



Formazione delle immagini nella mente e nel corpo: una psicoterapia unitaria di Jacob Stattman

Introduzione

Il materiale presentato in questo articolo è basato quasi esclusivamente sulla mia utilizzazione clinica del fenomeno delle raffigurazioni mentali. La parte prima è una discussione della natura, funzione e struttura della raffigurazione. La parte seconda è una presentazione dei procedimenti e dei metodi psicoterapeutici e di esempi delle applicazioni con i clienti. La mia psicoterapia è una combinazione unica di lavoro sulle raffigurazioni, terapia della Gestalt e terapia somatica neo-Reichiana. La presentazione è nella forma di saggio, un tentativo esplorativo nel concettualizzare e condividere il lavoro.

Parte prima - Natura, Funzione e Struttura

Le raffigurazioni presenti durante la coscienza di veglia sono l'argomento di cui voglio occuparmi. Mentre possono non diversificarsi in genere da quelle dei sogni notturni, dalle allucinazioni, dagli stati ipnoidi, ecc. (e credo che non si diversifichino), è all'interno del contesto della "coscienza del sogno"(1) che la terapia si applica. Il contatto con la raffigurazione è sempre tramite la relazione reciproca tra il cliente e la sua peculiare raffigurazione.

I.1 La Natura della raffigurazione

Il contenuto della raffigurazione mentale è costituito semplicemente dalle figure che siamo in grado di visualizzare. Gli oggetti, eventi e atti, che comprendono le scene costruite da queste figure variano nel contenuto, letteralità, vividità e ampiezza. Grosso modo, le immagini si possono caratterizzare in quattro modi:

1. Scene realistiche; possiamo facilmente identificarle poiché sono le stesse nel contenuto della vita esterna che si svolge attorno a noi, sebbene la totalità della scena possa non essere facilmente riconoscibile.
2. Scene realistiche, ma non familiari; pertinenti ad argomenti sui quali non abbiamo esperienza personale, ma che riconosciamo, come gli oggetti della scienza e di tempi storici, sia spazialmente che temporalmente fuori dalla nostra esistenza: scene preistoriche, animali, persone, paesaggi ecc. .
3. Scene surreali che sono composte da oggetti familiari, ma che non sono mai esistiti e non esisteranno mai eccetto nella nostra immaginazione.
4. Raffigurazioni astratte, come pure forme geometriche, immagini di vuoto, colore senza forma, segni e simboli mistici ecc. . .

Più particolarmente troviamo raffigurazioni che ci ricordano la mitologia ed il simbolismo archetipico, che racchiudono fenomeni ed esseri idealizzati così come personaggi di favole, conosciuti attraverso la memoria o immaginati. Potremmo onestamente descrivere tutto ciò come poesia visuale.

A volte il contenuto della raffigurazione è chiaramente indetificabile in quanto parte della nostra esperienza di vita personale. Spesso gli oggetti o eventi o atti sono familiari, ma il contesto non lo è. Vi sono variazioni e distorsioni nella forma o dimensione o colore o movimento che differiscono dai ricordi originari. Quello che rivela la raffigurazione è spesso impossibile da comprendere. Freud parlò del contenuto manifesto dell'immagine che è presente prima che venga fatto qualsiasi lavoro terapeutico. Egli affermò che la funzione della psicoterapia era scoprire il significato latente delle immagini, i fattori psicologici che, quando portati a consapevolezza, davano significato al contenuto manifesto. E' la sua base per l'interpretazione dei sogni, così come è rappresentativa per la maggior parte del lavoro sulle raffigurazioni oggi. La metapsicologia che spiega la struttura e funzione rispetto alle raffigurazioni alla fine determina la forma della psicoterapia. La grande varietà di spiegazioni e definizioni della letteratura psicoanalitica e gli usi in cui è stata messa la raf-

figurazione è già una specie di psicologia collettiva. Il fenomeno sembra sfuggire ad una facile definizione e conoscenza proprio a causa della sua natura e comportamento.

Infatti, le congerie di affermazioni sull'immaginazione ed il suo prodotto, la raffigurazione, è probabilmente più una faccenda del modo in cui la pensano i singoli professionisti che un dispiegamento oggettivo della natura del fenomeno. Ciò si applica sia agli scopi per cui il fenomeno è messo in opera sia ai metodi che derivano dalle attitudini del terapeuta. Mi ricordo la vecchia battuta che i clienti freudiani hanno sogni freudiani, i clienti junghiani sogni junghiani, ecc. . Questo in sé non è necessariamente negativo. Mostra che la raffigurazione ha la capacità di venire avvicinata e utilizzata e integrata in una ampia gamma di modi e che si può in potenza usare per una grande varietà di scopi e persone.

Generalmente la raffigurazione è considerata essere una rappresentazione simbolica di tracce di memoria, una specie di similitudine o metafora dei processi più profondamente primari che sono collocati nell'organismo. Comunemente la raffigurazione è stata vista anche in una luce diversa, meno importante, come significativa solo in rapporto alla patologia, come un sintomo dell'isteria di conversione, e al meglio, un serbatoio di tendenze di evitamento/fuga da parte di personalità nevrotiche. Psicologicamente le immagini venivano considerate come una manifestazione negativa di un comportamento mal funzionante. Dico al meglio, poiché la raffigurazione di veglia conscia ha ottenuto poca attenzione nella letteratura psicologica in cui l'attenzione è stata in primo luogo sulle immagini del sogno notturno e sulle allucinazioni schizofreniche. La raffigurazione è stata per il terapeuta essenzialmente un'espressione di sintomatologia. Vi è, naturalmente, una storia di utilizzazione della raffigurazione di veglia, ma più nel campo dell'ipnosi e del training autogeno, così come nei rituali delle culture primitive, come i Senei diventati famosi di recente.

Quando divenni consapevole della mancanza di obiettività nel campo, costruii un approccio alla raffigurazione basato sui miei modelli meta-psicologici e filosofici. Mi pongo nella scuola esistenziale/fenomenologica, e così le nozioni della natura della raffigurazione ed i processi psicoterapeutici che ne derivano aderiscono a questi modelli. La raffigurazione viene definita multivalente con riferimento a stati dell'essere multipli e significati multipli. Le configurazioni che comprendono i contenuti delle raffigurazioni sono di tale varietà che potrebbe essere più corretto parlare di una ambivalenza essenziale, capace di più di una interpretazione corretta.

La migliore descrizione richiede l'avvertenza che la raffigurazione viene definita soltanto nel contesto e nella relazione. Il suo significato varia col modo e la struttura del contatto che si porta. Un esempio appropriato di ciò potrebbe essere il "principio di indeterminazione" di Heisenberg usato in fisica della luce, in cui la luce è ugualmente ed efficacemente definita come particella o onda a seconda della posizione dell'osservatore rispetto alle osservazioni di raggi di luce che passano attraverso un punto fisso. Per scopi sia analitici che terapeutici, vedo la raffigurazione simultaneamente come simbolo e realtà, *cioè* come la cosa che viene indicata e come la cosa che è in sé. Questo include il detto junghiano che ciò che funziona è reale, e l'assioma Zen che la sola verità è nell'azione appropriata.

I.2 Struttura e funzione

Come la cosa in sé, l'immaginazione e la raffigurazione che la costituisce viene definita come una funzione della mente naturale ed intrinseca, operativa continuamente. Mentre differisce per quanto riguarda il genere, è dello stesso livello della percezione, memoria, pensiero ecc. . . E' una facoltà puramente naturalistica alleata ad altri aspetti del sé nel mistero dell'unità mente/corpo. Essa deriva la propria esistenza da una necessità ancora sconosciuta nell'organizzazione complessiva della coscienza totale e aderisce ai processi della mente non lineari e sinergici. Il contenuto della raffigurazione comprende e rivela quantità e qualità come se una funzione trascendente fosse impegnata ad unire psiche e soma, mentalità e materialità, struttura e funzione. La raffigurazione in apparenza deriva il suo materiale grezzo da un corpo di risorse la cui enumerazione è potenzialmente la somma totale di ogni categoria di identificazione che possiamo portare per la descrizione dell'essere umano. Una lista generale includerebbe: a) i ricordi dell'esperienza dell'individuo; b) i ricordi cellulari ereditati dal passato collettivo umano e pre-umano; c) la somma di percezioni: enteroce-

zione, propiocezione e esterocezione; d) i sistemi e processi vegetativi; e) i dinamismi affettivo-motorio-sensoriali; f) le idee, i giudizi, le riflessioni e le reazioni delle facoltà cognitive; g) le modifiche della coscienza di valore ed eticità; h) le sintesi esistenziali degli affetti delle persone in relazione in ogni interazione del sé con il non sé; i) i materiali che comprendono il futuro non ancora esistente che sono manifesti in aspirazioni, desideri, fantasie e nei confronti di fantasie conscie ed inconscie. Tutto il summenzionato si unisce di momento in momento in immagini e scene particolari alle quali attribuisco coerenza interna.

Del numero potenzialmente infinito di immagini che potrebbero essere costruite, l'immaginazione ci presenta un quadro organizzato in modo specifico. Non abbiamo ancora la conoscenza per stabilire i parametri di questo processo di selezione nel momento particolare e per periodi di tempo. Si presume che l'immaginazione unisca i vari e differenti input per soddisfare una qualche esigenza ontologica, un bisogno essenziale di completamento, un provvedere alla chiusura continua del cerchio dell'esistenza vissuta.

Le immagini particolari che emergono rappresentano le selezioni più appropriate possibili con riferimento alla gestalt totale dell'organismo in modo continuo e sequenziale. Una ulteriore ipotesi è che l'immaginazione è un aspetto innato di un processo di feedback da cui altri processi, funzioni e sistemi dell'organismo dipendono. In breve l'immaginazione è percepita essere un anello vitale nel modo in cui l'organismo *preso per intero* funziona, sopravvive e cresce.

In questo senso l'ipotesi è che ogni categoria di spiegazioni che potrebbe essere applicata al fenomeno della raffigurazione (sia psicologico, psicomotorio, fisiologico, cognitivo, creativo ecc.); alla fin fine può essere ridotta alle forme simboliche stesse che sottostanno alle strutture ontologiche per le quali non abbiamo descrizione adeguate. Se ci fosse un linguaggio che potesse essere uguale alla descrizione totale di tutto ciò che è implicato nella definizione di una persona, questo linguaggio includerebbe tutt'altri criteri di spiegazione. Ma tale linguaggio non esiste. Il più vicino possibile è il linguaggio della poesia. T. S. Eliot lo disse: noi siamo "la rozza bestia che si muove scompostamente verso Betlemme" (da *La Terra Desolata*).

In questa luce persino la raffigurazione stessa deve essere interpretata come manifestazione parziale, un ventaglio di possibilità esso stesso dipendente dagli altri aspetti del sé in una partecipazione collettiva nel dramma dell'auto-realizzazione. Se continuiamo su questa falsariga, diviene più chiaro il perché la raffigurazione sia un eccellente mezzo psicologico, un mezzo con il quale entrare nel cerchio dell'essere ed un sentiero per identificare e contattare i punti di vista del corpo, emozioni, pensieri e comportamenti.

Se la raffigurazione è un mezzo di attività energetica, con tutto quello che è stato detto fino ad ora, abbiamo un anello vitale tra psiche e soma, linguaggio ed espressione non verbale, sé interiore ed effetti della persona in comunione.

I.3 Implicazioni psicologiche

Secondo le parole del fenomenologo, J. H. Van Den Berg, "stiamo continuamente vivendo la soluzione dei problemi che la riflessione non può sperare di risolvere"(2). Prendendo in considerazione la psicoterapia che descriverò, la partecipazione e l'intervento nella vita della raffigurazione ci permetterà di intervenire e contattare molti livelli dell'esistenza psicologica efficacemente e affettivamente. In quanto simbolo la raffigurazione si rivolge all'inconscio e lo stimola in una unione apodittica di conoscenze, esperienze ed intuizioni.

La mente viene illuminata e descritta nelle sue varie parti. Mentre le categorie della ragione e dell'obiettività inibiscono il non-verbale ed il pre-cognitivo, la raffigurazione ci mette in grado di trascendere questi limiti mentre li include. Abbiamo l'unione tra l'ego risvegliato ed i substrati dell'essere chiamati comunemente inconscio. Platone parla del bisogno di rifocalizzare la mente per correggere i disturbi della nascita, per armonizzare l'intera cura(3). Mentre definisco l'immaginazione e la sua manifestazione nella raffigurazione, essa è il *sine qua non* dei processi di focalizzazione della mente ed il più definitivo e comprensivo mezzo di contatto con i costituenti del sé. Nel nostro comportamento combiniamo ciò che è aperto, flessibile mutevole con quello che è rigido, inibito, fisso, cronico e, di conseguenza, deterministico. Quello che produce l'atteggiamento deterministico

è largamente (pensando alla patologia) dovuto ad esperienze collettive di denaturalizzazione - o in termini psicologici più ortodossi - la somma dei dinamismi di repressione, negazione, malfunzionamento, deformazione e crescita sottosviluppata e inibita. Nella raffigurazione, troviamo i costituenti di crescita e contro-sviluppo. Troviamo le sane manifestazioni degli elementi del sé in via di sviluppo, ma anche le fisse ed incomplete, ripetitive "gelate" raffigurazioni che coincidono con nostri altri modelli e oggetti di immobilizzazione, frustrazione e nevrosi. Le immagini contengono le impressioni fissate di quei momenti e di quegli eventi di non piacere, paura e ostilità, che rimangono inconsciamente bloccati nei modelli di tensione somatica e nelle abitudini psicologiche che perpetuano i cerchi chiusi di autosconfitta: immagini negative del sé investite di energia di cui abbiamo disperatamente bisogno di appagarci secondo le nostre potenzialità.

Ogni terapia ha in comune una meta: portare a consapevolezza e risolvere quei fattori che causano disagio. Una terapia esistenziale\umanistica ha in più la meta di sviluppare gli aspetti sani della personalità oltre la norma dell'esistenza "aggiustata". La raffigurazione viene impiegata per questi due fini. Nel primo caso la raffigurazione aiuta nel dispiegamento dell'eziologia e nel mantenimento di modelli di malattia. Per quanto concerne la seconda meta la raffigurazione fornisce una più grande comprensione della natura del comportamento umano, incluso le funzioni che la raffigurazione stessa soddisfa.

Lavorando con la configurazione a livello della coscienza di veglia, noi sosteniamo pienamente le risorse dell'ego: discriminazione, giudizio, valutazione, riflessione e sintesi cognitiva. Ugualmente e simultaneamente suscitiamo il contatto con i contenuti dell'inconscio e (in special modo nei metodi che descriverò) con le dinamiche delle strutture corporee vegetative, fisiologiche e psicosomatiche. C'è una realtà rivelata dall'immagine che è pertinente sia al mondo psichico che biologico. Il fenomeno della raffigurazione coincide col concetto di un accadimento dinamico così come viene definito da Harry Guntrip, uno dei fondatori della psicologia delle relazioni oggettuali:

"I concetti della fisica moderna ci possono ancora fornire un punto di partenza nell'ipotesi che la realtà come la sperimentiamo e percepiamo consista non di particelle di materia immutabile su cui opera un'energia separata, ma di eventi la cui natura materiale, spaziale e temporale quale appare alla nostra percezione sono relativi alla nostra posizione e movimento in quanto osservatori. Nell'"evento" struttura ed energia appaiono non come "cose" separate, ma come aspetti logicamente distinguibili di un tutto che è allo stesso tempo organizzato e attivo, un accadimento piuttosto che una cosa." (4)

e,

"Secondo il biologo Szent Gyorgi, struttura e funzione sono due facce della stessa medaglia. Ciò che percepiamo come struttura è, da un diverso punto di vista, un fluire di eventi energetici." (5)

Quando siamo in grado di organizzare un contatto vivo esistenziale o con la struttura immanente nella raffigurazione o con le funzioni rivelate dalla raffigurazione, abbiamo contatto ed influenziamo l'altro, abbiamo accesso all'essenziale flusso energetico, agli eventi, oggetti ed attività che comprendono e determinano l'essenza del comportamento. La struttura è fornita dai particolari della esistenza individuale, la molteplicità di questa esperienza è generalizzata e illustrata dall'immagine in una unità di fattualità e possibilità. Possiamo evincere da ciò una spiegazione per il potere di rivelazione e trasformazione che accompagna l'uso della raffigurazione. Quando dico fattualità non mi riferisco ai fatti in quanto oggettivi nel senso comune. Intendo con il termine "fatto esistenziale" i dati dell'esperienza investiti dall'energia, dalla funzione, un insieme vivo.

So che comunemente ci si riferisce a fenomeni come la raffigurazione come ad artefatti, oggetti fatti dall'uomo, ma la descrizione si rifà alla nozione di "oggetti": il problema è scontato. Questi "oggetti" immagine sono un costituente dell'uomo. Se un fatto è una rappresentazione accurata di ciò che è indubitabilmente esso stesso, allora il costrutto dei fatti esistenziali trae rilevanza dal punto di vista dell'analisi fenomenologica. Se prendiamo in considerazione l'approccio unitario la nostra lingua è povera nella formazione e nell'impiego di parole, concetti ed idee non dualistiche. Nel momento in cui cerchiamo la totalità il nostro linguaggio diviene lo strumento di una forma di conoscenza riduttiva, dualistica, soggetto-oggetto e rende inadeguata la nostra esperienza e le nostre descrizioni dell'esperienza. "Il nostro linguaggio è una mitologia esangue" (G. Marcel)(6).

In termini di struttura la raffigurazione non può che essere in qualsiasi momento in riferimento alla continuità totale dell'individuo. Se potesse essere altrimenti non si conformerebbe alla funzione e struttura dell'immaginazione come è stata postulata fino ad adesso. Ciascuna immagine e sequenza di immagini, non importa quanto siano incomprensibili alla coscienza ordinaria, è il prodotto della somma delle parti, in ogni momento. I cambiamenti nella raffigurazione si conformano agli stessi principi, per cui l'immaginazione può essere descritta come l'organo della pura possibilità (Casey)(7). Questa è un'altra spiegazione della sua potenzialità terapeutica.

La raffigurazione non può essere isolata dai suoi elementi e fonti costituenti o dalle sue relazioni intrinseche con il resto del sé, i confini non sono definibili. Solo le manifestazioni sono distinte nelle immagini che vediamo, nelle immagini create dal linguaggio, attraverso l'arte ed in ogni altro sforzo creativo. Siamo nel regno di quello che Arthur Koestler chiama bi-sociazione: il fondersi di elementi disparati per formare un nuovo tutto(8).

In termini psicologici, i panorami simbolici della raffigurazione rappresentano la persona in quanto microcosmo. All'interno dell'immagine discerniamo e assumiamo le categorie familiari della personalità: proiezioni, introiezioni, retroiezioni, resistenze, difese, impulsi ecc., la somma delle strutture e funzioni psicosomatiche. Ciò si ottiene perché l'immagine è derivata da una sintesi di memoria, esperienza e percezione. Nell'emergenza finale delle vere e proprie immagini si presume che i dettati dell'organismo vengano soddisfatti con rispetto per la appropriatezza e per le dinamiche del sé in ogni momento. Un esempio preso da un membro di un gruppo in training illustrerà queste presupposizioni in un certo grado.

L'esempio può apparire in qualche modo spensierato e persino stravagante, ma gli effetti dell'esperienza per queste persone furono seri e significativi. La raffigurazione sorse spontaneamente quando :

“ Fu chiesto quali parti del mio corpo fossero tese. Questa, come al solito, era la parte posteriore delle gambe e le cosce. Visualizzai una pannocchia sul suo supporto di gomma all'interno e gradualmente ciò influì sulla mia schiena che era una lastra di vetro quadrata. Erano uniti assieme a ventosa a mo' di tavolo a due gambe. Dopodiché iniziò a fluttuare nello spazio e attorno alla terra, che divenne un hamburger. Potevo vedere la luna che era un piatto ed il sole che era se stesso. L'hamburger aprì la "bocca" e venni tirato dentro l'oscurità dove potevo avvertire l'odore della carne calda. Fluttuai lungo i suoi bui corridoi ed improvvisamente arrivai al Planetario di Londra dove divenni un tavolo con due sedie. La gente metteva delle cose su di me, posacenere che scivolavano. Tutto a un tratto le gambe diventarono sempre più lunghe ed io sfondai il tetto, andai su nello spazio, passai l'hamburger e caddi contro il muro del mio studio. Mi sentivo molto stabile contro il muro mentre giacevo orizzontalmente contro di esso. Dopodiché iniziai a vedermi verticalmente e vidi l'intera forma della gamba. Il Planetario di Londra era la giuntura dell'anca, l'hamburger era la giuntura del ginocchio e la lastra di vetro era il piede. A unire il vetro e l'hamburger era la pannocchia sul suo supporto che adesso andava diritto attraverso l'hamburger e sul Planetario. Quando fermai le immagini e mi alzai trovai che la mia anca era più sciolta di quanto lo fosse mai stata nonostante i trattamenti medici da me ricevuti.”

Nessun dubbio che la raffigurazione particolare fosse appropriata alla personalità di questo individuo che avrebbe potuto a malapena essere inventata da qualcun altro e che gli permise di risolvere dal punto di vista simbolico una malattia puramente psicosomatica. Nei termini di un tale esempio si potrebbe quasi dire che l'immaginazione non ha problemi con la bi-sociazione: una giuntura del ginocchio diviene prontamente un hamburger tramite una logica di struttura e funzione che è basata sulla naturalezza organica. Illustra anche un punto che tratterò nella seconda parte concernente la sconsigliabilità della interpretazione della raffigurazione secondo questa o quella psicologia del simbolismo.

L'intenzionalità terapeutica sta nell'aver fiducia nelle immagini che via via si presentano come le più logiche, appropriate ed efficaci, dati i particolari di una personalità specifica, individuale. L'immaginazione ha il potere di fare ciò in modo sconosciuto, ma dimostrabilmente molto superiore a quello della mente conscia dell'osservatore\terapeuta.

Per quanto riguarda l'immagine in quanto simbolo e simultaneamente realtà in se stessa, c'è un altro aspetto difficile da tenere in considerazione. Il significato della raffigurazione può essere difficile per noi da decifrare e interpretare, ma questa è un'affermazione riguardante la nostra relazione conscia alle immagini, non significa che vi sia confusione o difficoltà entro il regno intrinseco delle immagini stesse. Può essere che le immagini come si determinano siano parte di un modo di comunicazione interno, necessario e organico dal quale dipendono altri processi e sistemi per il loro sviluppo e funzione. Quando vi sono disfunzioni o distorsioni nell'organismo, ciò tende a manifestarsi in tutto l'organismo senza riguardo a dove e come si è originato.

La funzione omeostatica di base dell'immaginazione partecipa alla circolarità dell'esistenza. Considerate l'affermazione di Beres: *“L'immaginazione non è, quindi, l'osservazione della realtà, ma permette, piuttosto, un mezzo di adattamento alla realtà. . . Solo con lo sviluppo del processo immaginativo, la capacità di creare una rappresentazione mentale dell'oggetto assente, il bambino progredisce dalla risposta immediata senso-motorio-affettiva sincretistica alla risposta concettualizzata astratta e ritardata che è caratteristicamente umana”*.(9)

Tenendo a mente l'esempio del cliente della pagina precedente, suggerirei che l'immagine ha il suo potere effettivo e simbolico e le sue forme precise attraverso una *identità logica* di struttura e funzione con le parti costituenti del sé che sono rappresentate, cioè la forma è diversa, ma il significato è esattamente lo stesso.

Anche se l'intera discussione (e sforzo) precedente per chiarire il carattere della raffigurazione è fin troppo breve, essa contiene gli elementi che conducono alla formazione dei principi e metodi con i quali impiegare il fenomeno della raffigurazione nella psicoterapia e nella crescita, l'argomento di questo scritto.

Parte II - Psicoterapia: Principi e Metodi

II.1 Introduzione

Un principio cardinale del Buddismo è che la sofferenza umana è dovuta all'ignoranza della vera natura del sé. Il principio della guarigione e del cambiamento è allora quello di diventare illuminati poiché la causa è l'ignoranza, non la malattia. La persona in crisi non sa. Questo è anche il principio operativo e teorico di base della Psicologia integrata: assistere l'individuo a raggiungere intelligibilità su se stesso. Questa intelligibilità si ottiene quando la mente umana incontra una realtà congruente con la sua natura essenziale. Questo approccio permette ugualmente un alto livello di dignità e rispetto a chi soffre ed evita la stigmatizzazione associata all'essere un "paziente". Nel lavoro c'è un impiego sinergico dell'uso della raffigurazione mentale, della terapia della Gestalt, dei metodi somatici di Reich e dei neo-Reichiani e il mio contributo personale sotto l'egida del principio di espandere la consapevolezza di ciò che sta effettivamente accadendo "qui ed ora". La terapia, come la raffigurazione stessa, non è divisibile in pratica nelle sue parti, ma comprende un flusso di contatto, risposta e azione. L'immediatezza unificata è nella relazione terapeuta\ cliente. Entro i limiti di questo articolo, il focus è sul lavoro con la raffigurazione e non è una descrizione del processo completo. Viene impiegata sia la raffigurazione guidata che spontanea. La raffigurazione guidata è un tema prescritto, una storia o un processo diretto ad una meta. Per raffigurazione spontanea intendo quelle immagini che sorgono naturalmente nel corso della sessione. I metodi della Gestalt vengono usati per facilitare un impegno esistenziale con i contenuti delle immagini, per "riappropriarsi" delle proiezioni, ribaltare le retroiezioni ed accrescere la consapevolezza. Le terapie somatiche impiegate nel coinvolgimento diretto del corpo rilasciano tensioni, memorie, affetti e risposte involontarie sepolte nelle posture croniche e fisse del linguaggio dei gesti, nella motilità congelata della muscolatura, degli organi e sistemi vegetativi e nelle strutture neurali chiuse (risposte condizionate) del sistema nervoso. Questi approcci impiegano un repertorio estensivo di metodi e tecniche la cui padronanza richiede conoscenza approfondita e la cui descrizione va al di là degli scopi di questo scritto.

In relazione al terapeuta viene usata la libera associazione verbale legata ai contenuti delle raffigurazione, ma il processo principale è il mantenimento di un dialogo tra il partecipante e la raffigura-

zione e tra il terapeuta ed il cliente. Il dialogo è della natura di una dialettica continua, un *elenco*(10). E' come la magistrale interrogazione di Socrate, un dialogo simile per molti versi alla tecnica della "abile frustrazione" del metodo della Gestalt di Fritz Perls. Nel caso seguente vi sono alcuni esempi di ciò all'opera. Lo scopo della dialettica è lasciare la responsabilità della risposta, l'impegno e la comprensione, al cliente il quale porta i suoi schemi di riferimento ed esperienza (non quelli del terapeuta) al problema in questione. La richiesta di intelligibilità viene accresciuta e ravvivata e la responsabilità primaria del terapeuta è di assicurarsi che la dialettica non venga violata dalla resistenza e da schemi di dipendenza. Durante la sessione vi è un continuo processo di diagnosi delle strutture difensive, della relazione tra il cliente e la raffigurazione e dalla qualità di consapevolezza e conoscenza che viene mostrata dal cliente. Spesso il lavoro è all'80-90% di diagnosi di questo tipo. Durante il processo vi è un continuo movimento tra l'affetto e la diagnosi eccetto durante quei momenti in cui succede l'abreazione. Alla fine della sessione o in una sessione susseguente il cliente discute l'esperienza, esamina gli insight ed esplora le implicazioni del lavoro.

II.2 Partecipazione alla vita della raffigurazione

La combinazione di un ego pienamente presente e della raffigurazione è forse una delle sole volte in cui conscio ed inconscio si incontrano in un de-differenziato luogo di consapevolezza, una unità di percezione, affetto e cognizione.

Dinamicamente l'intenzione è evocare uno stato trans-soggettivo, un incontro del verbale e del non verbale da una posizione in cui l'individuo possa fare scelte effettive e sperimentare un nuovo comportamento.

Lo stato di veglia è ancora più importante poiché la forza dell'ego e la sua capacità di integrare i materiali affettivi, fatti venire a galla dai vari metodi, è di importanza fondamentale per il progresso terapeutico. Il modo in cui la persona reagisce al contatto con la raffigurazione è precisamente una metafora del suo comportamento nella normale vita di veglia. In qualsiasi momento può avvenire un cambiamento nel comportamento che rappresenta una trasformazione della personalità. L'attenzione del terapeuta è centrata principalmente sulle strutture di resistenza e di difesa e sulle dinamiche proiettive. Gran parte del lavoro verbale è inteso a svelare le distinzioni tra i sintomi e le cause soggiacenti. Il cliente è in grado di vedere velocemente che le stesse strutture di comportamento che vengono rivelate dal lavoro sulle raffigurazioni esistono in modo simile nelle loro vite ordinarie, nel lavoro col corpo e nelle loro interazioni con il terapeuta.

Parlando in termini tecnici, il focus è sulle strutture caratteriali (e strutture somatiche funzionalmente identiche) che rappresentano i compromessi nevrotici e maladattati rispetto alla naturalezza ed all'azione auto-affermativa.

I fattori qualitativi (intelligibilità, consapevolezza, affetto e percezione) e quantitativi (livelli di energia, risposte somatiche, gesti) che hanno effetto sulla relazione con la raffigurazione sono proporzionali al grado e genere di contatto che la persona può iniziare e mantenere. Il lavoro diagnostico prende in considerazione quello che manca in queste transazioni e quali cause implicite conducono a strutture di distorsione, disfunzione e insoddisfazione rispetto al contatto. Allo stesso modo viene esaminato il contatto che riesce. Una parte importante dell'intero processo è che la raffigurazione viene contattata a molti livelli di eccitamento energetico. Mentre è più tradizionale e consolidato lavorare con la raffigurazione in uno stato di rilassamento in una atmosfera di relativo isolamento e pace, trovo ciò sia una restrizione non necessaria e limitante ed un uso fin troppo ristretto delle risorse della raffigurazione. Per quanto concerne la mia esperienza trovo che sia più spedito e globale lavorare con stati vari di eccitazione incluso quello del rilassamento profondo come lo si trova in meditazione, con la consapevolezza "normale", in stati di crisi ipermaniacali e con vari livelli di stress conscio.

Ad ogni istante la raffigurazione è disponibile alla consapevolezza. Stati diversi di eccitamento rivelano aspetti differenti della psiche e del soma ed offrono al cliente una varietà di opportunità di autoscoperta. E' in momenti di anormalità e di crisi che abbiamo bisogno di insight, scelte e capacità per comportarci in modo più integrato: lavorando con la raffigurazione a questi livelli, le nostre potenzialità si accrescono e si sviluppano.

Fintanto che viene mantenuto il contatto con la raffigurazione possono presentarsi ed in effetti si presentano l'affetto, l'intelligibilità e l'azione. C'è un processo congiunto di concretizzazione e polarizzazione in funzione sempre ed in ogni stato dell'essere. La polarizzazione (per la quale sono disponibili molte tecniche) chiarisce i costituenti psicologici del flusso di immagini ed aiuta a "rendere l'inconscio conscio". La concretizzazione è l'atto di radicare il contatto con la raffigurazione nelle situazioni quotidiane: "rendere esso reale", cosicché l'individuo non sviluppi l'abitudine di vivere solo entro il setting terapeutico. Concretizzare significa intraprendere i passi verso l'integrazione, verificando la propria esperienza terapeutica alla luce delle relazioni non-terapeutiche.

II.3 Metodi di evocazione ed intervento

L'evocazione della raffigurazione è semplicemente in risposta alla richiesta del terapeuta di dire "quello che vedi adesso". Con temi diretti viene offerta alla persona un soggetto da visualizzare: "guarda una montagna", "esplora una spiaggia;" ecc.

Con raffigurazioni che sorgono spontaneamente la richiesta di narrare ciò che viene visto è sufficiente ad evocare la raffigurazione. Coloro i quali hanno grande difficoltà a visualizzare hanno generalmente un'ansia eccessiva riguardo a perdere il controllo del conflitto e ad arrendersi all'esperienza che non è rigidamente prevedibile, specialmente quando quella esperienza include il contatto con esperienze non ordinarie.

La spiegazione biologica dell'emergenza della raffigurazione è associata alla teoria che la neocorteccia e la corteccia inibiscono il libero fluire dell'affetto considerato necessario per la produzione ed il recupero delle immagini. Il rilassamento e la suggestione abbassano il tono corticale, disinibiscono i processi subcorticali e facilitano la produzione di immagini. Non posso discutere con la fisiologia, ma le mie esperienze, specialmente in termini di lavoro con le immagini ad ogni livello di eccitamento, mi suggeriscono altrimenti. Ipotizzo piuttosto che un certo grado di integrazione dei cervelli "separati" e delle strutture vegetative faciliti l'evocazione della raffigurazione. Credo sia più una questione di metabolismo energetico che di inibizione dei più alti stati corticali. Essenzialmente, la mia terapia dipende da questa ipotesi teorica dacché le richieste di intelligibilità e consapevolezza espansa richiedono il più pieno contributo delle facoltà corticali sviluppate.

Ipotizzerei piuttosto che la neocorteccia, associata al pensiero astratto e la corteccia associata al comportamento preverbale e la paleocorteccia associata al sistema limbico (il "cervello viscerale"), uniscono le forze, le funzioni ed esperienze per produrre una sovracoscienza, uno stato alterato. Ecco le implicazioni per una nuova ricerca fisiologica!

Tuttavia alla fisiologia non viene richiesto di fare il vero e proprio lavoro sebbene esso abbia delle implicazioni per lo sviluppo di metodi e tecniche e per la comprensione dei fenomeni che emergono durante il lavoro. Per esempio accade spesso che degli individui si sperimentino come pesci, con branchie e squame, o come creature e rettili preistorici (un ritorno filogenetico alle nostre origini), mentre simultaneamente mantengono la piena consapevolezza della realtà normale. Dal punto di vista delle tecniche la raffigurazione può essere evocata in molti modi.

Per la facilitazione della raffigurazione spontanea la lista seguente è un esempio parziale dei metodi (in nessun momento viene detto alla persona *cosa vedere!*):

- a) Prescrizione verbale: esempio "sentiti come una vecchia ruota". Le istruzioni sono: descrivere la ruota, visualizzarla, collocarla nel corpo e stabilire un contatto con essa.
- b) Completare un sogno notturno: dopo la ripetizione del sogno, visualizzare le stesse immagini qui e adesso.
- c) Accompagnare le sensazioni fisiche, i dolori o i movimenti involontari con la tua attenzione su quella parte del corpo, "Vedi se sorgono delle immagini".
- d) Accompagnare il lavoro bioenergetico, mobilizzando l'energia o con tecniche di rilassamento.
- e) Seguire le libere associazioni: collocare gli oggetti, gli individui e/o gli eventi nella vostra mente visuale.
- f) Soddisfare un desiderio diretto ad una meta: voglio esplorare, o raggiungere o contattare. . . . qualsiasi cosa nella richiesta della persona che ha del potenziale per concretizzarsi può essere visualizzato.

g) Assieme a, o come risultato di una qualche forte esperienza emozionale: con questi sentimenti cosa vedi?

h) A seguito di una fantasia conscia : "Se fossi in Tibet, scalerei la montagna più alta" (ritengo che la fantasia sia un tipo di raffigurazione, non è sinonimo di raffigurazione ed è limitata alla coscienza ed al controllo da parte della mente razionale, ma l'uso della fantasia conduce alla emergenza della raffigurazione spontanea). "Che aspetto ha la montagna?".

i) Attraverso l'impiego di proiezioni che vengono a loro volta visualizzate: "Mi guardi come se fossi arrabbiato con me". "Guarda dentro e osserva il mio viso".

La lista potrebbe andare avanti, ma la chiave è che qualsiasi cosa in grado di essere vista normalmente nell'ambiente (oggetti naturali, creazioni umane, combinazioni immaginarie di oggetti naturali e processi ecc.) è nella condizione di essere visualizzata. Più è varia l'esperienza di vita reale di una persona, più ricca e fertile diviene la sua raffigurazione e la capacità di trasformare le esperienze immaginifiche a vantaggio di situazioni di vita reale.

Anche gli interventi nella raffigurazione assumono molte forme ed i metodi e le tecniche sono altrettanto vari come quelli dell'evocazione. Gli interventi sono basilarmente di due tipi: quelli che vengono usati per manipolare la raffigurazione stessa; quelli che influenzano la relazione tra la raffigurazione ed il contatto con la raffigurazione.

Interventi entro la raffigurazione

I metodi in questo caso vengono impiegati invitando il cliente ad "essere" (come in Gestalt) i vari oggetti e creature nella raffigurazione mentre dialogano l'uno con l'altro, o per semplice suggestione, es: "Lascia che l'albero divenga più piccolo e vedi cosa succede". Inoltre si può sfruttare la natura intrinseca della raffigurazione per ottenere certi effetti.

Alcuni dei metodi specifici sono:

I Conversione: collocazione dell'immagine nel corpo: "Usate l'occhio interiore per trovare quella cosa nel vostro corpo."

II Mutazione: permettere che due immagini si avvicinino, si fondano e si trasformino in una nuova forma.

III Cambio temporale: trovare l'immagine in una esperienza infantile o in una situazione diversa. "Immagina che questo esistesse quando eri un bambino", "Immagina che questo succeda tra dieci anni".

IV Focalizzazione (cambio spaziale): aumentare o diminuire la distanza tra oggetti-immagine: "Fa che due animali si avvicinino", "Quando le barriere vengono rimosse, quali cambiamenti accadono".

V Dialogo infra-immagine: lascia che la scatola parli al fiore. "

Tutti questi metodi portano cambiamenti spontanei nella raffigurazione e sono accompagnate da un cambiamento nella relazione cliente-immagine.

Interventi tra il cliente e la raffigurazione

Questi metodi sono impiegati per mezzo di tecniche che coinvolgono il cliente direttamente con il contenuto della raffigurazione, usando il dialogo, la Gestalt e la libera associazione.

I Immagini di discesa e ascesa: la discesa o l'ascesa possono aver luogo in termini ordinari, come usando una scala o in una realtà non ordinaria, come andando sotto il mare, su fino al sole, giù al centro della montagna ecc. In questi esempi, il cliente visualizza di essere nella situazione.

II Formazione di relazioni: inviti al cliente a prendere contatto con le persone o creature nell'immagine, tramite "il dialogo" il contatto oculare, il contatto fisico, la partecipazione alla stessa attività, ecc.

III Incorporazione dell'immagine: tramite il cliente, gli oggetti della raffigurazione instaurano un dialogo diretto col terapeuta o altre persone significative. "Sii un orso e parlami di te". "In quanto cavallo bianco parla direttamente con la madre di Bob". "Da ragazzina, come ti presenti ai miei occhi (del terapeuta)? .

IV Come risultato di cambiamenti nel corpo del cliente: "Quando il tuo stomaco si tende, cosa accade all'immagine?". "Con quel dolore, come reagisce l'ago nel tuo cuore?".

V Cambiamenti corporei come risultato di cambiamenti di immagini: "Quando la guaina di acciaio diventa più sottile, quali sensazioni senti nel corpo e dove?".

Questo incontro di immagini nel cliente è una tecnica trasformativa per evocare cambiamenti nella raffigurazione del corpo e nella persona. Durante gli interventi entro la raffigurazione, si vengono a creare dei brevi periodi in cui una specie di "sospensione della finzione" è così intensa che per il cliente le immagini sono altrettanto se non più reali della ordinaria realtà di veglia. Sono questi momenti che portano profondi e significativi cambiamenti nella personalità nel modo più breve ed efficace. Questi sono momenti esistenziali di unificazione più profondi dell'insight o della comprensione e lo scopo di mantenere la dialettica ed il contatto tra cliente e raffigurazione è di facilitare questo tipo di impegno. Durante questi momenti la consapevolezza è alterata e il potere di guarigione della raffigurazione è al massimo: il dualismo tra cliente e raffigurazione è stato trasceso e l'esperienza è apodittica. Di solito l'evento è autosvelatore nel suo effetto e significato in modo così chiaro che in seguito c'è poco da discutere.

Un altro principio di intervento necessita di essere enunciato per aiutare a spiegare le dinamiche di trasformazione. E' collegato principalmente alla collocazione delle immagini nel corpo. Ho scoperto che materiali quantitativi e strutturali che compongono gli oggetti-immagine trovati spontaneamente nel corpo corrispondono direttamente al grado di resistenza e ansia che accompagnano le condizioni psico-fisiologiche attuali di particolari segmenti ed aree del corpo. Inoltre vi è una logica che caratterizza questo tipo di raffigurazione che riconosce ed incorpora funzioni specifiche delle aree del corpo rischiarate dalle immagini. La regola che emerge è che più grande è la tensione e più profonda è l'ansia rispetto all'affetto e alle memorie associate a particolari funzioni corporee, più in basso nella scala organica è l'immagine. A livello più decorporato e alienato troviamo la plastica. Ascendendo verso la piena vitalità troviamo minerali, leghe di metalli, metalli puri, legna, oggetti vegetativi (piante ecc.), seguiti dall'intera gamma di creature viventi, iniziando con cose quali i vermi e procedendo attraverso l'evoluzione animata fino a raggiungere l'esistenza umana. L'ontogenesi sembra ricapitolare la filogenesi.

Questo fenomeno particolare dell'immagine fornisce una chiave potente al significato della raffigurazione ed una spiegazione del potere affettivo della raffigurazione. Rispetto agli interventi è quindi possibile al cliente tentare di cambiare la sua natura nella direzione di una maggiore umanità. Nel proseguo della terapia, il cliente può letteralmente vedere come cambiano le immagini secondo questa regola in accordo con i cambiamenti nelle emozioni, del contatto e del comportamento. La regola fornisce una sorta di istantanea lettura delle condizioni interiori somatiche e psichiche. Potrebbe essere la base per delle nuove informazioni riguardo le nostre funzioni biologiche e psicosomatiche ed i processi mente\corpo in generale.

Darò alcuni esempi. Una donna scoprì che il suo cuore era racchiuso nella plastica. Ella era ciò che potremmo definire una persona di plastica. Quando iniziò a tentare di rimuovere la plastica il risultato immediato fu un pianto profondo, grande ansia e il bisogno di fermarsi. Nel corso del processo la plastica si trasformò in gomma che ancora racchiudeva il suo cuore interamente. Aveva chiaramente fatto un passo verso l'umanizzare se stessa.

Un altro individuo trovò una guaina di acciaio attorno alla vita sufficientemente forte e spessa da immobilizzare il suo respiro e tagliare via le sensazioni sotto la cintola. Sperimentando con la manipolazione dell'acciaio, nella direzione di assottigliarlo e restringerlo, il respiro si approfondì e sorsero sensazioni sessuali. Immagino che l'acciaio rappresentasse profonde tensioni nel diaframma. Infine, perché si manifestasse un pieno funzionamento la guaina di acciaio avrebbe dovuto essere sostituita da immagini più umane fino a che non vi fossero più immagini o solo quelle che si conformano alle nostre idee e conoscenza di una sezione mediana in buona salute.

Prendendo la raffigurazione del corpo così letteralmente è possibile raggiungere un contatto diretto con i sintomi nervosi e vegetativi soggiacenti le funzioni psicosomatiche. Durante il processo è an-

che necessario lavorare attraverso le memorie rilasciate, gli affetti ed i conflitti psicologici che accompagnano il processo di trasformazione. Il dialogo in questo tipo di lavoro rivela spontaneamente le connessioni latenti tra il corpo e la psiche.

Cliente: "Vedo un ananas dentro di me nel plesso solare. Parlando di ananas so che c'è del succo dentro di me. Qualcuno dice che non ho succo, sono solo uno spiritoso rinsecchito. Ma vi è del succo dentro me. Posso nutrire le tue (del cliente) lacrime, ma ho bisogno di qualcuno per farmi sanguinare"

Terapeuta: "Cosa mantiene l'ananas chiuso ermeticamente?"

C: "L'esterno è squamoso e durissimo: le squame sono fatte di legno o di plastica ad imitazione naturale."

T: "Tocca le squame e fatti un'idea migliore del materiale."

C: "Sono coperto di vernice argentata e non riesco a trovare quale sia il vero materiale."

Un'altra persona sognò un gallo con la zampa sinistra mutilata da un profondo taglio vicino al fianco. Quando continuammo questo sogno con la raffigurazione, il cliente venne in contatto con le tensioni nella sua gamba che si manifestavano come guaine di acciaio connesse alla bassa schiena. La conseguenza psicologica era una diminuzione del suo senso di individualità, particolarmente nel campo della sessualità e creatività.

La gamba sinistra era stata "equalizzata" cosicché si poté adattare meglio in famiglia e nel suo ambiente sociale. L'equalizzazione prese la forma di attaccare le sue guaine d'acciaio (cioè la negazione della sua potenza ed individualità per mezzo di tensioni involontarie). Quando fui in grado di rimuovere gradualmente queste guaine grazie alla terapia, prese a dipingere per la prima volta in vita sua e attualmente sta continuando.

Un caso clinico

Nel caso dettagliato che segue, ci sono ampi esempi della maggior parte dei procedimenti di intervento che ho discusso. Il cliente era stato un avvocato, ma adesso aveva cambiato professione e si stava preparando a divenire uno psicoterapeuta. Aveva avuto grande successo nella sua professione originaria e nel suo stile di vita, ma trovava tutto ciò assurdo. Nel suo comportamento oscillava piuttosto rapidamente tra il freddo professionista e il bambino affamato che ricerca gratificazione in modo disperato. Quando parlava restava quasi senza fiato, i suoi movimenti erano intensi e veloci e vi era raramente spazio per un possibile rilassamento. Aveva una pronta facilità a visualizzare, dovuta in parte all'enorme quantità di energia che costantemente teneva giù. La seguente è la trascrizione abbreviata della nostra terza sessione assieme.

Questa è un'illustrazione del vero e proprio lavoro con l'immagine ed il corpo. Ho aggiunto alcuni brevissimi commenti tra parentesi lungo lo scritto, ma è mia intenzione lasciare parlare la sessione da sé. Se dovessi cercare ed analizzare ogni voce o serie di affermazioni ed esperienze mi metterei nelle condizioni di tentare di fare qualcosa che non faccio nella pratica vera e propria. Potrebbe essere preferibile in questo contesto lasciare che il lettore faccia appello alle sue risorse, immaginazione ed intrasoggettività, allo stesso modo come accadrebbe all'osservatore della sessione.

M = cliente (Matt); J = J. Stattman

M: Non appena inizio a lavorare c'è qualcosa dentro che mi trattiene: "Non farlo!" (resistenza conscia)

J: Per prima cosa suggerisco del lavoro sulla postura (energizzazione e diagnosi). Fai dei saltellamenti, prima, solo sulle dita dei piedi. Mentre saltelli sii consapevole di cosa stai trattenendo, nota quali parti del corpo non stai lasciando andare e, una volta che ne divieni consapevole, inizia a lasciare andare queste parti. Osserva come tieni la testa, lascia che inizi a muoversi. Continua a saltellare, sempre sulle dita e continua a verificare nel corpo e nota il tuo braccio che è trattenuto e consciamente inizia a lasciarlo andare. Potrebbero esserci sensazioni associate a ciò. Semplicemente osserva le sensazioni. Va meglio?

M: Sì.

J: Dimmi cosa sta accadendo invece di analizzarlo per il momento (identificazione dell'esperienza).

M: C'è un movimento spontaneo nella mia pelvi e c'è una sensazione di costrizione alla base della gola. La costrizione adesso è più nella gola (muovendosi l'energia verso l'alto, vengono attivati livelli più alti di resistenza).

J: Andiamo nella gola, manualmente, dentro la costrizione (iniziamo l'uso della raffigurazione). Osserva la tua gola ed usa le dita come uno scanner esterno per aiutarti a focalizzare l'occhio interno e vedere cosa c'è nella tua gola.

M: Quello che vedo è semplicemente un collo, molto rosso, come un collo rosso, come un rosso collo yankee (il colore indica una super concentrazione di energia).

J: (primo uso della Gestalt) Adesso guarda un po' più da vicino a quel collo rosso, diventa esso per un momento e di a Matt cosa ti fa diventare rosso.

M: (gola parlante) Rosso di passione, vedi che la tua faccia (di Matt) per contrasto con me (gola) è più triste. Sento (gola) una specie di trattenimento, blocco (corazzatura somatica e psicologica) al mento, blocco un sacco di pressione.

J: Ora parlo esclusivamente al collo. Cosa ti fa bloccare, cosa ti fa tenere tutta quella pressione lì? Qual è il suo scopo? (identificazione caratteriologica della resistenza).

M: (gola parlante) Se venissi su credo che inonderei la mia coscienza e ne ho paura. (timore di perdita del controllo da parte dell'ego).

J: Instaura un dialogo tra quel collo adesso e la tua coscienza (Gestalt).

M: (gola parlante) Guarda, sto trattenendo quaggiù e questo è senza senso. Non ha senso, non ha senso affatto. E non si suppone che io venga tenuto giù così (conflitto tra impulsi innati e risposte condizionate).

J: Dillo di nuovo (rinforzo).

M: (gola) Non mi va di essere trattenuta così, non è il modo in cui vanno le cose. E' sbagliato da parte tua tagliarmi fuori. Devi lasciarmi fluire. Vi sono altre cose che vengono dietro di me, che mi trattengono, cosicché l'intero treno è bloccato (accumulo di ansia come risultato di un rilascio di energia).

J: Guarda un po' più da vicino all'occhio interno, esattamente al blocco stesso (focalizzazione). Il rossore è il risultato del blocco. Ora trova il blocco. E ricorda, potrebbe non avere un aspetto sensato. Di semplicemente cosa vedi (aderenza alla logica dell'inconscio ed al processo di conversione).

M: La prima cosa che vedo è che ha cambiato colore. Questa vivida demarcazione tra un rosso molto acceso ed una specie di giallastro in faccia (rompere una formazione reattiva).

J: Trova il blocco stesso, letteralmente il luogo in cui c'è la linea di demarcazione, guardalo e osserva a cosa assomiglia. (identificazione della resistenza somaticamente e caratteriologicamente).

M: Non vedo ciò in effetti, ma vi è la sensazione che ho sofferto per i denti, come quelli delle ganne di un qualche strumento di tortura (immagine di conversione).

J: Qual è lo scopo di questo particolare strumento di tortura? (retroflessione).

M: E' come una trappola per animali e viene giù e i denti afferrano la gamba o qualcosa del genere.

J: Diventa una trappola per animali.

M: Sto intrappolando, sto tenendo e stritolando, ti sto stritolando.

J: Di a Matt perché tu (la trappola) hai bisogno di fare ciò. di a Matt qual è il tuo scopo rispetto a lui. Cosa senti per lui? (diagnosi della cathexis).

M: Credo che ciò che mi piacerebbe veramente fare è morderti attraverso e separare la testa completamente da te. Ciò sembra essere inerente alla trappola, sembra esserne lo scopo. (spaccatura, emersione della frammentazione repressa).

J: Cosa andrebbe bene nel farlo? (sostegno della resistenza).

M: Mi viene che sto facendo questo per il corpo, non per la testa. Che sto facendo ciò perché il corpo potrebbe essere libero della testa. E' quasi come se improvvisamente vedessi che la trappola

appartiene non alla testa ma al corpo. Cosicché il corpo è più stufo della testa che di quanto la testa sia preoccupata per il corpo. Qualcosa del genere. Così se dovessi staccarmi la testa. . . (scindere la polarità, dualità corpo-mente)

J: Dialoghiamo un po' tra la testa ed il corpo poiché è lì che c'è il problema.

M: La mia testa dice: sono più vecchia di te - conosco più di te. Ho un sacco di informazioni e so tutto di questo mondo - e posso fare cose buone con quella conoscenza e quella consapevolezza. Ho appena avuto un lampo di intuizione che ciò che sta in effetti dicendo la mia testa è che appartiene ad altra gente, la mia testa può fare cose per il mondo con la sua consapevolezza, può fare cose per gli altri, mentre il corpo vuole esistere per se stesso - essere per se stessi ed essere per gli altri è in qualche modo una scissione.

J: Sii il corpo.

M: Il corpo sta dicendo che non è così, che è un gioco. Vedi che non sei connessa con la terra - ti connetto io alla Terra - tu sei evirata ed impoverita - miserabile senza di me - sei grigia, grigia, sei molto vecchia, vecchia quanto il tempo. Il fatto è che non c'è sangue nuovo in te (effetti della co-razzatura nella gola?).

J: Vedi è quasi come se questa tua testa ti fosse stata data alla nascita, è tutta la tua consapevolezza acquisita e tutte le tue vite passate e hai tutto lì dentro, ma il rinnovamento, questa presenza non ti sta nutrendo.

M: Poi ho una visione, vedo il grigiore delle mie vene e vedo canali di sangue, come buon sangue rosso che entra in essa a portare nutrimento ed una sorta di ricchezza a questo riguardo: permettere che ciò accada. E la materia grigia diviene carica - è più come un cuore adesso e la mia testa improvvisamente inizia a sembrare più un cuore che una testa ed il grigio è rosso, ed una specie di colore ricco. Un rosso vivo-bello-bello, sensazione un po' terrorizzante. Mi ricorda moltissimo il periodo in cui abbiamo lavorato in precedenza riguardo al lasciarsi andare alle radici- come quella sensazione di quello che sarebbe successo se mi fossi semplicemente lasciato andare alle radici e, mio Dio, sarebbe fantastico, ne sono terrorizzato da quel genere di cose (conflitto tra il controllo razionalizzato e la spontaneità: difese caratteriali contro funzioni organiche).

J: Solo per un attimo fai una fantasia secondaria (riflessione per fornire sicurezza) sulla paura. Per un momento non fare nulla, fai solo finta che non potresti controllarti più - l'intera cosa si è messa a posto da sé - nonostante la tua paura. Cosa vedi adesso?

M: Vedo scuro, vedo questa specie di colore rosso cupo a cui non riesco a dare un nome magenta e una specie di miscuglio malva, malva come le vene, come magenta e vene malva e tutto il mio corpo è così - è come...? Come se non avesse fattezze o sono la forma, i contorni del mio corpo sono pieni di questo rosso carico e vene color malva - sembra...?

J: Cosa è successo alla tua parte destra? Qui e adesso, cosa sta accadendo?

M: Non sono riuscito a scoprirlo... stavo per dire (vivido) ricco di nuovo - non volevo dire ricco di nuovo poiché - la sensazione è tale da non potere essere espressa in una parola.

J: Facciamo un passo indietro (raffigurazione primaria) al tuo stato attuale e la sensazione del sangue nel tuo cervello e quell'accento di paura. Ok?

M: Non c'è più paura. Eccetto che c'è come un'area proprio qui su che è ancora leggermente grigia e bianca e nera

J: Adesso tentiamo di nuovo, fai un'inspirazione e lascia uscire una espirazione più lunga (aumento dell'ossigenazione e rilascio di energia) e lascia che la tua pelvi inizi a tornare in vita e osserva semplicemente il momento in cui inizi ad avere un po' di paura (identificazione e sostegno della resistenza).

M: Ciò che mi è venuto - era che potrei arrabbiarmi con essa di essa.

J: E cosa va bene per essere in grado di arrabbiarti con essa?

M: E' un sentimento familiare.

J: Cosa sarebbe non familiare?

M: Aspettare e lasciarla succedere (contraddizione-nuovo comportamento)

J: Vuoi provarlo? Ok- solo per facilitarlo, vuoi sollevare la pelvi, facendolo durante l'inspirazione ed abbassarla (la pelvi) durante l'espiazione? Apri la bocca durante l'esalazione (facilita il fluire e l'espressione).

M: E' come avere una piastra sul petto (corazza). E' molto forte quaggiù (plesso solare) ed è come se non riuscissi, la respirazione non corrisponde. (i muscoli del torace irrigidiscono il respiro).

J: OK. Andiamo dentro e guarda la piastra sul petto dal di dentro. Dimmi semplicemente ciò che vedi.

M: Ne ho un'immagine chiarissima dall'esterno.

J: Che aspetto ha dall'esterno?

M: E' d'acciaio, bianca; è come la corazza toracica bianca di un Crociato (la testa del benpensante) ed una croce rossa vi campeggia sopra, ed una specie di maglia d'acciaio attorno alle spalle e il collo e la testa è maglia, collo di maglia e questa ampia corazza toracica bianca ha una croce rossa su essa. Sono un crociato! (alcuni momenti di violenta emozione e risate a questo insight).

J: Qual è la tua crociata?

M: E' arrivato Flash a salvare il mondo

J: Dimmi qualcosa riguardo il salvare il mondo (mutue risate). Diventa veramente un crociato.

M: Mi sento un po' patetico (quello che i blocchi servono a nascondere dalla consapevolezza). Mi sento un po' patetico, improvvisamente solo un crociato solitario schiacciato da tutta questa armatura.

J: Dillo di nuovo.

M: Questo solitario crociato schiacciato da tutta questa pesante armatura che sta lì in piedi senza cavallo. Che si guarda in giro-come salvare il mondo. Solo un'idea, ecco tutto

J: Com'è essere un crociato solitario?

M: Be' proprio adesso, ho la sensazione che sia un gioco carino e confortante che gioco con me stesso. Come fosse stato una fantasia di vita.

J: Cosa ti fece ridere quando lo dicesti? Cos'era buffo?

M: Quando dissi cosa?

J: Che eri un crociato solitario senza cavallo. Cosa c'era di buffo a riguardo?

M: Era comico

J: Diventalo, diventa ridicolo (risate). Per catartizzare l'effetto, l'orgoglio e la vergogna mascherati.

M: Be, mi sento un po' (risate) Don Chisciotte o qualcosa del genere, non del tutto assurdo ma quasi, poiché ho la faccia seria (risate), intendo dire che mi sto approntando, mi sto preparando da 40 anni per la mia crociata e veramente mi sono vestito e adesso sono assolutamente pronto - e tutto ciò che faccio è sentirmi schiacciato da tutta questa armatura, tutto ciò è assolutamente ridicolo (inizio dalla riconciliazione tra la testa ed i bisogni del corpo ed inizio dal decondizionamento).

J: Cosa saresti senza tutta quell'armatura? Lo sai? (esplorazione dei fattori di cambiamento potenziale, in parte per portare ansia riguardo al cambiamento alla coscienza).

M: No, stava succedendo prima che tu lo dicessi, improvvisamente vedere l'armatura venire via è stato molto strano, e la prima cosa che vidi fu il sedere di un bambino, molto piccolo, intendo come il mio bambino (la corazzatura ora può essere vista come una difesa contro la vulnerabilità - una scissione tra "adulto" e "bambino"). Sto togliendo l'armatura e vedo questo sederino grosso, rosa, sano e bianco con grasse gambe in cima ad esso, vedo questa specie di faccia di Samurai con baffi neri ed una faccia dall'aspetto veramente feroce, ma come un nano perché ha questo corpo piccolo ed è molto strano, come veramente tagliato in due come dalla sua testa in su, questo busto con la testa e le spalle dall'aspetto piuttosto feroce e potente ed ha questo corpo soffice, bianco, informe. Ma non sono neanche connesse, c'è un piccolo spazio vuoto tra di loro (un'eccellente immagine esistenziale della struttura del carattere).

J: Instaura un dialogo tra il Samurai ed il corpo del bambino.

M: E' come dire, be' ciò è ridicolo, sono solo un uomo a metà, solo a metà un Samurai e tu non mi appartieni. Tu appartieni a qualcun altro (Proiezione). Perché non provi a trovare dov'è la parte restante di te con il resto di me da qualche parte (Ri-ricordare). Da qualche altra parte c'è la tua altra

metà e la mia altra metà, e forse sono assieme, ma tu semplicemente non mi appartieni. Non so come in effetti sia arrivato qui, non hai nulla a che fare con me.

J: Cosa dice il bambino?

M: (impersonando il bambino) Be' sono qui, non so come ci sono arrivato - mi ritrovo qui.

J: Adesso voglio che tu faccia qualcosa di diverso, voglio che tu mantenga la figura del bambino e del Samurai e voglio che tu ti stacchi in un certo senso, come se tu fossi quella persona che potrebbe riportare questi due in qualcosa di intero e vi è qualcosa che li tiene separati, come hai detto, qualcosa che li mantiene assolutamente scissi (inizio della concretizzazione e un richiamo all'immaginazione creativa ed al suo potenziale di guarigione).

M: Vi è uno spazio vuoto, c'è chiaramente una interruzione.

J: Va bene- Be', voglio che tu lavori impersonando una terza parte per vedere se riesci a lavorare con questo spazio vuoto per un momento, tra di loro. Se avessi delle conoscenze davvero speciali, come se tu fossi il solo che saprebbe come fare. Ok? (richiamo a risorse nascoste).

M: Il solo modo in cui posso fare questo è senza pensare.

J: Fallo in qualsiasi modo hai intenzione di farlo.

M: Dirò semplicemente qualsiasi cosa si manifesta nella mia pancia. Tu sei...- sto parlando al Samurai adesso - sei un sogno, una speranza, un'aspettativa, sei una possibilità e il bambino mi rende perplesso; tu (il bambino) sei uno scherzo, sei inutile, ma reale anche, sei anche tu un sogno, stai sognando di rimanere un bambino ed il Samurai sta sognando di diventare un uomo completo e siete falsi entrambi. Uno risale al passato e l'altro sta sognando il futuro (possibilmente introiezione del comportamento parentale nei confronti di Matt da bambino).

J: Cosa dicesti loro?

M: Che la sola cosa reale di voi due è la parte invisibile tra di voi che entrambi fate finta che non esista. (viene rivelata la Gestalt incompleta). L'irrealtà è reale e la realtà irreale.

J: Dillo di nuovo.

M: L'irrealtà è reale e la realtà irreale.

J: E che cos'è reale?

M: La mia pancia

J: E cosa mi dici di questa parte invisibile nel mezzo, intendo nel tuo corpo?

M: E' la mia pancia (indica la separazione diaframmatica).

J: Voglio che tu faccia qualcosa un po' diversa. Voglio che tu contatti la tua pancia e, in qualsiasi modo ha senso per te, porti il Samurai ed il bambino nella tua pancia (uso della funzione di centratura per integrare aspetti scissi).

M: Ho questo vivido quadro della mia pancia ed è indaco e un ombelico molto prominente, il mio ombelico è molto modellato e posso vederlo proprio nel centro, è infatti al centro della cintura, e la fibbia della cintura oltretutto essere un ombelico, c'è una cintura di cuoio molto forte attorno al centro, molto ferma e molto forte, ma non costrittiva. Mi piace il suo aspetto di forza.

J: Cosa sta succedendo?

M: Be' un po' terrorizzante, eccitamento piuttosto che paura, ed ha una certa potenza, può scattare in giù ed in su, cosa che sta cominciando a fare.

J: Cosa può scattare in giù e in su?

M: L'indaco è come inchiostro: fluisce ed io lo posso sentire slanciarsi giù e si slancia sulle mie ginocchia, dappertutto, eccetto il mio cazzo, che in qualche modo- le mie palle e il mio cazzo sono ancora bianchi e non si sta diffondendo - sta avendo difficoltà ad andare in su da questa parte.

J: Cosa lo sta fermando? Guarda e vedi (identificazione del blocco).

M: Be', è strano, quello che vedo non penso di poterlo fermare, ciò che vedo sono cose che si conficcano in giù così, tenaglie, ma non sono appuntite, protrudenti, difficili da descrivere. Non sono in grado di descrivertele, così lunghe ed appuntite, ma a pensarci bene, non sono in effetti appuntite.

J: In che modo bloccano il fluire?

M: Non so come si blocchino giusto lì - sembrano essere la spiegazione del perché l'indaco non possa diffondersi, né vedo perché non possa zampillare, può zampillare tra di loro, ma è come stessero fermandosi all'estremità di queste.

J: Vai diritto all'estremità di quelle cose e guardale all'estremità e scopri come funzionano.

M: Sì, è molto strano, ho la sensazione che in effetti funzionano anche se sono soltanto cose individuali ma sono in grado di bloccare l'intero flusso e lo fanno per mezzo di qualcosa come -oh Dio, è quasi indescrivibile, perché è come se fosse qualcosa di cui non sappiamo nulla. Sono quasi come degli elettrodi in noi, ecco che cosa sembrano queste due cose (corrisponde al postulato Indu di due canali di energia che corrono parallelamente alla spina dorsale o al sistema nervoso centrale). Come quando fai l'elettrolisi per formare acqua dall'ossido di idrogeno, vi sono queste due punte e in cima ad esse Dio, è come se ci fosse una carica altissima, è una specie di blu e bianco, ma con una carica molto alta e come se ci fosse una specie di trattenimento, è strano (forse l'esperienza dell'energia stessa simboleggiata?).

J: Sì, pensaci un minuto, come potresti metterti in relazione con quella carica se lo volessi?

M: Be' potrei abbassarla se volessi! Penso che sia probabilmente vero che io ho una facoltà che potrebbe graduare il flusso di energia.

J: Cosa significherebbe, cosa implicherebbe per te se non dovessi mantenere sempre questa carica così alta. Quali ne sarebbero le implicazioni? (esame delle radici nelle strutture di difesa).

M: Lavoro duro, lavoro duro a controllare. Come un tutto o niente, non c'è controllo, posso semplicemente lasciare andare - potrei farcela, non so quanto durerebbe ma mi sento in grado di farlo, ma modificarlo realmente richiede un certo grado di controllo e allora entro in contatto con una vasta gamma di discipline, mi rende consapevole del mio evitare le cose disciplinate (scissione tra controllo e "perdere il controllo" che è una separazione dalla comprensione risposta-abilità).

J: Ok. Adesso sento che dipende da te cosa vuoi fare a questo punto. Ovviamente questo è il motivo per cui il tuo petto deve essere teso per mantenere quella piena carica sotto controllo (un richiamo alla responsabilità e alla scelta).

M: Be', ho di nuovo questa forte immagine di questo indaco, è ancora molto chiara di nuovo con il mio pene ancora bianco e in realtà sta ronzando, tutta la cosa è molto strana -immobile- in qualsiasi momento faccio del lavoro intenso sulla mia pancia in meditazione dinamica sento questo tremendo blocco lì attraverso - acuto, un sistema incredibile, non devo tenerlo giù dappertutto, lo tengo giù solo con queste due tenaglie e le faccio ronzare, faccio ronzare tutto. Be' mi sento assolutamente pronto, sento che voglio fare qualcosa a riguardo proprio adesso. Se ci riesco ci guarderò, questo trattenere giù e tutto questo qualcosa sembra così sbiadito e in contrasto con quest'indaco, sembra senza vita, insipido (una scissione primaria).

J: Facciamo che tu possa trovare, invece di un interruttore acceso-spento, una specie di termostato graduato, qualcosa che ti possa far determinare la quantità di carica che vi si trova, cosicché tu possa avere in mano la situazione. Riesci ad immaginare un modo per farlo? (per controbilanciare la scissione tra la razionalizzazione e la paura di perdere il controllo).

M: Non riesco a pensare a come farlo ma noto che fin dal momento che hai iniziato a parlare della modificazione, le mie mani hanno cominciato a farlo. Mi sento un po' intontito il che sembra essere una concessione tra ciò che le mie mani stanno facendo e la risposta alle tue domande.

J: Entra nelle tue mani, falle parlare, fa che stabiliscano una specie di...

M: (impersonando le mani) Siamo capaci di controllo delicato, ci usi in maniera insufficiente.

J: Cosa ne farai di queste informazioni?

M: Be' piuttosto che lavorarci su, ho fiducia che le mie mani sappiano, sento un calore tremendo al fondo schiena, alla base della colonna vertebrale, colossale...(stimolazione del sacro e del plesso lombare).

J: Nota se vi è del suono che potrebbe essere in connessione con esso, se non c'è, bene, osserva semplicemente.

M: (urla, che vanno dalla rabbia al dolore misti a suoni piacevoli) Profondi singhiozzi che diventano risate gioiose, seguite da un profondo rilassamento.

- Fine dell'analisi del caso -

Come completamento del lavoro, Matt ed io abbiamo entrambi avvertito che questa sessione era stata una rivelazione del suo carattere generale e chiaramente indicava il lavoro che sarebbe dovuto seguire. Nel periodo seguente di sei mesi, abbiamo seguito gli stessi procedimenti e vi furono drammatici cambiamenti nella sua vita. Si mosse verso una relazione migliore con suo figlio, nel suo lavoro e con i clienti divenne più morbido, meno direttivo e più sensibile ai loro bisogni.

II.4 Indicazioni e Controindicazioni

Il lavoro con la raffigurazione è potente e dimostrabile la sua capacità di effettuare cambiamenti nella personalità. Può anche essere pericoloso.

Le indicazioni positive implicano che il cliente sia in grado di sostenere l'energia e le emozioni rilasciate tramite gli interventi con la raffigurazione e di convertire le sensazioni emergenti in una espressione adeguata e appropriata congruente con la realtà ordinaria. Inoltre vi dovrebbe essere una capacità di riflettere e dare un significato intelligibile all'esperienza. Se il processo è andato avanti adeguatamente, il significato delle immagini significative dovrebbe essere chiaro al cliente ed al suo schema di riferimento: non ci dovrebbe essere alcuna mistificazione.

Sono presenti controindicazioni quando il lavoro evoca un aumento delle formazioni reattive, o quando l'ansietà associata alle sensazioni emergenti richiede nuovi livelli e tipi di resistenza. Se i clienti fanno riferimento al processo in un modo che indica che sono disorientati o se sentono che la raffigurazione è incomprensibile, il processo è incompleto. Altro segnale negativo è quando il cliente tende a diventare dipendente dalla raffigurazione e resiste a operare trasformazioni nella realtà ordinaria. Ciò viene di solito accompagnato da uno spostamento dalla raffigurazione di oggetti naturali a una grandiosità gonfiata. La persona con un ego debole e poca capacità di integrare tenderà a fissarsi su queste immagini ed ad identificarsi con i contenuti ed il comportamento irrealistici degli oggetti-immagine.

Un'altra contraddizione è il tentativo del cliente di attribuire al terapeuta la responsabilità del processo di rivelare i significati delle immagini, di cercare interpretazioni e consiglio su come procedere con le interazioni. La loro incapacità o rifiuto a lavorare entro la dialettica, di usare la Gestalt o di identificarsi con gli aspetti corporei del processo indica che deve essere fatto un lavoro maggiore, dapprima a livello di resistenza manifesta.

Per tutto il tempo che il terapeuta persiste lungo l'intero processo questi pericoli possono essere trasmessi nel lavoro. Un processo completo significa: evocazione della raffigurazione, traslazione dei significati ed affetti rivelati dal contatto con la raffigurazione nell'espressione e comportamento qui-e-ora, secondariamente, riflessione sull'esperienza di raffigurazione e susseguenti insight, impiego di metodi e tecniche offerti dal terapeuta; capacità di differenziare chiaramente tra la vita nelle immagini e la vita nel mondo ordinario. A volte la raffigurazione sembra offrire una panacea che invita al rinchiudersi e all'irrigidirsi e questo deve essere confrontato ogni volta che capita.

Quando il lavoro emotivo è adeguato al problema psicologico sollevato e vi sono chiari cambiamenti nell'espressione e comportamento, il terapeuta può dare fiducia alla capacità del cliente a lavorare in modo progressivamente più profondo con la raffigurazione. Quando il terapeuta non riesce a distinguere appieno le immagini del cliente e le sue, in questo caso ci troviamo di fronte al pericolo più grave: è una fonte di manipolazione conscia e inconscia che può produrre solo confusione nel cliente e una situazione transferenziale non sana e contraffatta. Trattare questo problema non è tanto questione di tecniche quanto di abilità del terapeuta, della sua conoscenza e maturità personale. La capacità del terapeuta di identificare le strutture difensive, lavorarci attraverso e rimanere fedele nei confronti della logica interna e della struttura delle raffigurazioni che fornisce chiarezza e guida autentica.

II.5 Riassunto

Sono attualmente impegnato a cercare un linguaggio e una struttura concettuale che sia fedele alla natura della raffigurazione mentale. Con la sola eccezione di Gaston Bachelard ho trovato poco nella letteratura della terapia con i sogni, terapia con la raffigurazione o psicologia in generale che

abbia soddisfatto questo scopo. E' sia nella natura dell'argomento stesso che nei nostri limiti del linguaggio che il problema sembra risiedere. Un'analisi puramente scientifica non cattura né lo spirito né la dinamica completa dell'immaginazione e del fenomeno dell'immaginazione. Accentrare l'attenzione sulla sintomatologia è inadeguato a racchiudere appieno il carattere della raffigurazione: la fisiologia dei sogni e quella della memoria non spiegano la fenomenologia della facoltà di immaginare.

Tanto meno il potere dell'immagine di effettuare le trasformazioni nella psiche e nel soma, non è ancora spiegabile in nessun modo sensato e soddisfacente. Dobbiamo riconoscere ancora una volta che le parti non comprendono il tutto.

NOTE BIBLIOGRAFICHE

- Bachelard, G. *The Poetics of Space*, XVI.
 v.d.Berg, J.H. *The Phenomenological Approach in Psychology*, p.61.
 Platone *La Repubblica*, Timaeus, 90 d.
 Guntrip, H. *Personality Structure and Human Interaction*, 91.
 Citato in *Energy and Character*, Vol.7, No.1,p.2
 Marcel, G. *Homo Viator*, 1962.
 Casey, E.S. *Imagining*, p.206.
 Koestler, A. *The Act of Creation*, 1969.
 Beres, D. *Int'l Journal of Psych.Analysis*, XLI, 327,1960.
 Cushman, R.E. *Therapeia, Plato's Conception of Philosophy*, 1958.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Bachelard, G. *The Poetics of Space*. Bacon Press, Boston, 1969.
 Beres, D. "International Journal of Psych.Analysis", XLI, 327,1960.
 Casey, E.S. *Imagining, A Phenomenological Study*. Bloomington, Indiana Univ. Press, 1976.
 Cushman, R.E. *Therapeia, Plato's Conception of Philosophy*. Univ. of North Carolina Press, Chapel Hill, 1938, (fuori produzione).
 Deutsch, F.(a cura di) *On the Mysterious Law from the Mind to the Body*. Int'l Universities Press, N.Y., 1959.
 Freud, S. *L'Interpretazione dei Sogni*. In Opere, Boringhieri, Torino,1966, vol.III.
 Guntrip, H. *Struttura della Personalità e Interazione Umana*. Boringhieri, Torino, 1971.
 Jung, C. *Man and His Symbol*. Doubleday, N.Y., 1964
 Kingler, E. *Structure and Function of Fantasy*. Wiley, Interscience, N.Y.,1971
 Koestler, A. *The Act of Creation*. MacMillian, N.Y., 1969.
 Mann, J. and Semrad, E. *On the Mysterious Leap from the mind to the Body*. Doubleday N.Y.,1964.
 Marcel, G. *Homo Viator*. Harper-Row, N.Y., 1962.
 Perls, F., Hefferline, R.F., Goodman,P. *Ego, Hunger, Aggression*. Julian Press, N.Y., 1951.
 Reich, W. *La Funzione dell'Orgasmo*. Milano, SugarCo, 1969.
 Stattman, J. "The Creative Trance, A Unitive Approach Towards the Phenomena of mental Imagery". Articolo in *Studies in Non-deterministic Psychology*, (a cura di), Epstein,G., N.Y. Center of Study of Non-deterministic Psychology,1978.
 v.d.Berg, J.H. *The Phenomenological Approach in Psychology*. Chas.C. Thomas, Springfield, Illinois, 1955.
 Van Kaam, A. *The Third Force in European Psychology*. Scritto pubblicato da Psychosynthesis Research Fdn, Greenville, Delaware,1960.

Energy and Character, Vol.7, No.1, Gennaio 1976.

Tratto da Unitive Body-Psychotherapy

Traduzione di Roberto Farabone, a cura di Luciano Marchino.