Sulla mitobiografia, si vedano i saggi di Romano Màdera e Chiara Mirabelli.

<sup>13</sup> Sulla trascendenza si vedano *Introduzione* e diversi saggi in questo volume.

<sup>14</sup> C. G. Jung, *Psicologia analitica ed educazione* (1924/46), in Id., *Opere*, vol. XVII, tr. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1991, p. 38.

Lo stesso discorso vale relativamente ai testi dei vari autori che vengono di volta in volta indicati e consigliati per lo studio, durante le singole lezioni. La bibliografia di base a Philo<sup>15</sup> è fondamentale, tuttavia consigliamo a ogni allievo, con l'aiuto dei docenti e in particolare del proprio tutor, di crearsi una propria bibliografia. I testi devono parlare all'allievo, consentendogli di dialogare con le parole degli autori, di interrogarle e di farsi interrogare da esse, di crescere con loro e di trasformarsi. La lettura non deve essere solo studio e apprendimento, ma anche pratica di "lectio"<sup>16</sup> e via alla trasformazione di sé. Personalizzare la bibliografia è necessario poiché gli allievi hanno storie, conoscenze, formazioni e soprattutto bisogni, attitudini, passioni e desideri diversi.

La ricerca è personale e collettiva. Philo è infatti anche e soprattutto una comunità di ricerca. Un valore aggiunto della formazione di Philo è la possibilità dell'apprendimento e del confronto all'interno di un gruppo, di analisti e analiste, di uomini e donne di cultura, provenienza ed esperienze diverse. Nel lavoro collettivo (come talvolta avviene nella stanza dell'analisi) si compone quell'entità incredibile e meravigliosa che definiamo "mente collettiva".<sup>17</sup>

La complessità del gruppo delle allieve e degli allievi di Philo è un limite che richiede attenzione ma è anche, soprattutto, una risorsa. Il gruppo è infatti unico, sebbene costituito da persone che appartengono ad anni di corso diversi,<sup>18</sup> formazioni accademiche varie, pro-

---

<sup>15</sup> Per la bibliografia di base consigliata agli studenti di Philo, si veda [www.scuolaphilo.it/docs/Philo-bibliografiadibase.pdf](http://www.scuolaphilo.it/docs/Philo-bibliografiadibase.pdf).

<sup>16</sup> Una lettura che oltrepassa il mero apprendimento teorico, per divenire, attraverso una continua riflessione e un'attenta meditazione, luogo e metodo di trasformazione di sé. La "lectio" così intesa è una pratica secolare che ha attraversato la filosofia e l'esperienza monastica sia d'Oriente sia d'Occidente sino ai nostri giorni.

<sup>17</sup> Si deve all'etnologo e antropologo tedesco Adolf Bastian l'espressione "mente collettiva", intesa come il processo e il prodotto di elaborazione, sia cognitiva sia emotiva e affettiva, operati dai membri di un gruppo a partire da un'idea elementare, o un oggetto o un'esperienza comune e condivisa. Sulla "mente collettiva" si veda anche il saggio di Domitilla Melloni.

<sup>18</sup> La struttura del percorso formativo della scuola ha andamento ricorsivo quadriennale, e vengono inseriti annualmente nuovi iscritti in un numero stabilito anno per anno dal collegio dei docenti.

fessionalità ed età molto differenti tra loro. A livello teorico vi è un dialogo tra saperi diversi per orientamento e livello di approfondimento, vissuto e percorso personale: una risorsa per la ricchezza degli sguardi e delle posizioni, per la discordante armonia delle diverse voci, per la profondità e l'ampiezza delle letture e dei contributi.

Il sapere psicanalitico non può non interagire e declinarsi con altri saperi e culture, e questo è già parte della tradizione psicanalitica, da Freud a Jung, da Lacan a Ogden, per citare solo alcuni dei suoi diversi rappresentanti. Per tale motivo nel corso dei seminari utilizzo, come altri colleghi, molteplici tecniche: dalla scrittura autobiografica all'ermeneutica simbolica, dalla visione di video all'ascolto di musica e a esempi tratti dalla letteratura, la poesia in particolare. Ossia tecniche che attraversano i molti contesti in cui l'immaginario e l'inconscio trovano uno spazio creativo in cui prendere forma e manifestarsi in modo concreto, e potere così parlare e dialogare con il soggetto. Si tratta di "esercitare uno sguardo", di "farsi un orecchio" che sappia ascoltare "psicoanaliticamente" la complessa sinfonia dell'esperienza umana. Come scrive Freud:

È molto questione di una certa sensibilità, per così dire di una certa finezza d'orecchio, per i processi inconsci; e non tutti la posseggono in egual misura. E soprattutto si impone qui l'obbligo per lo psicoanalista di essersi sottoposto egli stesso a un'analisi approfondita, per acquistare la capacità di accogliere senza pregiudizi il materiale analitico altrui.<sup>19</sup>

La formazione psicoanalitica non può avere mai fine. È davvero incredibile l'immensa capacità delle psicologie del profondo di svilupparsi, rinnovarsi, ricrearsi, aprire "nuove vie", di mettere sincreticamente insieme vecchio e nuovo per trarne nuove domande, nuovi scenari, come in una sorta di magico caleidoscopio della psiche, attorno al filo sottile, ma resistente, dell'inconscio, del transfert, della relazione. La formazione quindi è un percorso che accompagna l'analista per tutta la vita, a partire da quel primo atto fondativo che è stata

---

<sup>19</sup> S. Freud, *Il problema dell'analisi condotta da non medici*, cit., p. 386.

la propria analisi, la propria autolegittimazione a essere innanzitutto analista di se stesso. Il percorso prosegue con l'approfondimento delle psicologie del profondo, la supervisione, il confronto e l'aiuto dei colleghi, il ritorno alla condizione di analizzando, come altre esperienze che consentono di dialogare con le proprie parti inconse. Affermare infatti che la formazione ha un termine significherebbe negare l'infinita capacità autogenerativa della psiche e il continuo crescere del proprio essere in relazione con la complessità dell'esistenza. La psicoanalisi è sostanzialmente una pratica dell'inconscio, la cui autorealizzazione, come scrive Jung,<sup>20</sup> è lo scopo della vita. Un inconscio che è infinito e costantemente fecondo, luogo di storie infinite e infiniti legami. Citando Freud

Lo scopo di noi analisti è un'analisi il più possibile completa e approfondita del paziente, al quale non vogliamo recar sollievo accogliendolo in una qualche comunità, sia essa cattolica, protestante o socialista; quel che vogliamo fare è arricchirlo, e trarre questa ricchezza dal suo intimo facendo affluire al suo Io sia le energie che a causa della rimozione sono relegate nell'inconscio e dunque risultano inaccessibili, sia le energie che l'Io, per poter conservare le rimozioni, è costretto a dilapidare in modo infruttuoso. Agendo in questo modo possiamo essere detti anche noi "curatori d'anime", nel migliore e vero senso della parola.<sup>21</sup>

Mutuando un'immagine-testo di Aldo Carotenuto, se l'analista è uno stregone,<sup>22</sup> per essere riconosciuto come tale richiede un antro, beute e alambicchi, riti e rituali, formule e sortilegi. Ma appare ovvio che nulla di questo funziona senza la sapienza dello stregone che sa usarli all'occorrenza e nella giusta sequenza, nel modo che l'incantesimo richiede. Come scrive Jung, "l'analisi richiede alla struttura spirituale e morale del terapeuta prestazioni ben più elevate che non

---

<sup>20</sup> "La mia vita è stata un'autorealizzazione dell'inconscio", in C.G. Jung (a cura di A. Jaffè), *Ricordi sogni riflessioni* (1961), tr. it. Rizzoli, Milano, 1965, p. 3.

<sup>21</sup> S. Freud, *Il problema dell'analisi condotta da non medici*, cit., p. 421.

<sup>22</sup> A. Carotenuto, *Lettera aperta a un apprendista stregone*, Bompiani, Milano, 1998.

Uber Sossi

la mera applicazione di una tecnica meccanica e ripetitiva”.<sup>23</sup> L’arte dell’analisi è dunque l’analista.

---

<sup>23</sup> C.G. Jung, *Il valore terapeutico dell’abreazione* (1921/28), in Id., *Opere*, vol. XVI, tr. it. Boringhieri, Torino, 1981, p. 147.

## **Il fantasma dell'anima e alcune sue storie**

*di Claudia Baracchi*

Nella scuola di Philo, con altri colleghi, sono alla guida del percorso “Pratiche filosofiche e analisi biografica a orientamento filosofico”. Al di fuori della scuola e di un certo ambito formativo, mi chiedono spesso quali siano i tratti che distinguono l'analisi biografica a orientamento filosofico da altre tradizioni analitiche. Direi subito, in estrema sintesi, che si tratta di una via in cui convergono il vasto e differenziato repertorio delle psicologie del profondo e lo sguardo di una filosofia rigenerata nella sua capacità di contatto con la vita e il mondo. L'analisi biografica a orientamento filosofico, dunque, viene da lontano ma la sua sintesi è recente, originale e destabilizzante: nel cuore di un'epoca che esalta gli specialismi, essa mette in discussione l'ordine delle discipline e l'isolamento (al contempo magnifico e miserrimo) in cui si sono chiuse (esaurite?) molte ricerche psicoanalitiche e la filosofia di stampo accademico.

Questa messa in discussione ha in me una risonanza antica. Mi sono inizialmente affacciata allo studio della filosofia a partire dal mio interesse per la storia e la filosofia dell'arte. Nell'opera d'arte (ho studiato soprattutto le arti visive) come nell'elaborazione filosofica percepivo, comune denominatore, l'occasione di sfiorare il mistero che ci pervade e ci riguarda – il desiderio di contemplare, al centro della nostra esperienza e del nostro affiorare in questa vita, un nucleo irriducibilmente elusivo. Nell'opera d'arte come nella ricerca filosofica trovavo lo stesso slancio, lo stesso protendersi instancabile, anche rischioso, nel buio. E mi piaceva sentire, in queste indagini,

l'intreccio di azione, creazione e contemplazione – l'agire radicato nel patire, la visione non disgiunta dal coinvolgimento mondano, l'arte come via conoscitiva al pari della scienza. Fu così che mi laureai in estetica.

Poi ci fu la migrazione negli Stati Uniti per il Ph.D., dove quasi simultaneamente accaddero due cose che mi avrebbero segnato in modo permanente: cominciai a lavorare sull'antichità (soprattutto greca), che mi portò negli anni a una tesi su Platone; e cominciai quello che sarebbe stato un lungo percorso di analisi personale. Terapia junghiana, dapprima: motivata da una viva risonanza con l'analista, mi incoraggiò a una frequentazione progressivamente fidente di contenuti difficili, ma soprattutto mi iniziò a un'intimità nuova con l'immagine, anche nel contatto con il materiale primordiale del Gioco della sabbia.<sup>1</sup> Incontrai poi una nuova forma di terapia, sempre a orientamento psico-corporeo e immaginale: Hakomi, parola mutuata dal linguaggio dei nativi americani Hopi (gente del Sud-Ovest) che significa letteralmente: come ti poni in relazione alle molteplici dimensioni? Che è il modo in cui gli Hopi chiedono: chi sei? Questa scuola psicoterapeutica fu fondata e sostenuta principalmente dalle riflessioni di Ron Kurtz e Greg Johanson.<sup>2</sup> Contempla la centralità del terapeuta, non tanto della sua formazione teorico-dottrinale ma della sua maturazione e realizzazione individuale. In Hakomi si dice che il compito principale del terapeuta è creare, attraverso la situazione fisica, ma ancor più attraverso il proprio assetto e portamento (tra interiorità ed esteriorità, visibile e invisibile), un luogo protetto, fidato: un luogo dove la vita sia affermata, tutelata nei suoi aspetti più vulnerabili, riconosciuta nella sua naturale saggezza, creatività, capacità di guarigione.

Le parole-chiave in questa prospettiva sono: la coltivazione della consapevolezza, e quindi la pratica meditativa e l'affinamento percettivo (con particolare riferimento alle tradizioni Theravada e alla forma di Vipassana che si insegna, per esempio, alla Insight Meditation

---

<sup>1</sup> Cfr. ad esempio P. Aite, *Paesaggi della psiche. Il gioco della sabbia nell'analisi junghiana*, Bollati Boringhieri, Torino, 2002.

<sup>2</sup> Cfr. ad esempio G. Johanson e R. Kurtz, *Grace Unfolding: Psychotherapy in the Spirit of the Tao-te ching*, Bell Tower, New York, 1991.

Society di Barre, Massachusetts); la non violenza, ovvero il più arduo esercizio dell'inazione e dell'attesa, sostenuto dalla fiducia nell'organicità dei fenomeni e del processo terapeutico; il sistema somatopsichico percepito nella sua unità dinamica e composita; la natura sentita (anche) nel suo ordine, sebbene spesso imperscrutabile, non leggibile e non riconducibile a costrutti umani (si rivela pertanto insostenibile la riduzione della natura a caos, e dunque la subordinazione della natura a funzioni ordinatrici a essa estranee). Fu così che cominciai, tra le altre cose, a praticare la meditazione incentrata sulla nuda consapevolezza – studio che ho continuato negli anni e in luoghi vari tra Occidente e Oriente, e che ha in seguito nutrito molta della mia ricerca. Questo nella mia vita rappresentò una svolta epocale, mi sentii calare nel mio lavoro a profondità mai sondate prima. Risale a quegli anni anche la mia “scoperta” della natura, in me e fuori di me. A partire da quegli anni ho cercato con sempre maggiore coerenza di riportare il lavoro accademico allo strato arcaico e scarsamente illuminato di queste esplorazioni, calando cioè il pensiero nelle esperienze che gli danno origine e spessore.

Sono stata dunque incline ad accogliere la comunanza tra gli studi filosofici, l'esplorazione psichica e certe pratiche a un tempo fisiche e spirituali. Questo ha senz'altro a che fare con il mio modo di intendere la disciplina filosofica e soprattutto con la predilezione per la sua fase nascente. La filosofia greca antica si articola essenzialmente come studio della *psuche*, nonché come arte del vivere, cura della vita nella duplice accezione psico-politica. Si rivela pertanto studio di sé e del tutto, senza soluzione di continuità.

Quando, in tempi recenti, ho incrociato l'esperienza di Philo e le sperimentazioni in seno a questa scuola-laboratorio-bottega artigianale, il senso di riconoscimento è stato quasi immediato. Elemento fondante dell'analisi biografica a orientamento filosofico è l'intuizione di Pierre Hadot relativa soprattutto alle scuole tardo-antiche (epicureismo e stoicismo in particolare), cioè l'intuizione della filosofia come disciplina della vita, studio delle forme di vita, delle pratiche per vivere nel

modo più armonioso e bello.<sup>3</sup> In questo senso la filosofia contempla, certo, l'affinamento e l'esercizio delle facoltà intellettuali, ma li situa nel più ampio disegno della vita, affinché l'essere umano possa dispiegarsi nella propria potenzialità e realizzarsi – conoscendosi come essere nel quale la luminosità intellettuale e lo slancio al di là di sé si radicano nel corpo, nelle circostanze materiali in fluido divenire, nella mobilità inarrestabile delle pulsioni. Ma in realtà esiti del tutto analoghi, se non ancora più radicali, si possono rinvenire anche nei repertori precedenti, senz'altro meno sistematici: in particolare in Platone e Aristotele, per non dire delle genealogie più antiche.

Sebbene la canonizzazione dell'antico abbia reso quasi irriconoscibili alcuni tratti essenziali della filosofia greca, per lo più presentandola come momento inaugurale del razionalismo occidentale, la frequentazione dei testi rivela contenuti assai differenti: in particolare la centralità del desiderio, il riconoscimento della sua funzione primordiale e imprescindibile, la sua iscrizione in ogni esplorazione, domanda o progetto che riguardino l'umano. In Platone il desiderio (*eros*) indica in primo luogo il nesso tra l'umano e l'oltre-umano, e più ampiamente tra ogni essere e ogni altro nella tessitura dell'organismo cosmico.<sup>4</sup> L'interrogazione del fenomeno umano (tema intorno a cui ruota tutta la riflessione platonica) pone pertanto il desiderio in primo piano. E, se un testo come la *Repubblica* disegna l'*eros* nei suoi aspetti inquietanti e tirannici (la brama divorante che rende schiavi),<sup>5</sup> altri come il *Simposio* e il *Fedro* mostrano in esso la condizione per la più alta realizzazione umana. Il desiderio è energia sovrumana, che lancia l'umano oltre se stesso, avviando così il movimento del suo perfezionamento; oppure lo confonde e lo distrugge. In base a come viene vissuta, elaborata, coltivata, questa forza si declina come abisso o come vertice del divenire. Ma considerare l'umano a partire dal desiderio

---

<sup>3</sup> Di Pierre Hadot si vedano in particolare: *Che cos'è la filosofia antica?* (1995), tr. it. Einaudi, Torino, 2010; *Esercizi spirituali e filosofia antica* (1987-2002), tr. it. Einaudi, Torino, 2005; *La filosofia come modo di vivere. Conversazioni con Jeannie Carlier e Arnold I. Davidson* (2002), tr. it. Einaudi, Torino, 2008; *La cittadella interiore. Introduzione ai Pensieri di Marco Aurelio* (1992), tr. it. Vita e Pensiero, Milano, 2006.

<sup>4</sup> Platone, *Simposio*, 185e-188d.

<sup>5</sup> Platone, *Repubblica* VIII e IX.

significa – appunto – riconoscerne il fondamento misterioso: il fondamento senza fondamento razionale. In questa luce va compresa anche la definizione aristotelica dell'essere umano come quell'animale, quella modalità del vivente (*zoon*), che ha il *logos*. La formula, che permane impensata nella traduzione “animale razionale”, mette in luce il *logos* in quanto appartenente alla vita, al vivente. Privo di qualsivoglia autonomia rispetto all'animale, il *logos* si manifesta in seno alla vita pulsante, nella vita rilucente di consapevolezza.

Proprio per questo lo studio dell'umano (e di tutte le attività e discipline in cui l'umano si esprime) per Aristotele diventa una fenomenologia. Si pensi in particolare all'analisi delle passioni e dell'elemento desiderante nei trattati etici e politici,<sup>6</sup> nonché nella *Poetica* e nella *Retorica*. Nella *Metafisica* il desiderio definisce la disposizione degli esseri umani verso l'esperienza intellettuale: l'intelletto (*nous*) è amato (*eromenos*) e perseguito infinitamente, sebbene con le inevitabili intermittenze dovute alla finitezza umana.<sup>7</sup> Il così detto “motore immobile” muove, proprio in quanto immobile, in modi irriducibili all'impatto meccanico: muove suscitando l'urgenza amorosa. In questo modo Aristotele mette in luce un desiderio inestinguibile, che accompagna tutta la vita nel suo sviluppo e non trova sazietà in alcun oggetto, poiché l'amato non è un oggetto. Vero e proprio desiderio di desiderio, *eros* è qui al contempo slancio trascendente e magnificazione della vita, giacché il desiderio che non si esaurisce mantiene la vita aperta: viva, vissuta appieno proprio nella sua irrisolvibile incompletezza, desiderosa di viverci oltre, guidata in questo dall'inconfondibile segno di compimento che è il piacere felice. Ma, appunto, coltivare l'umano fino a consentirne una tale fioritura comporta averne riconosciuto (se non sondato) gli abissi, le ombre, l'ingovernabilità, e da qui partire.

Dunque la preoccupazione per la vita in tutto il suo spettro, che Hadot ha posto al centro della sua ampia rilettura del pensiero greco-romano, è assolutamente evidente nei testi antichi, e non solo nella

---

<sup>6</sup> Rimando qui al mio *L'architettura dell'umano. Aristotele e l'etica come filosofia prima*, Vita e Pensiero, Milano, 2014.

<sup>7</sup> Aristotele, *Metafisica*, 1072a26-29 e 1072b3. Si veda anche 984b21-32.

fase tarda dell'ellenismo. È proprio questo il contributo essenziale della filosofia all'analisi biografica a orientamento filosofico: uno sguardo che compone l'uno e il tutto, comprendendo distanze sterminate in direzione sia microcosmica che macrocosmica. Dico "l'uno e il tutto", ma potrei anche dire, con lessico a noi cronologicamente più prossimo, il particolare e l'universale. Ma questi termini andrebbero ricompresi: "particolare" come ciò che (radicalmente singolare, non già predeterminato concettualmente) nella sua emergenza sconvolge ogni pre-concetto; "universale" come lo sguardo capiente che vede "secondo il tutto" (il *katholou* greco), cioè coglie ogni cosa nei suoi raccordi con ogni altra, comprendendola in un gioco di interdipendenza e mutua determinazione.

In questa ottica la filosofia non si risolve nel lavoro del concetto, ma include il concetto in una contemplazione altrimenti aperta, aperta all'infinitesimale, all'indefinito, all'accidentale, a quello che viene e che cambia. Ed è a questo riguardo che la filosofia trova nella psicoanalisi uno sviluppo prezioso e un complemento imprescindibile: perché proprio nella pratica dell'ascolto, nella frequentazione dei margini, nell'oltrepassamento della concettualità e delle procedure del giudizio si è configurata la psicoanalisi. E, d'altra parte, il lavoro psicoanalitico e le psicologie del profondo si possono rigenerare nella visione della filosofia, giacché essa mette in guardia contro le derive autoreferenziali, gli automatismi delle diagnosi e dei protocolli, l'obsolescenza delle formule terapeutiche man mano che le forme di vita mutano, nell'avvicinarsi delle epoche e negli slittamenti geoculturali (è indebita, oggi più che mai, l'assolutizzazione del romanzo familiare borghese, della costruzione dei generi, perfino del triangolo edipico nella sua formulazione viennese-ottocentesca). Per non dire, poi, di come la prospettiva filosofica sia singolarmente in grado di esporre l'eziologia sistemica (ambientale, per così dire, cioè non semplicemente endogena) dei malesseri individuali, ovvero i tratti patogeni di date configurazioni socio-economico-antropologiche.<sup>8</sup> La capacità di lettura

---

<sup>8</sup> Per le tematiche qui appena ricordate, è fondamentale il testo di Romano Màdera, *La carta del senso. Psicologia del profondo e vita filosofica*, Raffaello Cortina, Milano, 2012.

critica di queste conferisce al sintomo (sofferenza, disfunzionalità, disadattamento) un ruolo e una valenza profondamente trasformati.

E ancora oltre: la visione distintivamente filosofica nutre la consapevolezza di essere implicati nel cosmo, partecipanti alla tessitura del tutto. Ha valore intrinsecamente terapeutico questo sguardo che situa, accompagna, connette alle correnti vivificanti che percorrono il tutto. Chi soffre non è solo: sentire questo avrà sempre già comportato una metamorfosi del soffrire. Si pensi alla potenza ricostituente dello sguardo volto al cielo di cui parla Timeo, questa capacità di alzare gli occhi e, nella volta stellata, splendente come un gioiello, riconoscere se stessi, la propria essenza: ciò che è più ineffabilmente intimo rispecchiato nell'infinitamente lontano, e in risonanza con esso.<sup>9</sup> Ogni esercizio che, in linea neo-platonica, stoica o ancora epicurea, coltivi lo sguardo dall'alto, la dilatazione nel cosmo, la percezione di corrispondenze e simpatie micro-macrocosmiche, esprime questo potenziale di guarigione.<sup>10</sup>

Senza la prospettiva universale diventa sterile e chiuso lo studio di sé. Senza il radicamento nella singolarità l'universale diventa forma vuota, priva di trazione, semplificazione schematica e senza forza (è rozza, come ogni generalizzazione, la forma così detta pura). Il contatto tra filosofia e psicologia del profondo non lascia nulla di invariato: comporta anzi rivolgimenti significativi in queste discipline. Da un lato le psicologie del profondo sono liberate in un'accresciuta capacità di aderire alla vita, a ogni vita singolare. D'altro canto l'assetto filosofico non mantiene privilegi e primati di ordine concettuale, secondo la consuetudine moderna e accademica. Esso richiede una comprensione vigile e mobile, mai a monte dell'esperienza. Riconosce la propria radice nell'altro da sé – nel corpo, nel mondo – e la continua compenetrazione con esso. Indica insomma la luminosità della consapevolezza intessuta nel vivere: suscitato dalle vicissitudini, il pensiero a sua volta le rischiara; scaturito dal sentire, lo trasforma.

---

<sup>9</sup> Platone, *Timeo*, 47a-c.

<sup>10</sup> Cfr. a esempio P. Hadot, *Esercizi spirituali e filosofia antica*, cit., in particolare l'elaborazione della "fisica come esercizio spirituale" in Marco Aurelio.

È proprio per queste riconfigurazioni intra- e inter-disciplinari che l'analisi biografica a orientamento filosofico si differenzia dalle tipologie del *counseling* filosofico e dalle consulenze, le quali assai spesso assumono la filosofia nel suo profilo moderno e razionalistico, utilizzandone gli "strumenti" e applicandone i "modelli". Nell'analisi biografica l'orientamento filosofico non indica teorie da applicare, bensì invece un'ispirazione pratica che sottrae l'analisi alle secche della "professione". L'analisi si configura allora come pratica filosofica, nel cui ambito il metodo è l'analista. Questo è, tra l'altro, un modo di prendere seriamente (cioè in modo rigoroso e conseguente) il superamento della dicotomia tra prassi e teoria di cui tanto si è detto nel secolo scorso, anche nelle forme più iperboliche. Dei due l'uno: o i proclami da Nietzsche in poi non sono che scherzi e trastulli, oppure il superamento di tale dicotomia *non può* restare affare puramente teorico. "Devi cambiare la tua vita" è la chiusa perentoria di un celebre sonetto rilkeano.<sup>11</sup>

E dunque: né teoria che governa l'esperienza, né il localismo frammentario e irriflesso della deriva individualistica. E, sebbene nell'insegnamento (a Philo e non solo) io integri sempre più spesso elementi di pratiche (meditazione, esercizi di attenzione), non intendo con ciò riproporre la distinzione tra teoria e pratica, ma semplicemente mettere in luce diversi modi di studio. L'esercizio non è applicazione di teoria, ma luogo di contemplazione, orizzonte entro cui scaturisce la conoscenza, emergono forme e si stabilizzano. A sua volta, la lezione non è teoria sovraordinata all'esperienza, ma esercizio del pensiero in atto, "postura della parola" pronunciata e ascoltata.<sup>12</sup>

L'anima non è che un'ipotesi, ebbe a dire Jacques Lacan. In ciò concordava con la filosofia antica e arcaica che dice, con Platone: l'anima non è che i suoi atti, si manifesta nell'azione e nell'interazione, nel portamento individuale e nel comportamento evidenti alla luce del sole, nel mondo. Vale a dire: per quanto ne possiamo dire,

---

<sup>11</sup> R. M. Rilke, *Archaischer Torso Apollos*, in Id., *Sonetti a Orfeo*, tr. it. Feltrinelli, Milano, 1991.

<sup>12</sup> Dzogchen Ponlop Rinpoche (2006), *La mente oltre la morte*, tr. it. Ubaldini, Roma, 2009, pp. 68-70.

non c'è anima, né sua conformazione, a monte della vita vissuta; si è quello che si fa, o si omette di fare.<sup>13</sup> Questo è anche il presupposto dell'analisi biografica. L'espressione "analisi biografica" letteralmente rimanda allo studio della (propria) vita, a una vita desiderosa di più nitida consapevolezza di sé. In questa prospettiva le indagini filosofiche circa i più alti problemi di ordine psichico e spirituale, lungi dal risolversi in elaborazioni formali, presentano il carattere dell'osservazione del tutto implicata nelle pieghe del divenire. La vita studia se stessa, analizzandosi nei propri aspetti e risvolti, al contempo tenendo traccia di sé in una visione d'insieme: l'analisi biografica a orientamento filosofico è questo calarsi nei ricettacoli bui dell'esperienza viva, acuendo la capacità di seguire i moti intimi nelle loro conformazioni più evanescenti, ma anche rinnovando lo sforzo di comprensione, composizione, sintesi. La filosofia inaugura così un percorso volto a scandagliare le profondità e le altezze dello psichismo umano e dello psichismo *tout court*, nelle sue oscurità così come nelle multiformi e luminosissime manifestazioni mondane.

Eguale importante nell'intreccio di tradizioni eteroclitiche che noi chiamiamo "antichità greca" è l'intuizione dell'anima nella sua eccedenza rispetto alla vita individuale. L'anima è ciò il cui compito è vivere, ciò che distingue il vivente dal corpo inerte:<sup>14</sup> inestinguibile, essa si continua in(de)finitamente divenendo altro da sé, muovendo di vita in vita traversando la morte. In questo senso l'anima non è che la vita stessa, transito incessante per vestizioni e svestizioni, in guise e profili sempre singolari, che tuttavia avvizziscono e si riversano in sempre nuove figure. È anche per questa via, tra parentesi, che si possono indagare i fenomeni dell'empatia, dell'identificazione e del riconoscimento, nonché approfondire l'esperienza dell'appartenenza umana alla tessitura della vita oltre-umana – e quindi la comunione con le altre forme del vivente, dell'animazione, dell'animalità. Ogni vita è passata per infinite altre, in infinite conformazioni, e reca nei suoi tessuti la memoria incosciente di tali passaggi.<sup>15</sup>

---

<sup>13</sup> Platone, *Repubblica*, 618b.

<sup>14</sup> *Ivi*, 353d.

<sup>15</sup> *Ivi*, 617a-b; 619e-620d.

Il collegamento tra il pensiero antico e le psicologie del profondo comporta inoltre un significativo mutamento nella filosofia della storia, e dunque nel modo di intendere la provenienza, la filiazione, il raccordo con il passato. La cura di questo rapporto ha tutto a che fare con il rinvenimento di sé, cioè allo stesso tempo con il ritrovamento e l'invenzione di quello che si è, individualmente e collettivamente. Si tratta in ogni caso di liberare il passato; di liberarlo dalle rappresentazioni che (monumentali, commemorative o critiche) finiscono sempre in parodia. Liberare il passato significa finalmente esserne figli, ma figli a loro volta liberi, e non adolescenti reattivi, per i quali *liberarsi* è più esattamente *liberarsi da* qualcosa. Si tratta di rendere giustizia ai morti, che non furono “classici” e non vissero alcunché di classico, ma soltanto la bruciante esperienza della tragedia, cercando di dispiegarne le infinite ripercussioni. Rendere giustizia ai morti: anche loro furono bambini.

La filosofia greca sorge in risposta alla rivelazione tragica della vita: la vita si svela smisurata, insondabile, pone l'essere umano di fronte a se stesso in quanto problema. Proprio nelle sue realizzazioni apparentemente più compiute, l'umano si scopre pericoloso, luogo di una voragine di oblio e incoscienza, e in quanto tale capace di scatenare nel mondo il suo delirio di onnipotenza (*hubris*), la violenza prevaricatrice del tiranno.<sup>16</sup> Per questo l'umano è *deinos*: senza fondo e spaventoso nella sua infinita risorsa. È qui che si radica, in tutta la sua urgenza, l'imperativo delfico della conoscenza di sé e, a esso legato, quello della misura.<sup>17</sup> In questa interrogazione di sé, in questo sottoporsi ad analisi, l'essere umano si scorge, in primo luogo, composito, di conseguenza sempre esposto al possibile disastro della scissione, e dunque bisognoso di un lavoro interminabile di costruzione e raccordo, coltivazione e stabilizzazione, armonia e integrazione: per

---

<sup>16</sup> Sofocle, *Edipo re*, 873-879, nell'edizione di Francis Storr (Sophocles, *Oedipus the King. Oedipus at Colonus. Antigone*, Heinemann, London/New York, 1912). È in Edipo che, paradigmaticamente, si evidenzia la concomitanza di deriva distruttiva e vuoto (le “generazioni dei mortali” vivono una vita che è “nulla” e godono di gioie solo “apparenti”, 1187-1195).

<sup>17</sup> Il tema è cruciale nell'*Apologia di Socrate*. Di Platone si veda anche *Fedro*, 229c-230a.

non andare in pezzi, appunto, per non disintegrarsi e disperdersi anzitempo nel flusso contundente della vita.<sup>18</sup> Questo prodigioso snodo di temi che l'antico ci consegna sostanzialmente irrisolto non può che essere qui appena evocato.

Nell'esperienza tragica l'umano si riconosce come costruttore e trasformatore di mondo. Lavora sulla materia, sul mondo e su se stesso. Si attiva, si preoccupa, opera in seno alla natura, prende le misure della terra – della terra su cui cammina e della terra che lui stesso è, oscura, inconoscibile, potenzialmente illimitata. Prendere misura della terra smisurata: è questo il senso profondo della geometria, ed è qui che troviamo la radice nobile, invero divina, del lavoro. L'essere umano è operoso perché avverte se stesso e il mondo intorno come luogo di potenzialità, e si manifesta dunque libero e creativo. Minatore nelle viscere della materia, scava dentro la natura per estrarne le possibilità inespresse e metterle in opera, in atto (tale è il senso della parola *energeia*, la *actualitas* dei latini). Ma si tratta di una strana libertà, giacché il lavoro di esprimere il potenziale (cioè di legarlo, limitarlo e delimitarlo) è necessario. L'essere umano, per quanto indovino di potenzialità, e forse proprio in quanto illimitatamente visionario, ha necessità del limite. È libero di disegnarlo in questo o quel modo, ma non è libero di farne a meno. Assumere il limite (un qualche limite, in qualche modo) è il suo compito.

L'umano è distanza dalla natura in seno alla natura stessa, come se nell'umano la natura aprisse un varco tra sé e sé: l'umano si presenta come fenomeno naturale che pure non è dalla natura completamente determinato e definito. Proprio in tale non coincidere con la natura sta la sua libertà, che è anche il suo destino. Sua incombenza è finire, definire, compiere ciò che la natura ha lasciato incompleto. La natura stessa prevede questo lavoro, imponendo a tal fine un "impulso".<sup>19</sup> È naturale l'impulso che muove oltre e punta al di là della natura, mirando così a darle supplemento e completarla. In tal

---

<sup>18</sup> Platone, *Timeo*, 43a-b.

<sup>19</sup> Sofocle, *Antigone*, Coro, primo stasimo: "Ha appreso da sé la parola e il pensiero come il vento, / e l'impulso a ordinare la città e a fuggire / i dardi del gelo inospitale sotto il cielo sereno e la tempesta" (mia traduzione).

senso l'umano è costruttore di mondo e di se stesso. Ed è qui che si innesta la grande riflessione, paradigmaticamente aristotelica, sulla messa in atto del potenziale e la specifica opera dell'abitudine, vale a dire dell'esercizio, nella sua dimensione tanto esplorativa e diagnostica quanto formativa e stabilizzante.<sup>20</sup>

Ma come dirigere questa costruzione, la messa in forma del supplemento mancante? Per orientare tale architettura (per costruire l'umano) sarebbe necessario un disegno, un orizzonte di finalità, un senso del bene in cui l'essere in questione si perfeziona, si attua e si completa. Ma, a sua volta, tale orizzonte di finalità richiederebbe una conoscenza dell'essere che in esso trova la propria realizzazione: è conoscendo o intuendo i tratti portanti di questo essere che si potrebbe intravedere la direzione propizia, la via del perfezionamento. Siamo dunque all'interno di una dinamica circolare: ciò che dovrebbe fondare e orientare il lavoro di costruzione/formazione va esso stesso costruito. Il lavoro di costruzione deve così svolgersi nella mancanza di un riferimento dato. Si tratta di una architettura senza geometria, cioè di una architettura senza prospettiva teoretica, senza un modello *a priori* – una architettura che procede nell'assenza di un paradigma da riprodurre. Il progetto si esplica e si chiarisce in corso d'opera, e così rischiarendosi mette in luce, solo retrospettivamente, anche ciò che avrebbe dovuto guidarlo. La guida da implicita viene gradatamente alla luce; il principio si mostra negli esiti.

Emerge così quella che è insieme costruzione e analisi della psiche tripartita. Le elaborazioni platoniche nella *Repubblica*, nel *Timeo* e nel *Fedro*, nonché l'esposizione che della psiche offre Aristotele soprattutto nei trattati etici, mettono in luce lo psichismo umano come composto, nelle sue vicende formative e peripezie. La tripartizione indica tale complessità, è cifra della indefinita molteplicità di aspetti e registri in cui si articola il complesso psichico. In primo luogo, il desiderio trainante, movente, magnificato in quanto tale proprio nel conteni-

---

<sup>20</sup> Di nuovo, il *locus classicus* di questi temi è la riflessione etica, in particolare Aristotele, *Etica Nicomachea* I-III.

mento e nella frustrazione.<sup>21</sup> In secondo luogo, l'energia del fuoco, che si manifesta come foga, passione, intensa dedizione, pulsione verso l'alto, ardore guerriero, coraggio di congiungere pensiero e azione. È questo l'alleato essenziale di ogni proponimento, di ogni progettualità volta al perfezionamento; è la scintilla che dà avvio, l'impulso che sostiene l'impresa, il fulgore che si accende appassionatamente e, come dice Platone, *exaiaphnes*, all'improvviso.<sup>22</sup> (Ma il fuoco, elemento prometeico, richiede anche di essere stabilizzato, di essere donato alla terra in forme meno fugaci. Questo è il senso dell'esercizio. E questo rivela la figura di Prometeo incatenato: il fuoco legato alla terra, stabilmente portato nel quaternario degli elementi in modo che lì possa trovare dimora e agire, e non solo suscitare terrore, come per le fiere).<sup>23</sup>

E infine lo sguardo: irriducibile al contenimento razionale, la contemplazione filosofica rivela un carattere visionario, di portata onirico-simbolica, si apre nel rapimento e nell'ispirazione. È uno sguardo che ricomprende l'attività costruttiva, e l'opera costruita, nell'enigma. Ri-consegna l'anima all'*aporia*: ne riconosce l'inesauribilità, ne evita la reificazione. Nel mito di Er, alla fine di un laborioso percorso di costruzione, l'anima è narrata nella infinita stratificazione di vite, di passaggi tra vita e morte, tra echi e cancellazioni, e nuovamente iscritta nel mistero.<sup>24</sup>

---

<sup>21</sup> La dinamica di riconoscimento e delimitazione del desiderio, lungi dal ridursi semplicemente a frustrazione (per non dire umiliazione) di esso, ne consente la piena espressione. Per contro, il desiderio viene letteralmente annientato dalla gratificazione immediata. La gratificazione istantanea, l'autoindulgenza indiscriminata, parodia del soddisfacimento del desiderio, rendono impossibile sentire il desiderio in quanto tale – giacché il desiderio è estinto sul nascere o addirittura anticipato, e quindi obliterato ancora prima che sorga. Ma l'impossibilità di sentire il desiderio significa impossibilità di sentirsi in quanto vivi, in quanto mossi da passione, pulsanti, posseduti, pervasi e ispirati.

<sup>22</sup> Lettera VII, 341c.

<sup>23</sup> Si vedano Simone Weil, *La prima radice. Preludio ad una dichiarazione dei doveri verso l'essere umano* (1949), tr. it. SE, Milano, 1990; S. Weil, "L'amore divino nella creazione" (1951), in Id., *La Grecia e le intuizioni precristiane*, tr. it. Borla, Roma, 2008, pp. 102-166; e Franz Kafka, *Prometeo* (1918), in Id., *L'avvoltoio*, tr. it. Franco Maria Ricci, Parma/Milano, 1978, pp. 61-62.

<sup>24</sup> Platone, *Repubblica*, 620d-621c.



## **Imparare a morire per imparare a vivere meglio**

*di Laura Campanello*

La mia esperienza, formativa e professionale, ha sempre intrecciato la psicologia, la pedagogia e la filosofia, prendendo spunto dalla mia personale motivazione alla ricerca del significato della vita, dalla propensione a un percorso di senso e risposta sulle questioni che la vita pone nelle sue diverse fasi.

Da ragazzina trovavo nella vita scoutistica e oratoriana la possibilità di “reggere” l’esistenza a volte faticosa e soprattutto piena di domande. Cercavo una pratica che tenesse strettamente intrecciati un orizzonte di senso, l’azione individuale e una condivisione comunitaria di tale orizzonte che valesse per la vita intera, e non solo per alcuni ambiti o segmenti temporali.

Le traversie della vita mi hanno poi condotta a scegliere la filosofia come “naturale” percorso di studio e approfondimento dopo l’indirizzo psicopedagogico delle scuole superiori. Il mio percorso di studi universitario ha intessuto esami filosofici, psicologici e pedagogici parallelamente ad alcuni anni di lavoro in un asilo nido.

Philo è stata per me lo sbocco naturale in cui ritrovare e rilanciare tutto questo: ogni dimensione formativa rimanda a un modo di intendere l’esistenza, a un certo sguardo sulla vita che però spesso ne esclude altri, non si integra con essi. A Philo vi è la ricerca costante di un dialogo tra sguardi e linguaggi differenti, che consentono l’integrazione delle diverse aree che caratterizzano l’essere umano, in un’ottica che evita la frammentazione e la scissione dell’individuo e del suo modo di fare esperienza della vita.

Come analista biografica a orientamento filosofico, alla luce della mia formazione, lavoro sia nei contesti pedagogici con i pediatri del territorio e le istituzioni scolastiche, sia in contesti ospedalieri e di cura medica soprattutto in ambito di malattie gravi, sia privatamente – nel mio studio di analista – sia in contesti di formazione esterni.

In ambito ospedaliero e medico, in particolare, mi occupo di malati oncologici in stato avanzato di malattia o in fase terminale della vita, di malati di SLA (sclerosi laterale amiotrofica) e in stato vegetativo, quindi dei loro parenti e delle scelte di fine vita e di cura.

Tutti questi contesti sono per me, esattamente come proposto da Philo, intrecciati tra loro e assolutamente non separabili come ambiti di ricerca di senso del vivere e del prendersi cura; alcune distinzioni sono necessarie a volte solo per comprendersi con l'utenza riguardo a interventi necessari e obiettivi specifici. Deve essere chiaro che cosa fa il medico, che cosa lo psicologo, che cosa il sacerdote, perché le persone riconoscono a ciascuno delle competenze specifiche, che servono a fare chiarezza. Ma la persona è una, intera, e i differenti bisogni e aspetti di sé sono intrecciati insieme. Più sono integrate le aree che danno risposta a tali bisogni e più si tratterà di una risposta che consente al soggetto di trovare uno stato di benessere maggiore.

La cura dell'individuo e la sua interrogazione sul senso hanno entrambe a che fare con la necessità di farsi interpreti consapevoli della propria esistenza, tanto più quando la fragilità si mostra e il senso della vita pare vacillare. Nell'approccio come quello che l'analisi biografica a orientamento filosofico propone, la vita è intesa come continua interrogazione di senso e di posizionamento dell'individuo nell'esistenza. Ogni essere umano (in modo più o meno consapevole) tenta di rispondere alla domanda "che senso ha per me la vita?" agendo, facendo scelte, dandosi priorità, incarnando valori.

Uno degli aspetti fondamentali di un approccio formativo all'esistenza sta nel condurre alla possibilità che ognuno, solo e con altri, diventi consapevole del proprio stile di vita, si faccia carico esplicitamente della ricerca di senso, includendo il proprio modo di educare e farsi educare, di ritrovare connessioni nella propria storia di vita, di

relazionarsi nel privato e nella professione, di darsi una condotta morale ed etica, di fare i conti con la morte in vita, di “vivere fino alla fine”.

Educare è un compito complesso, una responsabilità grande, una possibilità preziosa. Se un educatore – genitore o insegnante che sia – non si fa carico in maniera esplicita e consapevole del suo ruolo educativo e del potere che questo ha in sé, qualcosa di implicito educherà al posto suo e attraverso di lui.

Educare significa avere il più possibile chiaro che tipo di essere umano abbiamo in mente e creargli le condizioni per giungere a quell’obiettivo esistenziale che per me è cruciale: saper vedere la vita per quella che è, nelle sue opportunità e nei suoi limiti, con la capacità di nutrire ogni parte di sé (razionale, simbolica, individuale e comunitaria, biografica e culturale...) tendendo verso l’“intero”.

Il mio lavoro di consulente pedagogica (nel 2004 ho conseguito la laurea specialistica in Consulenza pedagogica e ricerca educativa all’Università di Milano-Bicocca) coinvolge soprattutto gli adulti, prima ancora che i bambini o i ragazzi, in un percorso di consapevolezza educativa: ciò che faccio perché lo faccio? Con quale obiettivo? Quale parte del soggetto lascio esprimere e dove creo coercizione, se la creo? Come tollero la creatività mia e dell’altro? Che senso do alle regole e come le propongo? Che rapporto ho con l’autorità? Qual è la mia storia di formazione e educativa? Come la ripropongo?

Dare indicazioni educative dogmatiche, come se ogni regola andasse bene per chiunque, lo trovo poco utile e, soprattutto, a rischio di avere una durata e un’efficacia brevi. Se ogni ridefinizione della situazione non porta a rileggere il contesto in cui si è inseriti e gli obiettivi educativi non vengono letti con ampio respiro, si rischia di confondere l’educazione con un ammaestramento. Inoltre non si portano i ragazzi, futuri adulti, a un pensiero critico che aiuti a porsi le domande migliori e a limitare il sogno onnipotente di avere sempre la risposta giusta, che induce ansia prestazionale e terrore di fallire. Educare alla domanda, al dialogo, al tempo della sosta, in cui la domanda prima e la risposta poi emergono, è un obiettivo educativo prioritario.

Philo è anche questo: un luogo e uno spazio formativi, di incontro e confronto continuo, in cui i soggetti possono trovare una proposta chiara nei suoi obiettivi e insieme farsi attori di ricerca sul proprio modo di vivere la filosofia come stile esistenziale, in cui sono invitati a praticare esercizi filosofici – attraverso il dialogo, il corpo, la scrittura, il linguaggio simbolico – volti alla cura e alla consapevolezza di sé e a riportarli nella loro vita quotidiana.

Questa direzione di approccio è la stessa che pratico come analista biografica a orientamento filosofico all’Hospice V. Floriani dell’Istituto nazionale dei tumori di Milano e alla Villa dei Cedri di Merate (in provincia di Lecco). In questi contesti, come spesso mi dice Romano Màdera con mia grande soddisfazione, sono stata pioniera: mi sono proposta all’Hospice nell’estate 2006 sperimentandomi nel tempo come analista che si occupa dell’accompagnamento spirituale laico ai pazienti, della relazione tra medico e paziente, del supporto alla relazione tra paziente e parente e tra parente e medico, del sostegno ai bambini i cui genitori sono ricoverati e, non ultimo, agli operatori attraverso colloqui, formazione e supervisioni. Anche in questo ambito diventa necessario fare i conti con molteplici aspetti: la lettura del contesto culturale, la presa in carico del sistema familiare, la declinazione concreta delle singole storie di cura, gli stereotipi sulla salute e sulla malattia, le idee sul ben vivere e il ben morire, il rapporto con il dolore. Aspetti, a volte stereotipati, che caratterizzano ogni medico, operatore, paziente, parente nel proprio modo di intendere il destino, la vita, la morte, la felicità, la relazione.

Diventa necessario farsi carico di una compassione per l’umano che guarda a sé e agli altri nella nostra fragilità costituzionale e nel nostro bisogno di dare senso a ciò che viviamo per poterlo reggere, nei diversi ruoli in cui ci troviamo a essere. Un senso che non è legato al trovare possibili “perché” a ciò che accade, ma che è invece collegato al “come” farsi interpreti di ciò che si vive, inserendolo in una cornice più ampia che è il “senso della vita”, in un percorso di trascendenza<sup>1</sup> necessario e possibile per tutti, che si abbracci un credo religioso o meno.

---

<sup>1</sup> Sulla trascendenza si vedano *Introduzione* e diversi saggi in questo volume.

Il mio lavoro negli *hospice* è quello del supporto spirituale laico<sup>2</sup> e Philo è un luogo di confronto, pratica e ricerca di spiritualità laica. In questa direzione il senso della vita per me passa dalla frase di Epicuro “una e la medesima è l’arte del ben vivere e del ben morire”: tratta dalla *Lettera sulla felicità (A Meneceo)*, rimanda alla possibilità e alla necessità di imparare a vivere imparando a morire e viceversa. E questa possibilità è proposta dal filosofo greco come un’arte, cioè come il frutto di un lavoro attivo e quotidiano su di sé.

Philo e gli incontri di SABOF riguardano anche questo: personalmente e in gruppo avere occasioni di cura di sé, di sperimentazione di esercizi e pratiche che possano diventare per ciascuno la propria via esistenziale. Tutto ciò ha preso vita dai seminari aperti di pratiche filosofiche,<sup>3</sup> nei quali anche la mia storia con diversi colleghi di Philo è iniziata dieci anni fa.

Credo che soprattutto stare con i malati – nelle scelte di cura, nelle scelte di fine vita, nella possibilità di affiancarli perché si congedino dall’esistenza quando la malattia è terminale – sia possibile solo se il curante è disponibile a esplorare e reggere tematiche da cui egli stesso non è esente e che lo riguardano in prima persona in quanto essere umano.

Svolgendo da anni questa professione, risulta per me ogni volta più evidente quanto sarebbe fondamentale, per ciascuno che lo desidera, poter decidere come vivere e come morire. Mi riferisco, per esempio, alle questioni relative alle direttive anticipate di trattamento o al testamento biologico, strumento tanto complesso quanto necessario per parlare di vita e di qualità e dignità della morte quando si è vivi e sani: che ognuno possa essere messo in condizioni di libertà e non di abbandono o, viceversa, vittima di un atteggiamento medico paternalistico che decide al suo posto, scegliendo cosa è bene per il paziente, come e dove questo deve morire. Tutto ciò dovrebbe essere preparato prima, e non improvvisato con fatica quando alla morte mancano pochi giorni. E questo ha a che fare con la morte, certo, ma

---

<sup>2</sup> Per approfondimenti si veda il mio libro *Sono vivo, ed è solo l’inizio. Riflessioni filosofiche sulla vita e sulla morte*, Mursia, Milano, 2013, in particolare alle pp. 62-88.

<sup>3</sup> Sulle pratiche filosofiche si vedano *Introduzione* e diversi saggi in questo volume.

soprattutto con la vita, con la riflessione sul senso dell'esistenza, con il "come" si vive, fino all'ultimo giorno.

Philo, oltre che una scuola di formazione per analisti, è una "comunità di ricerca di senso" individuale e collettivo verso uno stile di vita che regga alla prova dell'esistenza concreta: in ogni incontro, in ogni lezione, in ogni seminario, il dialogo che parte per ognuno dalla propria biografia, il confronto attraverso le cinque regole della comunicazione biografico-solidale,<sup>4</sup> la pratica di esercizi di scrittura o corporei invitano ciascuno e permettono a ognuno di interrogare e mettere alla prova il proprio stile di vita, di verificarlo, di ampliarne la consapevolezza. Anche per questo il lavoro a Philo comprende la pratica di esercizi filosofici di meditazione sulla morte<sup>5</sup> e la possibilità di riflettere su questo tema, da soli e insieme. Ogni contesto di cura incontra la fragilità, la caducità e il limite insiti nella vita. Temi molto presenti nella stessa stanza d'analisi – come vedremo più avanti – nelle loro diverse declinazioni: morti reali, simboliche, separazioni, paura di morire, ipocondria, *horror vacui* ecc. Oltre la stanza dell'analisi, l'analista biografico a orientamento filosofico può essere stimolo di riflessione critica su questo tema anche in altri ambiti in cui lavora, come quelli educativi e medici. In questi ultimi, può essere promotore e sostenitore di un'umanizzazione della cura, di una medicina narrativa e biografica che cerchi e costruisca insieme al paziente il senso delle scelte terapeutiche.

A Philo, come contesto formativo, ho proposto dunque ogni anno, insieme ad altri esercizi filosofici antichi o rinnovati, l'esercizio filosofico della morte nelle sue possibili declinazioni e sfaccettature. Riprendendoli dall'antichità, come magistralmente proposto da Pierre Hadot,<sup>6</sup> e attraverso testi filosofici, ho proposto esercizi con cui cia-

---

<sup>4</sup> Sulle regole della comunicazione biografico-solidale si veda il saggio di Domitilla Melloni.

<sup>5</sup> Si vedano qui i paragrafi seguenti e per approfondimenti sul tema L. Campanello, *op. cit.* pp. 99-105 e 116-137.

<sup>6</sup> P. Hadot, *Esercizi spirituali e filosofia antica* (1987-2002), tr. it. Einaudi, Torino, 2005, pp. 49-58 e dello stesso autore *Che cos'è la filosofia antica* (1995), tr. it. Einaudi, Torino, 2010 nella parte relativa agli esercizi filosofici antichi.

scuno può interrogarsi e meditare sul proprio rapporto con la morte e, quindi, con la vita.

A partire dalle esperienze biografiche di ciascuno, utilizzando la scrittura, la condivisione ad alta voce, il lavoro a gruppi, si sono attraversati alcuni temi, mettendoli in relazione innanzitutto a se stessi, a cosa significano per ognuno e come vengono trasferiti nel proprio stile di vita: il tempo, la speranza, la felicità, la paura della morte, la fatica di vivere ecc. Questi stessi temi poi sono stati condivisi con gli studenti facendoli emergere da alcune delle storie da me incontrate in diversi contesti lavorativi, cogliendo gli aspetti legati alla morte reale e simbolica che si incontrano nella stanza di analisi o in ospedale.

Un tema che ho portato spesso è quello della rielaborazione del lutto: attraverso spunti letterari, casi clinici, storie personali degli studenti, si è lavorato sulla possibilità e sulla necessità di rielaborare il lutto quando lo si incontra nella vita – simbolico (separazioni, perdita di lavoro o progetti, cambiamenti inattesi) o reale che sia, come la morte di una persona cara – attraverso la trascendenza del negativo:<sup>7</sup> tendere all'accettazione del negativo – del dolore, della morte, delle parti più deboli e meno nobili di sé – come parte dell'esperienza esistenziale, riportando alla luce ciò che era stato rimosso anche per evitare la sofferenza, almeno in parte, e per accedere all'accettazione della fatica di vivere e al bisogno di misericordia per sé e per gli altri.

Il tema della morte è centrale nella mia riflessione personale e professionale, ma è anche uno dei temi per eccellenza della vita umana: come timore, come esperienza, come sfondo esistenziale sempre presente. È uno degli argomenti più rilevanti anche nelle opere di Irvin Yalom, fondatore della psicoterapia esistenziale, frutto di fertile intreccio tra filosofia e psicologia. Utilizzo spesso i suoi testi<sup>8</sup> come spunto interessante, che riguarda anche un modo molto vicino a Philo di intendere il lavoro di cura. Per esempio, nell'attualizzazione

---

<sup>7</sup> R. Màdera, *La carta del senso. Psicologia del profondo e vita filosofica*, Raffaello Cortina, Milano, 2012 pp. 75-81.

<sup>8</sup> Si vedano ad esempio: I. D. Yalom, *Staring at the Sun. Overcoming the Terror of Death*, Jossey-Bass, San Francisco, 2008 e Id., *Il dono della terapia* (2002), tr. it. Neri Pozza, Milano, 2014.

dell'esercizio filosofico della morte: secondo Yalom il terrore della morte è presente nella vita di ogni uomo ed emerge, mascherato, nella forma di ansie, angosce, paure o fatiche esistenziali.

La paura della morte filtra sempre sotto la superficie. Ci ossessiona per tutta la vita ed erigiamo difese – molte basate sulla negazione – per aiutarci ad affrontare la consapevolezza della ineluttabilità della fine. Ma non possiamo tenerla lontana dalla mente. Si riversa sulle nostre fantasie e sui nostri sogni. Si scatena in ogni incubo.<sup>9</sup>

Per un terapeuta è necessario, a suo avviso, lavorare sul proprio rapporto con la morte e imparare a far emergere e affrontare questo tema in terapia: solo riflettendo sulla morte e sperimentandone il timore, ci si può risvegliare alla vita e vivere meglio.

Sulla morte, come su altre tematiche, lavorare a Philo attraverso la proposta di esercizi filosofici permette di condurre gli studenti ad approfondire la ricerca del loro modo di vivere esercitandosi con costanza, per riproporli a loro volta, in futuro, nella professione di analisti biografici a orientamento filosofico. Gli esercizi filosofici non sono una “tecnica” da applicare pedissequamente, ma una possibilità di lavorare su di sé con costanza per la cura della propria vita quotidiana e per vivere più consapevolmente le relazioni con gli altri e il mondo.

Tutto questo è diventato per me non solo il modo di proporre un incontro formativo, ma anche lo scopo della formazione stessa di chi pratica o praticherà professioni di cura: preparare e supportare i soggetti nella consapevolezza riguardo al loro agire, alla responsabilità di un ruolo professionale carico di potere, da “usare” con coscienza e cognizione.

Medici, infermieri e operatori sanitari (ma anche educatori, insegnanti, analisti, terapeuti...) non possono pensare di affrontare la cura degli altri senza aver riflettuto sul senso del loro operare e della loro professione. Per diplomarsi nella scuola di Philo, come in diverse scuole psicoanalitiche e psicoterapeutiche, sono richieste almeno duecentocinquanta ore di analisi personale, di lavoro analitico su di sé. In particolare quando si lavora costantemente esposti al rischio e

---

<sup>9</sup> I. D. Yalom, *Il dono della terapia*, cit., p. 128.

all'evocazione della morte altrui, imminente o probabilmente vicina, non è possibile esimersi dal riflettere sull'impatto che un certo modo di relazionarsi con i pazienti e i loro parenti ha su questi e su di sé. La consapevolezza operativa, la lettura critica e cosciente di ciò che si fa, dei motivi per cui lo si fa, degli scopi che si vogliono ottenere, delle fatiche percepite rappresentano l'unica strada per un lavoro di cura che non aggiunga fatica sia a chi soffre sia a chi se ne occupa.

Vivere immersi nella fragilità umana può e deve poter diventare stimolo e risorsa per vivere meglio, per apprezzare l'esistenza e non per mortificare la vita e la professione, sempre ad alto rischio di *burnout* e di subire, sentendone i colpi inferti, la morte e la caducità come terrore e stanchezza dell'esistere e del lavorare. Bisogna coltivare e accrescere la capacità di ricerca e di condivisione dei significati impliciti nel proprio operare, dei percorsi possibili che si costruiscono, almeno in parte, di volta in volta tra gli attori coinvolti: curanti e curati con i loro famigliari.

L'importanza di questa dimensione autoriflessiva e formativa vale anche per educatori e insegnanti, nella loro relazione con gli educandi: troppo spesso la scuola è intesa come luogo dove fornire concetti pre-digeriti, dove apprendere nozioni memorizzandole. Specie dopo le scuole primarie (ma a volte già in queste), i bambini e i ragazzi vengono messi sempre meno nella condizione di avere esperienze di senso per loro, di condividere ricerche e pensieri che abbiano a fare con le materie di studio ma che partano dalle connessioni possibili con la loro esistenza, per provare a declinare il senso dell'essere a scuola in relazione al mondo fuori dalle mura scolastiche. Ne emerge sofferenza, e la scuola diventa una bolla – per altro spesso mortificante, giudicante e poco motivante e valorizzante – rispetto al contesto esterno, a volte difficile e complesso a sua volta. Raramente, inoltre, gli stessi insegnanti hanno occasioni in cui far emergere e ridiscutere il senso del loro operare e del loro proporre situazioni formative, che a volte non risultano efficaci, né per loro né per gli studenti.

Philo è un contesto dove si tematizzano anche queste questioni, in direzione della formazione di coloro che svolgono professioni educative e di cura, come ho indicato nei paragrafi precedenti. Chi “cura”

deve farsi carico consapevolmente della necessità di un percorso formativo costante: educazione esistenziale di sé da portare nel lavoro. Il che non significa impiegare tempo in più in ciò che si fa, o fare altro da ciò che già si propone: significa proporlo in maniera differente, cercare e praticare uno stile di vita, uno stile di cura, uno stile educativo consapevoli e critici.

Tutto ciò riguarda anche il modo di intendere l'analisi a Philo e il mio lavoro analitico. Romano Màdera, sulla scia di Carl Gustav Jung, sostiene che "il metodo è l'analista".<sup>10</sup> Per me significa unire la mia formazione filosofica, pedagogica e psicologica alla mia esperienza nei vari ambiti professionali che sopra ho indicato, intrecciandoli in maniera fertile per lavorare con coloro che a me si rivolgono come analista.

Spesso sono persone che stanno vivendo la malattia personale o la malattia di un proprio caro, oppure che desiderano essere affiancate nell'elaborazione di un lutto, oltre a quelle che intendono compiere per se stesse un percorso analitico. Non ultimo sono genitori che, tramite i pediatri con cui lavoro, approdano al mio studio per un sostegno alla genitorialità, per una riflessione e ristrutturazione della pratica

---

<sup>10</sup> "Spesso mi vengono chiesti chiarimenti circa il mio metodo analitico o psicoterapeutico. Non posso rispondere in modo univoco: la terapia è diversa per ogni caso. Quando un medico mi dice che segue rigorosamente questo o quel metodo, ho i miei dubbi sull'efficacia della sua terapia. [...] La psicoterapia e l'analisi variano tanto quanto gli individui umani. [...] Naturalmente, un medico deve aver familiarità con i cosiddetti 'metodi'; ma deve guardarsi dall'applicarli in modo stereotipato. Le premesse teoriche vanno applicate con cautela" (C. G. Jung, a cura di A. Jaffé, *Ricordi sogni riflessioni*, tr. it. Rizzoli, Milano, 1978, p. 170).

"È proprio questa filosofia [...] implicita nel suo metodo terapeutico pratico [...] a permettere a Jung la traduzione di differenti impostazioni psicoterapeutiche [...]. Numerose e difficilmente equivocabili sono le dichiarazioni di Jung a favore di un atteggiamento analitico capace di piegarsi così profondamente all'ascolto dell'altro, da saper relativizzare anche la propria tecnica, i propri metodi, la propria teoria. L'imparzialità, la neutralità junghiana, è l'opposto dell'analista specchio, coincide invece con uno sforzo di abbandonare ogni precomprensione riferita a pratiche e teorie già elaborate, per partecipare, in una dialettica aperta, al processo di sviluppo individuale" (R. Màdera, a cura di C. Mirabelli, *Una filosofia per l'anima. All'incrocio di psicologia analitica e pratiche filosofiche*, IPOC, Milano, 2013, pp. 182-183).

educativa, e che a volte decidono di proseguire con me in un percorso di analisi individuale.

Nella stanza d'analisi utilizzo il dialogo, l'ascolto attivo della storia di vita, l'emersione dei significati impliciti ed espliciti che ciascuno attribuisce alla propria storia, l'esplicitazione del contesto familiare e culturale in cui il soggetto è inserito. Lavoro con i sogni notturni, le fantasie e i timori diurni, con il Gioco della sabbia,<sup>11</sup> la scrittura – che spesso suggerisco di utilizzare tra una seduta e l'altra –, il disegno, la proposta di esercizi filosofici: linguaggi da intrecciare per poter reggere e utilizzare l'inevitabile ambivalenza che l'essere umano vive a partire dalle resistenze al cambiamento, e che si presenta intrecciata al desiderio di trasformazione.

Raramente il linguaggio razionale dà spazio al fertile intreccio delle ambivalenze che apre alla trasformazione necessaria a qualsivoglia forma di guarigione. L'inconscio si esprime per simboli e pertanto è necessario poter prendere confidenza con il linguaggio simbolico e assumere una posizione analitica che ne faccia uso e se ne nutra. Anche gli incontri di SABOF sono strutturati in modo che sempre si intreccino esercizi filosofici, momenti di condivisione a partire dalla propria autobiografia e dalle storie d'analisi, momenti di riflessione teorica a partire da testi e tematiche specifiche. A Philo si sperimentano su di sé e con gli altri proposte in cui dare voce alla propria capacità analitica e relazionale, affinché ciascuno acquisisca strumenti professionali e cerchi il proprio stile nel diventare analista biografico a orientamento filosofico. I diversi percorsi della scuola consentono agli studenti (e ai docenti stessi) di aprirsi a più prospettive (corpo, emozione, *logos*, inconscio, cultura, storia...), in direzione di uno sguardo ampio, ricco e dinamico, indispensabile alla complessità e all'unicità di ogni relazione di cura. Come ogni giorno cerco di incarnare nella mia vita personale e professionale.

---

<sup>11</sup> Per approfondimenti sul Gioco della sabbia in analisi si vedano P. Aite, *Paesaggi della psiche. Il gioco della sabbia nell'analisi junghiana*, Bollati Boringhieri, Torino, 2002 e L. Ravasi Bellocchio, *Come una pietra leggera. Giochi di sabbia che curano*, Skira, Milano, 2013.



## **Corpo e sapere organico nell'analisi biografica a orientamento filosofico**

*di Maia Cornacchia*

Ho ritrovato e ho conosciuto molti dei miei attuali compagni di viaggio in Philo nel 2005, al seminario di pratiche filosofiche<sup>1</sup> che Romano Màdera e Luigi Vero Tarca portavano avanti da anni. E subito mi sono sentita a casa. L'intuizione che la mia ricerca nel campo della formazione fosse un tentativo di mettere in pratica la filosofia trovava in loro conferma e riconoscimento ma soprattutto compagni di avventura e amici con cui condividere la passione e il desiderio di “mettersi seriamente in gioco con la vita”.

Quando citavano Pierre Hadot pensavo “non lo conosco, bisogna assolutamente che lo legga”. Solo dopo qualche mese ho realizzato che era lui l'autore del libro, allora introvabile, che mi aveva fotocopiato e regalato un amico, negli anni Ottanta. “Credo che ti piacerà” mi aveva detto riferendosi a *Esercizi spirituali e filosofia antica*<sup>2</sup> “perché parla di quello che stai cercando di fare tu”.

Quando Romano mi ha coinvolta nel progetto di una scuola che ricordasse la bottega dell'artigiano, una scuola in cui vari artigiani potessero trasmettere agli apprendisti gli strumenti del loro mestiere, mi sono entusiasmata. E quando Ivano Gamelli mi ha proposto di affiancarlo nel percorso di mediazione corporea ho accettato con gioia di “imbarcarmi” in quest'avventura. La chiamo avventura, quella di Philo, perché è caratterizzata dal movimento e dall'apertura anche

---

<sup>1</sup> Sulle pratiche filosofiche si vedano *Introduzione* e diversi saggi in questo volume.

<sup>2</sup> P. Hadot, *Esercizi spirituali e filosofia antica* (1987-2002), tr. it. Einaudi, Torino, 2005.

all'ignoto, dalla curiosità e dall'amore per lo spessore della vita e dei suoi fenomeni, noi compresi.

A Philo sosteniamo spesso, parafrasando il pensiero di Carl Gustav Jung, che il metodo è innanzitutto l'analista.<sup>3</sup> Anche questo mi piace perché rimanda alla cura e all'assunzione di responsabilità, alla consapevolezza degli abiti di risposta che mettiamo in atto, alla necessità di un lavoro su di sé e di una ricerca costante che onori la vita e faccia tesoro delle differenze. Il paradosso è che più ci si prende cura di quello che siamo più il nostro ego si ridimensiona e si ritrova nel mondo.

Si è manifestata molto presto in me (o forse si è mantenuta dall'infanzia) e sta aumentando, con la vecchiaia, la tendenza a dare fiducia e credito a come uno è e fa quello che fa, più che a quello che uno dice o scrive. E se in quello che uno dice o scrive non trovo traccia di autenticità e di consapevolezza, non trovo un io incarnato nella propria storia e nel proprio vissuto, mi autorizzo a chiudere il libro. Per questo motivo già nelle prime righe di questo scritto ho evocato dei nomi: Philo per me è fatta soprattutto di nomi e di relazioni preziose, di esperienze vissute e condivise. Quello che faccio a Philo è così intessuto della mia esperienza, della mia storia personale e professionale, che posso scriverne solo partendo da lì.

“*De ci sosto?*”, “Di chi sei?”: è la domanda che gli anziani della Valle d'Ampezzo rivolgono ai bambini che non conoscono. Sono di un padre, grande medico per vocazione, romagnolo mangiapreti che mi ha insegnato ad “amare il prossimo mio come me stessa”. E sono di una madre traumatizzata a quindici anni dalla morte del fratello adorato, pilota caduto e mai più ritrovato in Africa nella seconda guerra mondiale. “Bisogna razionalizzare” era il suo mantra e, per proteggermi, mi spaventava. Io non mi fidavo e andavo a verificare se i cani lupi sbranavano i bambini, se a Londra nel '69 c'era la tratta delle bianche, se... Mi è sempre andata bene e il risultato è stato quello di farmi recuperare in fretta quella fiducia nella vita, quell'apertura che si ha da bambini. È la fiducia che ho e che presto, nei gruppi di formazione o nella stanza di analisi, a chi l'ha persa. Alla mamma, oltre

---

<sup>3</sup> Su “il metodo è l'analista” si veda il saggio di Laura Campanello.

al mio nome che scelse lei,<sup>4</sup> all'amore per i boschi e per le fiabe devo, spesso per reazione e suo malgrado, la scoperta di quello che mi aiuta a vivere. Più di tutto la scoperta dell'ascolto, perché lei non sapeva ascoltare. È una scoperta che devo anche al babbo perché lui invece sapeva farlo ma, siccome gli mancava la fiducia, ascoltando poi si deprimeva. Ricordo che, negli anni Settanta, quando dicevo di lavorare sull'ascolto mi chiedevano se mi occupavo di *hi-fi*. Così, nella mia ignoranza e nella mia presunzione, pensavo che fosse una mia invenzione. Oggi penso che più che scoprire o inventare noi possiamo essere testimoni e, al tempo stesso, ospiti di un sapere vivente che non si cura di spazio e tempo e che ci fa ritrovare quello che altri hanno trovato prima e altri troveranno dopo di noi.

Sono anche figlia del '68 e della passione per i bambini, per la filosofia e per il teatro. La filosofia si prende cura dell'ascolto e lo nutre, domanda e apre, si interroga ed esplora. Quello che fanno, a modo loro, anche i bambini.<sup>5</sup> Il teatro mi ha costretta a lavorare su di me. Soffrivo ed ero impacciata nel dover parlare un linguaggio già dato senza conoscere affatto il mio. Ho lasciato il teatro continuando a nuotare nelle sue acque con quel corpo che aveva risvegliato. E ho avuto la fortuna di poter fare della mia ricerca anche il mio lavoro. Come animatrice teatrale ho cominciato a condurre dei gruppi a ventidue anni. Era evidente che avrei insegnato imparando. Un'evidenza che mi accompagna da più di quarant'anni e a cui devo infiniti doni. Quando nel 1980 ho incontrato il Teatro delle Sorgenti di Jerzy Grotowski<sup>6</sup> e la sua ricerca dell'origine delle tecniche nelle tecniche delle origini è stato come l'accendersi di un faro nella notte. Oltre a

---

<sup>4</sup> Fra le varie genealogie del nome Maia quella che ho scoperto recentemente con più gioia è stata *ai maiai*, le levatrici in greco, da cui prese il nome l'arte maieutica di Socrate.

<sup>5</sup> M. Cornacchia, "L'arte dell'ascolto e il corpo trasparente", in I. Gamelli (a cura di), *I laboratori del corpo*, Libreria Cortina, Milano, 2009.

<sup>6</sup> L'ipotesi che all'origine del teatro ci fossero delle tecniche personali o di lavoro su di sé e non delle tecniche teatrali e che queste tecniche, nei loro elementi più semplici e potenti, fossero universali spinse Grotowski a recarsi, per quattro anni e con due gruppi di ricerca, nei luoghi dove le tradizioni si erano mantenute più vicine all'origine. J. Grotowski, "Ipotesi di lavoro", in *Sipario*, n. 404, 1980, pp. 46-48.

nuotare e sentire, adesso cominciavo anche a vedere. Non tanto dove stavo andando, cosa che continua a interessarmi poco, ma dove ero e come sapevo starci.

Fino a quel momento, guardando indietro, vedevo scorrere due percorsi che, pur procedendo insieme tanto da sembrare uno, continuavano a differenziarsi. Un percorso era quello dell'ascolto dell'esperienza e dell'esperienza dell'ascolto, il percorso di una danza con la vita. Un percorso governato dal sentire, estraneo alle regole di un sapere pubblico convenzionale e statico. Un percorso di corpo e di silenzio intramati con il mondo, dove ognuno degli innumerevoli incontri era occasione per scoprire e praticare un nuovo passo di danza. Un percorso imprevedibile, circolare, aperto e mosso dal praticare la domanda e l'apertura che la domanda porta in sé.

L'altro percorso era determinato invece dal bisogno di trovare la Risposta. La Risposta, in questo caso (perché ci sono anche le risposte irresistibili che stanno nel movimento e fanno parte della danza), si appellava al concetto, era figlia della Logica e usava varie categorie per definire e collocare nell'ambito di un sapere pubblico, presunto oggettivo, quelle stesse esperienze che avevo sentito e danzato come movimento. Così il mio secondo percorso si era disegnato sulle risposte che il bisogno di definire l'esperienza mi spingeva a cercare in territori diversi. Si era disegnato come successione di punti di riferimento, di presunte certezze che si avvicendavano, sostituendosi alle precedenti, non appena quelle si dimostravano inadeguate. Cercavo risposte, nella convinzione di avvicinarmi alla Verità a mano a mano che la mia definizione delle "cose" si precisava, senza capire che la mia pratica prendeva forza, anche nei territori del sapere pubblico, non dalle operazioni logiche che riuscivo a mettere in atto, ma dalla partecipazione agli eventi, dall'esercizio che rendeva il mio corpo disponibile a collocarsi là dove era, in una relazione organica con il mondo, nella fessura in cui la vita scorre, ancora una volta dall'esercizio della danza.

Dopo l'incontro con il silenzio e la scelta di assecondare il movimento della vita (invece che l'illusione di controllarlo), il titolo di molti laboratori che ho proposto è diventato "Lo straordinario nell'ordi-

nario”, a ricordare che l'attenzione sottratta al bisogno di controllo, se investita nell'azione, ci porta a cogliere lo spessore di qualunque esperienza, anche della più ordinaria, ad “abitare l'incanto”.<sup>7</sup>

L'assidua frequentazione del Teatro delle Sorgenti, il lavoro sulla percezione, uniti alla sperimentazione e alla ricerca di senso nei gruppi che conducevo, diedero il colpo di grazia all'orizzonte in cui mi ero mosso fino a quel momento. Cominciai a cercare nei libri tutto quello che potevo trovare di insolito nel tentativo di offrire un asilo ai miei nuovi brandelli di esperienza.

Ma il bisogno di sperimentare, prima di riflettere e mettere ordine, mi fece avvicinare alla tradizione e agli insegnamenti degli Indiani d'America. Quando Winterhawk venne in Italia a tenere seminari sui rituali e gli insegnamenti raccolti da Swiftdeer, allievo del Don Genaro di Carlos Castaneda,<sup>8</sup> non ne persi uno. Mi ritrovai immersa in una magia che non ha a che fare con il potere, la superstizione o la manipolazione, ma con il saper ascoltare, saper vedere, saper sentire e stare in relazione con quello che c'è: *Mitakuye Oyasín* (tutto è in relazione), dicono i Lakota. Con Grotowski e con gli Indiani d'America, nei primi anni Ottanta, tornai a provare quel sentimento di vicinanza e di apertura al mondo che ritrovo in alcuni poeti e nei bambini piccoli.

Appassionante e consolidante, nel suo radicale spiazzamento, poco dopo si è abbattuto sulla mia ricerca il “Pensiero delle pratiche” di Carlo Sini. In lui ho trovato la cornice teoretica che poteva dare senso e validità al mio inquieto errare. Ho smesso di cercare la Risposta e la Verità per dedicarmi al lavoro su me stessa, per non prendermi troppo sul serio e per esplorare la rinnovata vitalità delle nostre risposte quando ci mettiamo in ascolto. Da allora il Pensiero delle pratiche continua a essere la principale fonte e il miglior nutrimento per le mie riflessioni. Tanto più oggi che è diventato il riferimento teorico più vicino e fecondo anche per la ricerca del Workcenter of Jerzy

---

<sup>7</sup> “Il filosofo domanda perché, con il gesto di questa pratica, si riveli un particolare incanto del mondo. La domanda invita ad abitare questo incanto, non semplicemente a rispondere.” (C. Sini, *Etica della scrittura*, Il Saggiatore, Milano, 1992, p. 187).

<sup>8</sup> C. Castaneda, *L'isola del Tonal* (1974), tr. it. Rizzoli, Milano, 1980.

Grotowski and Thomas Richards.<sup>9</sup> Tale ricerca, a sua volta, incarna al meglio l'idea, cara a Sini, a Florinda Cambria<sup>10</sup> e ad Antonio Attisani,<sup>11</sup> di una formazione basata sulle arti dinamico-performative.

Un insegnamento si conosce con l'iniziazione o con il furto, diceva Grotowski e sosteneva, come Sini, che un maestro per restare tale deve essere tradotto e tradito. La mia proposta di lavoro, la Pratica di Lavoro Organico (PLO), è nata nel 1984 dalla necessità di portare la ricerca nella vita quotidiana e non ci sarebbe, neanche nel nome, senza tutto quello che ho potuto "rubare" a questi due grandi maestri. La PLO è un allenamento all'ascolto che, in risonanza con le mie gravidanze e con il mio *training* teatrale, è prima di tutto ascolto del corpo e corpo in ascolto.

Il corpo in ascolto lascia succedere e lascia che si manifesti, nelle sue risposte, quel sapere organico che sorprende perché è un sapere che non sappiamo di sapere, che non s'impara e non s'insegna perché appartiene alla vita e, come l'intuizione, manifesta la sua vitalità ogni volta che gli facciamo spazio mettendolo in pratica invece che in dubbio.

Poche cose sono soggettive come la percezione e so che quando conduco gruppi offro solo delle occasioni per sperimentarsi e mettersi in gioco. Poi, se si lascia succedere, quello che accade dipende da un noi che pesca nello spessore sottile dell'invisibile. Allora ho la sensazione di essere condotta dal gruppo e che tutto fluisca senza sforzo. Quando invece sorgono difficoltà cerco di lasciarmi spiazzare e di prenderle come un'opportunità. Ho imparato dagli irriducibili che solo accogliendo quello che c'è e ricordandosi che "la cosa che assomiglia di più alla perfezione è poterne fare a meno", si ritrova il gusto della sorpresa e ci si accorge delle porte che l'errore sta spalancando intorno a noi.

---

<sup>9</sup> T. Richards, *Al lavoro con Grotowski sulle azioni fisiche*, Ubulibri, Roma, 1993.

<sup>10</sup> F. Cambria, *Far danzare l'anatomia. Itinerari del corpo simbolico in Antonin Artaud*, Edizioni ETS, Pisa, 2007.

<sup>11</sup> A. Attisani, *Logiche della performance. Dalla singolarità francescana alla nuova mimesi*, Accademia University Press, Torino, 2012; A. Attisani, M. Biagini (a cura di), *Opere e Sentieri. Jerzy Grotowski testi 1968-1998*, Bulzoni, Roma, 2007.

A Philo, nel percorso di “Mediazione corporea” che condivido con Gamelli porto avanti, sotto il titolo di “Corpo e sapere organico nell'analisi biografica a orientamento filosofico”, un programma ricorsivo che prende forma intorno ad alcuni temi che caratterizzano la PLO. Li indicherò nei paragrafi che seguono, sottolineando ogni tema con il corsivo e dedicando a ognuno alcune righe per una sintetica spiegazione. Nel faticoso tentativo di rendere con la scrittura il senso e, soprattutto, la vivacità di un'esperienza la cui ricchezza sta nelle differenze e nella particolarità dei vissuti di ognuno, farò parlare i diari<sup>12</sup> di alcuni studenti che si sono generosamente prestati a darmi una mano nell'illustrare i temi proposti. Senza la straordinaria qualità dei suoi studenti, Philo non sarebbe quello che è oggi. Mi capita spesso di sentirmi loro allieva e di rimanere incantata davanti all'intensità di alcune loro azioni ed espressioni. Probabilmente la proposta di Philo, la sua richiesta esplicita e inderogabile di una messa in gioco personale, attrae chi ha già mollato gli ormeggi per avventurarsi in mare aperto.

*Nello spessore sottile dell'invisibile.* Quando il corpo non crede di essere separato dalla mente e dal mondo, si apre la possibilità di una pratica che potrebbe diventare esercizio consapevole di quel compito che Rainer Maria Rilke ci attribuisce:

Il nostro compito è quello di compenetrarci così profondamente, dolorosamente, appassionatamente con questa terra provvisoria e precaria, che la sua essenza rinasca invisibilmente in noi. Noi siamo le api dell'invisibile. Noi raccogliamo incessantemente il miele del visibile per accumularlo nel grande alveare d'oro dell'invisibile.<sup>13</sup>

*Essere nell'esperienza.* Le indicazioni che do a ogni incontro, e che seguo ogni volta che voglio vivere un'esperienza contrastando la forza degli

---

<sup>12</sup> Nella scuola agli studenti chiediamo di scrivere, a turno e in modo personalizzato, il diario delle lezioni.

<sup>13</sup> Citato in M. Heidegger, *Sentieri interrotti* (1950), tr. it. La Nuova Italia, Firenze, 1997, p. 285.

automatismi anche nella vita quotidiana,<sup>14</sup> sono: *presenza, attenzione vigile, apertura, intenzione*.<sup>15</sup> Sono indicazioni che servono a mettersi in ascolto e che ritroviamo nella maggior parte delle tradizioni sapienziali e nei bambini piccoli.

*Il corpo che i bambini ci ripropongono.* È un corpo vivente, un corpo che intrattiene una relazione organica con il mondo, un corpo che *sa* vivere perché è nella vita. A mio avviso, infatti, i bambini non ci chiedono di non sbagliare ma di ascoltarli e di avventurarci nel varco aperto dall'errore per allargare i confini della nostra visione del mondo e avvicinarci a loro. Una volta ho invitato a lezione Florinda Cambria perché ci parlasse, in quel suo modo così vivo e potente, di una visione del corpo che fa da traghetto alla mia pratica.

“Quando la coscienza deborda il corpo essa non è uno spirito ma quel corpo che si accende nell'atmosfera”.<sup>16</sup> In questo passo di Antonin Artaud che Maia legge aprendo a caso il libro di Florinda, c'è già tutto il senso della sua ricerca e Florinda, nel suo intervento, parte proprio da questo passo per affermare che l'esperienza primaria del corpo non è la descrizione anatomica che possiamo farne e il problema è come recuperare questa esperienza originaria, l'esperienza del corpo sentito, neonato.

Dopo l'intervento di Florinda, nell'ottica di “recuperare questa esperienza” abbiamo praticato un esercizio in cui la fiducia e l'abbandono al sentire e all'altro erano fondamentali: Maia ci ha mostrato una modalità dolce di massaggio, con l'ausilio di un asciugamano. A coppie, lo abbiamo ripetuto. È stata un'esperienza molto delicata, quasi un invito a ritornare al sentire del neonato, nel lasciare che l'altro si prendesse cura di noi, totalmente passivi e abbandonati, e nel prenderci poi noi cura dell'altro, con gentilezza e delicatezza.<sup>17</sup>

---

<sup>14</sup> Vedi anche: M. Cornacchia, “La Pratica di Lavoro Organico e lo straordinario nell'ordinario”, in AA. VV. (a cura di R. Màdera), *Le pratiche filosofiche nella formazione, Adultià*, n. 27, 2008, pp. 138-149.

<sup>15</sup> Cfr., per una descrizione accurata di queste indicazioni, *ivi*, pp. 138-142.

<sup>16</sup> F. Cambria, *op. cit.*, p. 105.

<sup>17</sup> Dal diario di Massimo Diana del 14 gennaio 2012.

*L'intelligenza della tragedia*.<sup>18</sup> Riguarda il lavoro sulla difficoltà che punta alla sua trasformazione in un'opportunità. È un percorso che, a partire dalla visualizzazione (con il gioco del “Se fosse” che facevamo da bambini: “Se fosse un animale che animale sarebbe?”) porta ognuno a prestare il respiro, il suono, la voce in *gibberish*,<sup>19</sup> il corpo, alla sua difficoltà perché essa trovi il proprio ritmo su cui danzare una danza ripetitiva. Quando nell'incontro e nello scambio con l'altro la danza si lascia modificare, è raro che la difficoltà non si trasformi.

[...] ci facciamo condurre dalla difficoltà nel modo che le è proprio, camminando e danzando nello spazio. La mia, ad esempio, ha un'andatura singhiozzante e spezzata; mi muove convulsamente le spalle e il capo, in direzioni opposte e scompagnate. Maia ci invita a mostrarci reciprocamente, a turno, il nostro ritmo e il nostro movimento, tenendo fissi gli occhi gli uni sugli altri. Con una compagna inizia un duetto assai buffo e serio: comincia la mia difficoltà, scomposta e sofferente, scattosa, poi si ferma in attesa. L'altra prende avvio, molto lentamente, facendo oscillare le braccia lateralmente come in una danza sbarazzina; la mia risponde, adottando quella nota sbarazzina che trasfigura il movimento precedente; la sua continua introducendo nel movimento le mie note scattose e turbolente; la mia riprende un movimento di stizza, che prima non avevo notato nella sua ... gli sguardi sono fissi l'uno sull'altro, e a breve cominciano a sorridere gli uni sugli altri, e poi a ridere.<sup>20</sup>

Ogni quattro anni le mie due giornate di lezione annuali a Philo si svolgono durante un unico weekend che trascorro fuori Milano con gli studenti, in località immerse nella natura per poter lavorare anche

---

<sup>18</sup> “La pace di cui qui si parla non ha nulla a che fare col concetto negativo di anestesia. È un dilatarsi del sentimento dovuto all'emergere d'un qualche profondo intuito metafisico non esprimibile in parole (...). La pace è l'intelligenza della tragedia e la sua conservazione”: da A. N. Whitehead (1933), *Avventure di idee*, tr. it. Bompiani, Milano, 1997 (citata da Sini durante una sua lezione universitaria).

<sup>19</sup> Il *gibberish* è un modo (molto usato in teatro) di lasciarsi parlare con parole spogliate di senso, irriconoscibili, che mettono a nudo le emozioni. Quello che Dario Fo chiama *gramelot*.

<sup>20</sup> Dal diario di Alice Di Lauro del 5 gennaio 2010.

all'aperto e pernottare insieme. Un fine settimana residenziale in cui s'intrecciano, intensificandosi, alcuni dei temi proposti.

*Abitare l'incanto del mondo.* Rimanendo in ascolto del silenzio, che fa da culla alla percezione, alterniamo azioni nella natura, rituali ispirati alla cultura degli Indiani d'America, azioni quotidiane e un lavoro sulla coscienza nel sonno (durante il quale ci si veglia a turno, con l'intenzione di destarsi all'ora stabilita e, se ciò non accade, il compagno che ci precede entra delicatamente nel nostro sonno aiutandoci a riemergerne in modo organico).

*Lo straordinario nell'ordinario.* È l'attenzione che riconosce, anche nei gesti quotidiani, l'irripetibilità dell'esperienza portandoci fuori da abitudini e automatismi, affinché i momenti più inflazionati dalle abitudini diventino il luogo privilegiato in cui misurare la relazione tra qualità dell'ascolto e qualità della vita.

*La natura ci fa da specchio.* Muoversi nella natura, ascoltando, lasciandoci toccare e modificare da quello che ci viene incontro, ci permette di vedere, come in uno specchio, le nostre modalità di relazione con il mondo.

Facciamo un "viaggio" nella pianura circostante, divisi in gruppi da 5-6 persone, in silenzio; ci alterniamo nella guida e ciascun "capofila" andrà "verso ciò che lo chiama". Gli altri lo seguiranno adottando lo sguardo aperto e cercando di imitare, fin dove possibile, la sua esperienza motoria e percettiva.

Conduce M. che con un piglio alquanto deciso ci fa camminare nei bordi verdi dei campi arati e improvvisamente si tuffa nell'erba. In quel momento ricordo e risperimento la gratuità anarchica di essere ragazzini a zonzo nella campagna, fortemente impegnati dalla gioia di nulla, null'altro che essere lì e interagire con tutto. [...]

A., nella sua escursione, rivela un ancoraggio non meno libero e audace alla fanciullezza spensierata. Molti sono i tuffi nell'erba e le corse rapsodiche fino al gesto sublime di gettare scarpe e calzini. Sento con piacere la freschezza dell'erba soffice sotto i miei piedi. [...]

P. viene “scelto” da una *mission impossible*! Entra infatti scalzo in una pozzanghera di acqua ferma, limacciosa, torbida e purtroppo sufficientemente ampia da poter fare entrare i piedi di noi tutti. Con A. e M. “gemiamo” letteralmente per l'orrore ma alla fine nessuno di noi si esenta dal compito: scivoliamo in silenzio nell'acqua melmosa e nel fango, timorosi di indovinare viscidetti e non dimenticherò mai gli occhi di A. nei quali mi specchio: Persefone tirata giù da Ade deve aver avuto uno sguardo meno sgomento e terrifico!

[...] Subentra M. decisa a censire empaticamente le centinaia di faggi che riempiono l'ettaro circostante. Li carezziamo quasi tutti! Sono stanca ma mi sto divertendo. Una voce interna ribatte che potevo starmene tanto bene a Roma a studiare, questo weekend. Ma un'altra voce sussurra che poche cose sono sensate, nella vita, come questa: darsi appuntamento per provare a stare attenti.<sup>21</sup>

*L'arte dell'ascolto e il corpo trasparente.* Quando la pelle allarga le sue maglie e tutti i sensi si allertano, quando il movimento è investito di attenzione, affiora l'organicità della nostra relazione con il mondo. Il corpo trasparente sa collocarsi là dove è, fra altri corpi che fanno, e fa spazio, come in una danza, alla rinnovata vitalità delle nostre risposte.

Ci viene proposto un esercizio a occhi chiusi con i bastoncini di bambù, sentiti come prolungamento delle mani e usati per lasciarsi portare dal movimento nello spazio, prima singolarmente, poi in coppia e infine guidati dall'intenzione di formare un unico grande cerchio. È la parte che si rivela più difficile e per questo interessante. Ci vuole tempo, fidarsi che qualcosa si compia senza poterlo controllare non è facile. Molto interessante è percepire se stessi in questo processo [...]. Molti di noi, tra cui anch'io, inizialmente non molliamo la presa [...]. La vicinanza dei corpi in un groviglio non è sempre percepita come piacevole e divertente contatto, ma come matassa da sbrogliare velocemente per arrivare alla fine, al cerchio completo, che forse anche per questo non si chiude. Mezzi e fini non sono scindibili, è uno degli insegnamenti che sentiamo fondamentali in Philo.<sup>22</sup>

---

<sup>21</sup> Dal diario di Benedetta Silj del 13 aprile 2013.

<sup>22</sup> Dal diario di Paolo Maccagno del 28 marzo 2010.

*Quando il corpo parla un linguaggio simbolico.* Abbiamo l'opportunità di viaggiare con il tamburo o con le campane tibetane o di ascoltare il corpo dell'altro e di esplorare, anche da svegli, il territorio dei sogni, del simbolico, del possibile e del non noto nel corpo e nel corpo mondo.

In piedi, a occhi chiusi, ognuno di noi, trattenendo il fiato, ruota su se stesso e si ferma là dove sente che è la sua direzione. Rimaniamo fermi, a occhi chiusi, fino a quando Maia ci sussurra qual è la direzione della Ruota di medicina alla quale siamo rivolti.

Ognuno di noi cerca uno spazio nel quale sia comodo e a proprio agio, e ci si mette disteso, sulla coperta. Ci prepariamo, guidati dal suono del tamburo, al viaggio sciamanico. Il tamburo batte un ritmo lento e ipnotico... sto camminando lungo dei ciottoli bianchi, chissà se è un sentiero o il letto di un fiume. Improvvisamente il ritmo del tamburo si fa più veloce e ossessivo; mi sprofondo entro i ciottoli e percorro un tunnel dentro la terra che mi risucchia e mi sballotta, poi mi sputa fuori in una dimensione che inizialmente è nebbiosa e indistinta... Cielo plumbeo e punte di conifere... il fumo di un fuoco sale da una radura. Al centro del fuoco, delle dimensioni di un rogo, sta bruciando la struttura di un letto a baldacchino. Assi di legno legate assieme che puntano verso l'alto. A tratti pare di vedere una culla al centro del fuoco, a tratti la struttura di un trampolino, di una ragnatela, di una palafitta. Ha tutto l'aspetto di un sacrificio. Vedo attraverso una rete [...] sono scale di corda che salgono verso l'alto, le scalette dell'albero maestro di un veliero. Avanza silenzioso, nella notte. Il cielo è vastissimo, alto e stellato.[...] Sono sulla terrazza di un faro bianco e basso che dà su un porticciolo; da lì vedo le punte dei velieri attraccati a riva. All'improvviso sento di nuovo il ritmo ossessivo dei tamburi, che mi richiamano verso casa. Scendo veloce, in senso antiorario, dall'ampia scala a chiocciola del faro.

Al termine del viaggio, rimane un po' di tempo per confrontarci. Chiediamo a Maia qualche spiegazione sulla Ruota di medicina degli Indiani d'America, ed emerge come le "visioni" di molti corrispondessero, di fatto, ai simboli che gli indiani d'America associano alle direzioni.<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup> Dal diario di Alice Di Lauro del 5 gennaio 2010.

*Morire ascoltati ascoltando.* Nel momento della perdita il dolore può renderci più sgombri, metterci in contatto con il mistero dell'ignoto. Possiamo tentare di ricoprire con il velo del noto quello che mette in scacco il nostro presunto sapere, ma possiamo anche poggiare il piede incerto su quella terra smossa e metterci in ascolto, fidandoci di quel sapere organico che ci comprende nel movimento della vita.<sup>24</sup>

A volte propongo due esercizi che ho sperimentato in un seminario con Frank Ostaseski.<sup>25</sup> Sono esercizi molto coinvolgenti che ci permettono di confrontarci con gli attaccamenti e il vissuto della perdita. Difficile parlare di morte tanto quanto è facile sperimentarla nella permanente impermanenza di ogni cosa. Difficile parlare di morte anche se è dal suo indissolubile intreccio e scambio con la vita che impariamo a vivere e a morire.

Lo lascio fare qui ai due poeti che porto sempre con me. Chandra Livia Candiani:

Si narra che il fiume  
correndo verso il mare  
racconti a se stesso delle fiabe  
per farsi compagnia  
e per aver meno paura  
di quell'attimo in cui  
diventerà immenso.<sup>26</sup>

E Rilke:

Allo stesso modo della luna, anche la vita ha certamente una faccia che non possiamo vedere; essa non è però il suo opposto, ma il suo completamento per quanto concerne la perfezione, la completezza,

---

<sup>24</sup> M. Cornacchia, "Ascoltarsi l'un l'altro", in *Dharma*, anno VII, n. 32, 2009, pp. 83-92.

<sup>25</sup> Fondatore dello Zen Hospice a San Francisco, da parecchi anni si dedica alla formazione. Si veda F. Ostaseski, *Saper accompagnare. Aiutare gli altri e se stessi ad affrontare la morte* (2005), tr. it. Mondadori, Milano, 2006.

<sup>26</sup> C. L. Candiani, *Sogni del fiume*, La biblioteca di Vivarium, Milano, 2001, p. 15.

Maia Cornacchia

la reale, sacra e piena palla dell'essere (...). La morte è la faccia della vita a noi opposta e per noi non illuminata.<sup>27</sup>

Come nelle fiabe, ogni fine è anche un inizio: c'era una volta, e un'altra volta ancora.

---

<sup>27</sup> Citato in C. Sini, *Kinesis. Saggio di interpretazione*, Spirali, Milano, 1982, p. 137.

## **A scuola di improvvisazione nel laboratorio-bottega dell'analisi biografica a orientamento filosofico**

*di Domitilla Melloni*

Il viaggio che mi ha fatta approdare a Philo è iniziato molti anni fa, quando ancora ragazzina avevo cominciato ad approfondire i temi legati all'invecchiamento.

Adolescente, vivevo lontana da qualsiasi occasione di incontro con i miei coetanei, eccezion fatta per le ore di lezione a scuola, e mi aggrappavo all'unica opportunità di socialità che mi era offerta: la partecipazione a un'associazione di volontariato. Ci si occupava di vecchiaia, per l'appunto, e in particolare del passaggio delicatissimo dall'età lavorativa a quella della pensione.

Partecipavo in modo inconsapevole, all'inizio, spinta soprattutto dal desiderio di superare un isolamento che soffrivo, ma gradualmente il mio interesse aumentò, fino a farmi scegliere un percorso di studi all'università che mi permise di lavorare come formatore psicosociale in progetti rivolti alle persone che invecchiavano e a tutti coloro che, a qualsiasi titolo, si occupavano di loro. Il tema della formazione all'invecchiamento divenne il mio interesse principale.

Che cosa c'entra la fatica di invecchiare con l'analisi biografica a orientamento filosofico alla quale formiamo a Philo? All'apparenza poco, in realtà moltissimo: in entrambi i casi in gioco c'è una ricerca di senso che diventa urgente nel momento in cui si avverte l'improvvisa perdita di valore, o di valore condiviso, di tutto ciò su cui si è sempre puntato perché riconosciuto come "certezza". Questo accade

nell'invecchiamento ma anche in ogni momento in cui l'insorgere di una crisi spinge a chiedere aiuto.

Cercare di conoscere se stessi in modo approfondito, non limitarsi a una sola visione di sé, ma integrare aspetti differenti e sovente trascurati perché giudicati irrilevanti quando non addirittura minacciosi. Cercare tracce della propria autenticità fin negli aspetti più minuti della propria esistenza, tanto più se considerati irrilevanti o residuali. Raccogliere umilmente la consapevolezza del proprio limite, dopo averlo riconosciuto, per cercare di trasformarlo nel motore di un cambiamento il più possibile consapevole. Osservare il mondo che ci fa da cornice per cercare in esso il proprio posto, senza l'illusione di vivere in un costante "primo piano", ma senza neppure tradire la propria identità accontentandosi di rimanere irrilevanti in uno sfondo indistinto. Scegliere che cosa merita di essere ricercato e perseguito, lasciando andare, con il minor rimpianto possibile, tutto il resto. Riconoscere con gratitudine il disegno della propria esistenza e adoperarsi per migliorarlo, curando il dolore che può essere guarito e imparando ad accettare quello che non guarirà... È questo che si fa nello studio di analisi filosofica, ma è anche ciò che accade a ogni persona che invecchia e desidera riprendere in mano la propria esistenza, sfuggendo al pregiudizio e al destino uniformante che tocca in sorte a molti vecchi impreparati.

Il mio lavoro di formatrice era fuori dai contesti universitari: progetti che nascevano da amministrazioni locali, scuole regionali, servizi sociali, università popolari e della terza età, case di riposo, associazioni di volontariato... In una ripartizione classica e molto usata in quegli anni, lavoravo integrando tra loro le diverse aree formative: *sapere, saper fare, saper essere*. Mi piaceva, sull'esempio del mio maestro Aldo Ellena,<sup>1</sup> aggiungere anche il *saper sperare*.

La formazione per me era un processo attivo, che partiva sempre da chi avevo di fronte: i partecipanti ai percorsi di formazione non erano mai solo ascoltatori, ma agivano insieme in una cornice protetta (il *setting* formativo) offrendo ciascuno le proprie competenze e opi-

---

<sup>1</sup> Don Aldo Ellena, sacerdote salesiano, fondatore della rivista *Animazione sociale*, attraverso la quale ha introdotto in Italia il pensiero di Paulo Freire.

nioni, attuando insieme percorsi di consapevolezza e di ricerca di senso che partivano sempre dall'esperienza biografica dei presenti insieme alle esperienze/occasioni formative che offrivo loro.

Da qui sono approdata a Philo. Dopo vent'anni di formazione negli anni Ottanta e Novanta dedicata alla fatica di invecchiare, ho incontrato le pratiche filosofiche<sup>2</sup> all'Università degli Studi di Milano-Bicocca.

È stato un incontro di quelli che lasciano un segno profondo e cambiano le regole, permettendo di intravedere un gioco più bello e appassionante, per il quale le carte che avevo in mano potevano andare bene, anche se avrei dovuto usarle in un modo diverso da quanto era accaduto fino ad allora.

A conquistarmi, da subito, fu il forte richiamo alla necessità di tornare all'esperienza, per riavvicinare la filosofia a quella dimensione concreta e quotidiana che i miei studi all'università sembravano aver smarrito. Secondo la lezione di Pierre Hadot,<sup>3</sup> i due sistemi che costituiscono la vita dell'uomo, esperienza e logos, devono essere riavvicinati e ricongiunti, per superare la scissione che da secoli li separa nel mondo e nella filosofia occidentali. Non più, dunque, un logos sovrano assoluto, ma logos ed esperienza legati indissolubilmente l'uno all'altra, per trovare una giusta misura, che consenta a ciascun essere umano di raggiungere un equilibrio nella propria personale ricerca del senso (cioè del *significato* e anche della *direzione*) di vivere. Ero affascinata da questo modo di leggere e praticare la filosofia, che improvvisamente sembrava restituire dignità e forza – in una prospettiva non più solo pedagogica, ma anche filosofica – al mio lavoro di formazione attiva.

Con l'entusiasmo suggerito da quella che sentivo come una legittimazione importante a non trascurare l'esperienza, ho cominciato a

---

<sup>2</sup> Sulle pratiche filosofiche si vedano *Introduzione* e diversi saggi in questo volume.

<sup>3</sup> Indico qui alcuni dei testi di Pierre Hadot che avuto una parte importante nella trasformazione del mio rapporto con la filosofia: *Esercizi spirituali e filosofia antica* (1987-2002), tr. it. Einaudi, Torino, 2005; *Che cos'è la filosofia antica?* (1995), tr. it. Einaudi, Torino, 2010; *La filosofia come modo di vivere. Conversazioni con Jeannie Carlier e Arnold I. Davidson* (2002), tr. it. Einaudi, Torino, 2008.

collaborare prima alla costituzione dell'associazione Philo e della scuola di analisi biografica a orientamento filosofico.<sup>4</sup>

L'esperienza è al centro della mia proposta formativa, facendo perno sulla metafora della bottega dell'artigiano, che ha fatto da guida, fin dalla prima idea, al progetto e alla strutturazione della scuola. Quello che propongo agli studenti con il mio contributo è un "laboratorio" in cui ricreare ciò che accade nello studio di analisi.

Prima di tutto, intendo che la mia proposta sia centrata su quel *saper essere* che è stato il fulcro della mia attività di formazione precedente a Philo: mi piace l'insistenza con cui nel nostro gruppo di lavoro si afferma la necessità che l'analista filosofo non interpreti la propria professione come una maschera e cerchi invece di vivere il proprio lavoro in coerenza e in continuità con la propria vita, senza censure che generino differenze tra ciò che si è nello studio di analisi e ciò che si è al di fuori di esso. Voglio che il laboratorio offra le condizioni per generare consapevolezza su questa necessità di essere, e di *essere facendo*.

Amo, poi, dell'analisi biografica a orientamento filosofico, la *co-costruzione di una pratica professionale* che andiamo definendo giorno per giorno, tra colleghi: anche questo aspetto voglio che sia centrale durante le mie lezioni.

Infine, è importante che le pratiche del laboratorio che propongo siano il più possibile umili, semplici e che proprio in quanto tali siano occasioni per riflettere sulla "struttura che connette"<sup>5</sup> ogni cosa e che accomuna le esperienze più elevate e dotte a quelle più semplici e quotidiane. È la ricerca di modi concreti per sottolineare la necessità di trascendenza,<sup>6</sup> anche nella formazione.

Nel laboratorio, gli allievi della scuola possono *fare esperienza* dell'analisi biografica a orientamento filosofico. Non si tratta di imitare ciò che accade nella stanza d'analisi: certo anche questo è importante, ma il progetto formativo non può esaurirsi qui. Non mi basta

---

<sup>4</sup> Sull'analisi biografica a orientamento filosofico il testo fondamentale è R. Màdera, *La carta del senso. Psicologia del profondo e vita filosofica*, Raffaello Cortina, Milano, 2012.

<sup>5</sup> G. Bateson, *Mente e Natura* (1979), tr. it. Adelphi, Milano, 1984.

<sup>6</sup> Sulla trascendenza si vedano *Introduzione* e diversi saggi in questo volume.

l'idea di simulazioni, *role playing* ecc. Qualsiasi proposta che intenda ricreare il lavoro dell'analista filosofo, imitandolo e traslocandolo dallo studio all'aula di formazione, sarebbe fuorviante, perché metterebbe l'accento sulla dimensione prestazionale, su quella necessità di *fare* che ci allontana dall'*essere*. Anche il lavoro su casi reali – fondamentale e sempre delicatissimo – non è sufficiente. Se proposti in modo esclusivo, racconti di casi, sabbie,<sup>7</sup> sogni possono ridurre la formazione attiva a una gara di destrezza, a un processo d'indagine finalizzato a “indovinare come va a finire”, che svilisce la storia delle persone in gioco – per quanto senza nome e assenti – e costringe gli allievi a interrogarsi soprattutto sulle proprie abilità. Limitare il laboratorio a questa prevalenza della dimensione prestazionale potrebbe generare, nei futuri analisti filosofi, l'illusione del controllo e della possibilità di padroneggiare ciò che accade nella stanza d'analisi.

Ciò che ho imparato nell'esercizio della mia professione è ben altro: conosco la trepidazione e la curiosità di ogni nuovo incontro, lo smarrimento di fronte a una persona sconosciuta che porta domande e chiede fiducia, parlando una lingua sempre straniera e appoggiandosi a gesti e movenze maturati in un mondo del tutto ignoto. Conosco la paura di sbagliare che può cogliere entrambi all'improvviso e la gioia di scoprire una sintonia inattesa; conosco l'irriducibile ricchezza di un sogno, che può parlare per anni senza stancarsi mai e anche la sua totale opacità, quando resta ostinatamente muto. Ci sono poi la frustrazione di fronte a un enigma che non si riesce a sciogliere e la sorpresa di un'intuizione, che improvvisamente comincia a risuonare. Ho imparato la fatica dell'attesa, che può essere lunghissima e a volte non finire mai, e anche la gioia della pazienza e l'amore, che chiede di essere cauti e di restare sempre un passo indietro. Conosco la spinta dell'odio e l'abbraccio contenitore della prudenza. Il dolore e la tristezza infinita di fronte all'irreparabile, ma anche la forza di ciò che è sorgivo e cerca spazio per uscire. La consolazione del silenzio e a volte la sua violenza. La tenacia necessaria per tornare sempre negli stessi luoghi e smontarli un pezzetto alla volta, fino a

---

<sup>7</sup> Sul Gioco della sabbia in analisi, cfr. ad esempio P. Aite, *Paesaggi della psiche. Il gioco della sabbia nell'analisi junghiana*, Bollati Boringhieri, Torino, 2002.

che le macerie non possano essere usate per costruire qualcosa di nuovo e di autentico. E la paura di essere usati, il terrore di ciò che è immerso nell'oscurità altrui e convoca, inevitabilmente, la nostra stessa oscurità.

Di tutto questo intendo che si faccia esperienza insieme, togliendo di mezzo – a scanso di equivoci – l'imitazione della seduta. È un lusso che so di potermi permettere perché conosco bene la cura con cui gli altri docenti lavoravano nelle loro lezioni, esplicitando le caratteristiche della professione, offrendo cornici storiche e teoriche di riferimento insieme a strumenti di lettura e decodifica.<sup>8</sup>

Lo spiazzamento reale che nasce nella relazione analitica – e che le è vitalmente necessario – si può sperimentare, nella formazione, vivendo esperienze inattese, delle quali non si sappia già tutto: opportunità che offrano spazio alla domanda e all'osservazione di sé in relazione con ciò che non era previsto e di cui non si sa il motivo. Per questo io a volte parlo di casi, ma più spesso obbligo a usare linguaggi e modi di entrare in relazione che non ci sono familiari. Ci si muove, ci si traveste, si ascolta una lingua sconosciuta, si canta...

Nel laboratorio cantiamo e a volte improvvisiamo. È una delle attività più importanti, per me. Da alcuni anni faccio parte di un gruppo di ricerca e di studio sull'improvvisazione nel canto e nel teatro.<sup>9</sup> Mi affascina l'affinità tra ciò che accade alla voce che improvvisa e ciò che avviene nello studio di analisi. Improvvisare sul serio non è mai andare a caso: al contrario, si tratta di conoscere e raccogliere al meglio le proprie risorse, le proprie potenzialità, per usarle in un modo impreveduto, non pianificato in anticipo.

---

<sup>8</sup> Nel corso degli anni i temi da affrontare sono stati scelti a partire dal programma previsto nel progetto della scuola, con attenzione alle lezioni dei colleghi, o da spunti che vengono offerti dagli stessi allievi e dai loro elaborati che seguiamo come tutor. Attualmente a Philo lavoriamo ogni anno su un ambito tematico comune (per il 2014-2015 è quello della relazione, seguiranno cura, simbolo, trascendenza), che cambia l'anno successivo, declinando comunque il lavoro proposto in relazione a quanto emerge nel corso delle lezioni.

<sup>9</sup> Si tratta del progetto "InVocazione", guidato da Germana Giannini, formatrice e artista della voce, che si occupa di ricerche antropologiche sulla pratica del canto.

Nel canto di gruppo (che parte sempre dal corpo e al corpo<sup>10</sup> torna, senza poterlo mai dimenticare), improvvisare insieme significa aprirsi all'ascolto profondo dell'altro, esattamente come succede in analisi. Significa dimenticare le proprie idee, i progetti e i giudizi, ma non dimenticare mai chi si è, né cosa si è capaci di fare. La possibilità di stare nell'ascolto senza barriere sarà la via per imparare a risuonare con l'altro, in quell'Improvviso che costituisce sempre la meraviglia di un incontro nuovo: inatteso, ma non impreparato, né raffazzonato. Improvvisare insieme è imparare a fronteggiare il vuoto e il terrore che esso ci ispira, è offrire tutto ciò che si è all'istante presente, dimenticando il prima e il dopo, rinunciando a qualsiasi performance per abbandonarsi al rischio della fiducia nella relazione con l'altro, che mentre "canta la sua storia" chiede e offre spazio e riconoscimento. Improvvisare è anche accettare di essere, in ogni istante, di fronte a una scelta: si deve essere ben consapevoli che da quella scelta potranno partire molti sentieri, che porteranno in luoghi diversi. Tra essi, anche quelli sbagliati, che a loro volta possono portare a svolte inattese e vitali oppure a vicoli ciechi e dunque al fallimento. Non si improvvisa mai a caso: si improvvisa solo quando si è consapevoli della propria grammatica interiore, degli strumenti sui quali si sa di poter fare affidamento. Si improvvisa quando ci si riconosce forti e pronti abbastanza per stare soli con ciò che si è dentro, lasciando entrare quello che si incontra, per accoglierlo e dargli valore.<sup>11</sup>

Per chi non ci è abituato, il canto e soprattutto l'improvvisazione sono quasi una tortura. Ricordo certi sguardi fulminanti di alcuni allievi, inviperiti quando proponevo loro canzoni in lingue sconosciute. Si vedeva che erano a disagio, si sentivano fuori posto, goffi. Credo che sia necessaria, all'analista, una postura goffa, che lo costringa a muoversi cercando in diverse direzioni: cosa capire? Come comprendere? Dove trovare un equilibrio? Una postura, dunque, che solleciti la mobilità, il movimento di aggiustamento per mantenere vitale la relazione con l'altro.

---

<sup>10</sup> I. Gamelli, *Pedagogia del corpo*. Raffaello Cortina, Milano, 2011.

<sup>11</sup> In questo saggio, tutte le parti di testo in corpo citazione sono estratte dai miei appunti sulle lezioni svolte a Philo.

La goffaggine mi è ben nota, mi appartiene in modo radicale. Soffro di obesità, una malattia che nella maggior parte dei casi viene giudicata dagli altri come una mancanza di volontà e quindi una colpa. So la fatica che si deve fare per cercare ogni giorno un nuovo equilibrio tra il proprio corpo riottoso e poco accettabile e il mondo con i suoi spazi popolati da corpi all'apparenza più facili del mio. Durante una giornata a Philo nel 2009 con tutti i docenti e gli studenti, dedicata al tema del corpo, ho deciso di contribuire con la mia esperienza quotidiana: ho preparato un esercizio in cui ho guidato la “trasformazione” dei corpi di tutti i partecipanti in corpi obesi. Insieme abbiamo sperimentato che cosa significa non riuscire a trovare una misura, né una forma accettabile; quali emozioni si scatenano di fronte all'impossibilità di essere riconosciuti per ciò che si pensa, per ciò che si sa di essere. In fondo, non è l'esperienza vissuta da molti analizzanti, la stessa che li spinge a chiedere aiuto?<sup>12</sup>

Più volte mi sono chiesta come mai la metafora della bottega dell'artigiano mi affascina tanto. È difficile trovare una risposta semplice: senz'altro uno degli aspetti che amo di più dell'analisi biografica a orientamento filosofico è proprio la dimensione di costruzione partecipata che la contraddistingue. La stessa analisi biografica a orientamento filosofico nasce, in fondo, in una sorta di lavoro di bottega. In SABOF, l'associazione che raccoglie gli analisti filosofi, fondata nel 2007, siamo impegnati dal primo giorno in un costante lavoro di ricerca al quale cooperiamo tutti, offrendo ciascuno l'esperienza maturata nella propria pratica e raccogliendo i suggerimenti, le idee, le indicazioni che provengono dal contributo degli altri. Ho sempre amato la fase di creazione di un progetto e anche nel caso dell'analisi biografica a orientamento filosofico ritengo che sia una grande opportunità poter partecipare a questo lavoro di costruzione che è insieme immaginale, ideativo, di definizione e di verifica. Entrare in questo processo costruttivo fin dall'inizio della formazione offre agli allievi l'opportunità di prepararsi all'ingresso nella società di analisti una volta intrapresa la professione, alla fine della scuola. L'attenzione

---

<sup>12</sup> Si veda D. Melloni, *Forte e sottile è il mio canto. Storia di una donna obesa*, Giunti, Milano, 2014.

a questo processo euristico e cooperativo è uno degli aspetti più curati in Philo.

Usiamo praticare un esercizio che chiamiamo “la mente collettiva”:<sup>13</sup> di fronte a uno stimolo di lavoro presentato dal docente (solitamente il racconto di un caso, o di un sogno, la visione di una sabbia, o la lettura di un testo... le proposte possono essere molto diverse) tutti i partecipanti sono invitati a offrire il proprio contributo in termini di lettura, di riflessione, di ermeneutica simbolica. L'invito è quello di esprimere le proprie opinioni, ma soprattutto di ascoltare le risonanze interiori alle voci e ai contributi degli altri, seguendo le regole della comunicazione biografico-solidale.<sup>14</sup> È importante l'esercizio indirizzato all'integrazione di opinioni, prospettive, riflessioni diverse, a volte molto lontane le une dalle altre. In fondo è ciò che accade a ogni analista di fronte all'offerta di sé di un analizzante che chiede sempre di essere “immaginato altrimenti”, di essere strappato, per una volta, alla fissità del sintomo o alla coazione a ripetere, per essere guardato in molti modi, magari non tutti coerenti tra loro. In fondo, la pluralità di voci che si animano nell'aula di formazione assomiglia molto alla

---

<sup>13</sup> Sulla “mente collettiva” si veda anche il saggio di Uber Sossi.

<sup>14</sup> La comunicazione biografico-solidale è un esercizio filosofico sviluppato all'interno del movimento di pratiche filosofiche (vedi *Introduzione*), e prevede cinque regole: comunicazione “biografica perché punto di partenza sono le esperienze di vita; solidale perché tutto si regge su uno scambio comunicativo che rifugge dall'agonismo e dalla contrapposizione escludente, anche solo interpretativa. Ecco le regole: 1) *partire da sé*. Ogni tipo di comunicazione fa riferimento all'esperienza biografica; 2) *rinuncia alla discussione competitiva*. Ciò che viene detto è espressione del sé e delle sue credenze. Da qui la fede in una verità che non escluda quella dell'altro, e quindi una discussione che si vuole al di là della disputa, della concorrenza, dell'agonismo; 3) *messa tra parentesi dell'interpretazione*. L'apertura all'ascolto deve portare a evitare ogni tentazione di interpretare in modo sostitutivo ciò che viene narrato; 4) *restituzione anamorfica*. Chi ascolta contribuisce con un altro punto di vista sulle cose narrate, liberamente e accanto al già detto, ma appunto non in concorrenza o in sostituzione; 5) *rielaborazione interiore*. La tentazione alla contrapposizione confutativa o sostitutiva va riesaminata in silenzio, in relazione al proprio mondo, come al proprio mondo vanno relazionati i contenuti delle parole degli altri” (M. Lo Russo, “Pratiche di esercizi spirituali. La ‘Compagnia di ognuno’”, in C. Brentari, R. Màdera, S. Natoli, L. V. Tarca, a cura di, *Pratiche filosofiche e cura di sé*, Bruno Mondadori, Milano, 2006, p. 200).

pluralità di voci che costituiscono le ipotesi formulate in silenzio dall'analista in ascolto. La "mente collettiva" dell'analista, appunto.

La richiesta agli allievi di esporsi attivandosi direttamente durante le lezioni richiede una cura minuziosa a garanzia della sospensione del giudizio, perché ciascuno sia davvero libero di sperimentare, tentare, sbagliare. La ricchezza del processo di apprendimento partecipato, in un gruppo dove lavorano insieme gli allievi di tutti e quattro gli anni di corso, consiste proprio nella possibilità di poter instaurare un clima di apertura fiduciosa all'altro, che permetta di valorizzare lo sguardo rispecchiante, senza temere mortificazioni o censure.

Proprio per questo, mi piace ad esempio portare agli allievi come spunto di lavoro i problemi che incontro nella mia pratica professionale. Anziché offrire loro ciò che ho già capito, trovo sia più utile invitarli a lavorare su ciò che è ancora misterioso anche per me. Devo poter condividere con loro anche l'incertezza rispetto a quanto stiamo sperimentando insieme.

Procedere insieme, appoggiarsi alla presenza dell'altro quando il percorso si fa difficile, accettare l'errore – proprio e altrui – sottraendosi alla tentazione del giudizio: sono tutti elementi che incoraggiano, che rendono più sicuri nel percorso formativo. Elementi che invitano a superare la centratura egoica, per cercare, anche in formazione, una possibile occasione di trascendenza.

Sono molto "piccole" le occasioni di lavoro nel laboratorio di analisi biografica a orientamento filosofico. Raramente inizio una sessione presentando grandi temi; mai mi soffermo, spiegandoli approfonditamente, su aspetti teorici elevati e complessi. Non è mai stato il mio linguaggio e non credo sia opportuno scimmiettare posture estranee. Ma la stessa umiltà degli oggetti su cui concentriamo la nostra attenzione credo sia occasione di trascendenza. Umile, da *humus*, ciò che è basso, legato alla terra, senza elevazione. Eppure, nella tradizione cristiana, umile è colui che, consapevole della propria piccolezza, sente il bisogno di alzare lo sguardo e di mettersi in relazione con ciò che è sopra, altro e alto.

Mi piace questa possibilità di esercitare lo sguardo dal basso verso l'alto: trovo che sia una posizione vantaggiosa rispetto alla fatica che grava su chi deve – abituato alle grandi altezze – scendere nel buio della dimensione piccola e terrigna. Alzare lo sguardo riempie il cuore e lo spirito di gioia, abbassarlo sembra generare costrizione.

Nella mia formazione ho imparato da grandi maestre dello sguardo piccolo – donne di solito, come Jane Austen, Emily Dickinson, Etty Hillesum<sup>15</sup> – la possibilità di una visione capace di ribaltare i canoni delle distanze, una visione che arriva a riconoscere “il mondo in un grano di sabbia [...] e l'eternità in un'ora”,<sup>16</sup> come recitano questi versi notissimi di William Blake. Nel laboratorio-bottega, ognuna delle piccole occasioni di lavoro insieme cela in sé le tracce dell'immenità. Così come ogni persona che si presenta per la prima volta in studio chiedendo di iniziare un'analisi nasconde, ben chiusa nella sua vicenda quasi sempre minima, la grandezza del mito, la potenza della storia dell'umanità intera che procede carsica sotto il terriccio umido, accomuna tutti senza distinzione, filtra nelle vicende più semplici e chiede di essere riconosciuta.

Il processo di formazione dovrebbe generare sempre una metamorfosi. Nell'allievo, certo, ma anche – ne sono convintissima – in chi si trova a giocare il ruolo del maestro, magari, come accade a me, senza essere granché avvezzo a quella posizione. Sempre più spesso mi torna alla mente l'immagine della scatola di pastelli di quando ero bambina: si vedeva il piccolo Giotto disegnare a mano libera un cerchio perfetto, mentre alle sue spalle Cimabue osservava, sbalordito e ammirato. Non mi riconosco in tanto maestro, questo no: però mi riconosco nel suo sguardo. Ogni volta che incontro gli allievi di Philo, ne esco con la certezza di avere intercettato mondi *altri* ai quali non ero preparata, che mi vengono incontro senza che li avessi mai nem-

---

<sup>15</sup> Il testo più completo e più esplicito nella trasformazione di cui rende conto è senz'altro E. Hillesum, *Diario 1941-1943. Edizione integrale* (1986), tr. it. Adelphi, Milano, 2012.

<sup>16</sup> W. Blake, *Auguries of Innocence* (1803), in Id., *Le porte del paradiso*, tr. it. Aragno, Torino, 2005.

meno immaginati, nella loro ricchezza prospettica straordinaria, aperta su terre fertilissime.

Cambiare forma, cambiare postura, cambiare vita. Penso spesso al famoso *I care* di don Lorenzo Milani,<sup>17</sup> proposto in contrapposizione al “me ne frego” fascista. *I care*, “mi riguarda”, “mi importa”, “mi sta a cuore”: il motto di Barbiana è stato tradotto in molti modi. “Mi interessa” è forse quello che oggi trovo più convincente, quello che vorrei adottare per il laboratorio sull’analisi biografica a orientamento filosofico. Mi interessa, cioè mi lega a un oggetto con la forza dell’inter-essere, la forza capace di sancire la vitalità trasformativa di una relazione che non può lasciare le cose come stanno, perché genera un mutamento nell’essenza. *I care* significa non solo che, insieme agli allievi, apprendo la professione dell’analista perché essa mi riguarda, mi sta a cuore, ma anche e soprattutto che io sono permeabile e permeata dall’incontro con quella professione e con quelle persone, che trasformano radicalmente ciò che io sono. È così anche per ogni incontro nella stanza di analisi, quando si riesce a rivolgere all’altro un sincero *I care*.

E la trasformazione degli allievi? Nel progetto formativo di Philo si dedica grande attenzione a questo aspetto. Per quanto riguarda il laboratorio, tuttavia, so bene che nell’apparente semplicità delle proposte non c’è nulla di facile né di scontato. Il processo innescato dalle esperienze “piccole” richiede tempi lunghi per essere metabolizzato. Ciò che resterà si vedrà sulla lunga distanza, quando saranno vinti l’iniziale rifiuto e lo smarrimento da vuoto di senso che obbliga e carne uno, con le unghie e con i denti. Solo allora si potrà cercare di condividere la rotta ritrovata con gli altri, allievi e docenti, ma anche si potrà rendere ragione del disorientamento a quell’*altro* interiore che grida il suo bisogno di chiarezza, di controllo, di luce a illuminare ogni angolo dell’esperienza.

L’analisi, però, si fa sempre nell’Ombra, dove le cose all’inizio si vedono poco chiaramente.

---

<sup>17</sup> L. Milani (a cura di M. Gesualdi), *Lettere di don Lorenzo Milani, Priore di Barbiana*, San Paolo, Milano, 2007.

## Autori

Claudia Baracchi è professore di Filosofia morale all'Università di Milano-Bicocca; fino al 2009 è stata professore di Filosofia antica alla New School for Social Research di New York. È docente di Philo, analista filosofa e socia SABOF. L'ultimo dei suoi saggi è *L'architettura dell'umano. Aristotele e l'etica come filosofia prima* (Vita e Pensiero, Milano, 2014).

Laura Campanello, nata a Merate (Lecco) nel 1970, è sposata e madre di due figli. Per scelta vive in campagna. Laureata in filosofia e specializzata in pratiche filosofiche e consulenza pedagogica, da anni si occupa di formazione e supervisione a operatori e volontari in ambito sanitario – in particolare su questioni di bioetica e fine vita – e in ambito educativo (scuole, asili nido, con insegnanti e genitori). Collabora con alcuni pediatri della zona di Olgiate e Merate. Docente di Philo, è analista filosofa e socia fondatrice SABOF. Utilizza il racconto e la scrittura autobiografica come metodo di ricerca di senso e connessioni nella propria storia di vita e di lavoro, e nel necessario tentativo di trovare un senso al proprio stare al mondo, al proprio vivere, al proprio operare. Si occupa inoltre di sostegno alle persone in difficoltà o in crisi personale su questioni esistenziali: come vivere bene integrando le fatiche, il limite, la malattia, la propria storia passata, i propri desideri, le proprie paure. Collabora con l'Università di Milano-Bicocca. Organizza e partecipa a conferenze, convegni e workshop. È autrice di numerosi articoli su riviste specializzate e di alcuni testi. L'ultimo è *Sono vivo ed è solo l'inizio. Riflessioni filosofiche sulla vita e sulla morte* (Mursia, Milano, 2013). Il suo sito web è [www.cura-di-se.it](http://www.cura-di-se.it).

Maia Cornacchia è nata a Bologna nel 1949. Da grande voleva fare la mamma e il medico, ma a quindici anni si appassiona alla filosofia e capisce di non poter studiare altro. Fino al 1972 lavora in teatro come attrice e nel 1975 mette al mondo contemporaneamente il primo figlio e la tesi sperimentale sulle sue prime esperienze di Animazione teatrale. Nel 1976 inizia l'attività di formazione, che porta avanti tuttora, intrecciando l'esperienza teatrale con il tentativo di mettere in pratica la filosofia perché ricerca e vita quotidiana, procedendo insieme, trovino sostegno e nutrimento costante una nell'altra. Nel 1985 nasce il suo secondo figlio a distanza di pochi mesi dalla Pratica di Lavoro Organico, un allenamento all'ascolto che si muove nel solco originario di diverse tradizioni di lavoro su di sé. La PLO ha coinvolto attori, registi, drammaturghi, animatori pedagogici e sociali, conduttori di gruppo, terapeuti, educatrici di asilo nido, insegnanti e studenti dei vari ordini di scuola, volontari operatori e malati terminali degli *hospice*, clown dottori italiani e stranieri, conducendoli in lavori sulla percezione, oltre che negli spazi istituzionali, in giro per la città e per la campagna, nei boschi e al mare. Socia fondatrice di Philo e di SABOF, oltre che a Philo come docente lavora come analista filosofa a mediazione corporea in sedute individuali e di gruppo prevalentemente a Milano e a Genova. Redattrice della rivista *Scena* dal 1975 al 1981, ha pubblicato numerosi articoli e saggi su riviste e libri collettanei.

Laura Formenti è nata a Merate (Lecco) nel 1961. Laureata in psicologia e specializzata in psicoterapia a indirizzo sistemico batesoniano, ha lavorato a Ginevra nell'équipe di psicologia dell'educazione diretta da Alberto Munari, inventore con Donata Fabbri dell'epistemologia operativa. All'inizio degli anni Novanta ha ottenuto un dottorato in pedagogia sull'utilizzo dei metodi auto/biografici nella formazione. È professore associato di Pedagogia generale e sociale all'Università di Milano-Bicocca, presidente di ESREA (European Society for Research on the Education of Adults), dove inoltre coordina con Linden West il network Life History and Biography, ed è docente di Philo. Vive in Brianza con un marito veterinario, una figlia e un figlio che

stanno per spiccare il volo e una gatta parlante. Suo oggetto di studio principale è la famiglia, intesa come sistema che vive in accoppiamento strutturale e co-evolutivo con i propri membri e con il proprio ambiente, in particolare i servizi socio-educativi (dunque si tratta per lo più di famiglie spettinate, alla ricerca della speranza). Un altro filone di ricerca è la relazione tra cura e apprendimento, per lo sviluppo di metodi riflessivi, partecipativi e trasformativi nella formazione degli operatori. Fra i suoi libri ricordiamo: *La formazione autobiografica* (Guerini e Associati, Milano, 1998); *Pedagogia della famiglia* (Guerini e Associati, Milano, 2000); *La famiglia si racconta* (San Paolo, Cinisello Balsamo, 2002); *Il diciottesimo cammello. Cornici sistemiche per il counselling* (con A. Caruso, D. Gini, Raffaello Cortina, Milano, 2008); *Attraversare la cura. Relazioni, contesti e pratiche della scrittura di sé* (Erickson, Gardolo, 2009); *Re-inventare la famiglia. Guida teorico-pratica per i professionisti dell'educazione* (Apogeo, Milano, 2012); *Sguardi di famiglia. Tra ricerca pedagogica e pratiche educative* (Guerini e Associati, Milano, 2014).

Ivano Gamelli (nato a Milano nel 1957) insegna Pedagogia del corpo presso l'Università degli Studi di Milano-Bicocca. È tra i fondatori e i docenti di Philo. Tra i suoi libri: *Pedagogia del corpo* (Raffaello Cortina, Milano, 2011), *Sensibili al corpo. I gesti della formazione e della cura* (Libreria Cortina, Milano, 2011), *Quella volta che ho imparato* (con L. Formenti, Raffaello Cortina, Milano, 2002), *Il prisma autobiografico* (Guerini e Associati, Milano, 2003), *“Dentro Fuori”. Viaggio artistico educativo nelle carceri pugliesi* (con R. Ricco, Guerini e Associati, Milano, 2005), *I laboratori del corpo* (Libreria Cortina, Milano, 2009), *Il filo dello Yoga* (con C. Sgroi, La Parola, Roma, 2011), *Ma di che corpo parliamo?* (Franco Angeli, Milano, 2012), *A scuola in tutti i sensi* (Pearson, Milano, 2013). Ha insegnato yoga per molti anni. Appassionato e praticante di diversi sport fin da bambino, ama trascorrere il tempo libero nella natura, camminando, correndo, nuotando, sciando, con la *mountain bike*. Gestisce il sito web: [www.pedagogiadelcorpo.it](http://www.pedagogiadelcorpo.it).

Nicole Janigro, nata a Zagabria, vive e lavora a Milano. Psicoterapeuta, analista di formazione junghiana, fa parte del LAI (Laboratorio

analitico delle immagini) ed è docente di Philo, dove è inoltre responsabile della gestione del centro culturale e tra le direttrici della collana Autori di Philo (IPOC). È autrice di *L'esplosione delle nazioni* (Feltrinelli, Milano, 1993, 1999), ha curato il *Dizionario di un paese che scompare. Narrativa dalla ex Jugoslavia* (manifestolibri, Roma, 1994), *La guerra moderna come malattia della civiltà* (Bruno Mondadori, Milano, 2002), *Casablanca serba. Racconti da Belgrado* (Feltrinelli, Milano, 2003). Tra i suoi lavori sui temi psicoanalitici, *Il terzo gemello* (Antigone, Torino, 2010) e la curatela di *La vocazione della psiche. Undici terapeuti si raccontano* (Einaudi, Torino, 2015). Ha svolto attività giornalistica e editoriale: collabora alla *Rivista di psicologia analitica* e alla rivista on line *doppio zero*, ed è direttore editoriale della rivista on line *Frenis zero*.

Paolo Jedlowski è nato a Milano nel 1952, dove si è laureato in Filosofia. Da trent'anni vive e lavora ad Arcavacata, nei pressi di Cosenza. Ha una moglie sociologa, una figlia psicologa e un figlio antropologo. È professore ordinario di sociologia all'Università della Calabria, vicepresidente dell'Associazione Italiana di Sociologia e docente di Philo. Si è occupato di teoria sociale, sociologia della cultura e storia della sociologia. Ha curato l'edizione italiana di opere di numerosi classici della sociologia (Georg Simmel, Maurice Halbwachs, Alfred Schutz, Peter L. Berger) ed è autore di un fortunato manuale, *Il mondo in questione. Introduzione alla storia del pensiero sociologico* (Carocci, Roma, 1998 e 2008). Una sua breve autobiografia, con il titolo *Becoming a Sociologist in Italy*, è in A. Sica e S. Turner (a cura di), *The Disobedient Generation. Social Theorists in the Sixties* (University of Chicago Press, Chicago, 2005). Fra i suoi libri ricordiamo: *Memoria, esperienza e modernità* (Franco Angeli, Milano, 1991 e 2002); *Il sapere dell'esperienza* (Il Saggiatore, Milano, 1994 e Carocci, Roma, 2009); *Storie comuni. La narrazione nella vita quotidiana* (Bruno Mondadori, Milano, 2000); *Sociologia della vita quotidiana* (con C. Leccardi, il Mulino, Bologna, 2003); *Il racconto come dimora* (Bollati Boringhieri, Torino, 2009); *In un passaggio d'epoca. Esercizi di teoria sociale* (Orthotes, Napoli-Salerno, 2012).

Romano Màdera è professore ordinario di Filosofia morale e di Pratiche filosofiche presso l'Università degli Studi di Milano-Bicocca. In passato ha insegnato all'Università della Calabria e all'Università Ca' Foscari di Venezia. Fa parte delle associazioni di psicologia analitica AIPA (italiana) e IAAP (internazionale), del LAI (Laboratorio analitico delle immagini, associazione per lo studio del Gioco della sabbia nella pratica analitica) e della redazione della *Rivista di psicologia analitica*. È uno dei fondatori dei Seminari aperti di pratiche filosofiche e di Philo, dove è docente e responsabile della gestione del centro culturale. Ha chiamato la sua proposta nel campo della ricerca e della cura del senso “analisi biografica a orientamento filosofico” formando la società degli analisti filosofi (SABOF). Tra le sue pubblicazioni: *Identità e feticismo* (Moizzi, Milano, 1977); *Dio il Mondo* (Coliseum, Milano, 1989), *L'alchimia ribelle* (Palomar, Bari, 1997); *C. G. Jung. Biografia e teoria* (Bruno Mondadori, Milano, 1988); *L'animale visionario* (Il Saggiatore, Milano, 1999); *La filosofia come stile di vita* (con L. V. Tarca, Bruno Mondadori, Milano, 2003); *Il nudo piacere di vivere* (Mondadori, Milano, 2006), *La carta del senso. Psicologia del profondo e vita filosofica* (Raffaello Cortina, Milano, 2012), *Una filosofia per l'anima. All'incrocio di psicologia analitica e pratiche filosofiche*, a cura di C. Mirabelli (IPOC, Milano, 2013).

Domitilla Melloni è nata ad Ancona nel 1963. Dopo tre anni ha lasciato il mare per il lago d'Orta, dove è cresciuta, infine si è trasferita sul Naviglio della Martesana, a Milano. Nei suoi progetti c'è un risoluto desiderio di ritorno verso distese d'acqua più ampie. È sposata e ha due figli. A Milano svolge l'attività di analista filosofa nel suo studio che si chiama “il giardino delle metamorfosi”. Si occupa in particolare dello studio e dell'ascolto della voce, che è per lei occasione quotidiana di pratica filosofica e di esercizio spirituale. Tra i suoi interessi principali ci sono anche la formazione all'invecchiamento e la genitorialità. Partecipa all'avventura di Philo fin dalle sue origini, dove è docente e responsabile della gestione del centro culturale, ed è tra i fondatori di SABOF e della Fondazione Leonardo di Omegna. È autrice di *Forte e sottile è il mio canto. Storia di una donna obesa* (Giunti, Milano, 2014) e di *Vecchiaia* (Mursia, Milano, 2014).

Chiara Mirabelli è nata a Varese nel 1973. Si è laureata in Lettere moderne a indirizzo pedagogico con Duccio Demetrio. È analista filosofa e socia SABOF. Lavora da diversi anni nell'ambito della formazione sui temi dell'autobiografia, della cura attraverso la narrazione, delle pratiche filosofiche per diversi enti, come l'Università degli Studi di Milano-Bicocca, la Provincia di Milano, l'UONPIA dell'ospedale di Niguarda-Milano. A Philo è docente e responsabile della gestione del centro culturale. È curatrice del sito [www.scuolaphilo.it](http://www.scuolaphilo.it) e tra le direttrici della collana Autori di Philo (IPOC). Lavora inoltre come *copywriter* ed *editor*, occupandosi di libri sulla formazione, la psicologia, la psicoanalisi, la pedagogia e la filosofia. Vive a Milano con Ivano ed Elia. Autrice di articoli per riviste come *Adulità* e la *Rivista di psicologia analitica*, ha scritto e pubblicato racconti per l'infanzia (TreLingue, Lugano, diverse edizioni) e un romanzo per ragazzi, *Il segreto della lucertola* (Giraldi, Bologna, 2008). Ha curato R. Madera, *Una filosofia per l'anima. All'incrocio di psicologia analitica e pratiche filosofiche* (IPOC, Milano, 2013).

Andrea Prandin è nato a Monza nel 1971 e vive con la sua famiglia in un paese della Brianza. Dopo aver conseguito la laurea in Scienze dell'Educazione si è specializzato in Clinica della formazione e ha poi incontrato – in svariati contesti formativi ed esperienze – l'epistemologia sistemica. L'incontro con il pensiero di Gregory Bateson si è integrato con il desiderio e la passione di utilizzare linguaggi estetici e immaginativi nel lavoro con famiglie e sistemi, dando forma a un posizionamento nella relazione di cura che ama definire: “capacità di farsi da *p'arte*”. È docente di Philo. Da diversi anni coniuga il lavoro di ricerca e formazione, al fianco di Laura Formenti, con il lavoro di consulente pedagogico e supervisore all'interno di diversi servizi territoriali che accolgono famiglie, coppie e bambini. È in questi contesti che coltiva l'inesauribile fascino di trasformare la “multiproblematicità” in “multipossibilità” e i “casi” in “bio-grafie”. Tra le sue pubblicazioni: “Posizionamenti estetici e ricerca della bellezza”, capitolo apparso nel libro (a cura di L. Formenti) *Re-inventare la famiglia* (Apogeo, Milano, 2011) e i libri per l'infanzia *Mamme e papà un po' così e un po' così* e *Parole appese a un filo* (Coccole e Caccole, Cosenza, 2007, 2010).

Uber Sossi è laureato in Scienze della formazione e si è specializzato in Consulenza pedagogica e pratiche filosofiche presso l'Università degli Studi di Milano-Bicocca con Romano Màdera. Si è inoltre formato in Psicosociologia delle organizzazioni e in Counselling sistemico costruzionista. Analista filosofo, è tra i fondatori di SABOF ed è docente di Philo. Già docente di Progettazione educativa e riabilitazione psicosociale oltre che di Metodi e tecniche del colloquio e del Counselling presso il Corso per educatori della Facoltà di Medicina e Chirurgia di Brescia, attualmente svolge anche attività di consulente e formatore in ambito educativo, sanitario e psicosociale. Autore di testi e articoli nell'ambito della ricerca analitica, psicosociale e delle pratiche filosofiche, ha come aree tematiche di ricerca la psicoanalisi e gli studi di genere, le pratiche filosofiche e il monachesimo orientale e occidentale, l'ermeneutica simbolica. Pubblicazioni: "Dipendenza da sesso e dipendenza da sostanze" (in collaborazione con G. Beretta e A. Pistuddi) e "Approcci psicoterapeutici" (in collaborazione con G. Beretta, C. Dominoni e A. Pistuddi) in *Manuale sulla sexual addiction* (a cura di F. Avenia e A. Pistuddi, Franco Angeli, Milano, 2007); "Le parole del tradire" in AA. VV. (a cura di R. Màdera), *Le pratiche filosofiche nella formazione, Adulità* (Guerini e Associati, Milano, 2008); "L'uso del genogramma nella pratica consulenziale", in *Il diciottesimo cammello. Cornici sistemiche per il counselling* (a cura di L. Formenti, Raffaello Cortina, Milano, 2008); "Sessualità e dipendenza affettiva" in *Sessualità e dipendenze: dal desiderio alla violenza* (a cura di F. Avenia e A. Pistuddi, Franco Angeli, Milano, 2012).



## Bibliografia

- AA. VV. (a cura di C. Pavoni), *Vite che non sono la mia*, *Rivista di psicologia analitica*, n. 37, nuova serie, 89/2014
- Aite P., *Paesaggi della psiche. Il gioco della sabbia nell'analisi junghiana*, Bollati Boringhieri, Torino, 2002
- Argentieri S., Bolognini S., Di Ciaccia A., Zoja L., *In difesa della psicoanalisi*, Einaudi, Torino, 2013
- Aristotele, *Etica Nicomachea, Metafisica*
- Attisani A., *Logiche della performance. Dalla singolarità francescana alla nuova mimesi*, Accademia University Press, Torino, 2012
- Attisani A., Biagini M. (a cura di), *Opere e Sentieri. Jerzy Grotowski testi 1968-1998*, Bulzoni, Roma, 2007
- Auster P., *Notizie dall'interno* (2012), tr. it. Einaudi, Torino, 2013
- Baracchi C., *L'architettura dell'umano. Aristotele e l'etica come filosofia prima*, Vita e Pensiero, Milano, 2014
- Bateson G.:
- *Verso un'ecologia della mente* (1972), tr. it. Adelphi, Milano, 1976, 2004
  - *Mente e Natura* (1979), tr. it. Adelphi, Milano, 1984
  - *Una sacra unità. Altri passi verso un'ecologia della mente* (1991), tr. it. Adelphi, Milano, 1997
- Benelli C. (a cura di), *Diventare biografi di comunità*, Unicopli, Milano, 2013
- Bernhard E. (a cura di H. Erba-Tissot), *Mitobiografia* (1969), Adelphi, Milano, 1992

Bion W. R.:

– *La lunga attesa. Autobiografia 1897-1919* (1982), tr. it. Astrolabio, Roma, 1986

– *A ricordo di tutti i miei peccati. Seconda parte di un'autobiografia* (1985), tr. it. Astrolabio, Roma, 2001

Blake W., *Auguries of Innocence* (1803), in Id., *Le porte del paradiso*, tr. it. Aragno, Torino, 2005

Blixen K., *La mia Africa* (1937), tr. it. Garzanti, Milano, 1966

Borges J. L., *L'artefice. Epilogo* (1960), in Id., *Tutte le opere*, vol. II, tr. it. Mondadori, Milano, 1984

Borgogno F., *The Vancouver Interview. Frammenti di vita e opere d'una vocazione psicoanalitica*, Borla, Roma, 2007

Borrelli F., De Carolis M., Napolitano F., Recalcati M., *Nuovi disagi nella civiltà*, Einaudi, Torino, 2013

Boscolo L., Cecchin G., Hoffman L., Penn P. (a cura di P. Bertrando), *Clinica sistemica. Dialoghi a quattro sul modello di Milano*, Bollati Boringhieri, Torino, 2004

Bruner J., “La costruzione narrativa della realtà”, tr. it. in M. Ammanniti e D. N. Stern (a cura di), *Rappresentazioni e narrazioni*, Laterza, Roma-Bari, 1997

Cambria F., *Far danzare l'anatomia. Itinerari del corpo simbolico in Antonin Artaud*, Edizioni ETS, Pisa, 2007

Campanello L., *Sono vivo, ed è solo l'inizio. Riflessioni filosofiche sulla vita e sulla morte*, Mursia, Milano, 2013

Candiani C. L.:

– *Sogni del fiume*, La biblioteca di Vivarium, Milano, 2001

– “Quando la paura bussa, apri”, in AA. VV. (a cura di B. Massimilla), *Paure della contemporaneità*, *Rivista di psicologia analitica*, n. 36, nuova serie, 88/2013

Carotenuto A., *Lettera aperta a un apprendista stregone*, Bompiani, Milano, 1998

Castaneda C., *L'isola del Tonal* (1974), tr. it. Rizzoli, Milano, 1980

Cavarero A., *Tu che mi guardi, tu che mi racconti. Filosofia della narrazione*, Feltrinelli, Milano, 1997

## Bibliografia

Cornacchia M.:

- “La Pratica di Lavoro Organico e lo straordinario nell’ordinario”, in AA. VV. (a cura di R. Màdera), *Le pratiche filosofiche nella formazione, Adultià*, n. 27, 2008
- “Ascoltarsi l’un l’altro”, in *Dharma*, anno VII, n. 32, 2009
- “L’arte dell’ascolto e il corpo trasparente”, in I. Gamelli (a cura di), *I laboratori del corpo*, Raffaello Cortina, Milano, 2009

Demetrio D.:

- *Raccontarsi. L’autobiografia come cura di sé*, Raffaello Cortina, Milano, 1996
- *La scrittura clinica. Consulenza autobiografica e fragilità esistenziali*, Raffaello Cortina, Milano, 2008

Dzogchen Ponlop Rinpoche (2006), *La mente oltre la morte*, tr. it. Ubaldini, Roma, 2009

Fabbri D., Formenti L., *Carte d’identità. Verso una psicologia culturale dell’individuo*, Franco Angeli, Milano, 1991

Fabbri D., Munari A., *Strategie del sapere*, Guerini e Associati, Milano, 2005

Fachinelli E., *La mente estatica*, Adelphi, Milano, 2009

Formenti L., “Com-posizioni. Percorsi di ricerca-formazione alla relazione di cura”, in Id. (a cura di), *Attraversare la cura. Relazioni, contesti e pratiche della scrittura di sé*, Erickson, Gardolo (TN), 2009

Freud S.:

- *Nuovi consigli sulla tecnica della psicoanalisi* (1914), in Id., *Opere*, vol. VII, tr. it. Boringhieri, Torino, 1975
- *Il problema dell’analisi condotta da non medici* (1926), in Id., *Opere*, vol. X, tr. it. Boringhieri, Torino, 1978
- *Costruzioni nell’analisi* (1937), in Id., *Opere*, vol. XI, tr. it. Boringhieri, Torino, 1979

Gamelli I.:

- *I laboratori del corpo*, Libreria Cortina, Milano, 2009
- *Pedagogia del corpo*, Raffaello Cortina, Milano, 2011
- *Sensibili al corpo*, Libreria Cortina, Milano, 2011

Gombrich E. (a cura di M. L. Spaziani), *La storia dell’arte raccontata da Ernst H. Gombrich* (1950), tr. it. Einaudi, Torino, 1966

Grotowski J., “Ipotesi di lavoro”, in *Sipario*, n. 404, 1980

Hadot P.:

- *Esercizi spirituali e filosofia antica* (1987-2002), tr. it. Einaudi, Torino, 2005
- *La cittadella interiore. Introduzione ai Pensieri di Marco Aurelio* (1992), tr. it. Vita e Pensiero, Milano, 2006
- *La filosofia come modo di vivere. Conversazioni con Jeannie Carlier e Arnold I. Davidson* (2002), tr. it. Einaudi, Torino, 2008
- *Che cos'è la filosofia antica* (1995), tr. it. Einaudi, Torino, 2010

Heidegger M., *Sentieri interrotti* (1950), tr. it. La Nuova Italia, Firenze, 1997

Hillesum E., *Diario 1941-1943. Edizione integrale* (1986), tr. it. Adelphi, Milano, 2012

Hillman J., *L'anima dei luoghi. Conversazione con Carlo Truppi*, Rizzoli, Milano, 2004

Janigro N., “Una stanza per due: omosessualità in letteratura e psicoanalisi”, in AA. VV. (a cura di R. Màdera), *Il senso di psiche, Rivista di psicologia analitica*, n. 24, nuova serie, 76/2007

Jedlowski P.:

- *Il mondo in questione. Introduzione alla storia del pensiero sociologico*, Carocci, Roma, 2009
- *Il sapere dell'esperienza*, Carocci, Roma, 2009
- *Storie comuni. La narrazione nella vita quotidiana*, Bruno Mondadori, Milano, 2000
- *Il piacere di leggere e Top Ten*, I Quaderni della Fondazione Rubbettino, Soveria Mannelli, 2012

Johanson G., Kurtz R., *Grace Unfolding: Psychotherapy in the Spirit of the Tao-te ching*, Bell Tower, New York, 1991

Jung C. G.:

- *Septem Sermones ad Mortuos* (1916), in Id. (a cura di A. Jaffé), *Ricordi, sogni, riflessioni* (1961), tr. it. Rizzoli, Milano, 1965, 1978 e 1992
- *Il valore terapeutico dell'abreazione* (1921/28), in Id., *Opere*, vol. XVI, tr. it. Boringhieri, Torino, 1981
- *Psicologia analitica ed educazione* (1924/46), in Id., *Opere*, vol. XVII, tr. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1991

## Bibliografia

Jung C. G. (segue):

- *La psicoterapia oggi* (1945), in Id., *Opere*, vol. XVI, tr. it. Boringhieri, Torino, 1981 e Bollati Boringhieri, Torino, 1993
- *Medicina e psicoterapia* (1945), in Id., *Opere*, vol. XVI, tr. it. Boringhieri, Torino, 1981
- *Che cosa sono i mandala* (1950), in *Gli archetipi e l'inconscio collettivo*, in Id., *Opere*, vol. IX, tomo I, tr. it. Boringhieri, Torino, 1980
- Kafka F., *Prometeo* (1918), in Id., *L'avvoltoio*, tr. it. Franco Maria Ricci, Parma/Milano, 1978
- Lo Russo M., “Pratiche di esercizi spirituali. La ‘Compagnia di ognuno’”, in C. Brentari, R. Màdera, S. Natoli, L. V. Tarca (a cura di), *Pratiche filosofiche e cura di sé*, Bruno Mondadori, Milano, 2006
- Lotringer S. (a cura di), *Foucault live: collected interviews*, Semiotext(e), New York, 1996
- Màdera R.:
  - *La carta del senso. Psicologia del profondo e vita filosofica*, Raffaello Cortina, Milano, 2012
  - (a cura di C. Mirabelli), *Una filosofia per l'anima. All'incrocio di psicologia analitica e pratiche filosofiche*, IPOC, Milano, 2013
- Màdera R., Tarca L. V., *La filosofia come stile di vita. Introduzione alle pratiche filosofiche*, Bruno Mondadori, Milano, 2003
- Mandich G. (a cura di), *Culture quotidiane*, Carocci, Roma, 2010
- Marchino L., Mizrahil M., *La forza e la grazia. Commento alla pratica bioenergetica*, Bollati Boringhieri, Torino, 2012
- Marquez G. G., *Vivere per raccontarla* (2002), tr. it. Mondadori, Milano, 2004
- Melloni D., *Forte e sottile è il mio canto. Storia di una donna obesa*, Giunti, Milano, 2014
- Mezirow J., *Apprendimento e trasformazione* (1991), tr. it. Raffaello Cortina, Milano, 2003
- Milani L. (a cura di M. Gesualdi), *Lettere di don Lorenzo Milani, Priore di Barbiana*, San Paolo, Milano, 2007
- Neumann E., *Psicologia del profondo e nuova etica* (1943-1948), tr. it. Moretti & Vitali, Bergamo, 2005

- Nissim Momigliano L. (a cura di A. Robutti), *L'ascolto rispettoso. Scritti psicoanalitici*, Raffaello Cortina, Milano, 2001
- Ogden T.H.:
- *Rêverie e interpretazione* (1997), tr. it. Astrolabio, Roma, 1999
  - “The Analytic Third: An Overview”, in S. Mitchell, L. Aron, *Relational Psychoanalysis: The Emergence of a Tradition*, Analytic Press, Hillsdale, NJ, 1999
  - *Conversazioni al confine del sogno* (2001), tr. it. Astrolabio, Roma, 2003
  - *L'arte della psicoanalisi* (2005), tr. it. Raffaello Cortina, Milano, 2008
  - (a cura di C. Casnati), *Riscoprire la psicoanalisi. Pensare e sognare, imparare e dimenticare*, Cis Editore, Milano, 2009
  - (a cura di C. Casnati), *Il leggere creativo. Saggi su fondamentali lavori analitici*, Cis Editore, Milano, 2012
- Ostaseski F., *Saper accompagnare. Aiutare gli altri e se stessi ad affrontare la morte* (2005), tr. it. Mondadori, Milano, 2006
- Papadopoulos R., “L'epistemologia e la metodologia di Jung”, in Id., *Manuale di psicologia junghiana* (2006), tr. it. Moretti & Vitali, Bergamo, 2009
- Platone, *Apologia di Socrate, Fedro, Repubblica, Simposio, Timeo*.
- Prandin A., “Posizionamenti estetici e ricerca della bellezza”, in L. Formenti (a cura di), *Re-inventare la famiglia. Guida teorico-pratica per i professionisti dell'educazione*, Apogeo, Milano, 2012
- Prandin A., Papetti L., *Mamme e papà un po' così un po' così*, Coccole e Coccole, Belvedere Marittimo (CS), 2006
- Ravasi Bellocchio L., *Come una pietra leggera. Giochi di sabbia che curano*, Skira, Milano, 2013
- Richards T., *Al lavoro con Grotowski sulle azioni fisiche*, Ubulibri, Roma, 1993
- Ricoeur P., *Tempo e racconto* (1983), vol. I., tr. it. Jaca Book, Milano, 1994
- Rilke R. M., *Archaischer Torso Apollos*, in Id., *Sonetti a Orfeo*, tr. it. Feltrinelli, Milano, 1991
- Rodman F. R., *Winnicott. Vita e opere* (2003), tr. it. Raffaello Cortina, Milano, 2004
- Sclavi M., *Arte di ascoltare e mondi possibili*, Bruno Mondadori, Milano, 2003

## Bibliografia

- Searles H. F., *Il controtransfert* (1979), tr. it. Bollati Boringhieri, Torino, 1994
- Shusterman R., *Coscienza del corpo. La filosofia come arte di vivere e la somaestetica* (2008), tr. it. Marinotti, Milano, 2013
- Simmel G.:
- *Filosofia del denaro* (1900), tr. it. UTET, Torino, 1984
  - *Le metropoli e la vita dello spirito* (1903), tr. it. Armando, Roma, 1994
- Sini C.:
- *Kinesis. Saggio di interpretazione*, Spirali, Milano, 1982
  - *Etica della scrittura*, Il Saggiatore, Milano, 1992
- Sofocle, *Antigone, Edipo re*.
- Szyborska W.:
- *La gioia di scrivere. Tutte le poesie (1945-2009)*, tr. it. Adelphi, Milano, 2009
  - *Basta così* (2012), tr. it. Adelphi, Milano, 2012
- Weil S.:
- *La prima radice. Preludio ad una dichiarazione dei doveri verso l'essere umano* (1949), tr. it. SE, Milano, 1990
  - “L'amore divino nella creazione” (1951), In Id., *La Grecia e le intuizioni precristiane*, tr. it. Borla, Roma, 2008
- Whitehead A. N. (1933), *Avventure di idee*, tr. it. Bompiani, Milano, 1997
- Woolf V., *Momenti di essere. Scritti autobiografici* (1972), tr. it. La Tartaruga, Milano, 1977
- Yalom I. D.:
- *Staring at the Sun. Overcoming the Terror of Death*, Jossey-Bass, San Francisco, 2008
  - *Il dono della terapia* (2002), tr. it. Neri Pozza, Milano, 2014