

La metafora: forza creativa nell'accompagnamento

L'albatros

*Io ero un uccello
dal bianco ventre gentile,
qualcuno mi ha tagliato la gola
per riderci sopra,
non so.*

*Io ero un albatro grande
e volteggiavo sui mari.
Qualcuno ha fermato il mio viaggio,
senza nessuna carità di suono.
Ma anche distesa per terra
io canto ora per te
le mie canzoni d'amore.*

Alda Merini

Simona Corrado*

La poesia di Alda Merini, *L'albatros*, ci introduce nell'universo metaforico appartenente al mondo dell'arte, che utilizza questo strumento letterario come prassi quotidiana per condurre lo sguardo del lettore oltre l'esperienza stessa del poeta. Infatti se ci fermassimo all'equazione che la poetessa ci offre, io = uccello, io = albatros, rischieremmo di «fermare il viaggio, senza nessuna carità di suono», di una donna che ci vuole portare nel mondo delle domande profonde

* Mediattrice familiare a Torino e laureata all'Istituto Superiore Formatori.

dell'essere umano e non riusciremmo a cogliere la lotta esistenziale che la poesia rivela tra morte e vita.

Nella narrazione di sé assume un significato particolare la metafora¹, che è un modo per rendere partecipe l'altro della mia esperienza. Infatti, la persona, nel dialogo con l'accompagnatore, scegliendo alcune metafore per raccontare la sua vita, fa riferimento implicitamente, senza rendersene conto, al suo modello di mondo e al suo personale stile di «so-stare» nel mondo.

Nell'esempio a cui facciamo riferimento nell'articolo², estrapolato dall'esperienza di accompagnamento con persone che vivono la lacerazione della separazione coniugale, la metafora è portata dalla persona stessa mentre cerca di raccontarsi e di portare fuori da sé il groviglio della propria sofferenza. Le nostre osservazioni, dunque, partono dalla prassi comune che l'essere umano, quando cerca di dare parola al proprio mondo interiore, usa delle immagini metaforiche o cerca delle similitudini per esprimere meglio ciò che non riesce a portare alla luce, sia nel suo contenuto semantico sia nel suo contenuto emotivo. La metafora è come un parto per il soggetto: un portare alla luce e dare vita a qualcosa che lo abita dentro in modo informe e inafferrabile. L'utilizzo della metafora portata dalla persona stessa è un efficace strumento terapeutico ed educativo poiché può permettere di creare nuove connessioni nella propria vita.

«La metafora getta un ponte fra due campi semantici diversi e il nuovo non viene definito, ma solo identificato poiché si realizza uno scarto improvviso nel discorso che, mentre esibisce un certo significato, fa svoltare lo sguardo da un'altra parte. Ricoeur parla di metafora come tensione: essa produce uno slittamento di senso, ma nel momento in cui rivela il nuovo campo (funzione scoprente), lo tiene velato, perché il senso è trattenuto dal campo di partenza (funzione legante). Ma lo scarto è avvenuto: siamo di fronte a qualcosa di nuovo e non a ripetizioni del già noto con termini analoghi»³.

¹ Può essere utile leggere l'articolo di R. Capitanio, *Il travaglio simbolico*, in «Tredimensioni», VI (2009), pp. 17-23.

² Secondo la prassi della rivista, i riferimenti a situazioni concrete vengono rielaborati in modo da rendere impossibile risalire ai reali protagonisti.

³ A. Manenti, *Il pensare psicologico*, EDB, Bologna 1997, p. 57.

Con l'uso delle metafore, la persona si addentra sempre più profondamente nella sua interiorità ed esprime ciò che vive e che non comprende ancora fino in fondo poiché quello è l'unico modo di parlare di vissuti ed emozioni che sperimenta come inaccettabili e minacciosi. La metafora diventa, in questo modo, il luogo nel quale la persona cerca di contenere queste emozioni minacciose e in essa si cela un'esperienza unica e personale del mondo, carica di una forza emotiva molto più coinvolgente che una semplice descrizione razionale di sé. Inoltre, proprio perché la metafora «dice e non dice», permette al soggetto di prendere contatto con il mistero di sé e di aprire verso la consapevolezza della tensione antropologica che si esprime nel nucleo centrale della sua persona.

Di fronte ad una metafora, l'accompagnatore si pone con un atteggiamento di rispetto: sta attento a non leggerla a partire dal suo modello interpretativo; l'accoglie come una finestra entro la quale entrare per esplorare insieme alla persona stessa il mondo interiore e per trovare nuovi significati; coglie in essa il vissuto emotivo che la persona fatica ad esprimere e ascolta le emozioni che questa metafora muove dentro di sé per entrare in contatto con il mondo emotivo dell'altro; dà un nome a quella incognita che la metafora porta in sé.

La metafora non ha solo una funzione «strutturale» nella relazione di accompagnamento ma può assumere una prospettiva più «dinamica»: l'origine greca del termine – *metaphorá*, composto da *metá* (oltre) e *phérein* (portare) – ci aiuta a comprendere il significato etimologico di mutamento, cambiamento di posizione, portare oltre. La metafora, nel suo essere contemporaneamente «incarnata» e «sospesa», ci informa che mentre la persona è sulla cronaca dell'ora attuale sofferente, si sta aprendo progressivamente anche alla vita in abbondanza. Questo aspetto dinamico è sicuramente il più interessante nell'accompagnamento, poiché apre l'educatore ad un uso creativo della metafora: dice qualcosa del presente ma nasconde qualcosa di oltre, nasconde qualcosa del presente e svela qualcosa di più in là.

La brocca «lasciata»

«Mi sento la brocca della Samaritana... lei l'ha lasciata mentre io sono ancora qui».

È la frase con cui Giorgia ha iniziato il primo colloquio di accompagnamento, dopo aver partecipato all'incontro diocesano mensile per persone separate dove si era commentato il brano della Samaritana. Il riferimento alla brocca ritorna qua e là nel primo colloquio come un qualcosa di emotivamente significativo, che cerca di dire qualcosa di inafferrabile ma che non riesce a prendere parola. Giorgia è affascinata e sorpresa dal gesto finale della Samaritana: «...in lei succede qualcosa di così forte che non ha paura di lasciare la sua brocca... come è possibile che un solo incontro con Gesù le possa dare quella forza?... lei lascia proprio quella brocca, senza rimpianti!» Ogni volta che pronuncia la parola anfora o brocca fa una pausa di silenzio e alza lo sguardo verso alto, come se stesse pensando a qualcosa che non riesce ancora a verbalizzare.

Quando la metafora rimane metafora

Si cerca di aiutarla ad ampliare la metafora: ci sembra che la frase iniziale dell'incontro dica e non dica e che riveli un po' di confusione. Il modo con cui conduce il primo colloquio, giocando con immagini e non detti, informa di una personalità che fatica a svelarsi, a cui piace intellettualizzare e forse anche un po' sedurre (= tirare a sé con atteggiamento misterioso, una forma di esibizionismo).

Che mistero nasconde in quella «brocca» che non riesce a lasciare? Giorgia si sente la brocca lasciata (dimenticata e abbandonata) oppure la brocca lasciata dalla samaritana è una parte di sé che non riesce a lasciare? È una brocca piena o una brocca vuota? Giorgia si è concentrata sulla brocca ma potrebbero esserci altre connessioni con la storia della Samaritana?

Le domande tengono viva l'attenzione sul mistero sofferente della persona e permettono di «giocare» con il testo evangelico per aiutare a connotare meglio la metafora. Essa ha sempre bisogno di un certo spazio di ambiguità, deve essere interpretata, non codificata,

perché, come suggerisce lo psicoanalista *Jacques Lacan*, «si costituisce nel punto preciso in cui il senso si produce nel non-senso»⁴.

Nel colloquio Giorgia alterna accenni alla metafora con pezzi della sua storia ma si coglie che il nucleo della sua sofferenza rimane «chiuso nella brocca». Alla fine dell'incontro, ci sembra che abbia girato intorno al vero problema della sua vita ma allo stesso tempo abbia espresso, in modo implicito, il desiderio di «lasciare la brocca» da qualche parte. Anche nell'accompagnatore vivono affetti contrastanti: da una parte un senso di fascino perché la metafora attrae e dall'altra un senso di inconcludenza e di vuoto; da una parte ci si interroga sulla domanda che sta dentro alla metafora stessa (vuoto anche nella richiesta) e dall'altra si coglie la forza della metafora che porta anche se in modo ambivalente, una richiesta di aiuto (insistenza sull'incapacità a lasciare la brocca).

Il primo passaggio terapeutico è stato quello di portare la persona, attraverso la metafora, a dichiarare la richiesta di aiuto e ad uscire dall'ambiguità: ciò facilita la focalizzazione del dramma che sta appesantendo l'attuale fase di vita ma anche una prima consapevolezza che in quel dramma si cela una domanda molto più impegnativa e imbarazzante, sul mistero della vita stessa e l'arte di viverla. Lo stato emotivo depressivo di sottofondo di Giorgia (malessere insopportabile) ha favorito questo passaggio.

Dopo il primo colloquio, la metafora rimane ancora metafora ma si avverte che quell'immagine ha in Giorgia una potenza misteriosa e che per lei potrebbe essere la chiave di accesso a sé stessa. Giorgia sta custodendo un segreto sofferente in quella brocca; la vuole lasciare perché è troppo sofferente tenerla oppure è disposta a lasciarsi «incontrare» da qualcuno, come la Samaritana, per poterla poi lasciare?

Dalla metafora al problema contingente

Nel secondo colloquio, si sceglie di cambiare salottino del Consultorio e di accoglierla in un'altra stanza dove c'è in un angolo una bella anfora. La scelta di materializzare la metafora è il tentativo di offrire alla persona la possibilità di connessioni inconsce per poter portare

⁴ J. Lacan, *L'istanza della lettera dell'inconscio o la parola dopo Freud*, in Id., *Scritti*, Einaudi, Torino 1974, p. 497.

alla luce (uscire dall'ambiguità), e quindi trattare nel colloquio, ciò che l'impatto emotivo poteva far scaturire. Inoltre, è l'opportunità di iniziare dal punto in cui ci si era lasciati nel colloquio precedente (la metafora misteriosa), partendo da un piano non intellettuale (analisi verbale della metafora) ma emotivo.

Appena Giorgia entra, fissa l'anfora, si siede e scoppia a piangere. Subito dopo, incomincia a raccontare il nucleo profondo della sua sofferenza: «Un mese fa mi è arrivata la lettera dalla banca dati di Bologna che mi informa della scadenza della conservazione dei miei ovuli e mi chiede se rinnovo il contratto oppure acconsento all'utilizzo degli ovuli per la ricerca». Questo breve e conciso racconto del fatto concreto apre «l'anfora»: Giorgia verbalizza la tensione che vive tra rinnovare la conservazione degli ovuli e donarli per la ricerca delle cellule staminali. Per il momento, lei non ha ancora messo insieme la metafora con il fatto concreto e soprattutto non è ancora riuscita a verbalizzare il mondo emotivo profondo, ma comincia ad essere consapevole di una tensione in sé: «...non so cosa fare, ho più di quarant'anni e se iniziassi una nuova relazione quegli ovuli sarebbero sicuramente più forti e ci sarebbero più probabilità per una maternità... ma vorrebbe anche dire impegnare ancora molti soldi per un futuro che in questo momento lo vedo lontano». Giorgia passa da una chiusura (l'uso della metafora è anche una forma di difesa della persona) ad una apertura nell'espone il problema contingente. Siamo consapevoli del potere del problema attuale soprattutto quando questo è segnato da una certa drammaticità ma è il punto di partenza per tentare di aprire alla polifonia della vita⁵.

Probabilmente, ciò che ha messo in moto un processo di cambiamento è stato il finale del racconto evangelico: per la Samaritana c'è una soluzione alla situazione problematica di partenza ed è il poter intravedere una soluzione («lascia la brocca») che allarga il suo modo di vedere la realtà. La resistenza nel lasciare la brocca potrebbe dirci che Giorgia fatica ad aprirsi e soprattutto a consegnare qualcosa di sé a qualcuno ma potrebbe anche dirci la ragione della sua fatica: la Samaritana lascia la brocca perché la sua sete è stata colmata da un incontro con un uomo, Gesù, che le ha dato «l'acqua viva». Giorgia resiste a lasciare la brocca perché la sua sete non è ancora colmata da un incontro? Quale sete profonda la abita? Il finale personale diverso

⁵ A. Manenti, *Dallo psicologo per stare meglio*, in «Famiglia oggi», III (2002), pp. 17-24.

dal racconto biblico ed espresso nel «*non riuscire a lasciare la brocca*» provoca in lei uno scarto emotivo e fa emergere un vissuto minaccioso che Giorgia non riesce ancora a riconoscere.

La forza simbolica dell'anfora presente nella stanza ha permesso emotivamente a Giorgia di portare fuori da sé qualcosa che conservava segretamente in sé⁶. Non sempre avviene questa esplosione emotiva espressa nel pianto e il conseguente racconto. In questo caso, Giorgia ha già in qualche modo predisposto un terreno: la visione concreta dell'anfora le ha permesso di far uscire allo scoperto quella connessione inconscia che la metafora nascondeva. Ciò che è verbalizzato non è ancora la ferita centrale della persona ma è ciò che in altro modo sarebbe rimasto segreto.

Il secondo incontro ha aggiunto elementi significativi alla storia relazionale con l'ex-marito: è emersa una profonda sofferenza (mai verbalizzata in modo così consapevole) a non riuscire ad avere figli e di conseguenza, un deterioramento della relazione nell'estenuante percorso medico di valutazione del problema fisico. Giorgia ha 42 anni ed è separata da ormai sette anni, si è sposata a trent'anni dopo quattro anni di fidanzamento e il suo matrimonio è durato cinque anni. Nell'ultimo anno il marito le ha chiesto il divorzio per intraprendere una nuova unione con un'altra compagna. Dal suo racconto emerge una grande fatica ad accettare la realtà della separazione, come se in questi sette anni avesse vissuto nell'illusione di un ritorno a casa del marito e contemporaneamente nel rancore del fallimento. La forte rabbia nel raccontare la richiesta di divorzio e la conseguente ripicca a non volerglielo concedere mettono in luce il processo di negazione della realtà con una grossa sofferenza interiore ma anche la non elaborazione della separazione. Dal racconto dei motivi della separazione emerge un forte astio, aumentato negli ultimi anni della loro unione, circa la sua insistenza ad avere figli e la fatica del marito a sottoporsi ad indagini mediche. Quali aspettative c'erano in Giorgia?

⁶ In altri casi di accompagnamento personale o nei «laboratori per separati», nei quali utilizziamo sovente metafore di ogni tipo, non accade questa repentina apertura della persona. La metafora è uno strumento e come tale può favorire a trovare connessioni nella propria vita dolorosa ma può anche essere indifferente o impenetrabile. Chi fosse interessato ad approfondire il progetto dei laboratori per separati del Punto Famiglia di Torino può consultare l'articolo: G. Ferreri, *L'esperienza dei laboratori per separati di Torino*, in «Rivista di Mediazione Familiare sistemica», 3/4 (2005/2006), pp. 127-135.

La separazione ha messo in luce quale è il vero lutto della persona? Perché la decisione di conservare quegli ovuli anche dopo la separazione? Che cosa vuole custodire di sé? Molti interrogativi cominciano ad affiorare nell'accompagnatore: essi aiutano ad ampliare ciò che il soggetto porta, verso la comprensione di un «io globale».

Dalla «brocca lasciata» alla questione esistenziale «morte-vita»

La metafora ha permesso a Giorgia di riconoscere i sintomi del problema che sta vivendo e di riferire una serie di comportamenti e/o sentimenti che la fanno soffrire, ma non sa ancora riconoscere la radice profonda di quel disagio e i veri e multiformi lutti della sua vita. L'accompagnamento ha preso inizio da una metafora sia perché è la modalità con cui la persona tenta di esprimere ciò che custodisce segretamente, sia perché è diventata uno strumento terapeutico. La metafora dell'anfora ha permesso a Giorgia di usare categorie note per affermare realtà nuove per le quali, all'inizio, non possedeva gli strumenti espressivi. Nell'accompagnamento è stata aiutata a passare dal raccontare una semplice immagine che l'aveva colpita (modalità difensiva = esibizionismo), al riconoscere il «segreto sofferente»⁷ sottostante. Il problema contingente («cosa ne faccio degli ovuli congelati?» = metafora della resistenza a lasciare la brocca) posto in termini di richiesta di aiuto («dimmi cosa fare per uscire da questo malessere!») si è progressivamente allargato alla domanda della vita: «Che donna posso essere?» (metafora della Samaritana libera di lasciare la brocca).

«Lasciare la brocca» ha in qualche modo a che fare con il tema della perdita ma anche con l'identità di sé nell'esperienza della perdita: come posso essere donna senza essere madre biologica? Come posso essere me stessa quando sento il vuoto della perdita?

Il processo di «rinascita» di Giorgia non ha solo per oggetto la separazione dal coniuge e dunque l'elaborazione della perdita, dell'abbandono e del fallimento matrimoniale ma la ridefinizione di sé e soprattutto la sfida antropologica a rimanere aperta alla polifonia della vita. Giorgia sarà in grado di portare la lotta esistenziale della

⁷ Sull'uso della metafora in psicoterapia si veda: D. Gordon, *Metafore terapeutiche*, Astrolabio, Roma 1992; A. Zatti, *La metafora nella comunicazione familiare e grupppale*, Vita e Pensiero, Milano 1993; M. Casonato, *Immaginazione e metafora*, Laterza, Bari 2003.

vita, oppure la sfida a tenere insieme le contraddizioni sarà troppo minacciosa?

Nel corso dell'accompagnamento la metafora iniziale ha preso altri nomi, a seconda delle fasi esistenziali che la persona stava attraversando, fino a prendere la forma «*morte-vita*». Si potrebbe ipotizzare che la persona ha ampliato la metafora della perdita («lasciare la brocca») con le categorie simboliche della morte e della vita ma anche con gli specifici tratti narcisistici che la contraddistinguono. Nel suo abituale modo di affrontare la vita, «morte e vita» sono in contrapposizione e prendono la forma della scissione dove ad esempio i momenti di morte coincidono con i tratti depressivi e di vuoto mentre il superattivismo è associato alla vita.

Alla fine si capisce che l'incapacità di «*lasciare la brocca*» era vissuta come morte e minaccia all'integrità di sé. Ecco la domanda profonda a cui la metafora ha gradatamente condotto: come tenere insieme «morte e vita» nell'esperienza ordinaria della sua esistenza? La sfida del fallimento matrimoniale e il confronto-scontro con il lutto della fecondità fisica (morte) favoriranno il cammino di Giorgia a scendere a patti con i limiti realistici della sua grandiosità o perpetueranno il circolo vizioso della sua personalità (onnipotenza-annientamento)? Tornando alla metafora iniziale: come «lasciare la brocca» (esperienza di vuoto-morte) e non morire? Come vivere la perdita come un processo di vita e non solo come processo di morte?