

Intervista a Massimo Soldati: L'Integrazione Posturale Transpersonale

1. Dott. Soldati, ci potrebbe raccontare la sua storia e come è arrivato ad elaborare e sperimentare l' Integrazione Posturale Transpersonale?

Ho cominciato da una formazione di tipo analitico presso la Scuola Superiore di Formazione in Psicoterapia di Cremona, ma l'incontro con Jack Painter, il creatore della Integrazione Posturale, mi ha portato in contatto con un ambiente ricco e stimolante, quello della Psicologia Umanistica che aveva trovato un'area di grande sviluppo nella California dei primi anni '80.

Questo ha cambiato il mio modo di fare psicoterapia, dato che mi accorgevo che le tecniche a mediazione corporea con un frame olistico, davano molta più efficacia e rapidità nell'ottenere risultati. Come diceva W. Reich, esiste una componente "sociale" della psicologia che sentivo particolarmente in quegli anni, e cioè la necessità di curare con il minor dispendio di tempo e denaro, in modo che i benefici fossero portati ad una più vasta cerchia di utenti.

2. Ci può spiegare che cos' è "L' Integrazione Posturale Transpersonale"?

Ho trascorso un periodo di difficoltà nel riuscire ad adottare metodiche che erano state create in un ambiente evoluto e si rivolgevano ad una parte della popolazione con caratteristiche particolari rispetto alla normale utenza di uno studio di Psicoterapia.

Da questo lungo lavoro di adattamento è nata la I.P.T.

Le sue basi sono quelle date da Jack Painter, ma il setting e, soprattutto la parte di inquadramento teorico, sono state riviste e sviluppate. In particolare sentivo i limiti insiti nella modalità di azione della prima Psicologia Umanistica che aveva generato tecniche estremamente potenti, quali la Gestalt, la Terapia Primaria, lo Psicodramma, il Rebirthing, etc., ma non aveva ancora maturato un sufficiente sviluppo teorico.

Solo la Psicologia della Quarta Forza raggiunse in seguito una comprensione degli stati alterati di coscienza e di quelle zone della psiche che sono state definite perinatale e transpersonale.

Senza la comprensione di queste aree della psiche, le tecniche della Psicologia Umanistica erano, come dicevano gli psicanalisti classici e qualcuno continua a dire, solo esperienze destrutturanti e destabilizzanti per l'io.

L'esperienza di questi anni ha portato a comprendere, invece, il valore estremamente terapeutico di quelli che Grof definisce "Stati Olotropici di Coscienza", stati nei quali, grazie alla presenza attenta del terapeuta, si facilita un accesso all' inconscionelle sue potenzialità evolutive, che tendono verso una maggiore unità del Sé, verso il risveglio di una funzione integrativa dello stesso Sé.

3. Ci sono dei punti in comune con la "Bioenergetica"? In cosa si differenzia da questa?

La I.P.T. è una metodica che trae spunto da varie altre. Negli anni è avvenuta una integrazione tra elementi della Gestalt, del Trager, Feldenkrais , Rebirthing ed altre tecniche ancora.

Il pensiero di W. Reich e la Bioenergetica sono naturalmente molto vicini e la I.P.T. potrebbe essere intesa come una metodica neoreichiana, anche se si differenzia per una interpretazione transpersonale degli accadimenti psichici, che non si limita perciò alla analisi del contesto biografico e dei blocchi della evoluzione psicosessuale dell'individuo.

Inoltre, il focus dell'intervento è più spostato sul piano corporeo, permettendo l'emergere di tutta una categoria di vissuti che sono più rari nella vegetoterapia carattero-analitica e nella Bioenergetica, le cui tecniche terapeutiche permettono più facilmente la espressione del disagio a livello emotivo. Intendo riferirmi ad una quantità di traumi fisici collegati alla postura, quali cadute, operazioni chirurgiche, incidenti, che lasciano indirettamente una forte traccia a livello psicoemotivo. Integrare tutto questo materiale vicino al biologico, ha un grosso effetto sulla qualità della vita anche da un punto di vista psicoemotivo. Ovviamente anche la attenzione al piano biografico, cioè gli accadimenti collegati allo sviluppo psicosessuale ed alla storia personale, è ben presente.

4. Qual è l'insegnamento che ha ricevuto e che reputa più importante?

Uno degli insegnamenti ricevuti che resteranno sempre nel mio cuore e nella mia mente è stata la semplicità con la quale sono stato accolto a San Francisco da parte di Jack Painter e del suo staff. Ero abituato all'accademia, a giacche e cravatte, a fumose discussioni, ad una psicologia vissuta nella mente. All'inizio mi sentivo superiore, poi mi sono accorto che nella semplicità che mi era proposta trovavo efficacia, senso profondo e cuore.

5. Nella sua carriera, quali sono stati i libri maggiormente formativi e perché?

Sono tanti che non posso rispondere. Sulla mia scrivania c'è "Il centro del ciclone" di John Lilly, poi, per dire i primi che mi vengono in mente, tutti i libri di Grof e Jung naturalmente ed un romanzo: "La storia di San Michele" di Munthe. Tutti questi libri ed altri ancora mi hanno spinto verso la esperienza, verso la pratica del cambiamento interiore, che ritengo fondamentale per uno psicoterapeuta; la sola teoria e la cavillosa contrapposizione tra le scuole creano pessimi terapeuti e mediocri politici, che, per il ben conosciuto meccanismo proiettivo particolarmente bene evidenziato da W. Reich, si occupano con una enfasi eccessiva di definire standard esteriori che connotino una "corretta" pratica. Devo con dispiacere dire qui che vedo diffondersi sempre più questa attitudine.

6. Si usa dire che per la gli psicoterapeuti oggi non ci siano più spazi di lavoro, lei cosa ne pensa?

Che gli spazi vanno creati. La necessità di psicoterapia è forte, mancano però la intraprendenza e la coesione necessarie per portare una cultura psicologica alla popolazione e rivendicare spazi ed autonomia alla categoria degli psicologi. La effettiva difficoltà di rivaleggiare con una classe forte e consolidata quale quella medica, che ha già fatto accettare alla popolazione il suo linguaggio e la sua visione del mondo, non deve divenire un alibi per la mancanza di creatività ed azione.

Inoltre mi sembra ci sia troppa attenzione alla psicoterapia rispetto ad altre forme di intervento sul tessuto sociale importantissime quali il Counselling e la Psicologia applicata ai vari settori, quali la Psicologia Aziendale, la Psicologia Sportiva, del Benessere ed altri ancora.

7. Cosa consiglierebbe ad un neo collega che vuole fare il terapeuta?

Di amare la psicoterapia soprattutto come esperienza interiore e come un grande privilegio di aiutare gli altri; di essere umile ed imparare dal contatto quotidiano con il paziente; di non cercare, al di là di quelle che sono le giuste richieste, la propria gratificazione tanto sul piano economico, quanto su quello umano.

8. Ci potrebbe raccontare un aneddoto della sua vita?

Durante un soggiorno in un Ashram ai piedi dell'Himalaya, cercavo di imparare lo Yoga e la filosofia Shivaïta. Ero stato invece messo a fare un faticoso lavoro per ricostruire dei ponti di pietra spazzati via dalla piena del torrente. Un masso enorme doveva essere spostato ed assieme ad uno dei tanti Yogi itineranti che viaggiano da un luogo sacro ad un altro provavamo a muoverlo. Nonostante tutti gli sforzi non si spostava di un millimetro. Mi rivolsi allora a lui sbuffando: "È troppo grande, non ce la faremo mai!". Lui mi diede un'occhiata furiosa ed urlando rispose: "È la tua mente che è troppo grande, forza!!!". Il masso mi sembrò divenire leggero e fu spostato facilmente.

So che questo uomo è poi morto nel corso dei suoi pellegrinaggi, ma porto sempre una sua fotografia nella mia agenda di lavoro per ricordarmi che i massi non sempre pesano allo stesso modo.