



Gaetano Benedetti

Riflessioni ed esperienze religiose in psicoterapia

Centro Scientifico Editore, Torino, 2005

## Recensione di Marcello Pedretti

Gaetano Benedetti (Catania, 1920 – Basilea 2013), psichiatra e psicoanalista, ha avuto un ruolo importante a livello internazionale nella storia della psicoterapia psicoanalitica. In particolare i suoi contributi all'approccio ai pazienti psicotici e al loro trattamento sono stati considerati di particolare rilevanza clinica.

Pur vivendo e operando in Svizzera, Benedetti ebbe un'importante funzione a partire dagli anni '60 nello sviluppo e nell'aggiornamento della psicoterapia psicoanalitica in Italia, sostenendo la pubblicazione dell'opera omnia di Sigmund Freud e facendo conoscere le nuove correnti attive a livello internazionale. *Riflessioni ed esperienze religiose in psicoterapia*, pubblicato nel 1985 all'età di 85 anni, può essere considerato il suo testamento spirituale.

Nato e cresciuto in una famiglia profondamente cristiana, Benedetti evidenzia in questo libro la profonda tensione tra le sue origini familiari e la formazione accademica positivista e scientifica. Tale tensione lo conduce ad un atteggiamento di agnosticismo attivo, "un agnosticismo attivo – scrive, che non si dà pace, "pensa oltre" e, pur non trovando soluzioni "certe", non dispera mai, perché sente di realizzare ed esaudire la sua vita nell'eterna ricerca" (Pref. XIII). Benedetti vive questa tensione non divisiva come continua apertura alla trascendenza nella relazione con i propri pazienti che lo rende partecipe della tensione alla trascendenza degli uomini di ogni tempo.

Gaetano Benedetti ci mostra come il nucleo, che ha dato senso alla sua vita e alla sua opera, sia l'accettazione consapevole della mancanza e del proprio limite. Per lui la rinuncia all'onnipotenza si trasforma in atto di amore. Scrive Benedetti: "Donarsi è aprirsi alla imprevedibilità della risposta" (Pref. XIV). Si tratta di un donarsi che si fa apertura alla creatività nella relazione con la realtà dell'altro, laddove il riferimento è ai propri pazienti e alla Realtà nel suo insieme. Egli considera infatti che la mancanza si ponga sia all'origine della colpa persecutoria, ove prevalga l'invidia, sia all'origine della creatività, ove avvenga l'incontro trasformativo con l'altro.

Seguendo la traccia da lui proposta cercheremo di approfondire il significato del titolo del libro, nella cui Prefazione l'Autore scrive:



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Marcello Pedretti

“Quando nel mio lavoro giornaliero di psicoterapeuta ascolto i pazienti, sofferenti di tante sindromi psichiatriche, ma in tutti i casi di pene da loro non sopportabili, di conflitti per loro insolubili, di ogni genere di difficoltà esistenziali da loro non affrontabili, non penso ad altro che al loro dolore e al modo di comprenderlo. ... L’unico modo di pensare a me stesso è quello di riflettere sul mio controtransfert. ... Gli intervalli tra una seduta e l’altra, sono dedicati al rilasciamento, alla cancellazione temporanea dei ricordi, onde essere totalmente liberi per la prossima. ... Ma nelle ore veramente libere, i conflitti e i dolori dei pazienti si uniscono in vaste sintesi, ... riguardanti ad esempio l’origine, il decorso, l’essenza della malattia psichica, la tecnica migliore per affrontarla, (*last, but not least*) i miei errori nel farlo. Problemi ancor più vasti si affacciano alla mia mente: quale è il destino dell’uomo? Il senso dell’esistenza umana? L’origine e il significato del dolore? L’origine del male?” (Pref. XI)

Scrivendo di esperienze religiose in psicoterapia, Benedetti si riferisce ad esperienze che per la loro forza e singolarità hanno per lui sfiorato la verità al di là di ogni parola, esperienze che egli ci propone come simboli, possibili aperture al trascendente nascosto nella vita quotidiana.

Per lui “l’essenziale in psicoterapia è l’ineffabile, quello che non può essere guardato da fuori per essere conosciuto, ma vissuto dal di dentro come soggetto” (Pref. XIV): è la capacità del terapeuta di prendere dentro di sé il paziente ciò che permette al paziente di potere scoprire dentro di sé il terapeuta come “soggetto transizionale” e di scoprirsi, a sua volta, come soggetto in relazione.

L’aggettivo “religiose” non rimanda alle religioni in quanto ideologie, ma all’esperienza propria di ogni psicoterapia, esperienza che si basa sulla *re-ligio*, come esperienza centrata sul mettere assieme, sull’apertura all’altro e alle dimensioni nascoste del Sé, superando ogni volta il già dato in una continua apertura alla trascendenza. La psicoterapia, pur senza Dio e preoccupata della “libertà filosofica” dei suoi pazienti, si apre al trascendente nell’incontro con la sofferenza dell’uomo e nel suo prendersene cura.

Il libro è diviso in quattro sezioni:

- Il tema del dolore in psicoterapia quale riflessione di uno psicoterapeuta
- La colpa e il male nell’individuo e nell’universo
- Il simbolo e il mito nella religione alla luce della psicoterapia
- Esperienze oniriche

Prendo qui in considerazione la prima sezione, dedicata al tema del dolore in psicoterapia, con l’aggiunta di alcune esemplificazioni tratte dalla sezione relativa alle esperienze oniriche e, nel rispetto delle credenze di ognuno, propongo alcune considerazioni che prendono l’avvio dal mio interesse per il tema della spiritualità in psicoanalisi.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Marcello Pedretti

Gaetano Benedetti dedica un'attenzione radicale al tema del dolore e non distingue, da un punto di vista psicoterapeutico il dolore psicotico da quello normopatico, pur nella loro diversità, in quanto in entrambi i casi è attraverso l'immedesimazione che se ne può cogliere "la [...] dignità come esponente altissimo della condizione umana", come scrive a pagina 2 citando Pascal.

Egli collega il senso di mancanza, al centro di ogni psicoterapia, a una mancanza esistenziale che nasce nell'uomo parallelamente al superamento di una condizione prevalentemente biologico-istintiva e alla presa di coscienza della propria finitezza. Tale mancanza esistenziale si ripropone nelle "continue situazioni di mancanza che si ripetono lungo le generazioni e si condizionano lungo la catena da esse creata, una mancanza rappresentata nei miti e nelle religioni come catastrofe metafisica" (p.2).

Il dolore viene percepito in una dimensione universale, una dimensione presente in tutta la creazione e in germe in tutti noi, dimensione che raggiunge piena coscienza solo nell'uomo. Perché ciò?

Se da un lato il dolore ha una necessaria funzione difensiva nell'organizzazione della vita, dall'altro lato è pur vero che l'incapacità umana di sostenere, elaborare e sublimare il dolore trasforma la necessaria difesa non solo in malattia, ma anche in una violenza che è, a sua volta, la fonte interminabile del dolore, che avvolge così le sue tragiche spirali in una storia umana dove tutti e nessuno sono colpevoli, "perché tutti sono, almeno nel pensiero, almeno nell'inconscio (come mi mostrano i sogni degli innocenti) fattori di male, e nessuno una vittima" (p.6).

Queste riflessioni metafisiche conducono Benedetti a concepire il dolore come qualcosa che precede il Male, una dimensione tragica e costitutiva della creazione e dell'esistenza. Il dolore diviene il luogo dell'amore, della compassione, della redenzione, il luogo in cui ognuno è chiamato a divenire figlio di Dio, un Dio che, ancor prima della creazione, rinuncia alla Sua onnipotenza e dona libertà alla creazione, affinché nella creazione si possa manifestare l'amore, il Suo amore per la creazione, l'amore della creazione per Lui, "perché l'amore non sarebbe veramente possibile senza la pietà e la misericordia, né questa senza il dolore" (p.7).

Il Male in questa visione non è antitesi al Bene, ma rifiuto della dimensione del dolore insita nella creazione e connaturale all'amore, fantasia onnipotente in una dimensione sadica o masochistica, fantasia in cui l'aggressività non è subita, ma agita, o all'opposto è subita al di fuori di ogni colpa, del riconoscimento della propria aggressività.

In un'ottica cristiana Gesù Cristo assume su di sé il dolore della creazione, riconoscendolo come necessario e inevitabile, fondando così la dignità di Dio stesso e di ogni uomo, rendendo in tal modo possibile sia la comprensione dell'inguaribilità della sofferenza e del dolore, sia quella delle ipercompensazioni con al centro la



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Marcello Pedretti

distruttività, che così spesso si incontrano anche in psicoterapia, una comprensione impossibile dove non vi sia assunzione del dolore nell'amore.

In questa visione il dolore fa parte della creazione, precede il peccato e quindi non è conseguenza dello stesso, anche se il Male, come rifiuto del dolore e dell'amore, non può che accentuare e perpetuare il dolore sottraendolo all'amore riparatore.

Secondo l'Autore "Dio ha sacrificato all'Amore la propria onnipotenza, poiché non è possibile amare rimanendo onnipotente, [...] in quanto Amare è donarsi all'imprevedibilità della risposta". Parimenti "la risposta più profonda alla domanda sull'origine del dolore non può essere mai un atto intellettuale, una dimostrazione di causalità, ma un assumersi il dolore, un viaggiare attraverso di esso per superarlo. [...] È solo nel passaggio attraverso il dolore, la "morte vera", che avviene veramente quell'incontro di amore che culmina nella resurrezione" (pp.17 -18).

Propongo qui una parte di una meditazione di Benedetti:

*L'individualità è il muro insormontabile!*

*la prigioniera del mio vero essere*

*che sarà mio*

*solo quando totalmente altrui.*

*Attraverso la psicoterapia ho appreso l'amore per il sofferente.*

*Mi accorgo subito di chi tra i miei colleghi è vero psicoterapeuta*

*essenzialmente dalla misura del suo amore per il sofferente.*

*Naturalmente, esso è quasi sempre silenzioso,*

*non parla di sé.*

*Parla del paziente*

*e del suo diritto a vivere.*

*In ogni dettaglio, ove gli altri vedono e diagnosticano*

*la sua incapacità di vivere,*

*il terapeuta vede possibilità, movimenti, speranze,*

*e si rallegra anche di barlumi e di ombre.*

*Questa "passione per la vita altrui", in molti terapeuti,*

*è per me la più bella rivelazione del segreto dell'esistenza (pp.8-9).*

Ciò che fonda la dignità della psicoterapia, e ancor prima dello psicoterapeuta, è, per Benedetti, l'identificazione parziale con il sofferente (p.11), cioè la capacità, insita in ogni uomo, di percepire dentro di sé l'altro. In termini



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Marcello Pedretti

psicoanalitici l'identificazione parziale consente di riscoprire nel transfert ciò che è stato rimosso e nel controtransfert, attraverso le identificazioni proiettive del paziente, ciò che è stato scisso, dando così forma e rappresentazione a ciò che al paziente è sconosciuto, cioè ai livelli pre-mentali dell'esperienza, attraverso il sogno e la *rêverie*.

Benedetti parla di "identificazione parziale" perché ogni uomo per vivere il piano della trascendenza deve potere percepire la propria solitudine nella presenza silenziosa e rispettosa dell'altro. In psicoterapia questo significa che il paziente non può accedere all'esperienza della fusione degli inconsci se non nel silenzio dell'analista, quel silenzio senza il quale manca uno spazio per il Sé del paziente. Come non pensare anche al silenzio di Dio, proprio di molte esperienze mistiche, come a un silenzio che ci costituisce come figli, salvandoci nell'amore da una fusione confusiva, dalla negazione della responsabilità personale verso la sofferenza?

L'identificazione parziale trova la sua manifestazione più profonda e misteriosa nella simmetria degli inconsci, simmetria che si manifesta quando il paziente risponde con un movimento di apertura nella rigidità delle sue difese a una presa di coscienza, a una comprensione emotiva del terapeuta o, semplicemente, al fatto che il terapeuta riesce a farsi carico di un dolore senza nome, senza respingerlo. Questo avviene al di fuori di ogni comunicazione conscia da parte del terapeuta e talora nell'intervallo tra le sedute.

Ritengo significativa la frase di una paziente in psicoterapia psicoanalitica riportata alcuni anni fa da una collega da me in supervisione, dopo un anno di lavoro faticoso e deludente, al limite del rifiuto della paziente stessa: "Dove prima c'era il vuoto, ora si sono aperte delle porte".

È questo portare il dolore alla coscienza, "riprodurlo all'interno di una cornice psichica diversa, aperta cioè ai modi creativi di esperire che sono chiusi al paziente" (p.11), avventurarsi in una relazione, lasciarsi toccare, non respingere, accogliere, dare nome, prendere responsabilità dello stesso, diventare ospiti attivi dei loro mondi, che sostiene la possibilità di un superamento del dolore a livello interpersonale.

Gaetano Benedetti non crede che la psicoterapia dei pazienti schizofrenici sia un'opera obiettiva di ricostruzione a partire dai frammenti residui, né che il paziente possa ricostruirsi attorno a una fantasia, condivisa con il terapeuta, di normalità, ma crede nella possibilità di dare dignità alla tragicità esistenziale dei pazienti, di riconnetterla alla sacralità della vita attraverso comunicazioni inconsce con al centro l'esperienza di un dolore che trova nello spazio terapeutico, inteso come spazio di compassione, la possibilità di una nuova creazione e di un riconoscimento.



Presento ora tre sogni di Gaetano Benedetti, tratti dal capitolo dedicato alle *Esperienze oniriche*. Questi sogni ci mostrano la sua non comune capacità di identificazione parziale con i pazienti, una capacità in germe presente in ognuno, una capacità, che ove coltivata, permette di essere “prossimo” per i nostri simili e di uscire dalle ristrettezze del nostro Io. Apertura all’altro nell’amore compassionevole, senza perdersi in lui, ma riconoscendoci sofferenti con lui.

### **Il sogno terapeutico (1946)**

“Questo sogno non ripete fedelmente il vissuto onirico, ma è la rielaborazione di una fantasia di un'esperienza onirica confusa. La fantasia muove da una comunicazione della paziente fattami il giorno precedente: da sveglia, percepisce un vissuto di spersonalizzazione; in un suo sogno, la sensazione che il viso le venga strappato via. Vede il proprio viso dinanzi a sé, scottante e dolorante; non può afferrarlo e riprenderlo, perché le mani brucerebbero, e così non può essere se stessa. Sensazione di sfracellarsi interiormente.

Il mio sogno è il seguente: tengo la paziente nelle mie braccia, ma le mie braccia si rompono in mille pezzi, come se fossero di fragile cristallo. Non temo per le mie braccia, ma perché sto per perderla. In questo attimo mi viene strappato il viso. Supero l'ansia con la riflessione che, se sono diventato la mia paziente, allora non la posso perdere” (p.143).

È qui presente uno sdoppiamento tra una parte che attraverso l'identificazione parziale con la paziente la raggiunge e la tiene e un'altra che, mantenendo una distanza riflessiva, permette un movimento di vita anche nella paziente.

### **Il sogno della presenza (1968)**

“Lo spunto per questo sogno viene da una frase di una paziente circa il desiderio che ci possa esser un progresso “già nei prossimi mesi”, “nelle prossime settimane”, perché la sua situazione attuale è insostenibile. Io rispondo, in seduta, che credo alla possibilità di una svolta già nei prossimi tempi.

Mi domando poi se sono stato sincero, se ho voluto solo tranquillizzarla o se il mio inconscio sia meno scettico del mio Io; se veda meglio del mio Io o mi illuda. Penso allora che un progresso essenziale potrebbe sicuramente avvenire se la paziente fosse durante il giorno in analisi continua e articolasse nella struttura del colloquio le continue amorfe percezioni di un disfacimento interiore.

Nel sogno avanzo questa proposta, in sé irrealizzabile, di un'analisi continua. Ma in quell'attimo la situazione cambia: all'analisi continua in clinica si sostituisce una presenza continua nell'infanzia. Vedo la mia camera da letto da bambino. Io e la paziente siamo entrambi malati. Si tratta di una malattia fisica sconosciuta, ma non



mortale. La paziente è nel mio letto di bambino, io in quello di mio fratello. La paziente è una bambina; io non so. Provo nel sogno una grande tranquillità interiore” (p.145).

Sullo sfondo è presente un’immagine materna, verrebbe da dire una percezione materna di Dio, di un Dio che partecipa del dolore dei suoi figli, senza sottrarsi, prendendosene cura, incarnandosi.

## **Il sogno della rupe (1972)**

“Una donna è su un sentiero di montagna, fra le rocce. Per un caso imprevedibile, scivola giù e precipita. Dapprima sembra che si sfracellerà nell’abisso: un coro di voci dolenti, come nelle tragedie greche, si leva sullo sfondo. La donna rimane invece impigliata a una roccia, sospesa sull’abisso. La caduta potrebbe riprendere da un momento all’altro, ma i pochi minuti di tregua bastano perché il salvataggio venga organizzato.

Un uomo, anch’egli anonimo, che osservo da una terrazza dirimpetto la montagna, tenta il salvataggio con una manovra disperata. Si lascia quindi precipitare nello stesso posto, solo che la sua caduta è cosciente e prevista. All’altezza della donna egli si aggrappa a lei e la tira giù, facendola scivolare verso il precipizio. Questa volta, la vittima non può precipitare più rapidamente di lui, che le sta sotto, e lui precipita "al rallentatore", poiché il suo corpo aderisce alquanto alla parete rocciosa. L’attrito provoca nei due corpi la distruzione di vaste aree della pelle e dei muscoli sottostanti, ma la caduta non è mortale” (pp. 147-148).

Centrale nella riflessione del terapeuta dopo il sogno è lo sdoppiamento della sua persona tra l’osservatore e l’uomo che tenta il salvataggio. Uno sdoppiamento che permetterà alla paziente, in seguito al racconto del sogno, di non sentirsi colpevole dei danni di chi la soccorre e nello stesso tempo di sentirsi raggiunta nella sua sofferenza, nella sua sensazione di perdere dei pezzi. Un ritrovarsi insieme nella caduta che la svuota della sua tragicità mortale e ne fa occasione di incontro, un ritrovarsi assieme che richiede al terapeuta di pagare il prezzo di partecipare della sofferenza della paziente, anche se solo a livello simbolico, qualcosa che avviene in uno spazio senza tempo.

*Riflessioni ed esperienze religiose in psicoterapia*, pur non essendo un libro di tecnica psicoanalitica, è un sicuro arricchimento per ogni psicoterapeuta che vorrà leggerlo. Seppure con altre parole, trovo inoltre profonde assonanze con altri grandi psicoanalisti: come infatti non pensare all’ *Interpretazione dei Sogni* di Sigmund Freud, alla concettualizzazione kleiniana della posizione schizoparanoidea e depressiva, al concetto bioniano dell’Unisono come precursore di ogni Conoscenza? Leggendo le pagine di questo libro mi ritrovo anch’io, nell’incontro con miei pazienti e nella vita quotidiana, ricercatore di un senso personale al di là di ogni dogma religioso o psicoanalitico.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Marcello Pedretti

Voglio concludere con un'ultima frase di Gaetano Benedetti:

“L'essenziale in psicoterapia è l'ineffabile, quello che non può essere guardato da fuori” (Pref. XIV).

## Riferimento bibliografico

Gaetano Benedetti, *Riflessioni ed esperienze religiose in psicoterapia*. Centro Scientifico Editore, Torino, 2005

Il volume è stato pubblicato con il patrocinio della Società Italiana di Psicologia della Religione (S.I.P.R.), della Società di Psicologia Psicoanalitica (S.P.P.) e della Associazione di Studi Psicoanalitici (A.S.P.).



Quest'opera è distribuita con Licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale