

Introduzione

RELIGIONE O PSICOTERAPIA? LE RAGIONI DI UN CONFRONTO

*Mario Aletti **

«Non hai tu forse rimedi per un'anima malata?
non sai strappare dalla memoria le radici del dolore?
cancellare i mali incisi nel cervello?
e con un dolce antidoto di oblio
alleggerire il cuore, gravato da pericoli e paure?»
(Shakespeare, *Macbeth*)

1. Un rapporto problematico

Una paziente, nel corso delle ultime vacanze estive, mi ha inviato una cartolina con i versi che ho posto ad esergo, seguiti semplicemente da un «grazie!». Chiaro il riferimento al lavoro fatto insieme e chiaro il suo investimento sulla figura dell'analista. E, chiaramente, per quanto avvertito, lo psicoanalista si è sentito lusingato nel suo narcisismo.

Ma in quegli stessi giorni stavo pensando al Convegno che oggi si apre ed ai rapporti tra psicoterapia e religione. E, così, mi capitò di leggere questa frase anche in un'altra prospettiva... e il mio narcisismo sfumò in una serie di riflessioni.

Certo Shakespeare non poteva parlare degli psicoanalisti. E quella frase, letta al di fuori del suo orizzonte contestuale, così come a me era arrivata, potrebbe riferirsi, certamente, ad un "medico dell'anima" – espressione che racchiude, in una specie di ossimoro, tante ambiguità del rapporto tra psicoterapia e religione. Ma, anche con pari ragione, quella citazione potrebbe alludere ad un sacerdote o ad un maestro di meditazione o, addirittura, perché no... ad una pozione magica (oggi diremmo un ansiolitico) o, forse... al vino di cui lo stesso Shakespeare, altrove, descrive gli ambivalenti effetti.

* Psicologo psicoanalista, Professore Incaricato di Psicologia della religione, Facoltà Teologica dell'Italia settentrionale, Milano.

La sovrapponibilità e sostituibilità del soggetto di tanti predicati pone interrogativi di grande rilievo.

Al fondo di tutto, forse il più radicale: che cosa è la psicoterapia? Questione complessa, piena di sfaccettature e di rimandi interni. Più in particolare, fino a che punto la psicoterapia è uno specifico dell'ambito psicologico? Problema che si fa ancora più scottante qualora la psicoterapia venga identificata con i suoi effetti. Sembra infatti a molti che gli effetti psicoterapeutici si collochino in una dimensione a-specifica, comune a numerosi ruoli e comportamenti, quali l'intervento educativo, il colloquio amicale e, appunto... la relazione religiosa.

Per quel che riguarda gli psicologi, la questione rimanda anche all'interrogativo sullo specifico terapeutico della psicoterapia, all'interno del procedimento genericamente definito psicoterapeutico. E reciprocamente, qual è lo specifico religioso delle diverse manifestazioni religiose? E qual è lo specifico che distingue una religione dalle sue funzioni terapeutiche? che la fa religione e non altro, psicoterapia ad esempio?

Oppure è, al contrario, rintracciabile un'area comune, un'intersezione ritagliata dall'intrecciarsi dei due campi, religione e psicoterapia, salute psichica e salvezza religiosa? E in questo interagire della religione con la psicoterapia, si tratterebbe, per l'una e per l'altra, di un impoverimento o non piuttosto di un'inveramento delle proprie caratteristiche?

2. Lo psicoterapeuta, medico della psiche, non medico dell'anima

Lo psicoterapeuta si trova frequentemente nella necessità di discriminare tra l'ambito psicologico e quello spirituale. Gli interrogativi si pongono spesso fin dal primo colloquio, nel discernimento diagnostico, nella individuazione del disturbo clinico, nella decisione se sia opportuno l'intervento terapeutico, e quale debba essere il fine della terapia stessa.

Vorrei portare un esempio tratto dalla pratica clinica. Premetto che non credo molto al valore esemplificativo, e tanto meno esemplare, di un caso clinico, attesa la specificità relazionale su cui si costruisce il rapporto psicoterapeutico. Quello che sto presentando è solo un esempio dell'opportunità, per lo psicoterapeuta, di tenere distinti, a tutti i livelli di intervento sopra indicati, il piano dello psichico da quello della fede e della religione.

Un paziente si presenta nel mio studio dicendo di sentirsi molto disturbato perché «affetto da una grave forma di omosessualità». Molto intelligente, colto, professionista conosciuto e stimato, cattolico praticante, con incarichi di responsabilità in un grande movimento ecclesiale, vive la sua situazione con grande senso di colpa, su una tonalità gravemente egodistonica. In effetti, ha frequenti, pluriquotidiani rapporti omosessuali, esercitati esclusivamente in ambienti di grave degrado fisico ed igienico, oltretché mo-

rale: in squallide saune riservate o nei gabinetti delle stazioni e di alcuni cinema. Il contatto con l'altro è da lui rigorosamente limitato alla pura fisicità genitale, spesso in ambienti totalmente bui, e con rigorosa esclusione della possibilità di incontrare nuovamente la stessa persona, di riconoscerla, di instaurare con lei una relazione amicale. Molto spesso, nel culmine del rapporto sessuale, al momento di un orgasmo per tanti aspetti liberatorio di una forte tensione emotiva, scoppia a piangere, quasi sempre impreca contro suo padre e bestemmia contro Dio, condensando le imprecazioni contro il padre terreno e quello celeste in un angosciato: «Guarda cosa mi hai fatto!».

Nel corso dell'analisi, il paziente giungerà a ricondurre quei comportamenti ad alcune matrici presenti nella sua storia personale, segnata dalla figura castrante di una madre che si proponeva al figlio come unico, esclusivo e geloso oggetto d'amore possibile, presente e futuro, e dalla figura di un padre-padrone vissuto come onnipotente e sadico. Un solo esempio. Nei ricordi del paziente, ricorre la figura del padre che lo puniva frustandolo con la cinghia dei pantaloni. Per far questo obbligava il figlio a scegliere quale delle due cinture appese nell'armadio dovesse essere usata, quella bianca, più morbida, o quella nera, che faceva più male. Ma, se il bambino sceglieva quella che faceva meno male, il padre per punire questa sua fiacchezza e viltà nel riconoscere le colpe lo batteva, invariabilmente, con quella più dura. Il rito si concludeva abitualmente con un l'obbligo per il figlio di ringraziare il padre, e di mostrarsi convinto che era stato battuto per il suo bene, ad esempio stringendo la mano che l'aveva percosso, o baciandola.

Ritornando a quel primo colloquio, ne avevo riportato una grande pena, per quella sofferenza giunta al limite della intollerabilità. Il registro psicologico su cui il paziente viveva la sua religione era segnato dalla colpevolezza per una sessualità considerata deviante ma incoercibile. Riteneva di vivere costantemente in peccato mortale e in sacrilegio. E l'intollerabilità di questa situazione tendeva ad instaurare una psicosi di difesa.

Il paziente poteva sentirsi come "destinato" a portare la sua croce, la croce della sua infamia e della sua tristezza e magari della sua stessa dannazione, poteva sentirsi quasi posseduto dal demonio, che gli faceva fare cose che non avrebbe voluto, destinate a farlo stare sempre peggio anche sotto il profilo umano. Ma, su un altro versante, il paziente arrivava ad associare la propria figura a quella di Cristo: anche lui era un "povero cristo" che portava la sua croce. E allora la sua abiezione e la sua dolorosa esperienza avrebbero potuto forse essere accettate da Dio e la sua stessa sofferenza diventare salvifica, per sé, per i suoi partners di esperienze sventurate, persino per i malefici gestori delle saune, che inducono al peccato ed alla disperazione e che, però, forse, anch'essi «non sanno quello che fanno».

Questo intreccio di razionalizzazioni e di proiezioni deliranti era così

stretto che anche i comportamenti erano scissi tra una pratica religiosa costantemente ricercata in maniera ossessiva e il permanere di gravissimi sensi di colpa: fino, per esempio, ad affrettare un rapporto sessuale perché «non devo far tardi per l'ora della messa», pur pensando che con quella messa si sarebbe macchiato di un'altra comunione sacrilega, che lo avrebbe confermato nel pericolo di una dannazione eterna.

In una situazione così intricata di dimensioni religiose e dimensioni psicopatologiche il terapeuta potrebbe porsi diversi interrogativi, strettamente inerenti al suo ruolo psicoterapeutico. Banalizzando molto, per semplificare la posizione dei termini del problema, e riferendomi solo alla situazione di un comportamento omosessuale così in contrasto con la religiosità del soggetto, vissuto con modalità così egodistoniche, quale dovrà essere lo scopo della psicoterapia? quale il fine (e la fine) della psicoanalisi? Il senso della vita che il paziente potrà ritrovare in terapia dovrà passare attraverso un riorientamento verso comportamenti eterosessuali? Oppure attraverso la riconciliazione con i suoi comportamenti omosessuali magari divenuti più maturi e fondati sulla relazione? L'instaurarsi o la restituzione del benessere psichico del paziente avanzerà sulle ceneri di una religiosità vissuta sui registri patologici indotti dalle esperienze infantili o, al contrario, si impernierà su una religiosità profondamente liberante e strutturante per la personalità, che cancelli le torture di un angosciante senso di colpa ed abiliti ad una autentica esperienza cristiana del peccato e della riconciliazione in Cristo?

Il profano, quello, per intenderci, che dice: «Vorrei andare in analisi ma solo da uno psicoanalista credente», tende a dare una risposta a questo interrogativo a partire dalle sue convinzioni e dal proprio quadro di riferimento valoriale e crede che anche il terapeuta debba comportarsi così.

Per lo psicoterapeuta, al contrario, una sola risposta mi pare possibile, ed esclusivamente formale, non contenutistica. La psicoterapia non indirizza verso una scelta concreta a preferenza di un'altra. *Lo psicoterapeuta, medico della psiche, non medico dell'anima*, non è un maestro, né un prete; né un filosofo, né un teologo. Fine della psicoterapia è "solo" una ristrutturazione della personalità, che permetta di adattarsi al reale e di interagire con esso in maniera sana, libera e creativa.

Di fronte al contenuto delle scelte etiche e religiose del paziente il terapeuta può ben fare le sue personali valutazioni di uomo che nulla di ciò che è umano giudica estraneo al suo interesse, ma non ha una parola "psicologica" da dire. Lo psicologo, in quanto tale non è direttamente interessato al polo oggettuale dell'atteggiamento del credente, su cui non può formulare un giudizio di verità. Egli è però interessato al discorso del credente, al processo (motivazioni, condizionamenti, dinamismi intraindividuali e interindividuali...) lungo il quale il credente, a partire dalla sua esperienza personale, radicata in un preciso contesto linguistico-culturale, pronuncia la pa-

rola che riconosce Dio come presente nella propria vita. Di fronte al credente che "dice Dio" l'atteggiamento dello psicologo è di rispetto e di "benevola neutralità" quanto ai contenuti ed alle mete, e di interessata curiosità quanto alle modalità ed ai percorsi. Se ciò è vero sempre, diventa ancor più necessario di fronte a fenomeni religiosi che per essere "nuovi" richiedono un approccio spregiudicato, disponibile ed aperto.

3. Il sincretismo psico-religioso

I sociologi collocano il sorgere e l'affermarsi dei nuovi fenomeni e movimenti religiosi in un quadro socio-culturale di "metamorfosi del sacro". La profonda crisi delle ideologie, delle strutture e delle organizzazioni "forti" e, nello specifico, delle istituzioni storicamente e tradizionalmente preposte alla gestione del sacro collettivo, le Chiese, avrebbe favorito un movimento centrifugo, ormai stabilizzatosi in una situazione di "diaspora del sacro". Viene sottolineata la frammentazione e la privatizzazione della religione, sostenuta dall'accentuazione della dimensione soggettiva dell'esperienza religiosa e verificabile nella progressiva perdita di rilevanza delle dimensioni istituzionali del culto (liturgia), della fede (dogma) e dell'organizzazione (gerarchia).

Per converso, molto spesso le forme di religiosità post-tradizionale accentuano la dimensione psicologica e individuale, sottolineando l'importanza dell'esperienza, del percorso personale di salvezza inteso come una riscoperta delle proprie potenzialità, per orientarle al perseguimento di un benessere insieme fisico, psichico e spirituale, piuttosto che ad una salvezza escatologica, rivelata e trasmessa attraverso la mediazione di un testo sacro.

Anche per quel che riguarda la proposta di salvezza, i nuovi movimenti religiosi si distinguono dalle religioni tradizionali. Le religioni si sono sempre, in un qualche modo, fatte portatrici di una "salvezza" presentata come la piena realizzazione dell'uomo. Esse hanno anche spesso indicato all'uomo ciò che in lui vi è di divino, nella sua origine e nel suo destino. E spesso hanno interpretato il disagio stesso dell'esistenza come causato dalla separazione dell'uomo da Dio e, al tempo stesso, portatore di una nostalgia del divino. L'uomo realizzerà la sua salvezza, ma anche la sua pienezza personale, lungo un percorso di ricongiungimento con la divinità che è anzitutto un ritorno alle sue origini divine. Per le religioni abramitiche, ad esempio, l'uomo è immagine di Dio ed ha con Dio un rapporto costitutivo e personale. Tra i nuovi movimenti religiosi una proposta abbastanza comune è quella di una sorta di "sapienza psicologica" in cui tende a risolversi la "sapienza religiosa". La salvezza viene indicata come polo terminale di un percorso personale di autorealizzazione; il rapporto col divino si fa elemento trasformativo della persona, attraverso un percorso esperienziale terreno.

Del resto, tante delle nuove forme di religiosità sembrano contrassegnate da una sorta di sincretismo psico-religioso e trovano una non ultima ragione della loro affermazione nel fatto di presentarsi come un'alternativa funzionale della psicoterapia.

D'altra parte, alcune forme di mistica ed alcune tecniche di meditazione, di ispirazione orientale soprattutto, sembra abbiano trovato particolare sintonia e accoglienza in ambienti psicologici e psicoterapeutici. E non mancano gli esempi di movimenti o gruppi originariamente religiosi, o di meditazione, che si sono progressivamente trasformati in centri di psicoterapia od anche in scuole di formazione psicoterapeutica. Come, d'altra parte, si danno casi ben noti di teorie psicologiche e tecniche psicoterapeutiche che si sono evolute a forme istituzionali di tipo religioso.

4. Uno studio psicologico

Di fronte a questo molteplice intrecciarsi di psicologia e religione che trova espressioni variegata in una enorme quantità di forme e movimenti religiosi, l'atteggiamento dello psicologo della religione mi pare debba essere di rispetto ed interesse. Rispetto della buona fede del credente, della sua soggettiva intenzionalità religiosa. E interesse, inteso come *curiositas*, voglia di indagare, di capire. La religione diventa problema intellettuale, oggetto di uno studio scientifico, condotto senza preconcetti di alcun genere, con l'attenzione a non cadere né in riduzionismi psicologistici dei fenomeni religiosi, né d'altra parte, in affermazioni fideistiche, di consenso o di dissenso, magari assumendo la propria fede o la propria forma religiosa a metro di valutazione di tutte le altre. Dal punto di vista dello studio psicologico non esiste la religione vera e quella non vera. Purtroppo, nella pratica della ricerca, ciò è meno ovvio di quanto possa sembrare. Spesso ci si trova a scoprire che è ancora inascoltato l'invito che, tanti anni fa, in un altro contesto storico e culturale, veniva rivolto da Raffaele Petazzoni: «Lo studio delle religioni ha bisogno di affermarsi in Italia con quei caratteri che ha ormai acquisito nei paesi dove ha fatto i suoi maggiori progressi: di affermarsi cioè nel suo vero aspetto e nella sua vera essenza di problema intellettuale; un problema che offre un campo di ricerca aperto a tutti gli uomini di buona volontà, credenti e non credenti, e che deve essere spoglio di ogni altra tendenza e di ogni altro interesse che non siano quelli della scienza».¹

¹ R. PETAZZONI, *Prefazione*, in *La religione primitiva in Sardegna*, Piacenza, 1912, p. XIII.

5. Il problema dei "fenomeni" e dei miracoli

Rispettoso della fede del credente, lo psicologo non la fa però sua, né la assume come criterio euristico per le proprie indagini. Nella parola dell'uomo credente egli cerca la verità dell'uomo che parla, non quella dell'oggetto della professione di fede.

La fiducia della madre di comunicare con il figlio morto in una esperienza di "metafonia" ci parla della speranza e del desiderio della madre, non attesta l'esistenza e la realtà della voce del figlio.

Lo psicologo è piuttosto indotto a chiedersi quale sia il significato di questo, come di altri comportamenti tesi ad entrare in contatto con l'Aldilà. In tante tendenze a cercare di controllare l'arcano, a dialogare con chi non è più tra noi, ad invocare gli spiriti, potrebbe ad esempio trovare espressione una forma di narcisismo che induce a manipolare il reale in funzione dei nostri desideri, credendo di controllarlo con l'aiuto di qualche entità spirituale, magari piegando Dio ai nostri bisogni, piuttosto che riconoscerne l'alterità, la diversità. l'indisponibilità, come ad esempio vorrebbe la teologia cattolica.

Nei suoi pensieri sull'Aldilà, nelle sue credenze, l'uomo dà più spesso voce ai propri desideri che al riconoscimento del reale. Che questo sia consolatorio è innegabile. Ma ciò non pone la verità delle sue affermazioni. Il desiderio, da solo, non pone l'oggetto del proprio appagamento.

I cammini della speranza sono spesso tentativi di uscire da foreste di disperazione: qui sta la loro valenza esistenziale, consolatoria. Ma qui sta anche la loro debolezza sul piano delle argomentazioni e della capacità di convincere l'altro. Ciò nulla toglie alla loro funzione pragmatica e, secondo alcuni, anche psicoterapeutica: tanti fenomeni di credenza avrebbero valore non per il loro contenuto di verità, ma per le modificazioni positive che introducono nel mondo intrapsichico e relazionale.

Nell'elaborazione del lutto, per esempio, gli altri sono come noi li abbiamo vissuti o, meglio ancora, come noi li riviviamo nel ricordo. Attraverso il ricordo, gli altri rimangono con noi, ma il nostro ricordo è basato su una proiezione di ciò che noi siamo, non meno che su ciò che loro sono stati.

Quando, davanti alla morte dei nostri cari, ci sentiamo cogliere da una struggente malinconia, nostalgia di parole non dette, di gesti non compiuti... Tutto questo ci coinvolge drammaticamente in una sofferenza che sostanzia il desiderio di negare la realtà, di annullare la distanza, di fermare nel presente ciò che è ormai, irrimediabilmente, passato.

Tra le caratteristiche di alcuni dei nuovi movimenti religiosi è dato riscontrare una facilità a ravvisare miracoli e fatti soprannaturali o paranormali. Ed anche se gli adepti e gli stessi leaders che magari sono gli artefici di questi fenomeni si affrettano a dire che non è su quelli che va posta l'attenzione primaria, ma sulla verità del messaggio, di cui i fenomeni sa-

rebbero una garanzia di autenticità, è pur vero che, in realtà, questi sono spesso il principale elemento di richiamo e di proselitismo.

In proposito vorrei solo sottolineare, in linea con l'attenzione alla dimensione soggettiva che io credo costituisca lo specifico dell'osservazione psicologica, che sono i nostri quadri di riferimento che ci fanno definire i fenomeni in un certo modo. Per esempio, il cosiddetto paranormale, per definizione, sarebbe un quasi-normale, un non-normale. Ma la norma esiste in quanto costruito mentale: mediante l'osservazione scientifica, muovendo dalla ripetitività, di determinati effetti posti da determinate cause abbiamo stabilito, per via di induzione, delle norme. E non si potrebbe forse dire, allora, che, in verità, il para-normale è un non ancora normato? Non sono state fatte osservazioni sufficientemente attendibili e controllate che permettano di applicare la legge dell'induzione e codificare una "norma". Il paranormale non è un qualcosa che va contro le leggi della natura; è qualcosa che non è stato ancora osservato scientificamente, ma in quanto esistente è certamente naturale.

Il Martin pescatore è uno stupefacente uccello che all'improvviso si precipita a pelo d'acqua e coglie immancabilmente il pesce che aveva visto di lassù, lontano. Dovremmo dedurre che il Martin pescatore, che non sbaglia mai bersaglio, conosca le leggi della rifrazione in un mezzo liquido e sia in grado di correggere l'errore ottico che dovrebbe ingannarne la mira? La norma, la codificazione scientifica, viene sempre dopo i fatti osservati, non esaurisce né si identifica con la realtà. La norma non è nella realtà, ma nella mente dell'osservatore, che raccoglie i fenomeni e li classifica secondo certi parametri predefiniti di osservazione.

In conclusione, dire che un fenomeno è para-normale, significa forse soltanto dire che non lo si conosce abbastanza, che non lo si è studiato abbastanza. Ma ciò non autorizza a postulare spiegazioni non controllate dei fenomeni osservati. Per citare Freud, l'ignoranza è ignoranza, non autorizza ad affermare alcunché, oltre la propria non-conoscenza del fenomeno. Ricorrere a spiegazioni soprannaturali, inferire forze oscure e misteriose significa fare confusione: sostituire la spiegazione scientifica con la superstizione.

L'asserzione di un fenomeno soprannaturale rientra nell'ambito della fede, non della scienza. Posto che, per definizione, la scienza si pone al livello del naturale, dell'osservabile, dell'empiricamente verificabile. Certamente la fede è pure una forma di conoscenza, ma non una conoscenza scientifica.

In questa prospettiva non parrebbe corretto parlare di uno studio psicologico sulla possessione diabolica. Il proposito così espresso, qualora i termini non si riducano ad una semplice indicazione convenzionale, pone già una *petitio principii*.

Un giovane sacerdote viene a consultarmi perché disturbato da gravi pensieri ossessivi. Teme di poter, anche inavvertitamente, pronunciare le

parole della Consacrazione e, così, consacrare il pane e il vino che in qualsiasi modo si trovino nel raggio di udibilità della sua voce o di "espansione" del suo pensiero. Spesso, quando è a tavola, nel timore di avere pensato o pronunciato le parole della consacrazione, si costringe a mangiare tutti i frammenti, anche i più minuti, di pane che si trovano sul tavolo. Altre volte, camminando per strada, teme di aver consacrato anche il pane che si trovasse eventualmente nei sacchi della spazzatura e ciò lo costringe a gesti e rituali penosissimi ed imbarazzanti. Egli conosce bene la dottrina sacramentaria, e ritiene che, senza una intenzionalità specifica dell'officiante, non si dia una consacrazione, ma questa convinzione non può nulla contro l'angoscia che lo attanaglia in tanti momenti della giornata.

Per contrario, frequentemente, quando celebra l'Eucarestia, non riesce a pronunciare le parole della Consacrazione. Si ferma, angosciato, trema, ansima, il linguaggio si impunta e poi esplose, liberatorio e tremendo, in una bestemmia pronunciata a voce alta, udibile dai fedeli; sempre la stessa bestemmia, la più divulgata e riconoscibile, la più abusata contro Dio. Incapace di spiegarsi ciò che capita in lui e sentendosi come posseduto da qualcosa di più forte della sua volontà, si è rivolto ad un esorcista che, però, l'ha rimandato allo psicologo.

Nel colloquio emerge che la sua azione pastorale è intensa ed efficace e gli ha procurato in passato grande stima e rispetto. Solo tangenzialmente, emerge il fatto di una sua relazione con una donna che dura dai primi anni del suo Sacerdozio. Questa situazione è vissuta da lui senza conflitti consci ed è anzi razionalizzata, in una maniera che all'osservatore esterno può sembrare pretestuosa, ma che lui trova del tutto coerente: egli non si sente in colpa di trasgredire l'impegno al celibato ecclesiastico perché questa è una norma ecclesiastica, storicamente determinata e in via di superamento, che presto — si dice — cambierà e nei fatti già starebbe cambiando, e lui sta solo anticipando una scadenza cronologica...

È chiaro che lo psicologo è portato a chiedersi se non vi sia qualche collegamento tra i disturbi lamentati dal paziente e un comportamento trasgressivo così marcatamente segnato da un meccanismo di isolamento e di razionalizzazione. Al contrario, lo psicologo non sarà indotto a postulare entità o realtà spirituali e demoniache che influenzano il comportamento visibile. Nel caso specifico, questo atteggiamento è stato anche quello dell'esorcista. Ma in qualsiasi altro caso, lo psicologo, anche quando non ritrovi, nei suoi riferimenti teorici, la possibilità di spiegarsi un fenomeno, non potrà che denunciare la propria incapacità di comprendere, ma non potrà postulare spiegazioni psicologiche di una presenza soprannaturale. Semplicemente perché le due ottiche, quella della psicologia e quella della fede, sono tra loro estranee. In questa prospettiva, io credo si debbano considerare anche i "fenomeni" dei nuovi movimenti religiosi.