



Dipendenze patologiche e ricerca di senso

(Un percorso di accettazione e di resa)

Matricola n. 0066

MASSIMILIANO FRIGOLI

Relatrice: Alessandra Tanfoglio

Aiutando gli altri a guarire, impari a guarire te stesso
Guarendo te stesso, impari ad aiutare gli altri a guarire

INDICE

Indice	Pag. 2
Introduzione	Pag. 3
Capitolo 1 - La scelta di questo ambito di intervento	Pag. 8
Capitolo 2 - Presentazione S.M.I – Servizio Multidisciplinare Integrato	Pag. 10
Capitolo 3 - Il progetto	Pag. 11
Capitolo 4 - La mia esperienza con gli utenti	Pag. 13
Capitolo 5 - Un caso: il mio lavoro con Simone	Pag. 15
Capitolo 6 - L’approccio terapeutico	Pag. 63
Capitolo 7 - Dal Karma all’Astrologia, dal Metamorfico ai Fiori di Bach	Pag. 66
Capitolo 8 - Riflessioni sulla dipendenza	Pag. 71
Capitolo 9 - Dal “non risultato” al cambio di prospettiva	Pag. 74
Capitolo 10 - Delineare un modello di lavoro. Un’ipotesi di approccio	Pag. 78
Capitolo 10.a - Le influenze ed i condizionamenti dell’albero genealogico	Pag. 79
Capitolo 10.b - La struttura di base della mente	Pag. 82
Capitolo 10.c - Le ferite e le maschere	Pag. 85
Capitolo 10.d - La personalità e l’Ego. Il percorso di Edward Bach	Pag. 87
Capitolo 10.e - L’ombra e l’integrità della persona. L’inconscio come alleato ..	Pag. 90
Capitolo 10.f - Non accettazione . Repressione e proiezione	Pag. 91
Capitolo 10.g - Accedere all’inconscio attraverso le sensazioni corporee	Pag. 92
Conclusione - L’accoglienza e l’abbraccio di Amma	Pag. 94
Ringraziamenti	Pag. 96
Bibliografia	Pag. 98

INTRODUZIONE

Questa tesi inevitabilmente si interseca con la mia vita, con le mie esperienze. Per come la vedo io, non potrebbe essere diversamente.

Tutto nasce, meglio ri-nasce, qualche anno fa con una morte, anzi una quasi-morte, quella di mia zia Franca. Nonostante da quasi vent'anni siano morti i miei genitori, all'epoca non avevo valutato e indagato l'esperienza "morte" come feci con mia zia.

In quel periodo valutavo l'inserimento di mio figlio alla scuola steineriana e leggevo la biografia di Rudolf Steiner. Lavoravo nel milanese e, andando all'ospedale di Como con mio fratello a trovare la zia, discorrevamo sulla morte. Io parlavo di Steiner e lui mi fece conoscere Thorwald Dethlefsen.

Lessi così i suoi due libri, "Il destino come scelta" e "Malattia e destino", che mi riattivarono tutte le domande della gioventù che, con il lavoro, i doveri, la famiglia, avevo bellamente "nascosto" per oltre un decennio. Le "domande esistenziali" che potrei definire anche come "domande di senso".

Credo che la morte, come anche la malattia, siano un buon innesco per tornare a riflettere sulla ricerca di un senso. Morte, quindi dare un senso alla morte, e di conseguenza dare un senso alla vita...

Qualche tempo dopo, Andrea, un caro amico, mi raccontava di una scuola di Naturopatia che aveva iniziato a frequentare, dove i citati libri di Dethlefsen erano tenuti in seria considerazione, come fossero "libri di testo". La strada era tracciata... ed eccomi qui a scrivere la tesi per "quella" scuola.

Tornando alla morte, ho iniziato a scrivere queste righe nei giorni di un'altra morte, stavolta avvenuta veramente, quella di mia suocera Domenica. Un'esperienza vissuta con una nuova consapevolezza: se viviamo questo evento come una fine, come termine ultimo di tutto, non abbiamo via d'uscita e difficilmente, a mio parere, riusciamo a "dare un senso".

Diventa necessario allargare la prospettiva e introdurre termini come "evoluzione", "karma", "progetto di vita", "lezione"...

Allargare ad una dimensione più ampia, che comprende anche la vita come la conosciamo e la sperimentiamo in questa dimensione terrena, ma non la assolutizza. Consapevoli del fatto che in questa dimensione viviamo la "legge di polarità", che non ci permette una conoscenza completa della realtà. Consapevoli anche del fatto che, se ci limitiamo alla comprensione intellettuale è come quando identifichiamo il nostro io con la nostra mente...

Scrive lo psicologo e psicoterapeuta olandese Willem Lammers in “Dall’abbandono all’Essenza”:

Sei più del tuo corpo fisico. Sei più dell’insieme delle funzioni psicologiche chiamate “mente”: sei un flusso continuo di Energia Vitale, un Sé superiore, un’Anima immortale, un figlio di Dio, un’Essenza al di là dello spazio e del tempo. Questa energia anima il tuo corpo e la tua mente, senza di essa sei morto. Materia morta.

Questa introduzione termina con un’altra morte, anche questa vera. E recente. Il giorno seguente ho scritto quanto segue:

Ieri sera è morta Daniela, una cara amica, dopo tre mesi che aveva saputo di avere un tumore. Un tumore che l’ha sorpresa, poi debilitata, fiaccata e poi via...

L’ho vista viva l’ultima volta due giorni fa. Ero andato a casa sua per farle un trattamento metamorfico e lei quasi non se ne ricordava...

Era stata male, l’avrebbero ricoverata nel pomeriggio e l’ho solo salutata, per l’ultima volta. Sdraiata nel letto, dolorante, mi guardava con quegli occhi che ho ancora stampati davanti a me. Occhi stralunati da oppiacei e morfina, ma occhi grandi, aperti, profondi, intensi! Mentre le dicevo che avremmo fatto il metamorfico una volta tornata a casa, mi guardava, mi fissava ed i suoi occhi parlavano...

Era come se mi dicessero: ma tu, ma almeno tu, mi capisci?

Forse, meglio ancora, mi dicevano: ma tu, capisci? Capisci il senso della Vita? L’importanza della Vita? Di questa esperienza straordinaria che io sto terminando?

Se n’è andata ieri sera, Daniela, e stamattina sono andato in campagna, a camminare, a ripensare a quello che mi hanno detto quegli occhi...

Sono passato anche davanti all’espositore dei lutti. È proprio vero, è morta, la sua foto ora è lì appesa...

Edward Bach scriveva: *“La malattia non è una casualità, né un castigo o una disgrazia. E’ il segnale che qualcosa non funziona nel modo giusto, un richiamo per farci comprendere che ci stiamo allontanando dalla giusta via e, nel contempo, un’opportunità per correggere un comportamento sbagliato.”*

Qual'è la “*giusta via*” alla quale si riferisce Bach?

Si tratta delle famose “domande esistenziali”: chi sono? da dove vengo? dove vado?

Camminavo stamattina e cercavo di essere ancora più preciso: cosa sto facendo in questo momento della mia vita per realizzare la mia unicità? Mi stò realizzando?

Sempre Bach: “*Dobbiamo renderci conto che ogni essere è su questa terra per evolversi secondo i dettami del proprio Spirito.*”

E ancora: “*Ognuno ricordi che il suo Spirito ha stabilito per lui un compito preciso che egli deve eseguire, anche senza averne piena consapevolezza.*”

In questo “*giorno di scuola*”, qual è il mio compito? Lo sto assolvendo?

Ma ci crediamo davvero a queste affermazioni?

Riusciamo ad applicarle alla nostra vita quotidiana? A concretizzarle?

Una risposta è l'essere naturopata per come lo intende questa scuola, per come lo intendo io.

Come curo e nutro il mio corpo?

Come dispongo della mia mente? Quali sono i miei pensieri?

Quali emozioni provo? Come le vivo?

Dahlke in “*R-Esistere*” afferma che TUTTI gli avvenimenti, e non solo i quadri clinici – per altro che lui considera fin dal semplice raffreddore – sono dei segnali che possiamo utilizzare per lavorare all'integrazione della nostra ombra.

Sono sempre più convinto che il terapeuta prima di tutto debba fare un lavoro su sé stesso, che è il più difficile visto che viene più facile vedere la pagliuzza nell'occhio dell'altro invece della trave nel proprio... altrimenti si continua a lavorare con la proiezione, che è la forma irredenta della legge di polarità.

Come per la comprensione di sintomi e avvenimenti è necessario considerare una dimensione temporale consistente e sufficiente – e lo strumento della “*Carta natale*” può essere utilizzato

in quest'ottica, riprendendo anche tematiche delle vite precedenti – così il supporto dei “Principi universali” può aiutare ad inquadrare le situazioni, a darci nuove e più profonde chiavi di lettura relativamente alla situazione da trattare.

Quanto detto riguarda il piano che possiamo definire “metafisico” o “spirituale”, inerente alla materia “sottile”.

Come naturopati ci occupiamo anche della materia “pesante”, più specificatamente del corpo, quindi ogni situazione va affrontata anche da un punto di vista prettamente fisico.

Pur considerando il pensiero di Maslow circa la sua scala dei bisogni, cioè che non è possibile affrontare una tematica gerarchicamente più elevata senza prima aver soddisfatto quella sottostante, credo tuttavia che la complessità della nostra società occidentale, vivendo nel qui ed ora, ci spinga necessariamente a dover affrontare entrambi i piani – il “sottile” ed il “pesante” – contemporaneamente e parallelamente, anche perché la loro interrelazione è sempre più studiata e documentata anche da un punto di vista prettamente scientifico.

Un terapeuta non può esimersi da un lavoro su di sé. Il naturopata è uno dei modi di essere terapeuta, per via degli strumenti che utilizza.

Io mi sono specializzato nella floriterapia, perché muove le mie corde, perché mi appassiona e mi incuriosisce più di tutte le altre discipline.

Resta il fatto che il “prenderci cura degli altri” può essere un lavoro ma non può essere solo un lavoro. Non si può accompagnare nessuno per una strada che non si conosce se non si vuole correre il rischio di perdersi entrambi, di cadere in un dirupo colti dall'oscurità...

Dicevo prima che il naturopata dovrebbe occuparsi contemporaneamente sia del “pesante” che del “sottile”, e poi ho aggiunto che io mi sono specializzato in Floriterapia. Vediamo di spiegare quella che potrebbe sembrare una contraddizione:

- Ritengo i Fiori di Bach uno strumento olistico, che si occupa della persona a 360°, quindi anche del corpo e delle patologie ad esso legate. Questo soprattutto grazie agli studi ventennali del dr. Ricardo Orozco, uno dei miei insegnanti, che ha sperimentato con successo l'applicazione dei Fiori di Bach a livello locale, veicolati attraverso creme, olii, colliri, etc.
- Non considero valida l'uguaglianza “naturopata = tuttologo”. Credo sia umanamente difficile essere preparati, meglio esperti, nei vari ambiti che rientrano sotto il cappello della

naturopatia: dalla riflessologia all'iridologia, all'idrotermofangopratica, passando per la fitoterapia e l'alimentazione.

Attualmente mi piace di più pensare che si possa collaborare tra vari operatori specializzati, condividendo l'intento di aiutare la persona a "trovare un senso", un senso che sta alla base del ri-attivare le sue risorse, in modo che le sue azioni divengano consapevolmente evolutive.

Per capirci, mi faccio aiutare da un breve testo di Alejandro Jodorowsky:

"Di notte sudo ininterrottamente", gli dissi.

Fissò i suoi occhi nei miei e pronunciò una domanda inattesa:

"Qual è il tuo scopo nella vita?".

La sua frase mi turbò. E con una mancanza di rispetto di cui mi pentii subito, risposi:

"Sono venuto qui perché mi dia una cura per il sudore, non per parlare di filosofia"....

Con calma rispose:

"Se non hai uno scopo nella vita, non ti posso curare".

Un'ultima precisazione necessaria. Nel Servizio dove ho svolto i trattamenti oggetto di questa tesi avevo concordato l'utilizzo del metamorfico ed eventualmente l'integrazione con i Fiori di Bach. Anche se questa è un tesi di Naturopatia, per limiti oggettivi non ho potuto sperimentare altre tecniche, visti gli accordi con il Servizio e viste le patologie trattate. Per questo ho dedicato più attenzione agli aspetti dell'accoglienza e alle conseguenti riflessioni sul ruolo del terapeuta, piuttosto che sperimentare i molteplici aspetti legati alla pratica naturopatica.

CAPITOLO 1

LA SCELTA DI QUESTO AMBITO DI INTERVENTO

Perché questo tema? Perché occuparsi delle dipendenze patologiche?

Se guardo indietro, nella mia vita, nel 1991, rifiutando il servizio militare di leva, ho svolto il Servizio Civile in una Comunità di recupero e reinserimento sociale per tossicodipendenti e detenuti in semilibertà.

Nel 1999, durante gli studi per il Diploma Universitario in Servizio Sociale, avevo svolto il tirocinio presso un Centro diurno rivolto ad alcolisti e persone senza fissa dimora.

Durante il triennio di questa scuola, un anno ho fatto tirocinio presso la “Nuova Genesi”, struttura che si occupa di persone affette da AIDS, che spesso è una conseguenza della tossicodipendenza.

Non si è trattato sicuramente di un caso, anche perché io stesso, nei miei anni giovanili, ho fatto l’esperienza della dipendenza dalle droghe leggere, in un periodo della mia vita dove la “ricerca di senso” era prorompente ma si scontrava con una realtà piena di contraddizioni e di stimoli fuorvianti. Un periodo che potrei riassumere con “cane e sogni...”.

Nulla avviene per caso... e conoscere Lorena, educatrice professionale presso lo SMI, mi ha acceso l’idea di fare una tesi sperimentale nell’ambito delle dipendenze patologiche.

Poi ho curiosato sul sito dello SMI (www.ilmagodiozonlus.it) e ho trovato scritto “ritrovare la propria strada”, “affrontare il disagio”, “trovare la direzione per ripartire”

Queste frasi ci parlano di senso e di significato. Ci riportano alle classiche “domande esistenziali”, alle quali continuiamo a rispondere con fatica...

Sarebbe auspicabile che un lavoro sulla consapevolezza e sul “senso della vita” fosse svolto comunemente, a tutti i livelli; rivolto anche alle persone “normali”.

A maggior ragione ci rivolgiamo alle persone che esprimono un disagio, in accordo con Georg Groddeck, medico e psicologo tedesco ritenuto il fondatore della Psicosomatica, quando afferma: “il processo patologico è un percorso simbolico in cui sono leggibili le difficoltà che ciascuno incontra a essere al mondo.”.

È con questo spirito che ho iniziato quest'avventura, trovando riscontri anche in varie letture come "Guarire dalla dipendenza" di Christina Grof:

"La dipendenza è un percorso sbagliato sul cammino della crescita spirituale. La dipendenza, qualsiasi forma assuma, è una vera e propria emergenza spirituale; nasce da un'inquietudine, dal bisogno di dare una risposta al mistero della propria identità, da un bruciante desiderio di completezza. Tutti sentiamo questa sete di chiarezza e tutti, in un modo o nell'altro, cerchiamo la risposta. Ma gli alcolisti, i tossici, in generale gli affetti da dipendenza "sbagliano" direzione, si incamminano per un vicolo cieco che anziché all'arricchimento interiore li conduce al dolore ed all'annientamento. È per loro dunque necessario riprendere il cammino, ritrovare la via giusta."

CAPITOLO 2

PRESENTAZIONE S.M.I. - SERVIZIO MULTIDISCIPLINARE INTEGRATO

Dall'ottobre del 2014, quando ancora frequentavo il 3° anno di questa scuola, al dicembre del 2016, quasi tutti i lunedì mattina ho prestato servizio gratuito presso lo S.M.I. di Pisogne (BS), con l'intento di sperimentare un approccio naturopatico al tema delle dipendenze patologiche.

Lorena, una cara amica che ringrazio, lavorava presso questo servizio e mi ha permesso di contattare la responsabile, con la quale ho avuto un primo incontro conoscitivo e alla quale ho poi presentato il mio progetto di intervento, legato alla stesura di questa tesi.

Lo S.M.I. è un servizio gestito dalla Società Cooperativa Onlus Il Mago di Oz di Rezzato, che dal 2007 ha stipulato un contratto con l'ASL di Brescia per iniziare ad erogare i propri servizi.

Il paziente affetto da dipendenza patologica presenta una multifattorialità complessa, associata a problematiche multidisciplinari, che determinano esigenze particolari di diagnosi e cura.

Questo comporta l'obbligatorietà di garantire determinate prestazioni al fine di elaborare ed attuare un programma terapeutico e socio-riabilitativo per ogni singolo utente.

Nello S.M.I. sono presenti le figure professionali del medico, dello psicologo, dell'infermiere professionale, dell'educatore professionale e dell'assistente sociale, i quali svolgono attività di diagnosi e cura del paziente affetto da dipendenza patologica.

Lo S.M.I. si occupa di prevenzione, trattamento e riabilitazione.

La presa in carico ambulatoriale avviene attraverso un primo colloquio, la predisposizione della cartella sociale, un secondo colloquio con psicologo e medico; dopo di che l'equipe valuta il programma sanitario/psicologico/sociale adeguato al caso, monitorato periodicamente.

Il programma prevede terapie farmacologiche, sostitutive e non, compreso il monitoraggio clinico e laboratoristico; attività di psicodiagnosi, counseling, sostegno psicologico e psicoterapia; attività di prevenzione, screening, collaborazione alla cura delle patologie correlate all'uso di sostanze d'abuso, anche in collaborazione con altri servizi specialistici; attività di orientamento e sostegno in ambito sociale ed educativo; attività di riabilitazione e di prevenzione delle ricadute.

CAPITOLO 3

IL PROGETTO

Inizialmente il progetto aveva la durata dei mesi, con possibilità di estensione ad un anno. Poi, vista la positiva risposta dell'utenza è stato prorogato ed è durato oltre due anni. Da ottobre 2014 a dicembre 2016, con cadenza settimanale, il lunedì mattina dalle 9:00 alle 13:00.

Lo scopo era quello di proporre alle persone in carico presso il Servizio un "approccio terapeutico complementare", condividendo l'obiettivo di "prendersi cura del soggetto in tutta la sua complessità", con interventi "finalizzati al raggiungimento di un accettabile equilibrio psicofisico e ad una adeguata evoluzione della situazione di abuso e dipendenza".

Per "complementare" si intende la proposta di trattamenti di "Tecnica Metamorfica", accompagnati dall'analisi morforiflessologica dei piedi e dal supporto dei "Fiori di Bach". "Complementare" significa anche proporre qualcosa di Altro, un completamento, qualcosa che lavora non tanto sul "piano pratico", potremmo dire "a livello dei sintomi e delle problematiche connesse", ma su un "piano spirituale", a livello di "consapevolezza", servendosi dei sintomi come guida.

L'intervento da me proposto comprende:

- Tecnica Metamorfica
- Fiori di Bach da usare oralmente
- Osservazione Morforiflessologica dei piedi ed eventuale trattamento riflessologico
- Eventuali consigli di dietetica in collaborazione con il medico del Servizio

Ipotesi percorso:

- Presentazione al paziente da parte del Servizio
- Presentazione mia e primo colloquio con anamnesi
- 5 trattamenti Metamorfico di 50 minuti
- Colloquio condivisione/valutazione

→ Condivisione del percorso in relazione ai cambiamenti (confronto con psicologo)

→ Monitoraggio situazione con professionista di riferimento del Servizio

Ipotesi sviluppi:

- Trattamenti ai familiari
- Condivisione del percorso / Gruppo auto-aiuto

SCHEMA per primo colloquio:

- ❖ Come definiresti la tua condizione attuale
- ❖ Il tuo comportamento, stile di vita, aiuta/danneggia te stesso o le persone vicine
- ❖ Quando la dipendenza si è concretizzata e come era la vita prima
- ❖ I tuoi sogni da bambino/adolescente
- ❖ Gravidanza di tua madre
- ❖ Rapporto con madre/padre; altri legami familiari

La stanza messa a disposizione del Servizio dove ho svolto gli incontri:



CAPITOLO 4

LA MIA ESPERIENZA CON GLI UTENTI

Fin da subito ho fatto mio l'obiettivo principale del Servizio, che agisce principalmente nell'ottica della riduzione del danno: ritenzione in trattamento dell'utente.

Sono stato ben accolto da tutti gli operatori ma purtroppo devo sottolineare che, per esigenze organizzative e legali, visto il mio ruolo di volontario, non ho mai potuto accedere alle cartelle sociali dei pazienti né ho potuto mai partecipare alle periodiche riunioni d'equipe dove si trattavano nel dettaglio i singoli casi.

Per questo la mia esperienza è risultata formalmente “distaccata”, anche se informalmente il clima è sempre stato di accoglienza e collaborazione. Da parte mia ho sempre riferito gli eventi salienti emersi nei miei trattamenti all'educatore professionale che era il mio riferimento principale. Di fatto però la comunicazione è sempre stata unilaterale e non bidirezionale come avrei desiderato.

Gli operatori del Servizio hanno proposto ai vari utenti in carico la possibilità di avere un appuntamento settimanale con me. Un'offerta dunque fatta direttamente dagli operatori, che in questo modo la avallavano e le davano consistenza. Allo stesso tempo, un'offerta generica di “uno spazio suo”, di “un massaggio ai piedi che aiuta a rilassarsi e a stare meglio con sé stessi”.

Per gli utenti che mostravano interesse veniva fissato un incontro con me, per una presentazione più approfondita del trattamento Metamorfico e dell'uso dei Fiori di Bach e per fissare gli appuntamenti settimanali.

Per quanto già detto in riferimento al mio ruolo e alla privacy, l'operatore che mi inviava un utente si limitava a darmi le sue generalità ed in modo generico qualche informazione circa l'abuso, distinguendo tra sostanze, alcool, gioco. Nulla più.

Anche dal punto motivazionale non ho avuto molto sostegno e ho dovuto far leva esclusivamente sul mio interesse.

Ricordo bene la frase con la quale la responsabile del Servizio mi ha salutato, al termine della presentazione in equipe del mio progetto: “fai questo perché è gratis e non ha controindicazioni...”

Ed anche al termine del primo giorno nel quale avevo incontrato le prime persone, la sua iniezione di fiducia fu: “oggi è andata bene; vediamo settimana prossima se si ricordano di te...”

Nei primi mesi si sono alternate varie persone. Alcune, preso appuntamento, non si sono mai presentate. Altre sono venute una o due volte per poi non farsi più vedere. In ogni caso, il lunedì mattina io garantivo la mia presenza, che ci fossero appuntamenti o meno, e ci sono state diverse volte che ho passato la mattina a leggere e studiare. Comunque volevo dare un segno di presenza, di disponibilità.

Anche più avanti, nel corso dei due anni della mia permanenza settimanale al Servizio, alcuni utenti hanno usufruito solo per brevi periodi dei trattamenti: da un paio di sedute ad alcuni mesi.

Con cinque persone ho instaurato una relazione sufficientemente duratura e, per quanto possibile, costante. Due persone sono state seguite per oltre sei mesi: una all’inizio, per poi ricadere pesantemente nella situazione di abuso; l’altra nel periodo finale della mia permanenza, mantenendo sotto controllo la sua problematica di abuso. La terza è stata seguita per lunghi periodi, intervallati da lunghe assenze, entrambi caratterizzati dal costante abuso. La quarta persona è stata una relazione “particolare”, arrivata da me circa dopo un anno e rimasta fino al termine. “Particolare” perché ad un certo punto ha smesso di usufruire del Servizio e veniva esclusivamente ai miei trattamenti, senza più riuscire ad essere “agganciato” dagli operatori nonostante le mie sollecitazioni.

La quinta persona, che per motivi di privacy chiamerò con il nome di fantasia Simone, anche lui con qualche pausa sparsa qua e là, e quella che ha partecipato all’esperienza dall’inizio alla fine, è quella con la quale si è stabilita la relazione più empatica e più significativa ed è la storia che racconto nel prossimo capitolo.

CAPITOLO 5

UN CASO: IL MIO LAVORO CON SIMONE

Il giorno del primo appuntamento fissato, contattato telefonicamente dal Servizio, non risponde. Arriva alle 10:15 "per caso"; non aveva capito o non si ricordava della nuova proposta.

Al secondo appuntamento, contattato telefonicamente, dice che non era stato fissato l'appuntamento di oggi... Abita vicino, si prepara e viene...

Al terzo appuntamento avvisa lui telefonicamente che arriva con un leggero ritardo. Da lì in poi, la relazione si consolida e difficilmente mancherà all'appuntamento, o quantomeno avvisa e spiega la causa della sua assenza.

Rispetto alla scaletta di domande previste, agli strumenti da utilizzare ho compreso presto la difficoltà di un approccio sistematico e la necessità, primariamente, di una mia presenza il più empatica possibile, necessaria per creare quella sintonia che sta alla base di un rapporto di fiducia.

Quindi oltre a raccogliere dati per compilare la sua scheda, osservare i suoi piedi per ottenere indicazioni a livello organico, psicosomatico ed energetico, ho cercato di essere "accogliente", di starmene in silenzio ad ascoltare sia le sue parole che i suoi silenzi, di aspettare per valutare i suoi tempi ed i suoi spazi di apertura.

FOTO ai PIEDI di Simone fatte ai primi incontri:





Analisi MORFORIFLESSOLOGICA:

- sul lettino, apertura buona, maschile
- piede romano che riporta al movimento terra, costituzionale
- odore acidulo che richiama al movimento legno
- temperatura tiepida
- pelle secca e spessa, anche ruvida
- piede duro fuori e dentro
- dita corte, strette sia piede destro che sinistro
- callosità padre a destra e madre a sinistra
- ispessimento area fegato/polmoni sia piede destro che sinistro
- ispessimento zona calcagno sia piede destro che sinistro
- doppia ruga sporgente al punto stomaco, sia piede destro che sinistro
- con il puntuale sul rene, resta poca impronta, sia piede destro che sinistro
- capillari bluastri nella zona tra vescica e malleolo, soprattutto al piede destro
- noto l'alluce proprio grosso
- osservo la vescica che sembra svuotata

Riporto ora quanto scritto nei miei diari, dove prendevo appunti di volta in volta su quanto accadeva e su come procedeva la relazione d'aiuto.

- Presentazione del Servizio:

Eroinomane di vecchia data; in cura con metadone; ha sposato una ragazza nigeriana.

- Le mie prime valutazioni:

Persona rigida, quadrata, difficile al cambiamento, legato a vecchi schemi di giudizio.

Insicuro, molto attento all'opinione altrui.

Difficoltà al contatto fisico e a percepire le emozioni.

- Nota tecnica:

Nei primi incontri, oltre ad una minima raccolta dati, ho trattato Simone con il massaggio riflessologico rilassante e con un breve metamorfico, inizialmente fatto solo ai piedi. Poi ho proseguito sempre e solo con il metamorfico, salvo poche volte, che riporto, dove ho scelto di modificare il setting.

Contestualmente abbiamo sempre fatto un colloquio, anche se passava un po' sotto forma di chiacchierata, che mi ha guidato nella scelta dei Fiori di Bach che periodicamente gli ho proposto. Quindi ho sperimentato questo strano mix tra un metamorfico insolitamente accompagnato da comunicazioni verbali ed un colloquio sui Fiori di Bach che solitamente non prevede la persona sdraiata sul lettino mentre riceve un trattamento. Ho fatto di necessità virtù, condividendo la scelta con gli operatori del Servizio, visto che è difficile con i loro utenti sostenere un colloquio vero e proprio, come altrettanto proporre un trattamento più o meno lungo senza scambi verbali.

13/10/14

Prime impressioni: faccia simpatica, persona tozza e robusta, con pizzetto da pirata e orecchino, maglietta e giubbotto di pelle.

Da subito logorroico, parla molto sia prima che dopo il massaggio, raccontando che gli piacciono i lavori energetici, ha a casa un libro sulla reflex e una volta ha fatto passare il mal di testa alla compagna; tempo fa ha pagato 100€ cad per due “lavaggi energetici” per pulire i chakra, "soldi spesi bene”.

In relazione ai “blocchi dei Chakra” mi dice che lui ha iniziato a farsi a 18 anni, quando è morta sua nonna, che era come sua mamma.

Mi chiede cosa facciamo oggi, se lo faccio come lavoro.

Commento finale: bello, si è rilassato. E’ stato in silenzio e con gli occhi chiusi “per ricevere meglio”.

Riparte dicendo che crede di continuare, perché gli piacciono queste cose per migliorare, perché ha due figlie in Asia e vuole “tirarle su bene”

20/10/14

Dopo 5 minuti di trattamento mi chiede “cosa deve fare”. E’ preoccupato perché non sa “se deve parlare, stare zitto ad occhi chiusi, etc.”. Parliamo di questo momento, lo invito a fare semplicemente quello che vuole, quello che si sente; non c’è un modo giusto/sbagliato di ricevere il trattamento, c’è il suo modo in quel momento!

Mi racconta di aver ripreso a fare qualche meditazione/rilassamento guidati con il pc ma di non riuscire mai a seguire l’intera esperienza.

Mi chiede se mi piace trattare i piedi. Rispondo sì. Mi dice che tante volte i genitori condizionano i figli, che poi fanno professioni che non li realizzano. A lui piaceva molto lavorare nell’edilizia; faceva il piastrellista e gli dava soddisfazione guardare la stanza finita dopo aver fatto un buon lavoro.

Chiedo se ha fratelli o sorelle. Mi racconta di essere figlio unico, nato in Svizzera da madre emigrata per lavoro che là aveva incontrato suo padre, meridionale. Appena dopo la nascita viene riportato in Italia dalla nonna, che fa da mamma fino alla sua morte, quando lui ha 17 anni.

A fine mese avrà un intervento al menisco del ginocchio destro, lo stesso giorno in cui la moglie nigeriana torna in patria con un container sul quale hanno caricato merce da vendere in

Asia (un vecchio furgone carico di frigoriferi); questo è il loro attuale sostentamento, e per vivere “gli basta poco”.

Ci salutiamo cordialmente, dandoci chiaramente appuntamento per lunedì prossimo alle 10.

27/10/14

Consegna prima miscela di Fiori con CER, RWA

Iniziato il trattamento, mi parla di lumache. Poi ancora mi chiede se mi piace quello che faccio, commentando che se non mi piacesse avrei fatto un'altra strada.

Sul post-concepimento del piede destro mi dice che ha la sensazione come di avere una coperta sulla gamba destra, sente calore che dal piede sale fino alla testa. Mi chiede se è energia. Dico di sì.

Dice che gli piacciono queste cose, le energie che aiutano a star bene. Ci sono tante cose, è utile avere dei consigli... Chiarisco che io tratto e stimolo, poi sarà la sua Intelligenza ad agire. Aggiunge che anche i problemi sono dentro di noi; io aggiungo che dentro di noi ci sono anche le soluzioni. Osserva che se il problema è nella testa, come può la testa risolvere il problema? Dico che forse in noi c'è altro oltre alla testa. Mi chiede come chiamo io questo altro e rispondo in modo generico, che ognuno lo chiama in modo diverso...

Ha la pancia che borbotta spesso e sorridendo gli chiedo se è un brontolone. Alcune volte sì, anche se non gli piace lamentarsi; gli danno molto fastidio le persone che si piangono addosso.

Al termine del trattamento mi dice che ha fatto più fatica a rilassarsi delle altre volte. Mentre si rimette le scarpe mi dice comunque di ritenersi fortunato, che aveva un'epatite C che si è negativizzata, che non è sieropositivo, che non ha il fegato malmesso, che gli esami del sangue sono a posto.

Gli parlo un pò dei fiori e glieli propongo. Si emoziona come un bambino al quale regalano una caramella. Vuole sapere quanto costano, pagarli, dove può prenderli... Lo rassicuro, fanno parte del percorso e gli mostro come assumerli. Li prende subito.

Poi dice che forse bisogna credere in qualcosa, come negli angeli o altro e mi racconta di un incidente in motorino avuto a 15 anni quando in un brutto frontale con un'auto si era fratturato solo tibia e polso...

03/11/14

Arriva in ritardo, avvisando, perchè sta organizzando il container per l'Asia.

Sta prendendo i Fiori e dice che gli fanno bene.

Mi chiede se credo che i pensieri negativi facciano male. Tutto ha ripercussioni.

Poi mi parla di coscienza come di quella cosa che ti fa accorgere di quando sbagli; infatti quando una persona si comporta male si parla di incosciente.

La coscienza è la parte buona che c'è in ognuno. Non si spiega come uno possa ignorare le istanze della coscienza. Chiedo se è possibile che alcune persone non abbiano coscienza. Non sa.

Faccio notare che, secondo quanto dice, la coscienza si fa sentire solo quando ci si comporta male. Conferma; si fa sentire attraverso il rimorso. Quando aiuti una persona ti senti bene e quando fai del male poi ti senti male. Ma in base a cosa la coscienza ti fa sentire male? In base a quali regole? La coscienza è individuale. Ma chi gli ha detto le regole? Che regole ha la tua coscienza? Non lo sa. Comunque, dice, tutti abbiamo degli esempi che abbiamo seguito.

Vede l'anima come una cosa bianca, come una Madonna.

Oltre a far bene/male ad altri, chiedo un esempio di sentirsi in colpa facendo male a se stesso.

Mi chiedi se drogarmi mi fa poi sentire male? No, qui non c'entra molto la coscienza... però mi è capitato di tirare roba e poi sentirmi peggio di prima, e poi dirmi che ero stato stupido.

Drogarmi è come fumare, ti piace e lo fai anche se sai che fa male ai polmoni. Poi io non sono mai andato nell'eccesso.

Mi saluta dicendo: perchè io non ho mai rubato? E ne ho avuto la possibilità. È stata la coscienza?

10/11/14

Mi dice che non sa se è per le gocce, ma si sente meglio. Più tranquillo e rilassato, anche sua moglie l'ha notato.

Inizio proponendo le "formule di forza" legate ai suoi fiori:

CER: "Ho fiducia in me stesso" - "Seguo il mio primo impulso" - "Decido da solo"

RWA: "Mi concedo..." - "Sono duttile" - "Sono spontaneo"

Sceglie: "Ho fiducia in me stesso"

Mi racconta di quando era seguito anni fa da una psicologa, che aveva individuato la causa della sua dipendenza nell'abbandono vissuto durante l'infanzia rispetto ai genitori. Mi dice di nuovo che ha iniziato ad usare eroina dopo la morte della nonna.

Ha comunque un bel rapporto con le donne in generale; non ha mai cercato relazioni occasionali e nella vita ha avuto solo 4 relazioni, tutte abbastanza lunghe.

Non è stato un figlio desiderato ed è stato cresciuto dalla nonna. Si ricorda però di un periodo in Svizzera, verso i 4 anni, che erano ospiti in una famiglia di benestanti e lui giocava con i figli. Prima non ricorda dove o chi ha vissuto. Mi parla della madre, che è una "piena di sè, sempre nel giusto, rompiballe". Chiedo del padre e dice che l'ha lasciata quando lui è nato, e forse capisce anche perché abbia lasciato una donna così; non l'ha mai conosciuto.

Quando lui aveva 7 anni la madre si è trasferita a Milano e veniva a trovarlo 3 volte all'anno; avrebbe potuto venire anche più spesso... Poi morta la nonna è tornata, abita in paese e gode di ottima salute. Non si parlano dal 2010 quando lui è stato in carcere 25 giorni in seguito ad un'importante operazione antidroga contro un'organizzazione di traffico internazionale.

Dice di non provare affetto per lei. Non le voglio male ma nemmeno bene. È come se fosse una cugina alla lontana.

Dico che mi sembra di leggere tra le sue parole più indifferenza che rancore e mi dice che è così, che il rancore diventa odio e non gli piace. Non gli piacciono invece quelli che prendono in giro, che esagerano. Se succede, lascia fare per vedere fino a che punto arrivano, poi gli dice come la pensa e di non voler più aver niente a che fare con loro. Lo faccio riflettere sulla situazione di sua mamma, all'estero con un figlio, lasciata dal marito, forse si è trovata in difficoltà. Con la madre non ha mai affrontato il discorso, non ha mai chiesto nulla circa la sua infanzia e non gli sono mai state date spiegazioni.

Poi mi cita una frase di Tommaso Moro che è un pò il suo manifesto:

"Che io possa avere la forza di cambiare le cose che posso cambiare; la pazienza di accettare quelle che non posso cambiare; l'intelligenza di saperle distinguere".

Poi riprende il discorso eroina. Lo fai perchè ti piace da subito. Lui per qualche anno si è fatto solo nei fine settimana, poi la roba ha avuto il sopravvento. Aveva una relazione ma invece della donna ha scelto l'eroina; o forse è stata l'eroina a scegliere me...

Ha passato periodi brutti, ma adesso cerca di usare senza abusare. Fa un colpetto ogni dieci giorni, pensando che lo faccia star bene... Chiedo se si senta in colpa dopo e risponde sì, il 70% delle volte.

È una brutta abitudine, anche se c'è una parte di me che non la vorrebbe lasciare...

Nel 2010 morto il terzo figlio della moglie, in seguito ad un tuffo in lago di montagna. Brutto periodo sia per la moglie che per lui.

Pensavo di aggiungere PIN e SBE ma non ha con sè il bocchetto. Mi dice che è a metà.

17/11/14

Salutandomi, appoggia sul tavolo il bocchetto dei fiori che gli avevo chiesto di portare. Mi dice che ha scritto e appeso la "formula di forza", così la vede e la legge quando prende i fiori.

Prendo il kit e gli aggiungo PIN e SBE.

Vedendo la scena mi dice: visto che te ne intendi, forse puoi aiutare anche mia moglie che ha difficoltà a restare incinta? Poi mi racconta che sono andati un paio di volte a Montichiari per la procreazione in vitro ma senza successo, nonostante dai vari esami fatti nessuno dei due mostri problemi. Gli dico: vuoi diventare papà? Risponde che è più un desiderio di sua moglie, che tuttavia anche a lui non dispiacerebbe.

Anche a fine trattamento, mentre ci salutiamo, mi chiede se i fiori possono aiutare la moglie e gli dico nuovamente la funzione di riequilibrio in generale e non di cura rispetto a qualche problematica. Mi dice che forse andranno la terza volta a Montichiari, che se avranno un figlio lui sarà contento nonostante l'età e nonostante non sia molto ottimista rispetto al mondo d'oggi...

All'inizio del trattamento mi cita un aforisma di Nietzsche sulla vergogna e la libertà. Ci chiediamo da dove derivi la vergogna. Poi gli chiedo se lui ha o abbia momenti in cui la vive; ci pensa e poi dice di no. Allora ti senti libero? Sì, in parte...

Da qualche anno è alla ricerca di serenità ed equilibrio. L'importante è essere consapevoli di vivere! Lui in passato era schiavo del vizio e da poco si è reso conto della fuga in alcuni "piaceri" e dell'importanza della serenità.

Vorrebbe seguire corsi di Nader Butto. Ci sono tanti da cui imparare tante cose...

Mi chiede se fra 50 anni il mondo ci sarà ancora. È pessimista e cita guerre, inquinamento, etc. dicendo che stiamo rovinando il nostro pianeta. Aggiungo che ci comportiamo con il pianeta come con noi stessi...

Il pessimismo mi fa pensare a GEN

24/11/14

Arriva puntuale.

Parlando mi dice che è stato a S. Patignano 4 anni, dal 1993 al 1997. Gli chiedo qualcosa ma, pur essendoci stato 4 anni non racconta nulla dell'esperienza.

Parliamo di disintossicazione e mi dice che il difficile non è smettere, è troppo facile ricominciare! Mi parla delle sensazioni, soprattutto di benessere fisico causate dall'eroina, che non si dimenticano...

Dice che l'eroina stimola la produzione di endorfine, e probabilmente i tossici ne hanno poche. Gli chiedo se, con la sua curiosità, non ha mai cercato altre stimolazioni naturali di endorfine; a 25 anni si era sottoposto a trattamenti di agopuntura a Como ma "non aveva funzionato, forse perché non ero pronto...", visto che chi me l'aveva consigliato poi non ha più usato sostanze.

Verso la fine del trattamento gli chiedo se capita di abbracciarsi con sua moglie. Poco, è più lei. Insieme scherzano molto sulla differenza di età, lui fa battute tipo: cosa ci trovi a baciare un povero vecchio; gli chiedo se si sente un povero vecchio e risponde no, che si tratta di una battuta.

Lo invito, se vuole, a provare ad abbracciare di più sua moglie. La cosa gli piace anche se mi dice di non essere mai stato portato a dimostrazioni fisiche di affetto; lui lo fa con le parole. Poi aggiunge che non ci aveva mai pensato a questo suo atteggiamento, che addirittura forse dovrebbe sentirne il bisogno visto che da piccolo non è mai stato abbracciato... Poi mi racconta un aneddoto: un'estate era a lavorare con un collega su una terrazza e presero la crema solare per non scottarsi. Lui non se la fece spalmare sulla schiena perché gli dava fastidio essere toccato da un uomo.

Vedrà di farsi accompagnare lunedì prossimo.

Gli faccio gli auguri per l'intervento e vorrebbe offrirmi un caffè, ma al servizio non c'è la macchinetta. Grazie del pensiero.

01/12/14

Nuova miscela di Fiori con RWA, PIN, SBE

Valutare in futuro GEN per pessimismo, HEA per necessità di parlare e HON per i rimpianti

Arriva in ritardo per via del ginocchio operato, lavoro solo sul piede SINISTRO e si ferma meno di un'ora, come da accordi con l'accompagnatore. Operazione tutto bene!

Mi dice che è stata una bella esperienza, che a lui non dispiace nemmeno andare in ospedale, che si incontra e si conoscono persone (HEA). Gli faccio la battuta che a lui non piace chiacchierare; ride e mi conferma che lo fa volentieri con le persone con cui si trova bene, con altre taglia corto.

Gli dico che ieri era il compleanno di mio figlio e mi chiede se gli piace la musica. Poi mi racconta di quando da ragazzino il suo barbiere era di una famiglia di musicisti e gli avrebbe voluto insegnare la musica, ma lui preferiva andare a giocare a pallone... Ah, se mi avessero obbligato qualche volta... La musica è un suo rimpianto. Poi nel tempo ha imparato qualcosa con la chitarra, che ha a casa insieme ad una pianola, ma non si è mai applicato.

Oggi è molto malinconico. Mi dice che cerca di avere cura di sé ma se tante cose le avesse sapute o imparate a 25 anni...

Mi chiede se mi sono informato su Nader Butto. No.

Stamattina venendo qui pensavo agli obiettivi, alla possibilità di indirizzare questa esperienza come "percorso terapeutico" ma ho qualche dubbio. Mi torna in mente il racconto di Orozco sui tempi del cliente...

Chiedo se ha in mente qualcosa per le feste, se farà qualcosa con qualcuno. Può essere che si trovi a mangiare, ma ha pochi amici. Sicuramente non andrebbe in discoteca e anche qui sottolinea la sua età come limite, come fa più volte oggi, anche in relazione ai movimenti e ad altro.

Mi ripete la dinamica "vecchio/giovane" con sua moglie, partita per la Nigeria il giorno dell'intervento.

Deve molto alla moglie. Una decina d'anni fa ha pagato 80 milioni per evitare che finisse sulla strada.

15/12/14

Non si presenta e non avvisa

22/12/14

Passa per il metadone ma non si ferma per il trattamento, perchè non aveva capito che continuava...

05/01/15

Come stimolo iniziale gli leggo il malinteso spirituale di RWA e PIN. Il secondo me lo fa rileggere.

Parla di un evento di cronaca avvenuto qualche giorno prima, l'annegamento di un sub nel lago d'Iseo per essersi impigliato in una rete da pesca, con il compagno ed i soccorsi che non sono riusciti a salvarlo... Parla di una "morte stupida" ed io cerco di portarlo con la riflessione sul senso della vita più che sulla modalità della morte.

Cerco di capire cos'è che lo tocca/infastidisce maggiormente e mi dice che è la preoccupazione per gli altri, per solitudine/dolore/sofferenza di quelli che restano; questa è anche una sua preoccupazione. Valutare RCH.

Prendendo spunto dalle travi a vista della stanza e dalla vecchia casa di pietra che si vede dalla finestra dice di rimpiangere "la vita di una volta", fatta di altri valori, di rispetto... Faccio notare come tanti vecchi burberi si facessero rispettare con autorità (non autorevolezza) attraverso la repressione dei sentimenti...

Ci si accontentava di poco, una Vespa, un giro al lago...

Riflettiamo sul fatto che la felicità non è da cercare all'esterno, che dopo la Vespa si vuole la macchina, poi la villa con piscina, etc.

La modernità e soprattutto la TV stanno rovinando molto...

Gli piacerebbe se ci fosse una seconda arca di Noè, dove però farebbe salire solo gli animali, che non si comportano in modo così brutale e cattivo.

Chiede come cambiare questo stato di cose? Riflettiamo sul fatto che sia già difficile cambiare una cosa in noi stessi...

12/01/15

Arriva mezz'ora in anticipo. Cammina sempre meglio, lo vedo sereno.

Nel trattamento di oggi passiamo diversi momenti in silenzio; poi ogni tanto mi condivide qualche riflessione o mi chiede qualcosa; la tematica si può sintetizzare nell'interesse verso il benessere ma noto una forte proiezione verso l'esterno. Si pone continuamente il dilemma

sulla cattiveria/stupidità umana; oggi mi chiede come valuto la predominanza di bene/male rispetto ai secoli passati... Valutare BEE.

Io cerco sempre di riportarlo su sè stesso, collegando le guerre delle nazioni ai conflitti interpersonali e intrapersonali, ma da questo punto di vista raccolgo poco. Fatica a rivolgere l'attenzione su di sè.

Ancora mi ha confermato che viene volentieri, il beneficio generale, il momento positivo che sta vivendo ultimamente, la sua sorpresa e disappunto nel vedere che pochi altri approfittino di questa opportunità del Servizio.

Gli ho chiesto cosa direbbe ad un collega di questa esperienza e mi ha detto che è rilassante e aiuta a stare meglio.

Rispetto al mio approccio, mi sento stimolato da vari fiori e vorrei proporli, ma non ha ancora finito l'ultimo bocchetto. Ho provato a capirne di più e mi ha detto che ne prende meno per farlo durare di più... e quando gli ho detto di non preoccuparsi mi ha detto ancora che vorrebbe pagare, un contributo benzina...

Penso anche ad un incontro con diverso setting, per affrontare la situazione da un altro punto di vista, ma ho il dubbio che l'approfondire sia più un mio bisogno.

Vorrei responsabilizzarlo di più, renderlo più consapevole di alcune dinamiche che vive e provare a lavorare per obiettivi, andare a scandagliare il suo dolore nascosto.

Attenzione a non forzare troppo.

Durante il trattamento ai piedi mi dice che sente il calore alla relativa gamba. In quella operata, sente come se il calore si fermasse di più sul ginocchio, che ne ha bisogno.

Terminata la testa, mi dice che gradisce molto la testa, che lo sente molto, lo rilassa molto.

Mi lascia il suo cell. così ci possiamo sentirci direttamente in caso di problemi.

19/01/15

Nuova miscela di Fiori con HEA, GEN, RCH, BEE

Chiede un sostegno alla testa in modo da poter parlare. Gli piace.

Racconta dove va a mangiare, che lavora e ha i soldi ma non parla con nessuno.

Dice cosa siamo venuti a fare?. Lo chiedo a lui. Ormai, buona parte è andata...

Ora vuole aiutare a sistemarsi le figlie di sua moglie.

Mi chiede se credo a vita in altri pianeti/dimensioni.

Gli dà molto fastidio quando gli scappa una bestemmia.

Ai piedi, sul sinistro sente più sensibilità.

Alla testa, sto pensando ad una cosa di ieri che non riesco a ricordare da stamattina e mi torna in mente. Curiosamente nello stesso istante lui mi dice: ah questi sono massaggi che ti aprono un pò la testa...

Poi dice di essersi percepito "tutto intero", come avvolto, come racchiuso in un uovo con una sensazione positiva di completezza.

26/01/15

Stavolta, quando è sdraiato sul lettino, gli chiedo di ricevere il trattamento in modo diverso, possibilmente in silenzio, cercando di rilassarsi il più possibile e inizio il metamorfico.

Respira profondamente e a volte sembra dormire. Faccio una buona mezz'ora sul piede destro e quando sto passando al sinistro tossisce un pò e si alza sul lettino. Mi dice: sai che è come se fossi andato in un'altra dimensione? Ancora prima di nascere...

Poi, mi sembrava quasi di essere in pancia, nella pancia di mia mamma; vedevo intorno a me come un cerchio bianco che si contraeva e si rilasciava...

Chiedo come stava in quel momento, dice che sentiva calore.

Ha avuto anche la sensazione come se il raffreddamento che ha da alcune settimane fosse in qualche modo espulso dal corpo.

Terminata la testa, mi dice che questo trattamento lo rilassa proprio. E che, se per caso andando a casa uno scemo gli tagliasse la strada, forse invece di arrabbiarsi gli farebbe un sorriso. Si sente sereno.

02/02/15

All'inizio mi racconta qualcosa e lo ascolto, cercando di parlare il meno possibile.

Ha voglia di vedere la moglie, in Nigeria da due mesi; è stato con il cane in un bel parco che non conosceva, etc.

Poi si rilassa e resta in silenzio per tutto il trattamento, fino a quando finisco il piede destro e mentre passo al sinistro mi dice che aveva come la sensazione che il suo piede e la mia mano fossero staccati dal suo corpo...

Mi dice questo massaggio è bello rilassante e che vive sensazioni strane e nuove, come quella della gestazione dell'altra volta.

Dopo aver fatto il piede sinistro, mani e testa, stavolta concludo facendolo mettere in posizione fetale, lo copro con una coperta e lo ninno leggermente per qualche minuto.

Poi gli dico di restare così ancora un po' e di alzarsi lentamente quando se la sente.

Resta così per qualche minuto, poi mi dice "sai che si sta bene qui così?", gli dico che può restare ancora, ma poi piano si alza, con lo sguardo un pò sognante e commenta: certo che arrivare a 56 anni a provare certe sensazioni...

Mentre si rimette calze e scarpe dice che se non avesse toccato l'eroina a 18 anni la sua vita sarebbe stata diversa, che lui viveva in funzione della droga, lavorava per avere i soldi per comprarla. Quando sei tossicodipendente, non pensi ad altro, mai leggeresti un bel libro o altre cose che ti possono far crescere...

09/02/15

Nell'aspettare il suo arrivo, rileggendo gli appunti, mi viene in mente il film "Il Circo della farfalla", così lo vediamo insieme sul pc. Al termine ha gli occhi lucidi.

Mentre si sdraia sul lettino per ricevere il trattamento commenta come l'uomo possa deridere le imperfezioni altrui. È la cosa che l'ha colpito di più.

Poi dice che alla fine è riuscito a riabilitarsi, a fare quello che voleva, a credere in sè stesso.

Gli chiedo se crede in sè stesso e inizia a parlarmi di moglie e figlie... Lo riporto su di sè e dice "abbastanza".

Poi chiedo cosa voglia fare. Dice migliorarmi. Chiedo più concretezza e dice che vorrebbe perdonare, fa fatica a perdonare quelli che fanno cose brutte e cattive.

Penso ai suoi genitori e gli chiedo se sua madre e suo padre abbiano qualcosa da farsi perdonare... Risponde razionalmente di no, che era una situazione complicata, etc.

Percepisco la sua lontananza affettiva dai fatti e condivido con lui. Gli dico che ho la sensazione che lui abbia già affrontato questa tematica ma sempre in modo razionale, mentre sento come una situazione emotiva bloccata.

Mi dice che si è adattato con l'affetto che aveva, che non ci ha mai pensato troppo, anzi il meno possibile... Non prova rabbia nè rancore per il suo abbandono perchè non gli ha mai lasciato spazio emotivo.

Accenno alla teoria di Bach sulla nostra evoluzione e sulla scelta dei genitori e risponde deciso che non ci crede. Anche Nader Butto dice la stessa cosa ma lui non ci crede.

Sarei stupido ad aver scelto quei genitori! Una madre stupida e piena di sè ed un padre balordo. Perchè mai avrei scelto due genitori balordi?

Poi dice che è meglio non avere qualcosa dall'inizio piuttosto che venga tolta in seguito. Gli dico che se quella cosa si chiama affetto, essere riconosciuto, calore, coccole, protezione, allora vorrei averle, anche se poi dovessero essere tolte...

Mi racconta che anche lui, proprio ieri ha chiesto ad un suo amico (ingegnere informatico bravo ma con difficoltà relazionali perchè oppresso dalla madre, ingenuo e credulone) cosa è venuto a fare al mondo... Ne parlavano in modo ironico e non impegnativo, anche perché non abbiamo normalmente tempo di pensare a queste cose (importanti), perchè dobbiamo occuparci delle faccende quotidiane come moglie e figli, lavoro, etc. (Paradossale come veniamo a fare questo viaggio e poi ce lo perdiamo... distratti...)

Verso la fine del trattamento alla testa mi chiede come mai l'uomo sia diventato così cattivo, inquinatore, non rispettoso degli altri, etc. non rispondo.

Terminato il trattamento mi dice ancora una volta che si rilassa molto quando tratto la testa. Poi mi chiede ancora un parere sul comportamento umano, allora gli do un esercizio: quando pensa a come possa l'uomo essere così cattivo, gli chiedo di pensare la stessa cosa in prima persona e di ascoltarsi, di vedere cosa gli smuove, come si sente...

Nel salutarmi mi dice che lui crede ad una qualche presenza, entità, che la percepisce. Capita quando è a passeggiare con il cane, che "chieda" a questa entità un segno, dicendo anche che sarebbe pronto, non si spaventerebbe...

Chiedo perchè ha bisogno di una dimostrazione. Per essere più sicuro... forse, da buon tossico, ho bisogno di sensazioni forti...

16/02/15

Mi racconta di un amico seguito da un dottore che aveva conosciuto a S. Patignano.

Parliamo un pò di quell'esperienza, quando aveva smesso di usare sostanze per 4 anni, poi tornato in Valle si sentiva cambiato, ma l'incontro con un amico fu fatale per riprendere...

Chiedo quali emozioni l'avessero portato a... Come si sentiva... Difficile dirlo.

Anche ora, quando la usa c'è sempre un conflitto tra la sua parte buona e quella cattiva; a volte la butta, altre la usa. Per un pò si tira scemo, poi in qualche modo deve uscire dall'empasse. Prima mi parla in generale di difficoltà, di momenti di scazzo in generale e delle difficoltà a superarli, poi conclude dicendo che è solo una questione di piacere, la si usa per il notevole piacere che da, il resto sono scusanti.

Calore, piacere fisico e benessere generale, con le endorfine che girano a mille.

Comunque un piacere indotto e chimico...

Si è chiesto tante volte cosa lo porta, sia ora che in passato, ed il cervello si ricorda l'esperienza e la ripropone come possibilità, e quando la forza di volontà non è abbastanza forte, prevale il desiderio del piacere.

Poi mi racconta di averne ricevuta un pò in regalo e di quanto alla sua età faccia ancora cose stupide... Era pulito e doveva venire al servizio a fare le urine; ha fatto un tiro per vedere quanto ci mette ad arrivare nelle urine.

Per quanto riguarda i fiori, mi dice che li ha messi dove li vede e si ricorda di prenderli, ma probabilmente non li prende 4 volte al giorno nè tutti i giorni.

23/02/15

Entrando mi dice che sta sognando più del solito, ma appena sveglio gli basta passare le mani nei capelli che poi non riesce più a ricordare nulla...

Raccolgo le informazioni per compilare il genogramma ed i suoi dati per fare la sua "Carta natale".

Oggi trattamento molto silenzioso, con poche considerazioni.

- mi chiede se ho visto su FB la mamma che ha postato la ripresa del figlio che muore in un incidente in moto. Poi ricorda il suo incidente, simile, dove però si era fatto poco male e parla degli angeli o di qualcuno che, secondo lui, l'ha protetto. Poi dice chissà perchè. Anche io glie lo chiedo. Mi dice, forse per aiutare la moglie.

- poi mi chiede dei massaggi, del mio lavoro, della scuola.

Alla fine del trattamento mi dice ancora che sente particolari vibrazioni e movimenti energetici quando tratto la testa.

02/03/15

Relax e nulla di particolare da segnalare

09/03/15

Guardiamo insieme un video di animazione sulle dipendenze. Dice "ingordo"...

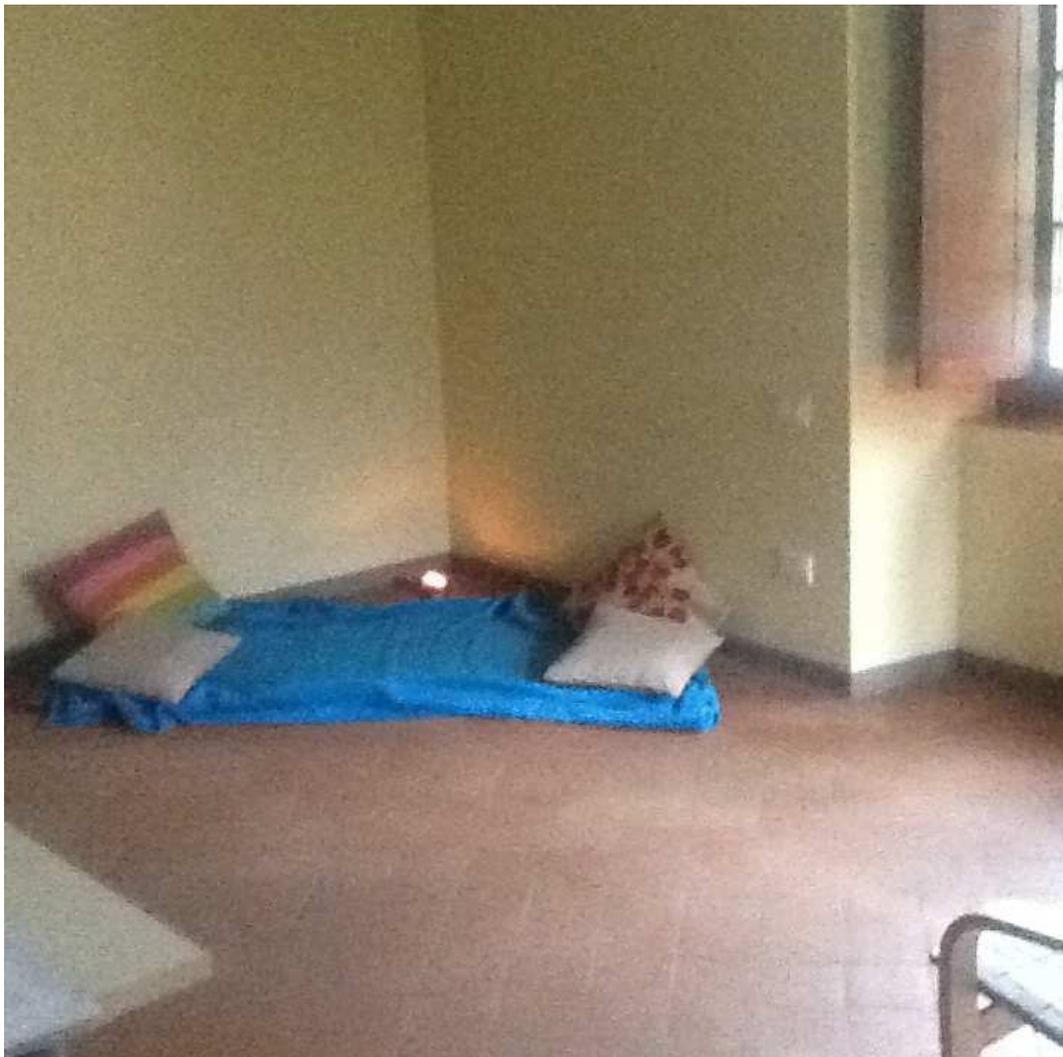
Ridacchia un pò e ripete "ingordo". Alla fine dice: carino, il senso è chiaro, mangia e si gonfia...

Gli dico che è un video per spiegare la tossicodipendenza a scuola e resta sorpreso.

Nel trattamento oggi è un pò nervoso. Non si rilassa bene e dà la colpa alla difficoltà respiratoria da naso chiuso.

16/03/15

Oggi niente metamorfico. Gli propongo un setting diverso, con l'intento di andare un po' più in profondità.



Entra ed è contento per le urine negative. Gli chiedo da quanto non usa e dice di non ricordare... Conflitto.

Poi si mette a parlare. Lo fermo, gli chiedo di stare in silenzio e di mettere una mano sul cuore. Mi chiede quale mano...

Dice che usa perché gli piace. Non vuole scuse. Poi però spesso si rimprovera. È infastidito quando la usa più spesso; quando invece riesce a stare senza per due settimane, usa come premio. Non si spiega questo conflitto. Poi ricorda quando, da bambino, toccava un filo scoperto del giradischi sapendo di prendere la scossa.

Poi passa alla madre, che non l'ha mai tenuto in braccio. La nonna sì, lo teneva in braccio, proprio vicino al giradischi.

Gli dico "il mondo ti ama, nonostante tua madre..." ma quasi non mi fa finire la frase e risponde subito "sì, sì, lo so..." e cita l'incidente in motorino dove poteva morire

Tante volte ha voluto smettere, dall'esperienza di S. Patrignano al periodo di lavoro ai Caraibi. Poi ricorda ancora di quando, tornando in Valle dopo una trasferta di lavoro, piangeva e bestemmiava perché sapeva che ci sarebbe ricascato. Quelli erano i pochi momenti di lucidità.

Poi per anni si è fatto senza vivere nessun conflitto, fino al rimprovero verso sé stesso emerso negli ultimi anni. Racconta di un suo amico ingegnere che ha una mamma veramente pesante ed oppressiva. Meglio la sua...

Gli chiedo a bruciapelo quale sia il senso della sua vita. Commenta che pochi lo sanno...

Continua a parlare molto nonostante il mio atteggiamento di silenzio, per vedere se riesce a "scendere un po' nella pancia".

Mi chiede se gli avessi fatto una domanda precisa (che era "perché parli di tua madre?") e chiede se ha risposto. No, ha divagato...

Proietta molto all'esterno, sugli altri, sulle varie ingiustizie del mondo, sulla gente che cerca solo i soldi... e a questo proposito cita un suo conoscente, una "brutta persona, schiavo dei soldi", meglio lui schiavo dell'eroina.

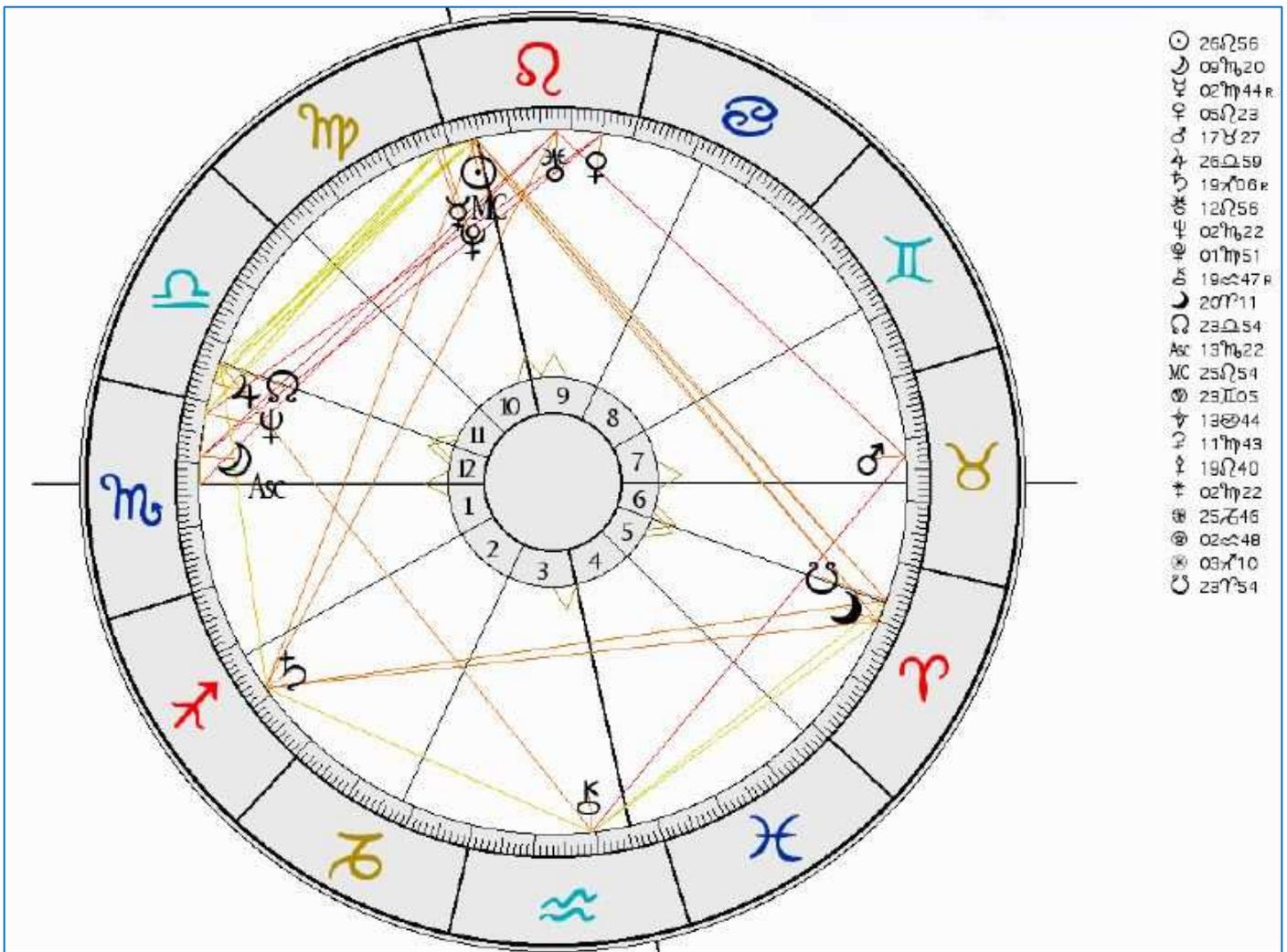
Commento che è difficile non essere schiavi, dipendenti da niente e nessuno, essere liberi.

Come pensieri, mi sento uno di vent'anni.

Quando pensa a smettere, pensa anche che andrebbe in crisi d'identità. “È da quarant'anni che sono tossico...”.

21/03/15

Breve lettura karmico-evolutiva della “Carta natale” di Simone



Solitamente nei quadri di tossicodipendenza troviamo *l'acqua* malmessa, che denota una difficile accettazione dell'incarnazione, mentre qui abbiamo *cancro* e *pesci* senza difficoltà, dove l'unico aspetto non integrato è *nettuno in scorpione* che fa una *quadratura* (aspetto delicato, difficile) con *venere*. Aspetto meno importante ma da leggere, la *venere in 9a casa*, che è quella dei viaggi, del lontano, che riporta alla moglie straniera.

Luna e ascendente in scorpione denotano un tipo emotivo tormentato ed autolesionista.

Soprattutto la *luna in scorpione* fa molto autolesionista, legato alla perdita, alla morte.

Ha una ferita da abbandono terribile, che genera la maschera della dipendenza, che si può esprimere attraverso l'attaccamento a persone o, come in questo caso, alle sostanze, che emerge dal fatto che *nettuno* rappresenta il paradiso artificiale.

Lui è venuto al mondo e si è trovato completamente solo, abbandonato, e verosimilmente ha sentito messa in crisi la sua possibilità di sopravvivenza. Lui voleva nascere, a differenza dell'altro quadro che interessa le dipendenze, ma una volta nato non è stato alimentato, sia in termini fisici che affettivi che energetici. Questa mancanza ha creato in lui il bisogno di creare dei surrogati. Una persona lasciata sola nel mondo, senza base materiale, senza sussistenza. Anche il fatto di aver sposato una donna togliendola dalla strada può essere letto come una compensazione. Quello che non hanno fatto con me, lo faccio io con te.

Nelle vite precedenti non gli è mancato il "nutrimento", venendo da una *6a casa* dove osserviamo il *nodo sud con l'ariete*. Ora però si è trovato impreparato, comunque di fronte ad una prova difficile.

Ha vissuto la ferita di abbandono con la madre, ma la mancanza più importante è stata quella del padre, inteso soprattutto come energia maschile, che indirizza la prole, che fa capire "come si fa". Il femminile l'ha abbandonato, ma il maschile proprio non c'è mai stato come punto di riferimento.

Ha un *grande trigono* (potenzialità di espressione) *di fuoco*, che denota potenzialità di servizio e aiuto agli altri, ma la *luna nera in ariete* non gli dà proprio la capacità di farsi valere, di esistere, di rivendicare il proprio spazio sulla terra in quanto figlio di questo pianeta. È come se avesse detto: visto che questo spazio, questo nutrimento non me li avete dati, significa che non ne ho diritto.

Il suo lavoro potrebbe essere l'accettare che qualcuno non gli abbia dato questo spazio e poi sperimentare il percorso di cercarlo da solo, con l'autoaffermazione.

Inoltre, la posizione di *sole, mercurio e plutone nel medio cielo* denotato potere, il poter assumersi una grande responsabilità nel mettere a servizio i propri talenti, che ci sono ma sono "nascosti". Però *martedì* è messo male, *in quadratura con urano e chiron*. Manca la spinta all'esistenza, ad agire.

Può essere interessante lavorare sul radicamento e sul primo chakra, per aiutarlo a "mettere i piedi per terra", a riconoscere di avere diritto ad avere uno spazio suo su questa terra.

23/03/15

Vediamo insieme il video sul “Futuro inedito” tenuto da Fabio Volo al Tedestro di Firenze e commentiamo insieme alcuni passaggi.

Si arriva a parlare della figura paterna. Gli chiedo se abbia mai odiato suo padre. No. Lo giustifica, conoscendo sua madre.

30/03/15

Entra e mi chiede se i miei figli sono maschio e femmina. No, due maschi.

Se mia mamma è ancora viva. No.

Dice che lui non si ricorda il compleanno della madre.

Oggi bel Metamorfico, senza altri stimoli.

È ben rilassato anche grazie alle belle notizie dalla moglie, che sta per rientrare dall'Asia.

Da segnalare che al passaggio sul concepimento destro dice che sentiva come massaggiare la testa.

13/04/15

Racconta che gli veniva da piangere ad una visita a sua zia.

Chiedo quando piange. Mai, ma vede nel mondo molte cose che lo fanno arrabbiare, soprattutto le ingiustizie.

Chiedo se prende i Fiori. Quando si sente un po' giù e gli fanno bene.

20/04/15

Gli faccio scegliere i Fiori a caso: CHP (sinusite cronica), SCL (eroina si/no), WVI (comunicazione), CHI (relazione con la madre)

Gli dico che CHI è legato alla figura della mamma. “È una parola di cui non conosco il significato”.

Può essere che un'assenza sia più presente di una presenza? Non penso mai a lei. Sono abituato a considerare che lei non c'è.

Prima che smettessero di parlarsi, lui andava a trovarla con la moglie e lei diceva “cosa fate qui?”.

Abitano a cento metri di distanza e ogni tanto lui la vede che lo spia...

È successo che si siano trovati sulla stessa strada e si sono ignorati.

Lui sottolinea che è stata lei a scegliere questa situazione. Lui si è adeguato.

Gli chiedo cosa farebbe se lei, morente, chiedesse di vederlo. Andrebbe. Allora gli dico che potrebbe farlo comunque. No, tempo perso... come lavar la testa agli asini, sprechi tempo e sapone...

27/04/15

Metamorfico di 45 minuti dove si rilassa molto.

Dice ancora che la testa è una cosa pazzesca.

04/05/15

Lavoriamo un po' sui bisogni. Elenca questi:

1. Relazione e fiducia
2. Sesso
3. Compagnia (ha un cane che lo segue sempre e dappertutto)
4. Star bene e in equilibrio con sé stesso

L'abuso di sostanze è un problema. L'uso non lo vive come un problema, anche se si sente sedato dal metadone che prende.

Alla fine del metamorfico, nei 5 minuti finali gli faccio ascoltare il suo cuore con il fonendoscopio e poi gli chiedo di esprimere una sensazione. Dice: perfezione

Dopo questo colloquio feedback mi è venuta la sensazione che "lui può", senza entrare nel dettaglio di cosa. Vorrei parlare al Simone "dentro" e ricordare che "può farlo", che non serve tirarsi dietro questa esperienza ancora a lungo. E' ora di gettare la maschera, di riconoscersi...

Penso a dei Fiori per questo: AGR, HEA, WAL

11/05/15

Mi chiede cosa ho fatto ieri. Un seminario sulla Metagenealogia, che indaga sulle relazioni familiari. Si mette a parlare della madre.

Dico che ho pensato anche a lui, che ha delle potenzialità inesprese, che ha bisogno di conoscersi, che il suo bambino interiore ha sofferto l'abbandono e questo potrebbe essere legato alla sua dipendenza.

Mi cita un film dove chiamavano l'eroina "mamma".

Conferma che da bambino ha sofferto, ma se ne è reso conto solo verso i vent'anni, dopo la morte della nonna e dopo che aveva iniziato ad usare l'eroina.

Parliamo un po' del bambino interiore, che tutti abbiamo e che ci segue per tutta la vita. Poi sviluppiamo anche una parte adulta che può comprendere il bambino e farsene carico.

Gli dico "tu sei adulto, non hai più bisogno della mamma!"

Gli do un compito: la prossima volta che userà l'eroina, pensi a sua mamma.

Dice che lo farà, ma poi forse no, perché con quel pensiero la butterebbe via...

18/05/15

All'arrivo viene intercettato dalla responsabile del Servizio che gli offre un caffè per cercare un aggancio, visto che viene solo per prendere il metadone e vedere me, continuando a rifiutare gentilmente di incontrare la psicologa.

Oggi metamorfico senza musica di sottofondo. Ascoltiamo gli uccellini.

Al termine mi chiede cosa faccio io quando non mi sento centrato. Gli mostro la posizione dell'albero per il radicamento.

Poi torna a dire che si occupa troppo degli altri, mentre dovrebbe essere più egoista, però ha paura di stravolgere le sue relazioni. È dispiaciuto perché ha la sensazione di non ricevere le giuste gratificazioni.

Lo faccio riflettere sul donare disinteressato, che non ha bisogno di ritorni.

25/05/15

Entra e dice "ieri ho fatto il bravo". Sto meglio, sto bene.

Steso sul lettino, con gli occhi chiusi, gli leggo questo passo di Gandhi:

Le tue credenze si trasformano nei tuoi pensieri,
i tuoi pensieri si trasformano nelle tue parole,
le tue parole si trasformano nelle tue azioni,
le tue azioni si trasformano nelle tue abitudini,
le tue abitudini si trasformano nei tuoi valori,
i tuoi valori si trasformano nel tuo destino.

Poi gli chiedo come si vede, come si immagina tra vent'anni.

Risponde: non mi interessa di me, voglio essere un supporto per gli altri. Io ho un equilibrio accettabile.

Non ti vedi senza eroina?

No, non è un problema, è solo una brutta abitudine.

Allora perché sei entrato contento prima?

Mah, io la vivo così. Uso e sto bene 10 minuti, poi sto peggio di prima e mi dico "che cretino!". Vivo giorno per giorno e cerco di star bene. Non penso a smettere perché è troppo impegnativo e non voglio rimanere deluso.

08/06/15

Entra e dice che sabato ha fatto un festino.

Durante il metamorfico mi chiede se lui è importante.

Gli do un compito: Vai in un bosco, respira vicino ad una bella pianta e con le braccia levate al cielo urla il tuo nome. Se poi ti va, abbraccia quella pianta.

Gli piace l'idea e dice che lui nella natura prende energia, dalle montagne, dagli alberi, dall'aria... Riguardo all'albero cercherà un castagno, grosso e tozzo come lui.

Penso al comune castagno dal quale abbiamo le castagne commestibili, comune nelle montagne della zona, dal quale si ottiene il Fiore di Bach Sweet Chestnut, appartenente al gruppo dei Fiori per lo scoraggiamento e la disperazione, "per quelle persone che, talvolta, sono preda di un'angoscia così grande da sembrare insopportabile o pare che la mente o il corpo siano spinti al limite della resistenza e debbano cedere".

Gli chiedo se sta prendendo i Fiori e riferisce di non prenderli tutti i giorni. Quando sta bene non li prende.

15/06/15

Mi riferiscono che venerdì ha ritirato il metadone anche per oggi, perché aveva un impegno. Stavolta non mi ha avvisato.

22/06/15

Anche oggi non viene. È a lavorare come lunedì scorso. L'ho sentito al telefono perché per due settimane sarò assente.

13/07/15

Bellissimo trattamento metamorfico. Intenso.

Si sdraia e chiedo com'è andata in queste settimane che non ci siamo visti.

Delle urine positive? No, in generale.

Continua con il suo tran tran, ha fatto vari lavori a casa, qualche giorno con forte sinusite, poi le solite "assunzioni saltuarie".

Stavolta lo provoco: già, in fondo, perché smettere?

Risponde deciso: starei meglio! Smettere sarebbe il massimo!

Non l'avevo mai sentito parlare così nettamente verso l'eroina.

Dice che è difficile, che forse non si impegna abbastanza, che essendo coperto dal metadone a volte quasi non sballa ma è come se volesse dirsi, una volta di più, che fa una cosa sbagliata.

È come se cercasse qualcosa che non c'è...

È legato alle belle esperienze di sballo del passato, che tornano come idea e desiderio, anche se ha consapevolezza che i danni sono più dei benefici.

20/07/15

Mi racconta di essersi trovato in un momento rilassante in un prato, all'ombra di un albero, vicino ad uno stagno. Gli chiedo la differenza tra benessere naturale e chimico. Il benessere chimico non è benessere ma uno star meglio dopo lo star male...

Poi mi chiede come mi rilasso, se ho qualche tecnica. Gli parlo delle meditazioni dinamiche di Osho, che a volte utilizzo quando sono sovraccarico. Per me rilassarmi equivale a togliere, semplificare.

Ha fatto l'esercizio di radicamento dell'albero e poi si sentiva più energico.

Cita l'eroina definendola vizio e trasgressione.

In alcuni momenti del Metamorfico si rilassa profondamente e russa.

27/07/15

Lamenta gonfiori e dolori alla gamba destra. Parliamo di razionalità e creatività.

Dice che spesso vorremmo seguire una passione ma, per comodità, facciamo altro. Ha il rimpianto di non aver imparato musica da ragazzino, con l'opportunità gratuita dell'amico barbiere, ma lui voleva solo giocare e divertirsi. Se qualcuno l'avesse spinto...

31/08/15

Mi parla di alimentazione. Sta cercando di mangiare più frutta e verdura e ha letto vari consigli da nutrizionisti sul web.

Gli parlo dei "4 bianchi", cioè alimenti che assumiamo pressoché quotidianamente ma che rovinano la nostra salute fisica in silenzio: il sale, lo zucchero, la farina, il latte.

Mi dice che le urine di oggi saranno negative. L'ha usata lunedì scorso perché non è venuto al Servizio e aveva finito il metadone.

Allora gli faccio l'associazione tra "veleni" alimentari ed eroina, che continua ad assumere.

Mi dice che non ha pensato all'eroina in questi termini.

Chiedo quale sia stato, negli ultimi anni, il periodo più lungo di astinenza. Dice una settimana, ma non è una cosa alla quale presta attenzione.

Parliamo allora di impegno, di obiettivi. Senza questi non si può cambiare un comportamento. Senza stimoli o input diversi dal solito, una situazione difficilmente si modifica da sola.

07/09/15

Racconta con entusiasmo e soddisfazione l'ultima settimana di lavoro, dove ha piastrellato il bagno di un vicino di casa. Faticoso, ma un bel lavoro. Gli piace il suo lavoro.

Poi torna a parlare di alimentazione, dicendo che mangia più frutta e verdure, anche cose che fino a qualche anno fa non avrebbe mai mangiato. Sta cercando di modificare alcune abitudini alimentari e sente di star meglio.

Poi mi chiede quali tecniche uso io per rilassarmi. Dormo...

Ha il dubbio se vada bene dormire quando si rilassa. Gli verrebbe da assopirsi durante il Metamorfico e me lo dice. Anche altre volte è successo ma si tratteneva per non mancarci di rispetto. Gli dico che il primo da rispettare è se stesso e gli ricordo quanto detto nei primi incontri: sul lettino, fai quello che ti senti, che va tutto bene.

14/09/15

Ieri sera mi ha avvisato con sms che oggi non viene.

21/09/15

Alla miscela di Fiori che ha finito, composta da BEE, GEN, SBE, WAL, WIL, SCL aggiungo RWA

Lamenta un forte mal di schiena. E una persona rigida.

Hanno rubato ad un conoscente e da lì parte a sparare a zero sui politici ladroni, etc.

Comunque non si preoccupa circa il suo futuro. La dipendenza non è un problema, ha un suo equilibrio.

È contento per la seduta perché ultimamente è stato troppo occupato ed ha trascurato passeggiate e meditazioni.

28/09/15

Ha avvisato che non viene.

05/10/15

In queste due settimane l'ho pensato, come ad una situazione "ferma", un tossico in equilibrio, senza voglia né motivazione per cambiare. Perché continua a venire ai nostri incontri? Oggi pensavo di provocarlo nuovamente sul tema del cambiamento.

Arriva e mi dice che ha avuto la bronchite e sta smettendo di fumare. "Spero di riuscire" dice ed io ribatto "e chi decide, se non tu?". Associa l'eroina a questa sua intenzione e dice che quella è solo una brutta abitudine, che tra eroina e sigarette ha sempre pensato che fosse più difficile smettere con le sigarette.

Mi conferma i suoi cambiamenti alimentari dicendo "più ti liberi, più ti vien voglia di liberarti..."

Gli racconto dei miei pensieri sul suo conto e di come, invece, mi sia reso conto che diversi cambiamenti siano in corso. Commenta che ci sono dei momenti giusti per fare le cose, come la bronchite che gli ha dato l'occasione per smettere di fumare.

Durante il metamorfico accade una cosa strana. Trattando le mani, mi arriva il pensiero che “lo aiuterebbe molto un bacio di sua madre”. Trattando la testa, gli avvicino due dita alla guancia come per mandare un bacio, senza toccarlo. Terminato il Metamorfico, mi chiede se sulla testa gli avessi toccato punti diversi dal solito. Rispondo di no. Racconta di aver “sognato” un bambino nella nostra stanza, con qualcosa in mano (un giocattolo?) e la faccia sorridente, soddisfatto di quello che aveva in mano; stava facendo strani collegamenti...

12/10/15

Va meglio con la bronchite. Da due settimane non fuma, è stupito da sé stesso, non pensava di riuscire, ha più volontà di quello che pensava.

Gli racconto della mia esperienza nel fare i compiti con mio figlio, di come dica “impossibile” davanti a 5 pagine da fare, poi nel farle, accompagnato, una per volta, riesce e ne è soddisfatto.

Commentiamo che spesso ci sottovalutiamo e soprattutto ci autolimitiamo!

Durante il metamorfico mi chiede il nome di questo trattamento. Glielo ricordo e gli rispiego a grandi linee come lavora sulla colonna vertebrale, da intendere come un “magazzino” dove si sedimentano le esperienze della gravidanza...

Mi dice che a lui fa bene. Dice che crede di star meglio grazie ai piccoli cambiamenti che sta facendo: questo trattamento, le abitudini alimentari, lo stop al fumo, le passeggiate e le meditazioni.

19/10/15

Nuova miscela Fiori con WAL, WOA, SCL, CRA

All'ingresso dice orgoglioso alla dottoressa che ha smesso di fumare.

Appena sdraiato mi dice che questa cosa gli ha dato forza e nei giorni scorsi pensava anche di smettere con l'eroina, ma avrebbe bisogno di un po' più di decisione...

Gli parlo di WAL legato al cambiamento e di WOA per ri-trovare scopo e centratura.

Mi riporta, come altre volte, di non vivere le sostanze come un problema e quindi fatica a trovare motivazioni e decisione, anche se sempre più spesso pensa che l'eroina non gli serve, che forse non gli serve più, che forse potrebbe farne a meno...

Gli parlo di SCL, dell'indecisione e del conflitto nella scelta tra due cose.

Ora ha smesso di fumare, che gli sembrava una cosa difficilissima. È entrato nell'ottica che sta meglio con una dipendenza in meno. Gli dico che ora è un po' più libero.

Riflette sull'aver smesso di fumare e non se lo spiega ancora, come se l'impulso fosse arrivato "per caso" e lui l'ha colto.

Colgo l'occasione di parlare un po' di questo, delle intuizioni, del "caso", del fatto che l'ispirazione non arriva dalla mente ma da altri territori, che comunque fanno parte di noi e non sono la mente razionale; nessuno gli ha indotto quella decisione.

Parla di pulizia come alternativa alla dipendenza. Usa molto il termine "pulito". Gli parlo di CRA.

Gli faccio vedere le fotografie dei Fiori di cui abbiamo parlato oggi e gli dico il nome italiano. Non l'ho mai visto così curioso come oggi. Dice che c'è tanto sui Fiori anche sul web e ne ha sentito parlare anche in radio.

26/10/15

Oggi gli mostro un video sulla gravidanza.

Commenta "ma come fa a vivere nell'acqua?" Lui ha timore dell'acqua.

Anche ieri ha visto la madre. Dice che è meglio non avere una mamma piuttosto che averla "farlocca". Uno fa i conti con l'assenza, invece di averla e vederla solo una volta l'anno...

Poi sdraiato, ricevendo il metamorfico, chiede "ma dici che se i genitori hanno discussioni e litigi, il bambino sente?". Poi mi racconta di alcuni episodi violenti vissuti in famiglia quando era bambino: chitarra in testa, lancio di un coltello, compito classe calpestato...

Riflette sul fatto che non ricorda nulla del periodo fino a circa 5 anni. Gli dico che comunque resta tutto registrato.

Nonostante i discorsi degli ultimi incontri sulla volontà e gli obiettivi, oggi non gli chiedo nulla in merito. Già rialzato, è lui che dice "resta ancora quel tirettino ogni tanto da togliere...". Gli dà sempre più fastidio questa cosa e ne vede sempre meno l'utilità. In passato aveva usato anche la cocaina per qualche mese, ma poi aveva smesso per la stessa sensazione che ora avverte con l'eroina.

02/11/15

All'arrivo, come spesso accade, mi inonda di racconti circa i trascorsi della settimana.

Poi con il metamorfico si tranquillizza.

Parliamo di visione futura, di immaginarsi lui senza eroina e senza metadone. Dice che non lo si può prendere per tutta la vita, ma poi cambia discorso dicendo che non vuole pensare troppo in là.

09/11/15

Racconta di aver visto Berlusconi in tv e di aver commentato con la moglie come recitasse bene.

Mi aggancio dicendo che "tutti facciamo la nostra parte". Tu che personaggio hai messo in scena? Risponde che a lui non interessa molto di sé stesso... "se mi dicessero che ho un anno di vita, mi piacerebbe ma cercherei di consolidare la situazione per mia moglie".

Poi torna a dire che quando stava via da casa non usava, ma poi tornava in Valle e via...

Gli chiedo cosa ci fosse di così importante in Valle da dover sempre tornare.

"Sicuramente non mia madre" risponde deciso. "C'era la casa".

Perché non tua madre? Ribatto. Commenta il fatto che vivano a poca distanza ma da anni non si rivolgano la parola con un "così vicini, così lontani...".

Poi parla di eccessi d'ira che aveva da bambino, che non si è mai spiegato.

Dico che io, fossi stato un bambino senza padre e con la madre lontana, sarei stato molto incazzato! E commento che tuttavia al bambino, che ha bisogno dell'accettazione e dell'approvazione degli adulti, non è permesso essere arrabbiato o essere cattivo; poi ogni tanto questa rabbia deve uscire...

Dice "da qualche parte l'affetto bisogna pur trovarlo... e poi che anche oggi, le piccole e grandi ingiustizie lo fanno infuriare.

Gli dico se crede che per un bambino, il rimanere senza genitori sia un'ingiustizia. Svicola...

Riprovo e dice di sì, che da bambino ha vissuto una profonda ingiustizia.

Poi "gioco" un po' sul finale del "film", chiedendogli se questo non parlarsi con la madre lo vogliono portare nella tomba. Ribadisce che la responsabilità di questa situazione è della madre.

Sento che il tema è "caldo" ma capisco anche di poterci lavorare ancora un po'.

Gli chiedo di immaginare cosa potrebbe succedere se lui andasse a trovarla. Rifiuta l'idea trincerandosi dietro un "direbbe qualcosa per evitare l'incontro". Ribalto: se fosse lei a venire da lui? Rifiuto ancora maggiore. Impossibile, dice, sarebbe come un matto che rinsavisce...

Da quanto emerso mi segno i Fiori HON per il distacco e WIL per il senso di ingiustizia.

16/11/15

Resto agganciato al tema della mamma e gli mostro un video dove si finge la ricerca di una figura professionale descrivendo tutte le caratteristiche e gli impegni di una mamma, facendone un ritratto commovente per l'abnegazione e l'amore che ne traspare.

Alla fine commenta: "ce n'era una batocca e l'ho presa io..."

Parliamo per tutto il tempo solo di sua madre. È la prima volta che succede.

Quando era morta la nonna e la fidanzata era andata all'estero si era sentito molto solo e da lì cominciò la sua esperienza con la droga.

Racconta che anche con una psicologa, tempo prima, avevano già fatto questa associazione e lui ne era consapevole, ma all'epoca addirittura difendeva la madre dicendo che "lei non è un problema".

Gli racconto di alcuni episodi della mia vita quando anche a me era successo di non parlare per un certo periodo con alcune persone.

Poi ancora: "ma la situazione di gelo con tua madre ed il tuo usare l'eroina, vuoi portarle nella tomba?".

Gli dà molto fastidio la sua parte di carattere che ha preso dalla madre, la cocciutaggine.

Da quanto emerso penso al Fiore CHB, utile per chi continua a ripetere gli stessi errori e fatica ad integrare le esperienze.

23/11/15

Riprendo dall'altra volta: "cosa ti dà fastidio di te, che hai preso da tua madre".

Risponde: "no, perché non è giornata..." e parla della gamba che lo infastidisce, della moglie, del cane... e tuttavia oggi tende a fare il "buonista", a giustificare tutto dicendo che lui vuole solo star bene con tutti...

Mi arriva molto AGR per la sensazione che rifugga il conflitto e per la ricerca di sensazioni forti legate all'eroina. HON per il forte legame che ha con il suo passato, ancora molto presente e condizionante. SCL per l'altalena verso la sostanza.

30/11/15

Oggi metamorfico più silenzioso e meditativo.

Fa solo due interventi durante tutto il trattamento, uno per dire che questa settimana è passata bene, l'altro commentando che la vita è proprio un mistero. Cos'è la vita? Cos'è che oltre ai muscoli, al sangue, alle ossa, ci fa andare avanti? Meglio non pensarci troppo altrimenti si rischia di andare fuori di testa.

Mi limito ad un breve gioco di parole, dicendo che forse, per avvicinarsi a questo mistero, forse dobbiamo proprio uscire un po' dalla testa...

Quando passo dal piede destro al sinistro mi dice di sentire un flusso di energia che faceva il giro del corpo, salendo a destra e scendendo a sinistra. Anche quando tratto la testa e tengo il dito sulla fronte dice di sentire un forte calore. Era da tempo che non parlava di questa energia che sente.

Poi mi chiede se può succedere che lui "mi prenda" energia, in questo come in altri trattamenti. Non rispondo. O forse, aggiunge, chi tratta fa da passaggio ad una certa energia... Mi saluta dicendo che in questi giorni sta prendendo i Fiori con più frequenza e regolarità.

14/12/15

Nuova miscela di Fiori con AGR, HON, SBE, CHP, HOL

Oggi partiamo soft, senza provocazioni o stimoli particolari. Gli chiedo un feedback dopo oltre un anno che ci vediamo e dice che in generale lo considera un anno positivo, dove i nostri incontri e altre cose gli hanno fatto bene.

Poi sprofondiamo nel metamorfico...

Quando, fatti i piedi, passo alla mano dice: certo che è difficile gestire quello che hai dentro. Approfondisco e si riferisce soprattutto a scatti d'ira, ad episodi quando ti sale una rabbia incontrollabile.

Mi sento "nudo", è come se mi avesse visto ieri, con i miei figli, quando sono sbottato...

Gli dico che succede anche a me di avere certi episodi.

Dice che forse sono anche cose che "ci passano" gli antenati.

Strano che usi questi termini ed io sono sbigottito, visto che proprio sabato ho partecipato per la prima volta ad una costellazione familiare...

Ed io; “credo comunque che l’atteggiamento migliore non sia quello di evitarli, di nasconderli, ma lavorare per trasformarli”.

28/12/15

Siamo fine anno e lo porto a riflettere sull’opportunità di fare un proposito per il nuovo anno. Non ha dubbi: “smettere di fare il birichino”, come gli ha appena detto l’infermiere all’urina positiva...

Dice che sarebbe più facile di smettere di fumare, che l’ha fatto, ma se non l’ha ancora fatto però, forse non è così facile. Gli dà fastidio l’approssimazione con la quale affronta questa tematica. Gli manca quella decisione e determinazione.

Fa qualche tiro ogni tanto, con amici di vecchia data che intende continuare a frequentare... al limite qualcuno lo prenderà in giro dicendo: “el barba ghà decidit de fa ‘l brao”.

Riflettiamo su cosa significhi per lui “fare il bravo”. Conclude dicendo che sa di stare meglio quando non usa l’eroina, anche perché abbinata al metadone l’effetto è scarso... ha un po' di nostalgia di quando “era buona” e “lo faceva star bene”...

Forse gli serviva per compensare qualcosa che ora ha sistemato; ora non gli serve più, tranne che per piccole sciocchezze. Meglio metterci un coperchio sul passato.

Lo invito a lasciare dei buchi sul coperchio, per far eventualmente uscire le piccole sciocchezze, ma con l’atteggiamento del “me ne occupo io” invece di delegarle all’eroina.

Nell’ultimo periodo non ha mai fatto tre settimane consecutive senza droga. Vediamo come va...

Poi dice che un po' gli dispiacerebbe anche abbandonarla, dopo che l’ha accompagnato per quarant’anni...

Concordo sul fatto che lui ora cerca un nuovo equilibrio e si interessa di più alla propria salute; l’eroina non c’entra più nulla e diventa sempre più un fastidio.

Lui non vede particolari ostacoli, solo la sua poca determinazione.

Riflessioni su prossima miscela di Fiori: HON, WAL, SCL, SBE

04/01/16

Nell'entrare mi dice subito che ieri un suo amico aveva la roba e nonostante gli avesse spiegato la sua decisione, "ha fatto finta" facendo un mezzo tiro, andando poi subito in bagno a soffiarsi il naso. Dice che ha fatto un compromesso. Un po' gli dispiace per come ha agito, ma si sente forte nel proseguire nella sua scelta

11/01/16

Avvisa che oggi non viene.

18/01/16

Non chiedo nulla. Mi dice subito che ieri sera ha avuto la tentazione ma ha resistito. Le urine saranno negative.

Oggi metamorfico tranquillo.

25/01/16

Entra e dice che lunedì scorso era negativo. Gli chiedo di oggi. Oggi no.

Parliamo della volontà, che a volte non è sufficiente. Cita alcune frasi famose ma cerco di "riportarlo a sé stesso". Mi dice che già a vent'anni, quando si rese conto di essere "intrappolato", parlò con un medico che gli disse: "non smetti perché c'è una parte di te che non vuole"

Gli dico che lo vedo come una persona curiosa e coraggiosa. Ha voglia di capire, vedere, conoscere quella parte di sé che non vuole smettere? Dice di sì, ma allo stesso tempo si perde in altri discorsi.

Alla fine dell'incontro gli do un compito: dare forma, come vuole, con un disegno o altro, a quel Simone, a quella parte di lui che non vuole smettere. Nel salutarmi mi chiede: cos'è che devo disegnare?

01/02/16

Oggi è scarico, non è stato bene in questi giorni, ha mal di testa. Tuttavia è molto eccitato per aver fatto il disegno, che mostra orgoglioso alle operatrici del Servizio, dicendo però che non sa bene cosa rappresenti...

Gli avevo dato il compito del disegno con l'idea di farlo indagare circa la propria ombra...

Ieri sera mi scrive dicendo che non ha finito il disegno, se voglio che lo porti lo stesso. Come preferisce, lo vedo volentieri anche se non è finito. Stamattina non sta bene ma viene ugualmente, anche se ha pensato di non venire.

Aggiungo io, ma come faceva con il disegno, che appena arrivato ha mostrato orgoglioso a tutti?

Quanto bisogno di accettazione e di affetto che ha!

Durante il metamorfico parliamo del fatto che frequentando i suoi amici che usano l'eroina è più facile che la usi anche lui. Gli chiedo come sarebbe se per due/tre settimane andasse via. Risponde subito che non la userebbe. Gli chiedo quando si è allontanato dal paesello per andare in vacanza l'ultima volta. Dieci anni fa. Mai con la moglie. Gli suggerisco che potrebbe farsi questo bel regalo...

Alla fine del trattamento dice di star meglio e che non ha più il mal di testa.

08/02/16

Nuova miscela di Fiori con: HON, WAL, SCL, SBE, CER

Oggi le urine sono negative. Ha avuto anche l'occasione di una cena tra amici dove avrebbe potuto averla anche gratis, ma non si è nemmeno posto il problema: no e basta.

Oggi è curioso di Bach. Mi chiede come avesse scoperto i Fiori e gli racconto un po' della sua vita.

22/02/16

Lo rivedo dopo due settimane. Lunedì scorso era positivo, oggi negativo. Non ha ancora fatto due settimane consecutive di astinenza dall'eroina.

Oggi non ha preso il metadone prima di fare il metamorfico con me e dice di essersi sentito bene, bello rilassato, come se l'avesse gustato di più. Ha provato sensazioni che altre volte attribuiva al metadone appena ingerito.

Mi chiede quanto tempo continuerò al Servizio con questi incontri. Mi fermo fino a fine anno e gli chiedo se vedrò le tre volte consecutive... Risponde affermativo, anche prima dell'estate...

È stufo anche di prendere sempre il metadone.

Aggiungo CHB alla miscela che sta prendendo.

29/02/16

Avvisa che non viene. A mia volta lo avviso che non ci sarò settimana prossima.

14/03/16

Ieri sera mi chiama per assicurarsi che oggi sarei stato presente. Mi anticipa al telefono che è riuscito per due volte consecutive ad avere le urine negative.

Arrivato mi dice ancora, orgoglioso, quanto anticipato al telefono. E poi? Poi è tornata la brutta abitudine ed oggi è positivo.

Gli dico che mi sembra in fase di esperimenti, tentativi. Credo che se decida veramente e in profondità, ci riesca.

Vuole anche diminuire il metadone. Gradualmente, dopo un po' di negativi, ne parli e possono scalare le dosi.

Lo invito ad immaginarsi completamente “pulito”. Dice ancora che una parte di lui non sarebbe contenta... è la parte vecchia!

Visto che settimana scorsa bruciavano la vecchia, gli dico di fare un pupazzetto con un legnetto, paglia e stoffa e poi bruciarlo.

21/03/16

Nuova miscela con i Fiori HON, WAL, SCL, SBE, CER, CHB, WCH, CHP

11/04/16

Parliamo dell'albero genealogico e mi dice di sentirsi come “legato al passato”, a certi piaceri e situazioni. Poi, senza sostanze, si è più lucidi ed emergono alcuni fantasmi, che invece con l'intorpidimento della droga si allontanano.

Sta provando autonomamente a ridurre il metadone.

18/04/16

Nuova miscela con i Fiori HON, WAL, SBE, PIN, AGR, SCL, CEN

Bella seduta oggi.

Mi racconta di essersi svegliato con un “malessere” ieri mattina e di aver usato l'eroina per farlo passare, anche se poi sa che non funziona.

Abbiamo provato a dare un nome a questo “malessere” e siamo arrivati a “sconforto”. Parla di una sensazione come di “perdita di sé, perdita di fiducia”.

Si è messo a leggere gli aforismi che lui tanto ama e nel corso della giornata, piano piano, ha ritrovato una certa serenità.

Parliamo metaforicamente del “bidone della spazzatura”, identificando l’eroina come il coperchio, oppure il lucchetto. Dice di voler vedere cosa c’è dentro. Tempo fa, assolutamente no, nascondeva. Chiedo di cosa ha timore, nel bidone. Fatica a parlare in prima persona e dice “credo che tutti, forse anche io...” per poi arrivare a pronunciare “solitudine” e “abbandono”. Termina l’incontro dicendo che sta pensando seriamente di andar via un mese o due.

02/05/16

Sabato ha usato. Continua a dire che più usa e più si rende conto che “non serve”. Fatico a credergli.

Riporta sempre la questione sul piano del conflitto, della battaglia, ma sappiamo bene che in questo modo non facciamo altro che dare energia alla situazione.

Stiamo un po' su questo tema e arriviamo a dire che bisogna “superare” questa dualità.

09/05/16

Nuova miscela con i Fiori HON, WAL, SBE, PIN, AGR, SCL, SCH

Oggi esordisce con un “brutta settimana l’ultima...”. Poi mi spiega che ha avuto ancora quel malessere di cui parlavamo, inoltre due giorni ha avuto una forte sinusite e “ha usato consapevolmente” l’eroina per farla passare e stare meglio.

Si dice ancora convinto di riuscire a stare senza tre settimane consecutive, è solo questione di tempo.

Ora sta pensando anche di andare dalla psicologa del Servizio, per fare un po' di chiarezza

16/05/16

Avvisa che oggi non viene. Gli ho scritto per chiedere come fosse andata la settimana, se meglio della precedente. Risponde “assolutamente sì”.

23/05/16

Nel togliersi le calze prima di salire sul lettino mi fa notare come siano ben curati i suoi piedi. Istintivamente dico: solo quelli?

Dice che risulterà positivo. In settimana non stava troppo bene e “l’ha usata come antidolorifico”. Gli dico chiaramente che mi sembra si stia prendendo in giro.

Quando arrivo a trattare le mani con il metamorfico gli ripeto “forse non è più il tempo di prendersi in giro”.

Scrivo sull’etichetta dei Fiori “basta prendersi in giro”.

Alla fine dice nuovamente che il periodo più bello della sua vita sia stato dopo San Patrignano, quando per un po’ non ha usato droghe. E rispetto al “prendersi in giro” con il quale l’ho provocato più volte dice: forse c’è qualcosa sotto che non ho ancora capito o che non voglio vedere.

30/05/16

Lo vedo bene oggi. È negativo e dice di star meglio.

Nel venire al Servizio, pensava se il mondo arriverà all’anno 2100, visti gli squilibri esistenti. Gli dico che l’unica cosa che può fare per il mondo è trovare il suo equilibrio.

06/06/16

Avvisa che non viene per problemi di lavoro

13/06/16

Facciamo insieme la mappa delle relazioni (genogramma) ma fatica a stare sul pezzo, come quando gli propongo la “ruota piacere/dolore”.

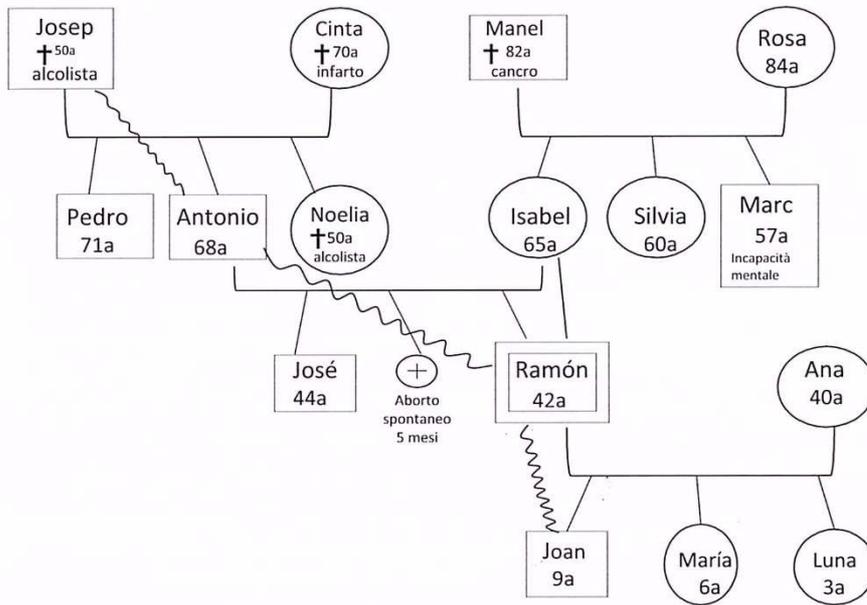
Ripasso con lui in rassegna tutti i Fiori presenti nella miscela e li conferma tutti, commentando su SBE di “voler dimenticare, di lasciare stare i traumi”, aggiungendo che anche Renato Zero in una canzone diceva che “il drogato è un malato di nostalgia”.

Continua ad avere le urine positive.

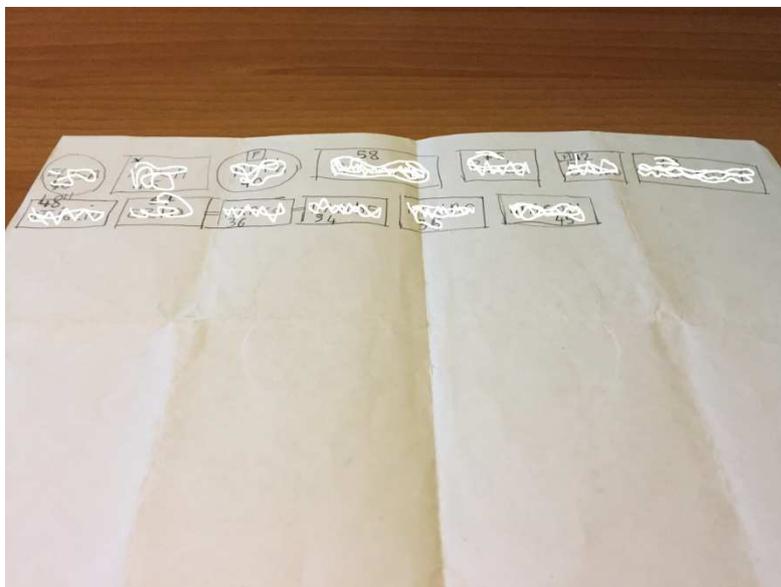
Nel tempo ho valutato la possibilità di utilizzare strumenti come il “genogramma” per ampliare la prospettiva e per affrontare la sua situazione da un punto di vista sistemico, ma mi sono trovato davanti ad ostacoli cognitivi e “di presenza” che non mi hanno permesso di sviluppare questo tipo di lavoro.

Riporto un esempio di “genogramma” ben compilato:

Genogramma di Ramon



E di seguito il tentativo di “genogramma” compilato insieme a Simone:



Nota: I nomi sono stati nascosti per motivi di privacy.

20/06/16

All'inizio parliamo delle urine ma non voglio mettergli pressione su questa cosa. Oggi è negativo.

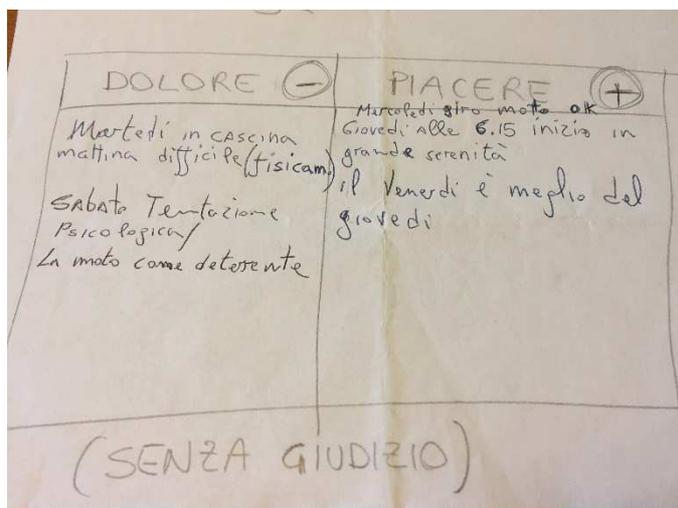
Mi ha portato il foglio dove ha scritto qualcosa circa piacere e dolore ma fatica ad entrare, ad approfondire questi temi.

Racconta ancora di come e perché avesse iniziato ad usare l'eroina e gli faccio notare che è successo quasi quarant'anni prima...

Nell'uscire gli cadono i flaconi di metadone e si lamenta di essere intossicato da quello.

Anche al Servizio gli hanno detto che per considerare la diminuzione delle dosi attuali vogliono vedere una certa frequenza di urine negative.

Tornando alla riflessione circa l'uso di alcuni strumenti, riporto il foglio compilato da Simone riflettendo sul dolore/piacere:



27/06/16

Diversamente dal solito, oggi assume il metadone prima del mio trattamento e lo vedo un po' intontito, anche se lui afferma di stare proprio bene oggi.

Poi racconta che è stata una settimana difficile a casa. Vorrebbe trovare un equilibrio dove anche un tiro ogni tanto non sia un problema...

Lo provo chiedendo: se l'eroina non è un problema, qual'è il problema?

Prendendo spunto da un libro di Ricardo Orozco gli dico che il comportamento dipende da due fattori: la volontà e gli affetti. Lo invito a riflettere sulla sua sfera affettiva.

Dice che la moglie è la persona più importante della sua vita. Poi il suo cane, anche se qualche amico gli direbbe di mettere il cane al primo posto visto che è sempre con lui e guarda caso il cane si chiama “Bimbo”...

Lo provoco ancora: da quanti anni c'è il cane? 12. Da quanti anni c'è l'eroina? 40.

Lo porto a considerare l'importanza affettiva dell'eroina nella sua vita e all'inizio ci resta male e quasi irritato mi dice: “non statti dicendo che l'eroina è la cosa più importante per me?”.

Rispondo: condizionante sì.

Al termine del metamorfico mi saluta dicendo “devo cambiare posto, cambiare aria...”

04/07/16

Oggi non chiedo nulla sulle urine e lui non dice nulla. Dice solo che è stata una settimana tranquilla.

Provo a riprendere il discorso del “luogo” con il quale mi aveva salutato la volta scorsa ma dice che ora sta bene anche qui, che avrebbe dovuto pensarci anni fa...

11/07/16

Entra e racconta che quasi gli muore il cane. Si è preoccupato molto, gli è venuta l'ansia e cosa ha pensato per uscire da quello stato? Eroina.

Dice anche che è stata l'ultima volta, che si è trovato davanti qualcosa di sconosciuto...

Facciamo un metamorfico molto silenzioso e rilassato.

Salutandolo, gli faccio l'analogia di Osho quando parla dell'Ego, che non è combattendolo che decade, ma solo osservandolo e prendendo consapevolezza che è la fonte della nostra sofferenza.

25/07/16

Oggi durante il metamorfico mi ricorda di quando gli dissi che i nascituri “scelgono” i loro genitori. Parliamo di reincarnazione e senso della vita.

Gli dico: “forse tu dovevi vivere l'esperienza dell'abbandono”. Non commenta.

Sul senso della vita dice “migliorare, fare del bene” e cita come esempio che spesso prende le verdure dal suo orto e le dona alla vicina anziana, “lei è come mia nonna che non c'è più”.

Prima di uscire dice che non ha voglia di andare a prendere “quello schifo”. Gli dico che c’è un solo modo per non assumere più il metadone ed è quello di non usare più nemmeno l’eroina. Dice di voler ascoltare di più il suo corpo e che, come per le sigarette, è stufo di veleni...

01/08/16

Oggi mi parla di quello stato fastidioso di quando “manca qualcosa”, perché la stai evitando. Quando togli qualcosa, la prima sensazione è di mancanza, che puoi riempire con la cosa stessa, con altro di piacevole o di altrettanto nocivo.

Poi arriva il momento della critica. Ma come fanno quelli... etc. etc.

Gli dico che gli fanno da specchio, che le cose che ci danno fastidio sono le tematiche sulle quali dovremmo lavorare. “Ma io non tratto male gli altri”, dice. “Tratti male te stesso” rispondo. “Ma è meglio trattare male sé stessi e trattare bene gli altri” aggiunge. “Chi tratta male gli altri non tratta bene nemmeno sé stesso” concludo.

05/09/16

Avvisa che non viene.

12/09/16

Nuova miscela con i Fiori AGR, CHB, CLE, OLI, HOR, CRA

Oggi è negativo ma non sta bene. È irrequieto e scarico. E stato un po' malato per tutto il mese, dove ha usato, ma è stufo...

Gli dico chiaramente che non vedo tutta questa voglia di smettere e lui commenta solo che “farlo senza fatica non è possibile”.

19/09/16

Arriva un po' in ritardo; mi dice che ha scoperto la causa del suo malessere... aveva smesso di prendere le pastiglie della pressione.

Prima del trattamento vediamo insieme due video, uno di Salgado che fotografa una miniera a cielo aperto in Brasile dove si lavora in condizioni assurde; l’altro sul famoso gesto dell’uomo che, durante la rivolta di Piazza Tien An Men in Cina, si ferma davanti alla colonna di

carrarmati non volendo lasciarli passare. Non dice nulla... Si sdraia e ricorda come lunedì scorso avesse fatto fatica a rilassarsi...

Dopo un po' gli chiedo: dove sei?

Sullo spunto dei video visti, sei in quel buco, schiavo dell'oro o sei fermo in piedi di fronte al carrarmato?

Dico di pensarci, di rispondere più tardi.

Trattamento tutto in silenzio. Si rilassa.

Verso la fine chiedo ancora: dove sei? Mi dice che è stato talmente bene e rilassato che non ci ha più pensato...

Poi dice: certo che l'eroina è un bel problema...

Poi parla di salute, della pressione, che quando non stai bene non riesci a fare quello che vorresti...

Gli chiedo se eroina e metadone non gli diano fastidio. A una parte di me sì, all'altra no.

Dove sei? Sei nel buco o di fronte al carrarmato? Lui era là perché ci credeva!

Vero. E tu, in cosa credi?

Dice che probabilmente la volontà non basta perché c'è ancora qualcosa di vecchio da risolvere...

Con la mano sulla sua spalla faccio il gesto e gli dico: c'è ancora polvere da tirar via...

26/09/16

Avvisa che non viene

03/10/16

Qualche giorno fa pensavo a lui, a quanto deve essere profonda la sua ferita... pensavo di rimmetterlo un po' di fronte a sé con "le due sedie", senza fare il metamorfico per questa volta.

Lo faccio sedere e dice che ha parlato con il medico mentre aspettava, che pensava di incontrare la psicologa, perché "noi tossici abbiamo qualcosa che si è fermato".

Concordo e condivido. Gli dico che è come se ci fosse un bel ruscello di montagna che scorre, e in mezzo una grossa pietra; il mio lavoro sia con il massaggio che con i fiori è quello di smuovere un po' la terra intorno a questa pietra...

Dice che ora le cose importanti sono altre e torna a parlarmi dei suoi malesseri, della pressione, della paura dell'astinenza, che ieri sera ha fatto una riga ed è passato tutto.



Su Facebook lui scrive “frasi sagge” a firma Peter. Lui seduto su una sedia è Peter e di fronte a se, sull'altra sedia dico di immaginare Simone. Lo riporto al momento e invito Peter a dire quello che si sente. Parte subito forte, chiedendo a Simone: ma se tu non avessi tutti questi malanni, smetteresti? Dice che non c'è risposta.

Ultimamente gli vengono in mente episodi di sofferenza della sua infanzia e non si spiega il motivo. Aveva 5 anni e la mamma va a fare una passeggiata nel bosco con un'amica. Voleva andare anche lui ma la mamma l'ha rifiutato; non l'ha voluto. Quanto ci sono rimasto male quella volta...

Cambio scenario e gli dico: sulla sedia davanti a te hai tua madre, dille quanto ci sei rimasto male quella volta. No, no, mia madre no, non voglio parlarci... non ho niente con lei, non voglio portare rancore, sono cose passate, ce ne sono stati diversi di episodi come questo, ma non bisogna tornare indietro, non c'è cura per queste cose...

Per queste cose non si tratta di cura, si tratta di “prendersi cura”. Prendersi cura di quel bambino di 5 anni che ha sofferto, si è sentito rifiutato... prendo la coperta, la avvolgo e glie la metto in braccio, invitando il Simone adulto a prendersi cura di quel bambino, abbracciarlo, coccolarlo...

Fa fatica, dice che si prende cura degli altri, che aiutare gli altri è come aiutare sè stessi (frase fatta). Gli faccio chiudere gli occhi, gli dico di stare per qualche minuto con in braccio quel bambino, il suo bambino.

Lo coccola impacciato e poi inizia a parlargli. Una frase: “è come amare una donna che non ti vuole”. E conclude con “chi ti rifiuta significa che non ti merita”.

Lo saluto dicendo che anche a casa, se gli venisse di farlo, può prendere un cuscino o una coperta a mò di bambino e cullarlo, coccolarlo.

10/10/16

Manda sms che non può venire e scrive “io cercherò di proteggere il mio picini”

17/10/16

Avvisa che non viene

24/10/16

Nuova miscela con i Fiori AGR, CER, HON, RRO, SBE, WAL

Dice che ieri sera si è risolta una questione di lavoro che tra soldi ed eroina lo tenevano un po' in ansia e per festeggiare ha fatto un tiro...

Metamorfico tranquillo. Io non parlo. Al cambio piede mi dice di dire se ho qualcosa...

Sono due anni che ci vediamo e ogni volta che ci siamo avvicinati alla sua sofferenza profonda, si è tirato indietro. Dice che ricordare episodi come successo l'ultima volta lo fa star male. È consapevole che ha compensato con l'eroina. C'è la possibilità che ci sia un modo “meno tossico” per compensare? Forse la questione da compensare deve essere rivista, presa in considerazione e questo sicuramente è un momento di sofferenza...

Dico che ora sta bene e dopo eri sera può fare qualcosa. Gli chiedo se è pronto per fare due o tre settimane consecutive senza usare l'eroina. Dice di sì e poi chiede: “chi ci crede di più tra noi due?”.

07/11/16

Riporta ancora il solito “giochino”: settimana con vari acciacchi, stavolta un’infezione per una puntura d’insetto, e via con l’eroina per sistemare la cosa...

Durante il metamorfico oggi è molto “distratto”, mi parla di cose lontane, degli ebrei... poi mi chiede come stanno i miei figli... poi afferma che è difficile resistere alle tentazioni... poi altre chiacchiere “fuori tema” che accolgo comunque. Oggi va così.

14/11/16

Avvisa che non viene perché va a prendere la moglie in aeroporto di ritorno dall’Asia.

21/11/16

Aveva l’influenza senza febbre ed era molto irritabile. Un colpetto e tutto è passato, anche se poi si sentiva stupido ad averlo fatto. Niente di nuovo sotto il sole...

28/11/16

Oggi facciamo un po' di brain-storming utilizzando le carte dei Fiori di Bach. Sono dei cartoncini con colori diversi, che riportano una qualità dell’anima ed ogni carta è associata ad un Fiore. Sceglie:

VIN – Servizio, MIM – Coraggio, RCH – Ottimismo, CEN – Volontà, WCH – Silenzio, HOL – Amore, WVI – Umiltà.

05/12/16

Siamo quasi alla fine dei nostri incontri così, iniziando il metamorfico, gli chiedo di riflettere, di fare una valutazione sulla sua esperienza di dipendenza e sul significato/scopo della sua vita. Alla fine mi dice di aver avuto come un flash, di essersi visto dall’alto.

12/12/16

Nuova miscela con i Fiori AGR, CER, HON, RRO, SBE, WIL, CHB

Arriva in ritardo perché ha parlato con l’educatrice professionale. Continuerà gli incontri con lei dopo che io terminerò la mia esperienza a fine anno.

Gli chiedo cosa si porta a casa da quest’esperienza. Risponde che usare l’eroina è la conseguenza di qualcosa che non ha ancora del tutto compreso.

19/12/16

Ultimo incontro. Siamo ai saluti. Ha ricevuto una lettera di affidamento in prova ai Servizi Sociali per una vicenda di sei anni fa. Dice che forse, con un controllo più stretto e con l'obbligo riuscirà a fare un periodo "pulito".

Ripensando a questi due anni, mi dice che la cosa che l'ha colpito di più, che più gli è rimasta nel cuore è stato quando gli ho fatto cullare il suo bambino. Prendo la coperta, metto la musica di una ninna nanna e chiedo di farlo ancora. Passa dieci minuti così, ad occhi chiusi, a cullarsi.

Sull'ultimo bocchetto di Fiori scrivo "culla il tuo bambino".

CAPITOLO 6

L'APPROCCIO TERAPEUTICO

Oltre ad aver già accennato al mio approccio a questa esperienza nell'introduzione, credo emerga dalla lettura della storia con Simone – ma anche le altre relazioni d'aiuto all'interno del Servizio si sono sviluppate allo stesso modo – quanto io sia stato più attento a sviluppare un rapporto empatico più che a stilare protocolli, immaginare formule di Fiori di Bach adatte alla problematica delle dipendenze, creare un “percorso di cura” adatto ai casi che ho trattato. Soprattutto, come già detto, a causa delle limitazioni insite nella mia collaborazione, ma anche perché quello è il territorio che più di ogni altro mi interessa esplorare e dove credo siano presenti, ma ancora nascoste, molte possibilità di aiuto pratico e concreto al paziente, al di là delle tecniche e delle discipline.

Una volta iniziata la relazione con gli utenti del Servizio, anche io per certi versi sono caduto nell'errore di “voler capire”, ma mai come in questa esperienza ho vissuto profondamente quanto affermato più volte da Ricardo Orozco nei suoi corsi, citando la sua collega Carmen Rosety: “Il cliente non è un enigma da sciogliere”.

“Capire” è innanzitutto con la mente, mentre spesso dobbiamo fermarci e “rispettare il mistero”. Noi forse possiamo vedere dei pezzi del “disegno” del paziente, intuirne i contorni – che in ogni caso restano filtrati dalla nostra esperienza – ma quello che mi è venuto da fare in questa esperienza è stato “accompagnare, rispettando il mistero”.

Accompagnare quindi, con presenza, in un percorso di consapevolezza che per certi versi è ignoto e si dipana, forse, piano piano, ed accogliere quello che arriva, se e quando arriva. Creare uno spazio di presenza e di accoglienza dove la persona possa esprimere il suo vissuto, il suo dolore e le sue sofferenze, in modo che lui per primo possa accoglierle, che è anche l'unica modalità per “scioglierle”.

Noi non sappiamo perché quest'anima si è incarnata; spesso e volentieri non lo sa nemmeno la persona. Questa consapevolezza mi è stata chiara, come accennavo nell'introduzione, di fronte alla morte di mia suocera, che “ha vissuto la sua vita” ma non aveva strumenti di lavoro interiore, non aveva una gran consapevolezza circa lo scopo della sua vita.

Siamo qui per evolvere ed evolviamo comunque. Siamo qui per fare l'esperienza di cui abbiamo bisogno e questo apre a prospettive che per la mente razionale sono inquietanti, perché non è assurdo considerare che una persona debba sperimentare, ad esempio, l'odio oppure la violenza, e quella sarà la sua esperienza, che tuttavia facilmente si scontra con l'etica e la morale comune... Ma di questo parlerò più avanti relativamente al karma.

E questo ovviamente ci porta a riflettere sul giudizio. Per quanto detto, l'approccio dovrebbe essere "senza giudizio", o quanto meno "in sospensione di giudizio", e questo tema non riguarda solo l'atteggiamento verso il paziente, ma prima ancora verso sé stessi. E qui cito Arthur Schopenhauer: *"Essere consapevoli di ciò che si prova dentro di sé, senza sentirsi sbagliati, è il passo fondamentale per essere padroni di sé stessi"*

addirittura arrivo a dire che, se giudico me stesso, non posso non giudicare gli altri. Credo che questo tema sia così profondo e delicato che meriti qualche riflessione, infatti non penso che "l'attività di giudicare o meno" sia relegabile alla semplice attività mentale, ad una decisione di farlo o smettere di farlo. Ritengo che sia un'attitudine più legata alla consapevolezza, al piano del cuore che non al piano della volontà e della mente. Per farmi capire racconto brevemente di come ho smesso di mangiare carne: ho sentito una persona dire che non mangiava carne di esseri viventi che avessero gli occhi. Quelle parole mi sono arrivate dritte al cuore, tum, e le ho riconosciute come vere per me, tanto che da quel momento non ho più mangiato carne di esseri viventi che avessero gli occhi. Soprattutto, e qui mi ricollego al discorso del non giudizio, ho notato di averlo fatto senza sforzo, in un certo senso senza nemmeno averlo deciso. Non mi sono imposto di diventare vegetariano per nobili ragioni etiche o altro, peraltro condivisibili e che rispetto. È come se la mia consapevolezza, in quel momento, avesse fatto un clic; mi è arrivata un'informazione che ho riconosciuto come verità e l'ho attuata. E chissà quante volte prima avessi già affrontato e il tema, ma solo in quel momento, da quel momento in poi, quella dimensione è diventata vera per me.

Credo che con il non giudizio accada qualcosa di simile. Più o meno inconsciamente continuiamo a giudicare finché arriva un momento in cui, clic, smettiamo di farlo, sia con noi stessi che con gli altri.

Credo che questo clic possa essere quello che viene definito "salto evolutivo" o "salto vibrazionale".

Ho parlato di “presenza” e questa non può derivare che da un lavoro su sé stessi (accogliere sé stessi prima di poter accogliere l’altro ed aiutare l’altro ad accogliere sé stesso). A questo riguardo non ho mai proposto a nessuno qualcosa che non avessi sperimentato io per primo e, sottinteso ma lo dico lo stesso, qualcosa di cui non avessi tratto beneficio.

Prima ho scritto anche “quando e se arriva...” e con questo voglio sottolineare l’importanza, nonostante le nostre aspettative, di rispettare i tempi della persona. Rispettare i suoi tempi, ma anche le sue modalità, le sue decisioni e tutti quelli che possono essere i suoi riferimenti, anche e soprattutto se non corrispondono ai nostri.

CAPITOLO 7

DAL KARMA ALL'ASTROLOGIA, DAL METAMORFICO AI FIORI DI BACH

Scrive Tiziano Terzani in “Un altro giro di giostra”:

“Sapevo che era una questione di prospettiva. Ogni volta che la visione del mondo si rimpicciolisce, i nostri problemi o i nostri mali ci paiono importantissimi, la nostra morte orribile, impensabile. Se la visione si allarga e si riesce a vedere il mondo nella sua interezza e magnificenza, il nostro stato, pur penoso che sia, diventa parte di quella vastità, di quell'eterno, naturale arrovellarsi dell'uomo.”

Mi sono fatto spesso questa domanda: Una vita da tossicodipendente è il modo scelto dall'anima per imparare qualcosa o è una deviazione/resistenza al proprio compito? Possono essere entrambe. Certo è che ogni situazione è da valutare con il filtro della consapevolezza della persona, che cambia la prospettiva e l'atteggiamento con il quale si vive una situazione, al di là dei pareri e del giudizio degli altri, compresi quelli del terapeuta. Ed è sempre e solo in base a quello che la persona ci porta che ci dobbiamo muovere, a volte anche con stimoli e provocazioni, ma sempre all'interno della cornice del suo disegno, perché è sempre e solo lui il protagonista della sua vita. È una sua responsabilità della quale noi non possiamo farci carico. Per questo Edward Bach sosteneva che *“Qualsiasi guarigione che non abbia origine in noi è dannosa”*.

Resta il fatto che, parlare dei temi citati nel titolo di questo capitolo, senza averne fatto “esperienza diretta” non ha molto senso, si corre il rischio di scivolare sulla buccia di banana dell'intellettualizzazione, di prendere concetti astratti e di dargli consistenza, farli valere come verità nella propria vita... Sappiamo altresì che i nostri pensieri diventano le nostre convinzioni e, se non stiamo attenti, invece di guidarci nella ricerca possono risultare condizionamenti limitanti.

Bene, dei temi citati nel titolo l'unico di cui non ho fatto diretta esperienza è stato il karma, che conosco esclusivamente dalla notevole letteratura esistente in merito. Letteratura di cui fanno parte anche testi derivati da “canalizzazioni”, citati in bibliografia, sui quali forse si può fare un certo affidamento. Affidamento che per estensione risulta essere un movimento molto vicino all'accoglienza, che può essere definito il tema centrale di questa tesi. E come già

dicevo, “accogliere il mistero” significa anche fidarsi di qualcuno che ci racconta il non conosciuto, per noi che non lo conosciamo direttamente ma che, attraverso la sensibilità e le intuizioni, possiamo “avvicinarci” a certe dimensioni, se non con la comprensione, quantomeno con l’atteggiamento della possibilità...

Una sola sottolineatura relativa al karma: non è una punizione. Questo parte dal presupposto che la coscienza non è mai errata, semmai è insufficiente. Anche per le persone che sembrano le più crudeli, non si tratta di una coscienza errata ma di una coscienza insufficiente, per cui sono trascinate dalle loro motivazioni, dalle loro emozioni, da quello che i maestri chiamano il sentire in senso lato. Il karma dunque non è mai una prova né un castigo, ma costituisce “le regole” della sperimentazione attraverso la quale si evolve per arrivare ad una coscienza completa. In questo senso si può dire che “l’evoluzione è coscienza raggiunta”.

Tra gli altri, del karma ha parlato anche Edward Bach affermando che *“A nessuno di noi è dato più di quello che può realizzare, né ci viene chiesto di fare più di ciò che è in nostro potere”*.

Molti dei miei autori di riferimento parlano di karma e della collegata reincarnazione. Da Bach (ed i vari che lo studiano ed approfondiscono) a Steiner, da Dethlefsen a Dahlke. Già in apertura di capitolo citavo Terzani, ed anche io ho fatto mia questa prospettiva, per il semplice fatto che è più ampia e che aiuta a dare senso all’esperienza terrena, che in ogni caso resta l’unica dimensione della quale interessarci attivamente perché è l’unica nella quale possiamo sperimentare il presente, mentre la viviamo.

Legato al tema del karma e della reincarnazione spendo due parole anche sul tema della morte, o meglio alla paura della morte, che in estrema sintesi credo possa essere ricondotta alla paura di perdersi, di perdere la propria identità, di smettere di esistere... e questa paura non può essere alimentata se non dall’Ego. Dell’Ego parlerò più avanti. Qui mi preme, ancora una volta, ampliare la prospettiva con questo passo del “Cerchio Firenze 77”: *“Voi siete ora nella fase in cui all’egoismo dovete sostituire l’altruismo, e la paura della morte deve essere molto stemperata. Voi sapete e comprendete, infatti, che l’essere non muore mai, e se avete paura della morte è ancora un residuo dell’io che teme questa morte, e in effetti l’unico che muore, che non sopravvive, è proprio l’io personale ed egoistico. Mentre il sentirsi di*

esistere, la coscienza di essere, non muore mai, non viene mai meno. La morte veramente non esiste se non come incessante trasformazione”.

Dal karma passiamo all’Astrologia, o meglio all’Astrologia karmico-evolutiva che insegna Cinzia Persichini Angelo nella nostra scuola. Già dal nome si intuisce come lei affronti il tema dell’evoluzione umana ed in questa consideri anche il karma, comprendendo “da dove veniamo e dove siamo diretti”. Credo che in questo modo il quadro diventi decisamente più affascinante, e di questo ho fatto esperienza diretta perché, prima di utilizzare la “Carta natale” per gli utenti che ho seguito al Servizio, l’avevo fatta fare a me e vi ho trovato talmente tanto senso, tanto significato, tanti stimoli e tante conferme che l’ho vista come uno strumento decisamente interessante per approfondire una relazione d’aiuto.

In due parole, l’astrologia non entra nel merito di come una persona decide della sua vita ma dà chiavi di lettura simbolica per conoscere meglio sé stessi.

Tecnicamente la “Carta natale” è la fotografia della posizione dei pianeti al momento e nel luogo di nascita e la sua lettura aiuta a “dare un senso”, aiuta a leggere il compito che ci siamo dati in questa incarnazione, le risorse che abbiamo a disposizione ed i possibili ostacoli, in modo da prendere consapevolezza circa il proprio cammino. E relativamente alla consapevolezza, aggiungo che leggere la “Carta natale” è come leggere un libro, del quale in un dato momento della nostra vita cogliamo alcune sfumature e, rileggendolo tempo dopo, ci accorgiamo che notiamo altre cose, non perché non fossero già scritte ma perché la nostra sensibilità, la nostra ricettività è cambiata.

Anche per Edward Bach l’evoluzione è lo scopo della nostra incarnazione. Inoltre afferma che *“l’evoluzione avviene in ogni caso, anche senza consapevolezza”*, ma non credo serva evidenziare la differenza tra un’azione (una vita...) fatta consapevolmente da una fatta inconsapevolmente. Anche perché, e qui mi faccio aiutare da Thorwald Dethlefsen, *“L’apprendimento inconsapevole avviene automaticamente, ogni volta che l’uomo trascura di risolvere consapevolmente un problema. L’apprendimento inconsapevole è però legato al dolore. Finché l’uomo è disponibile a porre in discussione vecchi punti di vista e fissazioni, ad apprendere di nuovi, a rischiare nuove esperienze, ad ampliare la propria coscienza in modo da dominare tutti i compiti che il destino gli presenta, non ha bisogno di temere colpi troppo forti del destino o malattie”*.

Consapevolezza significa agire con uno scopo. Ma attenzione, lo scopo non è il nostro piccolo scopo egoico, ma la scelta, come direbbe ancora Dethlefsen, di una stella di seguire la propria orbita. Qual è la mia orbita?

Il lavoro, o meglio l'aiuto dei Fiori è una "spinta dolce". Aiutano a rimettere in comunicazione la personalità con l'Io superiore, aiutano a migliorare o a ripristinare l'ascolto dei dettami della nostra anima, che conosce lo scopo della nostra incarnazione e ce lo sussurra continuamente.

Più concretamente, si tratta di ampliare la coscienza attraverso la trasformazione delle qualità negative in positive, tutte potenzialmente presenti dentro ognuno di noi. Trasformazione che deriva da un'integrazione, cioè riconoscerle come proprie. Integrazione che deriva, ancora una volta dall'accettazione, che è il primo grande scoglio in tutto questo percorso.

Come per l'astrologia i segni zodiacali sono i simboli dei grandi archetipi presenti nell'umanità, lo stesso discorso vale, in ultima analisi, anche per i Fiori di Bach perché gli aspetti sui quali lavorano sono la base dell'esperienza umana.

Il metamorfico è un tocco che trasforma...

Nell'introduzione del libro di Gaston Saint-Pierre citato in bibliografia leggo *"Noi attiriamo l'attenzione verso la sorgente primaria della vita, ed è tutto. L'uso delle mani sui piedi è incidentale ed è l'aspetto simbolico del nostro approccio."*

Non ci sarebbero altre parole da aggiungere e questo è stato l'approccio con il quale ho fatto il metamorfico agli utenti del Servizio. Un approccio di catalizzatore, come lo sono anche i Fiori di Bach, dove ho esercitato la qualità del distacco. Spesso mi sono trovato con le mani che "andavano da sole", soprattutto sui piedi della persona che è la parte del corpo dove ci si sofferma di più, quasi "distratto" da quanto emergeva verbalmente nella comunicazione con loro.

Questa tecnica dunque può essere vista "semplicemente" come intermediaria nella riattivazione dell'energia vitale della persona, volta alla ricerca di armonia ed equilibrio. La forza vitale è una forza naturale e, come tutto in natura, segue la legge della continua trasformazione, del movimento. Anche in questo senso mi collego ancora a Edward Bach quando parla di realizzazione del proprio essere, perché lo scopo della natura, della vita è quello di portare frutto, di realizzarsi nella sua forma.

Da un punto di vista più pratico, noi siamo essenzialmente la coscienza che si sviluppa durante la gestazione e questa tecnica concentra la sua attenzione su questi nove mesi. Ed anche un po' prima per dirla tutta, visto che lavora anche, come nel seme di una pianta, nel cosiddetto *pre-concepimento*, quindi sulle motivazioni all'incarnazione, che comprendono anche varie "interferenze", ma di queste ultime tratterò più avanti.

Da un'idea, con il concepimento avviene una "precipitazione" della materia, da sottile a densa, che genera la vita sulla terra come noi la conosciamo. Noi faticiamo molto a considerare situazioni oltre la materia, lo spazio ed il tempo, ma trovo affascinante la visione secondo la quale, in realtà, non esistono altre dimensioni, spazi, tempi o luoghi dove avvengono le varie cose di cui sentiamo raccontare... tutto è sempre presente contemporaneamente, tutto avviene nello stesso istante, solo che noi, con la nostra attuale percezione "limitata", viviamo solo una parte della realtà...

In questo senso anche il metamorfico può essere considerato un "allentamento della struttura temporale"...

In sintesi, potremmo dire che lo scopo del metamorfico è stimolare la persona a ri-mettersi in movimento e, di conseguenza, a ri-mettersi in discussione, a ri-valutare – anche con un lavoro prettamente inconscio – quei blocchi e quelle interferenze che si sono generate prima dell'incarnazione e durante la gestazione, per scioglierle e trasformarle.

Anche qui, come già detto per i Fiori di Bach, si "guarisce" dall'interno.

Da ultimo, per ricollegare ancora Metamorfico, Astrologia e Fiori, questa tecnica si è ispirata alla Dottrina delle Corrispondenze di Emanuel Swedenborg, secondo la quale "*ogni oggetto naturale corrisponde a un fatto o a un principio spirituale e ne è il simbolo. Si può quindi stabilire uno stretto rapporto tra qualità spirituali e forme materiali, le prime considerate come archetipi delle seconde*".

CAPITOLO 8

RIFLESSIONI SULLA DIPENDENZA

In questa tesi ho trattato nello specifico casi di dipendenza patologica da sostanze, droga e alcool, ma sappiamo bene che ne esistono molte altre forme. Un breve elenco:

- Droghe illegali (es. eroina, cocaina, allucinogeni)
- Droghe legali (es. alcol, nicotina, caffeina, farmaci)
- Cibo (es. anoressia e bulimia)
- Gioco (es. gioco d'azzardo, ludopatie varie)
- Lavoro
- Shopping
- Sesso
- Religione
- Disturbi ossessivo-compulsivi

Dal titolo della tesi si può intuire come io abbia voluto esplorare soprattutto la tematica della ricerca di senso, che a mio parere sta alla base dell'evoluzione umana, anche quando questa si presenta ai nostri occhi in maniera disarmonica.

Non voglio addentrarmi in questa sede sulle cause della dipendenza, che taluni fanno risalire a dolori e traumi irrisolti dell'infanzia; altri invece insistono più su cause biologiche e genetiche come, ad esempio, bassi livelli di alcuni neurotrasmettitori (serotonina, dopamina, endorfine); altri pongono più l'attenzione sugli aspetti psicologici e quelli derivanti dall'educazione. Sicuramente le cause sono molteplici ma credo che alla base di ogni disarmonia ci possa stare sempre una domanda, che apre la strada ad un percorso: sei felice?

Tornando al tema portante, all'inizio di questa tesi citavo Christina Grof dicendo che la dipendenza nasce da un'inquietudine, dal bisogno di dare una risposta al mistero della propria identità, da un bruciante desiderio di completezza. Potremmo arrivare a dire che l'esperienza del dipendente, che in questo caso potremmo meglio definire come "intossicato", è per molti versi l'esasperazione di una sfida che tutti noi affrontiamo.

Curioso come anche Carl Gustav Jung, in una lettera scritta a Bill Wilson, cofondatore dell'Associazione Alcolisti Anonimi, scrivesse: *"In latino alcool si dice spiritus. Dunque, la*

stessa parola viene usata per la più elevata esperienza religiosa e per il più corruttore dei veleni.”

La dipendenza è l'espressione di un attaccamento. Tutti gli attaccamenti hanno il potenziale per diventare dipendenze, ma non tutti lo diventano. La dipendenza è una forma estrema di attaccamento, è quando ne perdiamo il controllo. Gli attaccamenti fanno parte della vita mentre una grave dipendenza diventa una minaccia per la vita.

Ragionando sulla dipendenza non si può non considerare la capacità di lasciar andare. Anche qui, l'esperienza della dipendenza può essere vista come la forma estrema di una situazione umana quando ci aggrappiamo ai ruoli, alle relazioni, al lavoro e al possesso materiale. Lasciar andare significa cambiamento, movimento, e spesso abbiamo paura di cambiare, abbiamo paura di perdere il controllo del nostro sistema di credenze del quale abbiamo fiducia. In realtà, l'unico fatto dal quale possiamo dipendere è proprio il cambiamento.

Consideriamo anche il fatto che abbandonare una dipendenza lascia un grande vuoto, prima occupato da tutte le attività ed i pensieri volti a soddisfarla. Per questo motivo spesso è facile passare da una forma di dipendenza ad un'altra.

Inoltre, il dipendente sa che quella sostanza o quel comportamento non lo possono appagare completamente, ma la dipendenza non si basa su una logica razionale ma su una logica emotiva.

Un'altra riflessione è relativa alle “distrazioni”, cioè a tutto ciò che ci distoglie dal nostro scopo: evolvere. Aggiungo, il più consapevolmente possibile. Almeno in occidente viviamo in una società carica di stimoli che ci invita continuamente a cercare “la nostra realizzazione” fuori da noi stessi, attraverso le mille e una proposte, anche “spirituali”, che ci vengono offerte. Con tutto questo frastuono, se l'anima sussurra, come facciamo a sentirla? Anche qui, il dipendente ha concentrato tutta la sua attenzione, accanita, esclusivamente su una “distrazione”, che assume importanza vitale, nient'altro è importante.

Tornando al “lasciar andare”, cito un passaggio biografico di Christina Grof: *“Il giorno in cui ho toccato il fondo con il problema dell’alcolismo sono stata costretta a piegarmi, a capitolare. Non l’ho fatto di mia volontà. Non intendevo che avvenisse. Non mi sono svegliata quella mattina dicendomi “oggi mi arrendo”. L’esperienza dell’impotenza assoluta, pura e semplice, è arrivata come una valanga e mi ha schiacciato completamente. Sono “stata costretta” alla resa da una forza più grande di quella che mi ha incollato alla bottiglia per tanti anni”*.

Questa profonda esperienza è stata per lei il primo passo nel processo di guarigione. Allo stesso modo, la consapevolezza è il primo passo verso un lavoro interiore. Potremmo dire che l’esperienza della resa segna la transizione dall’esperienza limitata dell’io ad una dimensione più ampia, transpersonale.

Per lasciar andare, prima bisogna riconoscere e accogliere. Quando accettiamo, abbandoniamo le idee create dall’*ego* su come dovrebbe essere la realtà.

CAPITOLO 9

DAL “NON RISULTATO” AL CAMBIO DI PROSPETTIVA

Una domanda che mi sono sentito rivolgere spesso, quando accennavo all’esperienza fatta presso lo S.M.I. è stata: ma funziona?

Così, una dimensione della quale mi sono reso conto è stata l’ottica egoica con la quale, più o meno inconsciamente, sono partito. Ho riconosciuto fantasie di guarigioni “miracolose”; mi sono arrivati pensieri del tipo “Adesso arrivo io, con il metamorfico e i Fiori e magari qualche tossicodipendente smette di usare le sostanze...”.

Questo comunque non è successo!

Se comunque vogliamo affrontare il tema dei risultati, Simone non è mai riuscito in due anni a stare senza eroina per tre settimane consecutive. In realtà c’è riuscito poi, dopo qualche mese che avevo terminato la mia collaborazione; me l’hanno riferito informalmente dal Servizio.

Pensando ad un altro utente, a mio parere un risultato è già quanto riportato al riguardo nei miei appunti:

“Parlando della musica, insisto nel chiedere se per lui sia una passione.

Mi dice che gli si è riacceso qualcosa... che stava vedendo il suo contributo musicale come un dovere, come una fatica da fare, scordandosi dell’intima piacevolezza che questa gli dà”.

Ed un altro utente ancora che mi aveva scritto questo messaggio:

“Grazie di essermi sempre e comunque vicino e cercare di aiutarmi. E di non giudicarmi mai in nessun caso, sei una persona speciale che purtroppo ce ne sono un gran pochi come te... grazie di cuore”.

Il mio lavoro è stato tutto mirato all’accoglienza, a far sì che la persona potesse almeno pensare di accogliere sé stessa, inteso come “tutte le parti” di sé stessa, comprese le esperienze di sofferenza, in modo da mettersi in cammino verso l’integrità, la completezza, l’unità...

Viviamo nella società dell'efficienza, dei risultati, degli obiettivi e non possiamo fare a meno di confrontarci con queste tematiche, anche nell'ambito della relazione d'aiuto, della cura e della guarigione.

Allora diventa necessario interrogarsi su cosa sia realmente la guarigione, e per questa strada non si può non chiedersi, di conseguenza, cosa sia la malattia. Guarire da cosa?

Questa è una domanda forte, ma “la guarigione deve necessariamente interessare anche le patologie?” Forse no. Anche no.

Vero che lo stesso Edward Bach scriveva che “*la malattia è un richiamo per farci comprendere che ci stiamo allontanando dalla giusta via*”, ma la sua vita prima di tutto non è stata certo esente da malattia, disturbi e disagi di ogni genere. Ma non si può certo dire che lui, pur nell'esperienza costante della malattia, non abbia assolto al suo compito, non si sia realizzato. Quindi avere una vita di coerenza e senso non è garanzia di felicità e di assenza di sofferenza.

Su questa falsariga posso citare le esperienze terrene di Tiziano Terzani, morto sì di cancro, ma che ha fatto di questa patologia un'opportunità di cambiamento e di lavoro interiore che l'hanno portato a vivere serenamente gli ultimi anni di vita, con una nuova consapevolezza, potremmo dire con una nuova prospettiva; e l'hanno anche portato a morire serenamente, che già di per sé non è una cosa così comune...

Un altro da citare, ancora in vita, è il compositore Ezio Bosso, che nonostante la SLA continua a fare quello che ama, fare musica. Afferma, per questo motivo, e aggiungo io “nonostante la malattia”, di essere un uomo fortunato...

Spesso con Simone ci siamo confrontati sul tema della volontà...

Ricardo Orozco scrive che “affinchè il processo risulti terapeutico servono tre fattori concomitanti: la motivazione del cliente, l'abilità del terapeuta, le essenze.”

Per quanto riguarda l'assunzione dei Fiori di Bach ci siamo mossi sempre in un territorio di incertezza. Incertezza relativa all'assunzione e soprattutto alla frequenza, che in realtà è alla base della loro efficacia.

Per quanto riguarda la motivazione, all'interno del “Colloquio motivazionale nella dipendenza da alcool e droghe” si è sviluppato il “Modello transteorico degli stadi del cambiamento” che ne prevede sei:

1. Precontemplazione:

La persona non è consapevole della propria condizione patologica, non è preoccupata dai comportamenti derivanti da tale condizione e non è intenzionata ad applicare sforzi all'obiettivo del cambiamento. È considerato l'essenza stessa della dipendenza e in questo stadio i meccanismi di difesa, ad esempio la negazione, sono quelli più presenti ed evidenti.

2. Contemplazione:

La persona percepisce aspetti definibili "positivi" del comportamento in atto, come anche i sintomi ed i problemi che progressivamente lo caratterizzano. La consapevolezza di due aspetti opposti dell'abitudine in questione, entrambi con elevata pregnanza emozionale, è un elemento caratteristico di questo stadio da cui risulta una forte ambivalenza.

3. Determinazione o Preparazione:

Il soggetto ha raggiunto il momento decisionale rispetto al cambiamento. Resta il ricordo dei momenti "positivi" ma quelli negativi assumono maggiore rilevanza. È uno stadio di breve durata: si passa all'azione o si torna indietro.

4. Azione:

Effettiva interruzione del comportamento problematico. In relazione alla dipendenza, si inizia concretamente un processo di disintossicazione, si smette l'uso, si entra in un programma, etc.

5. Mantenimento:

Da qui si può uscire definitivamente dal problema oppure sviluppare il rischio di una ricaduta, che per molti è un fenomeno fisiologico nel ciclo dei disturbi comportamentali-

6. Ricaduta:

Essendo questo un modello ciclico, si può ripetere nella vita della persona.

Con Simone siamo arrivati più volte al terzo livello ma, in mia presenza, si è sempre tornati indietro.

Un'ultima considerazione da fare è legata al tipo di utenza alla quale mi sono rivolto per questa tesi. Come si diceva nel capitolo relativo alla presentazione del Servizio, "il paziente affetto da dipendenza patologica presenta una multifattorialità complessa, associata a problematiche multidisciplinari, che determinano esigenze particolari di diagnosi e cura". Per questo è difficile che l'intervento possa essere efficace in assenza di una presa in carico multidisciplinare, e gli utenti che ho seguito spesso non usufruivano delle altre prestazioni offerte dal Servizio, o quantomeno non regolarmente.

CAPITOLO 10

DELINEARE UN MODELLO DI LAVORO. UN'IPOTESI DI APPROCCIO

In questo capitolo di questa tesi naturopatica “atipica”, dopo aver raccontato la storia di un caso e aver scritto di varie riflessioni legate alla dipendenza patologia e alla ricerca di senso, provo a delineare un modello di lavoro, una chiave di lettura della realtà che è frutto di un percorso conoscitivo ed esperienziale, prima di tutto personale.

Un modello che, anche in riferimento all'ultima considerazione di cui sopra, vuole avere un'ottica preventiva rispetto alla patologia, e comunque l'intento è quello di rivolgersi primariamente a persone “con un certo equilibrio, una certa stabilità psichica” in modo da poter seguire un percorso di crescita e di lavoro su di sé, o quantomeno che non agiscano comportamenti evidentemente “antisociali” per i quali, come sopra, è più indicato un intervento multidisciplinare.

Per questo, che vuole essere il mio contributo alle riflessioni in merito alla naturopatia, mi avvalgo anche delle idee e della sperimentazione che ho fatto con Max Volpi, che ritengo essere al momento il floriterapeuta italiano più innovativo, con il quale sto continuando la mia formazione sui Fiori di Bach.

Un'altra considerazione relativa a questa tesi, alla quale ora sto mettendo un punto, è che non è finita e, per certi versi, non sarà mai finita perché, anche se la sperimentazione raccontata è terminata solo un anno e mezzo fa, già oggi mi comporterei in modo diverso e in diverse situazioni farei altre scelte, sia di contenuto che come modalità di intervento. E non potrebbe essere diversamente, visto che io sono in evoluzione ed il mio approccio terapeutico ne è la conseguenza

LE INFLUENZE ED I CONDIZIONAMENTI DELL'ALBERO GENEALOGICO

Facciamo l'ipotesi che la nostra anima conosca lo scopo della nostra presenza sulla terra. Viene da chiedersi: perché dunque l'oblio? Perché poi dovremmo "riscoprire" tale scopo? E magari a fronte di difficoltà, incidenti, malattie, sofferenze?

Ciascuno attrae a sé la realtà di cui ha bisogno, come se fosse un "piano prestabilito", una cassetta degli attrezzi che ci serve per compiere il lavoro prefissato. Resta il fatto che non ne siamo consapevoli e solitamente le condizioni disarmoniche vengono vissute con rabbia, abbattimento, accuse a tutti gli dei esistenti e quant'altro...

Ma proprio come già accennato per le vite di Tiziano Terzani ed Ezio Bosso, ad esempio, dipende dall'atteggiamento con il quale si vivono certe "sventure", atteggiamento che cambia radicalmente la nostra visione e comprensione dei fatti, come direbbe Edward Bach relativamente alla malattia, da castigo ad opportunità.

Forse la nostra visione è ancora limitata quando intendiamo che la crescita può avvenire solo attraverso "la sofferenza", ovvero gli ostacoli da superare, che potremmo vedere anche come gradini di una scala sulla quale salire, passo dopo passo. Certo è che senza stimoli e senza ostacoli, forse staremmo tutto il giorno beati sul divano oppure distesi su un prato a guardare il cielo...

Anche Carl Gustav Jung afferma che *"non c'è presa di coscienza senza sofferenza. La gente arriva ai limiti dell'assurdo per evitare di confrontarsi con la propria anima"*.

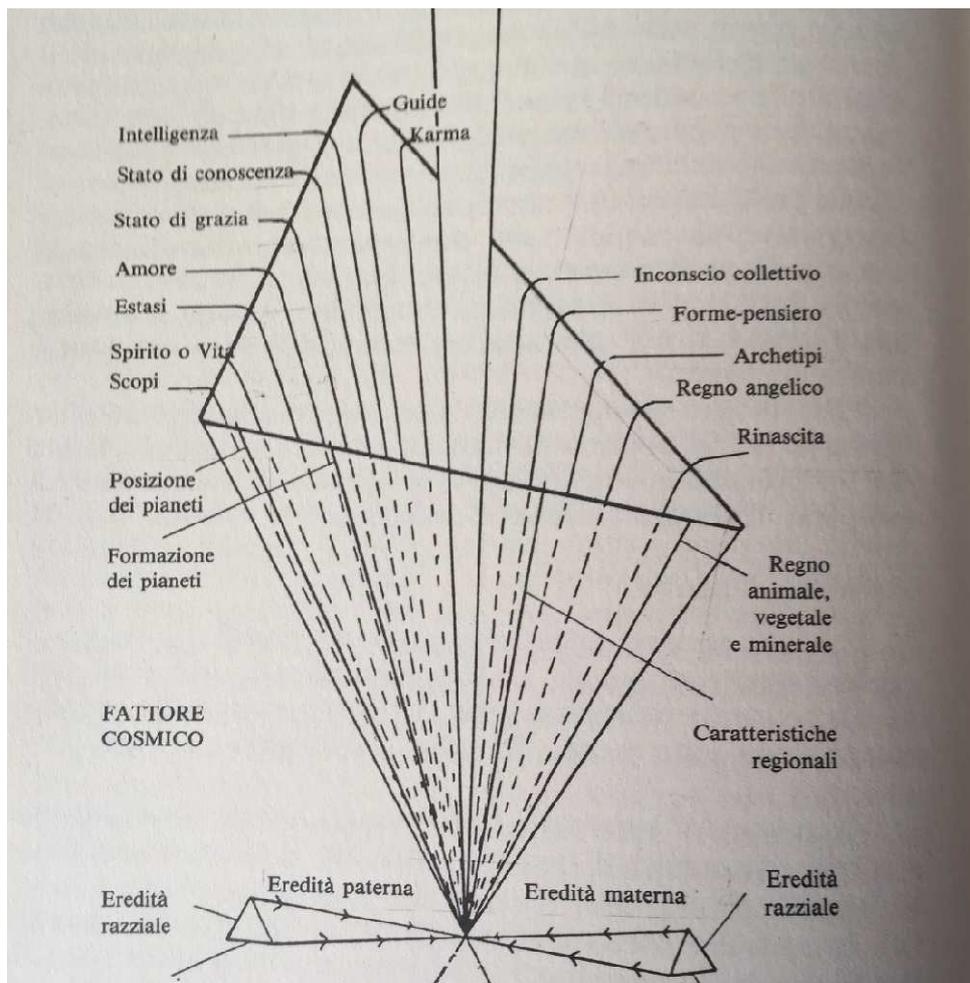
La "crisi" è un momento evolutivo e come tale va usato. È un'energia che rompe gli schemi e torna nel flusso, dandoci l'opportunità di ri-orientarci.

Un aiuto in questo senso ci viene da quella che in italiano è stata definita "resilienza", ovvero la capacità di affrontare e di uscire fortificati dalle situazioni negative.

Se, come già detto in precedenza, tutta la coscienza è già potenzialmente in noi, possiamo dire che lo scopo dell'evoluzione è l'ampliamento della coscienza, o meglio, il divenire consapevoli della nostra coscienza già completa.

Tornando alle influenze, Gaston Saint-Pierre le suddivide in materiali, cioè quelle che ereditiamo dai nostri genitori attraverso la struttura genetica, che determina alcune

caratteristiche come l'essere umano, appartenere ad una certa razza e ad una certa famiglia, l'essere nati in un certo periodo. E non materiali che divide in tre tipi: l'elemento umano, tra le quali gli archetipi (qualità originali che si esprimono attraverso la psiche umana), l'inconscio collettivo (la memoria condivisa del nostro processo evolutivo), il karma (un'espressione della legge di causa e effetto); l'elemento cosmico, che comprende la posizione dei pianeti; l'elemento universale, che considera gli stati a cui l'uomo può accedere al di là della sua normale esperienza della realtà.



Altri autori affrontano più nello specifico il tema delle “matrici perinatali”, cioè tutti quegli avvenimenti traumatici che il feto può aver affrontato durante la gravidanza e fino al parto. Si tratta di momenti molto importanti che, più o meno inconsciamente, concorrono a formare le nostre convinzioni ed il nostro comportamento.

Le 4 matrici perinatali elencate da Stanislav Grof:

1. Unione originaria con la madre

Senza avvenimenti di sofferenza, il feto vive una situazione di gioia profonda e unione con il tutto, che può anche venire ricercata poi nella vita

2. Nessuna via d'uscita

L'inizio delle contrazioni dove il bambino è richiamato attraverso un luogo più stretto può essere la prima sensazione di paura della morte

3. Compressione

La testa si è infilata nel canale dell'utero, visto come un tunnel dove avviene la lotta tra la vita e la morte

4. Morte e rinascita

Il bambino mette la testa fuori, respira per la prima volta

Relativamente alle influenze, un'altra dimensione importante da considerare è quella dell'albero genealogico, perché oltre alla genetica, dalla famiglia acquisiamo anche tutta una serie di convinzioni, strutture caratteriali, comportamenti, regole, traumi, lutti che arrivano addirittura da più generazioni.

CAPITOLO 10.b

LA STRUTTURA DI BASE DELLA MENTE

Facciamo un esempio banale per descrivere una situazione che può sembrare assurda: quando si studia per la patente della macchina e all'inizio dell'esperienza di autista, ogni minimo gesto è sotto il controllo della nostra attenzione: schiaccia la frizione, metti la prima, lascia lentamente la frizione mentre contemporaneamente schiacci delicatamente l'acceleratore... tutta questa sequenza, che al neofita sembra una montagna da scalare, col tempo viene memorizzata e portata ad un livello dove agisce in automatico. Sarà successo a tutti di guidare da un posto ad un altro e, una volta arrivati, notare di non essersi accorti del viaggio, e qui stiamo parlando della meccanica del viaggio, cioè del guidare l'automobile.

Questo "pilota automatico" è il nostro inconscio, che secondo alcuni guida circa il 90% delle nostre azioni quotidiane...

Un altro esempio: quando guardiamo un bel panorama, la nostra mente inconscia registra tutto perché ha una capacità percettiva notevole, molto più elevata della mente conscia, che invece strutturalmente si concentra sui particolari, focalizza l'attenzione ora su questo, ora su quello.

Una definizione della parte conscia della nostra mente, o coscienza:

"Momento della presenza alla mente della realtà oggettiva sulla quale interviene la consapevolezza, che le dà senso e significato".

Mentre il termine inconscio *"indica genericamente tutte le attività mentali che non sono presenti alla coscienza. Nello specifico, rappresenta quella dimensione psichica contenente pensieri, emozioni, istinti, rappresentazioni, modelli comportamentali spesso alla base dell'agire umano, ma di cui il soggetto non è consapevole"*.

Altre due strutture che citiamo appartengono al sistema limbico.

L'ippocampo, la cui funzione in estrema sintesi potremmo dire essere quella di ricordare i fatti. L'amigdala, che ne giudica la valenza emozionale e li immagazzina come ricordi.

L'amigdala è l'archivio della nostra memoria emozionale e analizza ogni esperienza corrente associandola a quelle in archivio. Quando ci sono elementi chiave simili, le associa e innesca la stessa emozione registrata in precedenza.

Questo significa che tutti gli eventi traumatici che ogni persona ha vissuto (per esempio una situazione vissuta come abbandono), registrati nell'amigdala con la loro valenza emozionale, qualora venissero riproposti dalle circostanze (per esempio la mia fidanzata mi lascia), scatenerebbero nella persona la stessa reazione emotiva registrata originariamente (per esempio il terrore). Questa emozione avrà tanta più forza quanto più è legata ad eventi non rielaborati accaduti nell'infanzia.

L'ultima struttura della mente che vediamo è la corteccia prefrontale, che gli animali non hanno ed è caratteristica dell'essere umano, che è *“la regione del cervello implicata nella pianificazione dei comportamenti cognitivi complessi, nell'espressione della personalità, nella presa delle decisioni e nella moderazione della condotta sociale”*.

Quindi, se coscienza e inconscio sono le due dinamiche principali che muovono la nostra vita, spesso senza che ce ne rendiamo conto, il lavoro di rielaborazione che possiamo fare relativamente ai traumi vissuti e alla risposta emotiva generata dall'amigdala è mediato proprio dalla corteccia prefrontale.

Andando volontariamente a ricontattare un episodio traumatico sul quale vogliamo operare un cambiamento, attraverso questa struttura possiamo rielaborare le emozioni che vengono a galla e trasformarle, con la consapevolezza “di lavorarci” invece di evitarle come invece normalmente facciamo. Contrariamente a quanto affermato da questo luogo comune, non è il tempo che risolve le ferite, ma la loro rielaborazione.

Possiamo entrare nel nostro mondo psichico e, da adulti, imparare a gestire le emozioni con elasticità. In questo senso siamo tutti “come a scuola”, forse alle elementari visto che i primi documenti sull'intelligenza emozionale risalgono solo agli anni '80.

In questo lavoro è utile, per non dire necessario, affidarsi all'inconscio perché “ne sa molto più noi...”, perché così facendo possiamo andare a contattare dimensioni che normalmente non riusciamo a considerare.

Qui stiamo parlando dell'inconscio soprattutto per la sua capacità di “registrare tutto”, considerandolo in modo più ampio rispetto al luogo comune che lo vede solo come “contenitore delle cose cattive”... L'inconscio non è cattivo, non è un problema, non è un' stanza dalla quale proteggersi o doversi difendere.

Da bambini non possiamo mediare l'emozione, che spesso tende a sopraffarci e quindi scattano le difese che vediamo in seguito. Da adulti, all'input dell'amigdala possiamo associare l'input della corteccia prefrontale che mi porta le sensazioni dell'adulto e vedremo poi l'importanza delle sensazioni.

La differenza bambino/adulto è anche un fatto cerebrale e non solo di età. Le onde beta, frequenza del cervello legata al conscio attivo e all'affermazione della volontà, si sviluppano solo a partire dai 12 anni circa. Prima di allora a farla da padrone è l'imprinting, cioè l'apprendimento soprattutto attraverso l'osservazione dei modelli di riferimento.

Nonostante questo, è abbastanza facile incontrare adulti che sono ancora fermi alla percezione del bambino interiore ferito.

Ognuno ha la sua storia e ognuno le sue sofferenze. Tuttavia è importante l'atteggiamento con il quale ci rivolgiamo ad esse. Accettare che nella nostra vita sia successo quel fatto, di essere stato dimenticato in un negozio, piuttosto che picchiato violentemente da un genitore, piuttosto che continuamente deriso e mortificato, non accolto, etc. accettando questo come verità, come la nostra verità, questa esperienza diventa liberatoria quando questa sofferenza, qualunque essa sia, riesce ad essere espressa. In questo senso, il ruolo della consapevolezza è quello di permettere all'inconscio di esprimersi.

Per evitare ogni equivoco, visto che spesso parlo di accettazione, sottolineo che non è intesa come l'accettazione passiva di ogni situazione, di una specifica situazione che ad esempio mi opprime, ed io accetto che mi opprime. L'accettazione è rivolta alla dinamica: accetto che le cose in quel momento siano andate in quel modo. Ancor di più è rivolta a me stesso: accetto che in quell'occasione ho vissuto quelle emozioni (che facilmente ho represso, come ad esempio la rabbia o l'odio verso un genitore).

Quello che cambia non è relativo ai fatti, che restano identici e immutati, ma si modifica la nostra reazione rispetto ai fatti. Resta la difficoltà perché, anche quando sappiamo che certi fatti sono successi, faticiamo ad accettare di avere "quella ferita" perché ci proteggiamo, credendo che "entrarci" ci procurerebbe altro dolore. È vero il contrario, e proprio a partire dall'accettazione, la dimensione del dolore può scendere.

CAPITOLO 10.c

LE FERITE E LE MASCHERE

In riferimento ai traumi e a tutti quegli avvenimenti dolorosi che fanno parte della nostra esperienza, Lise Bourbeau e Alexander Lowen tra gli altri, hanno esplorato questi territori delineando 5 ferite, alle quali corrispondono le relative maschere:

<u>FERITA</u>	<u>Maschera (Bourbeau)</u>	<u>Maschera (Lowen)</u>
Rifiuto	Fuggitivo	Evitante
Abbandono	Dipendente	Orale
Umiliazione	Masochista	Depressivo
Tradimento	Controllore	Narcisita, Paranoide
Ingiustizia	Rigido	Schizoide

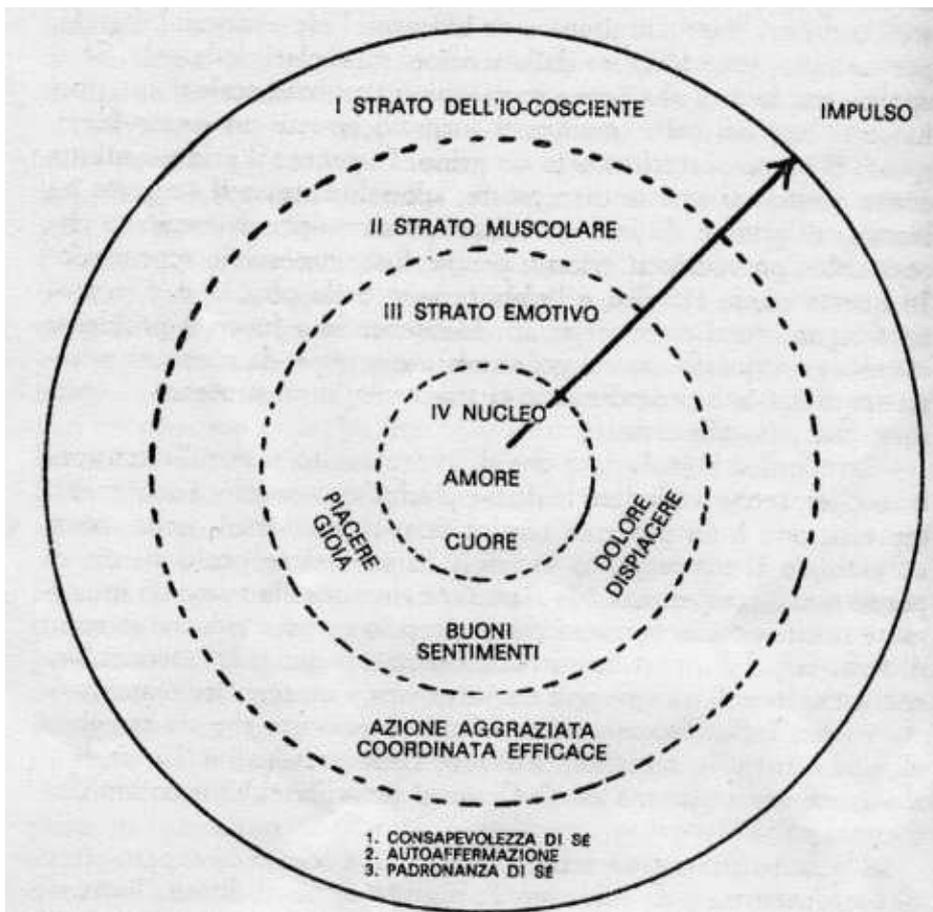
Un'annotazione importante: non tutte le esperienze generano una ferita. La ferita si genera solo quando al trauma è associato il giudizio, solitamente proveniente dalle figure di riferimento. È la componente del giudizio che porta alla non accettazione dell'esperienza e di conseguenza allo spostamento delle emozioni in ombra.

Per “maschera” si intende la reazione alle ferite non rielaborate, che “si indossa” per evitare di rivivere il dolore generato dalle ferite. La maschera inizia a cadere quando noi rientriamo consapevolmente in relazione con gli avvenimenti che hanno generato la ferita, riprendendo contatto con le emozioni ed i vissuti negativi legate a quegli avvenimenti.

Oltre alla “maschera”, visto l'istinto di conservazione della specie insito nell'essere umano, un altro elemento che va considerato come parte di un processo evolutivo, ma che alla lunga diventa limitante perché, se il sistema è in difesa non può essere in apprendimento, è costituito dalle difese psicologiche tipiche, che elenchiamo:

1. Negazione, ovvero protezione da una verità dolorosa
2. Proiezione, ovvero la dinamica di proiettare all'esterno le tematiche irrisolte
3. Colpa, ovvero il sentirsi in colpa oppure il dare la colpa agli altri
4. Sfiducia, ovvero la svalutazione di sé e/o degli altri
5. Razionalizzazione, ovvero la dissociazione da emozioni e sensazioni corporee

Ricordiamo solamente e brevemente, per collegarci al corpo ed alle sensazioni fisiche, quanto sosteneva Alexander Lowen: se c'è una tensione muscolare cronica, che ritroviamo nella quasi totalità delle persone, questa tensione regge lo strato dell'io, quindi tutte le difese psicologiche. Questo "sbarramento" non permette l'accesso allo strato emotivo, dove fondamentalmente sono contenute le emozioni del bambino interiore ferito, e questo impedisce di accedere al nucleo, all'amore, che in questo modo non può esprimersi.



Il nucleo esprime il sentimento di amore, inteso sia come amare sia come essere amati. Per poter arrivare a questo nucleo è importante "decontaminare" l'io perché così, tutta l'energia che prima serviva a gestire i conflitti derivanti dai traumi subiti, si libera e può essere meglio utilizzata allo scopo per il quale ci siamo incarnati che, per Edward Bach, è l'evoluzione attraverso l'apprendimento delle qualità dell'anima, con l'impulso dell'amore.

LA PERSONALITÀ E L'EGO. IL PERCORSO DI EDWARD BACH

Abbiamo deciso uno scopo di evoluzione in questa incarnazione.

Abbiamo attratto le condizioni migliori per farlo.

Visto che normalmente la crescita avviene attraverso il superamento degli ostacoli, abbiamo vissuto delle *ferite* che ci creano disarmonia finché siamo nella non accettazione.

Domanda: perché non capiamo tutto fin da subito?

A causa dell'*ego*, che è alimentato dalle nostre credenze. L'*ego* sopravvive e si alimenta attraverso le nostre credenze, quindi farà di tutto per mantenerle e si opporrà in ogni modo al nostro lavoro di revisione.

L'*ego* fa di tutto anche per non farci ri-vivere le nostre ferite, per paura della propria dissoluzione a causa del troppo dolore. E questo è tanto più vero quanto più noi ci identifichiamo con l'*ego*, dandogli il potere assoluto ed esclusivo, “dimenticando” l'*io superiore*.

Per questo concorre alla costruzione della maschera. In questo senso l'*ego* agisce in ottica protettiva, anche se in realtà poi ci complica solo la vita...

Anche questa dimensione è da accettare: accettare che il nostro *ego* ha agito per proteggerci.

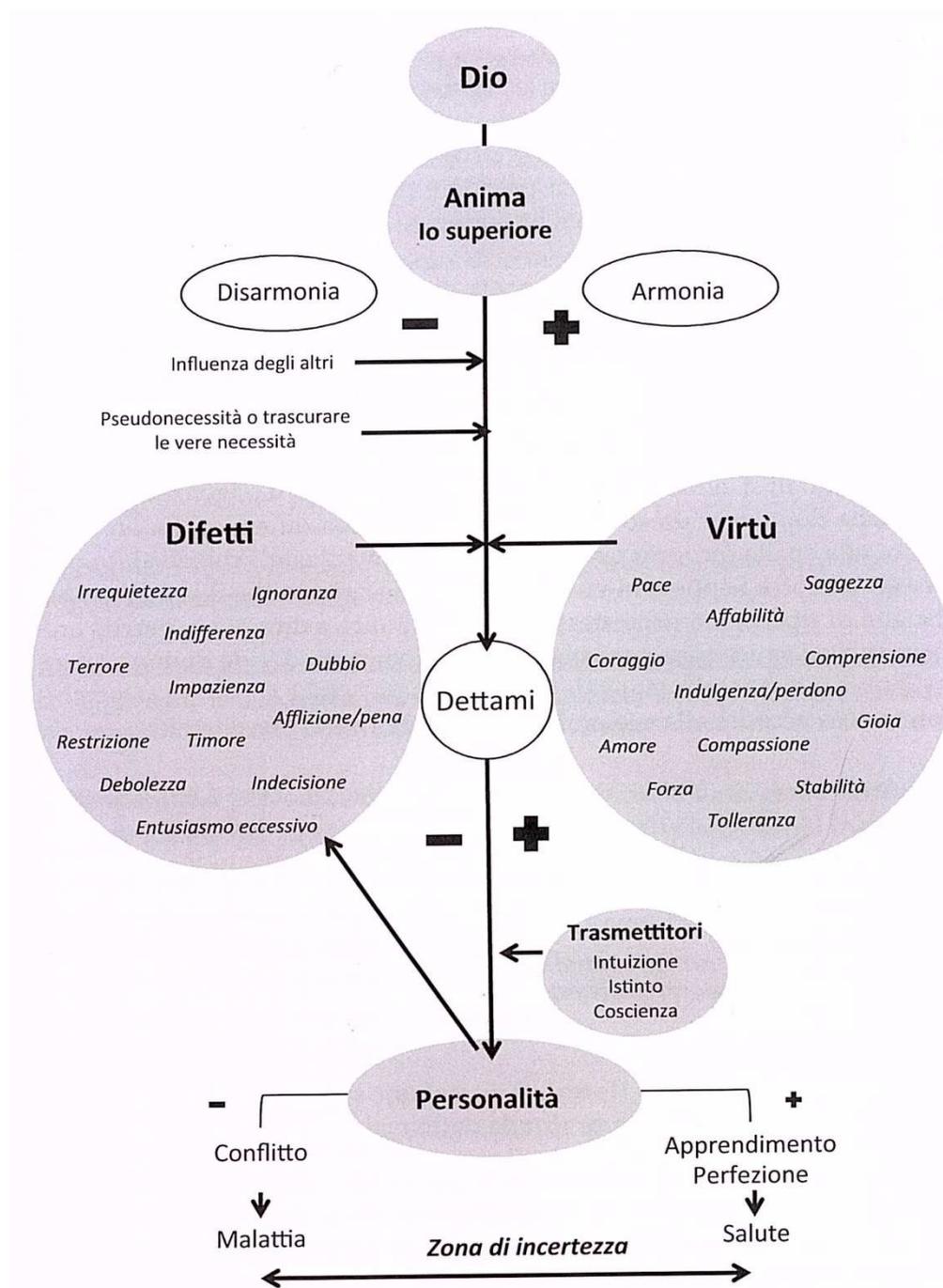
Edward Bach non parla di *ego* ma parla di *personalità*, intesa come strumento di espressione dell'*io superiore*, che conosce lo scopo della nostra incarnazione e ci invia continuamente “dettami” attraverso i “trasmettitori” che lui identifica con intuizione, istinto, coscienza.

Potremmo dire che l'*ego* è quella parte di *personalità* che, invece di affidarsi ai “dettami”, li nega, li evita o addirittura li contrasta, generando in ogni caso un conflitto.

Cronologicamente Edward Bach ha scoperto come primo fiore Impatiens, che corrispondeva a molte caratteristiche della sua personalità. Come ultimo, Sweet Chestnut, il fiore che tratta l'angoscia più profonda, che si può vivere proprio in vista della dissoluzione dell'*ego*. Mi piace pensare che abbia tracciato un percorso in questo senso, con i vari fiori che aiutano a prendere consapevolezza di tutte le nostre emozioni, comprendendo quindi anche quelle in

ombra e che, una volta raggiunta l'integrità della coscienza, il dissolvimento dell'ego coincida con un salto vibrazionale, un salto quantico che ci faccia percepire l'unità...

A questo proposito Bach scrive: "Durante il nostro soggiorno alla ricerca della perfezione esistono vari stadi. Trasmutare l'io in assenza di io, il desiderio in assenza di desideri, la separazione in unità."



Trattando la dipendenza abbiamo accennato alla resa. Vari modi per descriverla sono: “ammettere la sconfitta, diventare impotente, lasciare andare, toccare il fondo, morte dell’ego”.

Il già citato Bill Wilson la definiva “frantumazione dell’ego” intendendo come questa esperienza, uno degli stati più profondi e difficili che esistano, fosse anche la chiave della trasformazione.

Un insieme di distruzione e metamorfosi dell’*ego limitato*, che deve avvenire per dar modo all’*io superiore* di esprimersi.

Il filosofo e psicoterapeuta Karlfried Graf Dürchheim scrive: *“lasciare andare l’ego... significa molto più che rinunciare a quegli oggetti ai quali, durante la propria esistenza, l’uomo si è attaccato. Include la rinuncia a tutto uno schema di vita che è ruotato attorno alle posizioni prese dall’ego... Soltanto quando avremo lasciato andare quei comportamenti in cui ci fidiamo unicamente di ciò che abbiamo, sappiamo e possiamo fare, sorgerà una nuova consapevolezza che contiene il dinamismo creativo della vita.”*

La “morte dell’ego” non significa la disintegrazione dell’*io sano*, quello che ci serve per funzionare nella vita di tutti i giorni. Ciò che muore in questo processo è la parte di noi che crede di avere il controllo, quella parte che pensa di essere il protagonista. Ciò che muore è la “falsa identità” che opera come se fosse il centro di tutto.

Allo stesso modo, un parallelo che mi viene da fare è quello tra mente razionale, che anch’essa dovrebbe limitarsi a farci funzionare nella vita quotidiana e la parte inconscia, dalla quale possiamo invece ricevere “il dinamismo creativo della vita”.

L'OMBRA E L'INTEGRITÀ DELLA PERSONA. L'INCONSCIO COME ALLEATO

È abbastanza diffusa la paura dell'inconscio. Meglio, la paura dei contenuti dell'inconscio, che crediamo essere cattivi, aggressivi, negativi, non accettabili.

Abbiamo già detto delle onde beta che si sviluppano a partire dai 12 anni. Dunque cosa può fare un bambino quando vive un trauma, una ferita e si trova a non sapere come gestire il dolore? L'inconscio si fa carico del dolore e questo dolore genera le emozioni che vanno in ombra.

In "Malattia e destino" Thorwald Dethlefsen scrive: *"L'ombra è la somma di tutto ciò che noi crediamo fermamente che dovrebbe essere eliminato dal mondo affinché il mondo possa essere bello e sano. Ma le cose stanno esattamente all'opposto: l'ombra contiene tutto ciò che il mondo ha bisogno di avere per sanarsi."*

Anche Carl Gustav Jung afferma che *"Non si raggiunge l'illuminazione immaginando figure di luce, ma portando alla coscienza l'oscurità interiore."*

Tutto il percorso umano definito di "individuazione" mira all'integrazione dell'ombra, cioè ad accettare come proprie anche tutte le "emozioni negative" che sono presenti nel nostro animo.

Quanto appena riportato descrive l'idea comune di inconscio come contenitore delle "emozioni negative" che vanno in ombra. Tuttavia è importante sottolineare che "in ombra" restano tutte le qualità che non riconosciamo in noi stessi, quindi anche quelle "positive".

Quello che dovremmo riuscire a fare, quando si genera il conflitto tra la parte in luce e quella in ombra, è stare in equilibrio, senza fare altro che permettere a queste due parti di esistere contemporaneamente.

CAPITOLO 10.f

NON ACCETTAZIONE. REPRESSIONE E PROIEZIONE

Il meccanismo di repressione/proiezione è così semplice, logico e scontato che facciamo fatica a rendercene conto, tanto l'abbiamo assimilato come automatismo.

Se ci pensiamo, è assolutamente normale che una persona proietti un'ombra, semplicemente perché l'ombra è la proiezione dell'esistenza di un corpo...

Ognuno di noi reprime le proprie tendenze negative. Una parte della mente viene repressa e considerata non appartenente a me, non mia, diversa da me. La logica ci aiuta nell'affermare che se una cosa non è mia, è dell'altro. Ecco dunque come questa dimensione viene spinta nell'ambiente, ovvero proiettata negli altri, che poi ci fanno da specchio portando alla nostra attenzione proprio quei temi che noi abbiamo represso.

L'inconscio tende a manifestare le parti in ombra affinché possano essere risolte, ma noi solitamente invece di accoglierle, le giudichiamo inadeguate, rimandandole in ombra.

Un'ultima affermazione importante: visto che le emozioni sono sempre delle reazioni, quando c'è una reazione emotiva è sempre in atto una proiezione.

ACCEDERE ALL'INCONSCIO ATTRAVERSO LE SENSAZIONI CORPOREE

Abbiamo parlato di rielaborazione, revisione, lavoro sui traumi e sulle emozioni collegate. Ma come possiamo farlo se gran parte di questo materiale è nell'inconscio?

Per accedere all'inconscio non si intende qualcosa di psicoterapico, si intende “semplicemente” accedere ad una coscienza più espansa. Negli anni '70 si usavano le droghe per alterare la coscienza, poi si sono strutturate nuove metodiche legate al respiro come il *Rebirthing*. Oggi questo accesso è possibile anche attraverso i Fiori di Bach.

Attraverso una miscela appositamente studiata, che viene messa nell'ombelico la sera prima di dormire, accompagnata da alcune visualizzazioni guidate, vengono connesse la parte sinistra e destra del cervello, dove quest'ultima è più in connessione con la parte astrale e con l'attività onirica, che già di per sé può portare all'espressione di elementi prima repressi e che ora, lavorandoci, siamo in grado di accogliere.

Queste pratiche non escludono, anzi vengono rinforzate dalla normale assunzione orale dei Fiori di Bach che, oltre a lavorare sulla tipologia della persona, aiuta a gestire i vari momenti difficili che possono emergere.

Tornando al corpo, questi è lo strumento attraverso il quale possiamo esprimere le emozioni. Addirittura il corpo, tramite l'inconscio, manifesta anche quelle emozioni che per vari motivi non riusciamo ad esprimere.

Attraverso l'ascolto delle sensazioni del corpo noi ci connettiamo profondamente con la dimensione della realtà perché le sensazioni, a differenza del pensiero e delle emozioni, non possono essere rievocate da momenti che non siano il presente.

Il collegamento tra corpo ed inconscio deriva da una frase del Buddha che disse: *“l'inconscio non è mai inconscio, ma è sempre conscio per mezzo delle sensazioni”*.

Da questa intuizione Max Volpi sta sviluppando la Floriterapia Transpersonale Evolutiva® che, attraverso l'uso dei Fiori di Bach, alcune visualizzazioni guidate ed esercizi di attenzione alle sensazioni corporee, si propone di fare questo lavoro di ampliamento della coscienza.

Abbiamo un po' perso la domestichezza ad ascoltare le sensazioni del corpo che spesso, istintivamente, “a pelle”, ci potrebbero indicare facilmente se una situazione ci fa bene o meno, è armonica oppure no. Inoltre abitualmente il pensiero razionale passa subito in primo piano, surclassando e nascondendo la risorsa delle sensazioni corporee. Da ultimo, può essere che non accettiamo l'autenticità delle percezioni che emergono.

Un esempio:

Se provo disagio verso i miei genitori, devo ascoltare questo disagio.

L'accettazione non è dire: “*va bene, ho questi genitori e me li tengo*”.

L'accettazione è: *io accetto che la mia realtà è questa. Cosa provo? Rabbia. Ascolto la rabbia. Dov'è la rabbia? Nel corpo. Dove nel corpo? Nelle gambe o nelle mani.*

Ascoltare questa verità mi porta alla consapevolezza che ho genitori che non mi piacciono, mi provocano rabbia. La rabbia è nelle braccia. Vorrei picchiarli.

L'accettazione di una realtà all'interno della mia vita, cambia la realtà.

Invece di rimuovere le emozioni negative dalla nostra realtà non permettendoci di provarle, quando le accettiamo le diamo uno spazio di espressione. E qui succede una cosa curiosa, che normalmente non ci si aspetterebbe, cioè se permetto consapevolmente l'espressione – ad esempio – della rabbia, questa scende. È trattenendola invece che continua ad alimentarsi. Quindi più esprimiamo il nostro essere in tutte le sue sfumature, più le dimensioni di sofferenza tendono a riequilibrarsi.

CAPITOLO 11

CONCLUSIONE: L'ACCOGLIENZA E L'ABBRACCIO DI AMMA

A scuola impariamo molte tecniche... ma l'insegnamento profondo che mi porto dentro e che vorrei passare è riassumibile in una parola: accoglienza.

E' la conclusione di tutto quanto detto finora. In primis verso sé stessi e poi allo stesso modo verso l'Altro, il lavoro di integrazione dell'ombra, necessariamente accompagnato dal non giudizio che altrimenti limita e alza le difese, non può essere fatto in modo significativo senza accoglienza, che per essere tale deve andare a braccetto con la compassione. E questa è la mia lezione da imparare.

Per concludere, voglio raccontare la mia esperienza di qualche anno fa quando, con la mia famiglia e alcuni amici andammo a Milano ad un ritrovo "Embracing the World – Abbracciando il mondo" di Mata Amritanandamayi Devi, meglio conosciuta come Amma, In due giorni, oltre a canti devozionali e riti, per ore questa donna abbraccia centinaia, migliaia di persone, sussurrando all'orecchio di ognuno una frase, una parola di conforto e di fiducia.

Non sapevo chi fosse e non avevo mai sentito parlare di lei e della sua attività umanitaria, né conoscevo la sua storia. Curioso, andai a quell'incontro, semplicemente per ricevere un abbraccio, e mi chiedevo come mai migliaia di persone accorressero per un gesto così semplice...

Ricordo al mattino, dopo aver "prenotato" la nostra presenza in sala, che attendevamo chiacchierando in un salone e ad un certo punto sentii una forte attrazione. Senza pensare né capire, e senza che ci fossero altri stimoli a richiamare la mia attenzione, d'istinto mi girai verso un corridoio e dopo un attimo la vidi passare accompagnata da qualche collaboratore. Era magnetica, non le tolsi gli occhi di dosso finché non la vidi scomparire in un'altra sala. Ero emozionato e non sapevo perché... ma la sua energia mi era arrivata così forte da attirare tutta la mia attenzione, da riempirmi e da lasciarmi stupefatto di questa cosa.

Non avevo mai provato una sensazione simile e non l'ho più riprovata dopo, con nessun'altra persona che abbia incontrato. E lei, questa semplice, paffutella e sorridente donna indiana, oltre a molte attività umanitarie gira il mondo ad abbracciare le persone...

Scrive di sé: *“Io non vedo se siano uomini o donne, non vedo nessuno differente dal mio stesso Sé: un flusso di amore incessante scorre da me verso tutta la creazione. Questa è la mia natura innata. Il dovere di un medico è curare i pazienti. Allo stesso modo, il mio dovere è consolare chi soffre.”*

RINGRAZIAMENTI

A Marta, Daniele e Matteo, che sono diventati la mia famiglia, scelta d'amore

A tutti, e sono tanti, i componenti della mia famiglia d'origine, che sono "la situazione che ho scelto per evolvere"...

A tutta la ConSè, una fratellanza spirituale

Ad Andrea, che oltre a farmi conoscere questa scuola, è amico vero da oltre vent'anni, amico di confidenze, di sogni, di dubbi, di ricerca... ed anche di divertimento e bevute (-;

A Lorena, che mi ha dato la possibilità di fare questa bella esperienza allo S.M.I.

Alle persone che ho seguito. Vi porto nel cuore...

A Cinzia, che commossa mi disse che anche la Madre Terra si prendeva cura di me

Ad Alessandra, maestra che con la sua passione mi ha fatto amare i Fiori di Bach, e poi madre, sorella, figlia, amica

Al "calesse" di Mario, ovvero l'inizio della mia guarigione. Sto tornando a casa...

Alla Vita, semplicemente da vivere, con passione

Nuovo cielo e nuova terra

Quando non c'è più nulla, allora c'è tutto.
Quando sono schiacciato, completamente frantumato,
quando ogni vestigia di me è scomparsa, io sono qui
risorto, e faccio un passo in un altro mondo,
risorto, e sperimento una resurrezione,
risorto, non nato di nuovo, ma risorto,
con lo stesso corpo di prima,
nuovo oltre ogni cosa nuova, vivo oltre ogni vita
fiero oltre ogni accenno o estremo concetto di fierezza,
vivo dove la vita non è mai stata sognata né suggerita,
qui, ancora terrestre, eppure nell'altro mondo,
io, lo stesso di prima, eppure inesplicabilmente nuovo

D.H.Lawrence

BIBLIOGRAFIA

- Carta dei Servizi dello S.M.I. - Servizio Multidisciplinare Integrato
- Le opere complete
di Edward Bach
Ristampa 2005 – Macro Edizioni
- Gestire le emozioni. Le basi della Floriterapia Transpersonale Evolutiva ®
di Max Volpi
2017, Radici in Cielo – Luce Edizioni
- Il massaggio che trasforma. Principi e pratica della “Tecnica metamorfica”
di Gaston Saint-Pierre e Debbie Boater
Ristampa 2003 – Edizioni Mediterranee
- Liberarsi dalle dipendenze
di Deirdre Boyd
2000 – Mondadori
- Guarire dalla dipendenza. Alcol, droghe, consumi, affetti: autodistruzione e sete di completezza
di Christina Grof
Ristampa 2002 – Red Edizioni
- Il destino come scelta. Psicologia esoterica
di Thorwald Dethlefsen
Ristampa 2010 – Edizioni Mediterranee
- Maestro perché? Risposte dall’invisibile
a cura di Pietro Cimatti – Scuola del Cerchio Firenze 77
Ristampa 2004 – Edizioni Mediterranee
- Le 5 ferite e come guarirle
di Lise Bourbeau
2002 – Edizioni Amrita
- Un altro giro di giostra
di Tiziano Terzani
Ristampa 2012 – Tea Edizioni