

IL RACCOLTO DI DEMETRA



Nono appuntamento con **Il Raccolto di Demetra**, newsletter divulgativa di libri, articoli, pubblicazioni del panorama analitico transazionale.

Demetra, nella mitologia greca, era la dea del grano e dell'agricoltura, ma anche del verde germoglio, dei fiori e dei frutti, e proprio per questo motivo, adatta ad indicare un campo importante dell'analisi transazionale, quello delle pubblicazioni che portano con sé idee nuove e innovative.

Questa raccolta non vuole essere uno spazio di recensione o un editoriale, ma un angolo in cui dare suggerimenti di lettura e di approfondimento, prendendo spunto da contributi recenti o passati che hanno sviluppato la letteratura AT.

NEWSLETTER 9 ~ ψ ~ APRILE 2015



I linguaggi primitivi del corpo **Introduzione alla psicosomatica.**

Dott.ssa Maristella Fantini

Edizioni Ananke

Premessa

Scrivo questo libro dopo attente riflessioni, consapevole di quanto le malattie psicosomatiche siano misteriose e di come la loro guarigione sia a volte parziale. I migliori risultati li ho riscontrati nei disturbi funzionali, in alcune conversioni isteriche e nei disturbi alimentari, ma in molti casi ho dovuto accettare la lentezza e la complessità dell'uscita dai sintomi, e la necessità di aprire interventi di rete con altri professionisti. Comunque mi sono detta che potevo offrire alle persone interessate il materiale delle lezioni tenute sul tema. Il libro è stato per me una crescita, proprio perchè mi ha obbligato a riflettere ulteriormente sui meccanismi psicosomatici e sulle strategie di intervento.

Ormai non si pensa più al corpo e alla mente come fossero entità separate o facce distinte della stessa realtà individuale. Si ritiene che il corpo sia il fondamento del Sé e che tutto ciò che in esso avviene diventi dinamica mentale, sofisticata ma sempre dipendente dalla fonte prima della vita, che è somatica. Come ben disse Freud: "L'Io è innanzitutto e soprattutto un Io corporeo". "L'Io deriva in ultima analisi da sensazioni corporee, principalmente da quelle che scaturiscono dalla superficie del corpo". "L'Io non si differenzia nettamente dall'Es, la sua parte inferiore si mescola ad esso"¹. Per questo il fondatore della bioenergetica ha potuto affermare: "Un'analogia utile per dimostrare questa relazione è l'albero: l'Io può essere paragonato al tronco e ai rami, l'Es alle radici. La demarcazione avviene quando l'albero emerge dalla terra alla luce del giorno."²

Ci sono due concetti che vorrei trasmettere ai lettori. Il primo riguarda la necessità della diagnosi, non solo di *disturbo psicosomatico* di per sé, ma della tipologia di somatizzazione, al fine di impostare il trattamento in base alla dinamica sottostante. Il secondo è che la somatizzazione a volte è il correlato di uno stile di

¹ Freud S., L'Io e l'Es, Opere Vol. 9, 1922, pag. 471-520

² Lowen A., Il linguaggio del corpo, 1978, da Physical Dynamics of Character Structure, 1958, pag. 26-27

vita, ma altre volte segnala una iniziale voglia di cambiare: nel primo caso la terapia aiuta ad abbandonare la coartazione antica, nel secondo caso alimenta la spinta alla crescita.

Spero che questo parziale scritto possa rappresentare per chi lo legge un lampo di luce, uno fra i mille possibili, per meglio guardare alcuni aspetti oscuri del mondo psicosomatico. Il libro non ha la pretesa di essere una guida per la terapia, di cui la sottoscritta non ha esaustiva esperienza, vuole essere una premessa al tema, un'introduzione appunto, con stimoli di cui ciascuno può giovare, per costruire una propria specifica base professionale.

Il bel disegno di George Mazilù esprime in metafora il rapporto della mente con il corpo. Se la persona sta bene, il pensiero eretto poggia sul corpo per procedere, ma nella malattia psicosomatica l'individuo incerto si piega per la fatica e il corpo inverte i rapporti, ponendosi lui al di sopra della mente, stanco e piccolo, caparbio e esigente, un fardello sulla schiena difficile da ignorare.