

La Ricerca del Padre

Dialogo con Aristide Iniotakis



di

Massimo Borgioni

Indice

Prefazione

di Patrizia Moselli

pag. 5

Intervista con Aristide Iniotakis

pag. 9

Intervista con Massimo Borgioni 09-2025

pag. 71

Testimonianze

pag. 79

Prefazione

di Patrizia Moselli

Massimo è stato uno dei miei allievi più brillanti. Ricordo con affetto e riconoscenza il suo percorso formativo, segnato da un profondo impegno personale e da una curiosità viva verso il mondo interno dell'altro. La sua tesi sull'empatia rivelava già allora la qualità del suo pensiero: lucido, sensibile, capace di cogliere le sfumature più sottili della relazione umana. Era evidente la sua capacità di ascoltare e di comprendere, di trasformare l'esperienza in pensiero e il pensiero in emozione.

Dopo la formazione *rogersiana*, mi ha seguito ancora nell'avventura bioenergetica con passione e dedizione, animato dal desiderio di comprendere la vita psichica attraverso il corpo e la relazione. Nel corso degli anni ha saputo integrare le diverse esperienze del suo cammino, elaborando una visione personale e coerente, fondata sull'ascolto profondo, sull'autenticità e sulla ricerca di senso.

Ha pubblicato due testi significativi:

Dipendenza e contro dipendenza affettiva: dalle passioni scriteriate all'indifferenza vuota (Alpes Italia, 2015), in cui esplora con profondità clinica e poetica i movimenti ambivalenti dell'amore e della paura del legame;

Eco, Narciso e le figure della dipendenza amorosa (Alpes Italia, 2022), un'opera di raffinata bellezza, dove mito e psicologia si fondono per indagare il dolore dell'amore non corrisposto e la ferita del sé nella relazione.

Durante il training di analisi bioenergetica ha incontrato Aristide Iniotakis, figura carismatica dell'analisi bioenergetica in Italia. Da

quell'incontro è nato uno scambio proficuo e autentico, che ha trovato nel tempo la sua piena fioritura nei gruppi condotti a Creta, dove — come lui stesso racconta — è nata una vera e propria comunità, un luogo di corpo e di spirito, di libertà e di condivisione.

Il testo che segue nasce proprio da quell'incontro. *Intervista con Aristide Iniotakis* non è semplicemente un dialogo, ma un attraversamento: un viaggio nel vissuto di un uomo che ha legato la propria storia personale a quella della psicoterapia corporea in Italia.

Aristide si racconta con sincerità e profondità, ripercorrendo le tappe della sua vita — dall'infanzia segnata dalla guerra e dalla perdita, all'impegno politico, fino all'incontro trasformativo con la psicologia reichiana e la bioenergetica. Le sue parole restituiscono il senso di una generazione che ha cercato, attraverso il corpo, una nuova via di libertà e di consapevolezza.

Nella prima parte dell'intervista, Aristide si racconta a partire dalle sue radici: la Creta dell'infanzia, la tragedia della guerra e della perdita del padre, la militanza politica e l'esilio in Italia. È un racconto intimo e sincero, in cui la memoria personale si intreccia con quella collettiva, rivelando la fragilità e la forza di un uomo che ha saputo rinascere attraverso la scoperta del corpo.

L'incontro con Federico Navarro, Giorgio Salmoni e poi con Alexander Lowen segna l'inizio di una trasformazione profonda: dalla rigidità ideologica alla libertà del sentire, dall'impegno politico alla ricerca del piacere e della gioia di vivere.

Massimo accompagna questo racconto con una presenza discreta ma viva, capace di dare spazio e ritmo alla narrazione, di cogliere nei silenzi e nei gesti la verità emotiva di Aristide.

La seconda parte del testo, ambientata a Roma, ci restituisce un Aristide anziano ma pieno di vitalità, di curiosità, di amore per la vita. Parla della vecchiaia, della morte, della libertà, della relazione con le donne e con la famiglia, con un linguaggio diretto, a tratti ironico, ma sempre intriso di autenticità. Il suo pensiero sulla bioenergetica, sulla terapia di gruppo e sulla figura del terapeuta diventa una testimonianza preziosa: un'eredità viva per chi oggi si forma e lavora nel campo delle psicoterapie corporee.

La presenza di Massimo durante l'intervista continua ad essere attenta, rispettosa, capace di creare uno spazio di fiducia e di verità. La sua presenza discreta consente alla narrazione di fluire con naturalezza, rivelando la

dimensione umana e affettiva di un uomo che ha saputo incarnare il senso profondo del lavoro terapeutico.

Queste pagine hanno il valore di una trasmissione. Non solo di conoscenze o di esperienze, ma di una qualità dell'essere: quella verità semplice, schietta, senza sovrastrutture, che è propria di tutti quei terapeuti che hanno lasciato un segno.

Massimo, con la sua sensibilità e il suo ascolto, è riuscito a far emergere questa verità, restituendoci un ritratto umano e commovente di Aristide Iniotakis, dove il corpo, la parola e la memoria diventano un tutt'uno.

L'“intervista” diventa così un atto d'amore, un ponte tra generazioni, un dialogo che unisce chi ha fondato la bioenergetica in Italia e chi oggi ne raccoglie e rinnova l'eredità.

In queste pagine vibra la vita, nella sua interezza: la gioia e il dolore, la paura e il coraggio, la solitudine e il desiderio di comunione.

Quando ho incontrato Massimo, dopo aver letto l'intervista ad Aristide, gli ho proposto di farsi intervistare e lui ha accettato. Gli ho chiesto di scegliere con chi volesse fare questo lavoro, lui ha proposto alcuni nomi e Rosaria Filoni ha accettato. Rosaria è riuscita a dare una toccante finestra non solo sul mondo professionale ma soprattutto sul mondo intimo e personale di Massimo.

È con affetto e gratitudine che presento questo testo, frutto di un incontro raro e autentico.

Un incontro che testimonia, ancora una volta, che la bioenergetica non è solo una teoria o una tecnica, ma una via per ritrovare la gioia di essere vivi.

Per me è come un invito a rinnovare lo spirito originario dell'analisi bioenergetica: ritrovare il corpo per ritrovare l'autenticità.

Massimo ha chiesto ai colleghi del gruppo di Creta di inviare testimonianze/foto. In appendice i contributi e le foto inviate che testimoniano la vitalità del gruppo di Creta e il loro legame affettivo con Aristide.

Intervista con Aristide Iniotakis

I° PARTE

Infanzia e giovinezza. La politica, l'amore, il Centro Reichiano di Napoli e l'incontro con Alexander Lowen.

Note biografiche

Aristide Iniotakis nasce nel 1937 ad Atene. È il primogenito di due figli, entrambi maschi. La sua famiglia è di origini cretesi, ed è a Creta che Aristide vive la sua infanzia e la sua giovinezza. Nel 1943, durante l'occupazione nazista, suo padre viene ucciso dai tedeschi in seguito ad una rappresaglia.

A 21 anni Aristide si trasferisce in Italia per studiare. Si iscrive all'Università, presso la facoltà di ingegneria di Napoli. Frequenta le lezioni, prepara gli esami e durante l'estate torna in vacanza a Creta. Nel '64 inizia il suo impegno politico in area centrista. Poi nel '67, dopo il colpo di stato dei Colonnelli, a causa delle sue idee politiche, non può più fare rientro in patria. Rimane in Italia, a Napoli, come rifugiato. Si dedica alla politica a tempo pieno e nel '68 si iscrive al PCI occupandosi, come esule, della resistenza greca al regime.

Il suo incontro con la psicologia avviene in quegli anni, presso la comunità Reichiana di Napoli, dove conosce Federico Navarro, direttore della Scuola, e Giorgio Salmoni, il suo primo analista. Si forma in Vegetoterapia e insieme a Federico Navarro ed altri, fonda a Napoli il Centro Studi W. Reich. Prosegue la sua formazione in Psicoterapia della Gestalt, con Eileen Walkenstein e Barry Simmons.

L'incontro con Lowen e con la bioenergetica avviene poco più tardi, nel 1976, sempre a Napoli, e prosegue con il primo training per psicoterapeuti bioenergetici a Roma.

Nel 1970 Aristide incontra Emilia Baiano, che l'anno successivo diventa sua moglie. Con lei resta per oltre cinquant'anni, fino al 2022, quando Emilia muore per complicazioni dovute al Covid. Dalla loro unione nasce una figlia, Maria Tinca. Pochi anni dopo, entra a far parte del nucleo familiare anche Emanuela, avuta in affidamento.

Aristide è stato tra i primi soci della SIAB (Società Italiana di Analisi Bioenergetica), fondata a Roma da Lowen nel 1978, per la quale ha ricoperto l'incarico di Presidente negli anni '90. Tuttora ne è Vice Presidente nonché membro ad honorem del Consiglio Direttivo. Local Trainer SIAB, ancora oggi svolge la sua attività di psicoterapeuta e didatta tra Milano, Roma e Napoli.

Incontro Aristide nel suo appartamento di Milano, dove ha inizio la nostra intervista.

Aristide, ti chiedo subito, tu sei un uomo felice?

Sì, molto.

Che cos'è per te la felicità?

Per me la felicità è non farsi sopraffare dai pensieri, ma gioire di ogni cosa che vedi e che incontri lungo la tua strada, a partire dalle piante fino ad arrivare agli animali e agli esseri umani. Questa è la mia felicità. Io ho cominciato ad essere consapevole di questo solo dopo che ho conosciuto Lowen. Mi sono reso conto che da giovane reprimevo la gioia di vivere. Ma probabilmente questa consapevolezza era iniziata anche prima, da quando ho cominciato a frequentare il centro reichiano. Lì ho imparato a lasciarmi andare, ad essere veramente come mi sentivo. Al centro Reich, per la prima volta, ho cominciato a non preoccuparmi più di come potessero essere accolte le mie parole e parlavo liberamente. Cosa che prima d'allora non avveniva, perché quando militavo nel partito stavo sempre molto attento a quello che dicevo. Molto attento.

Vedo che ci tieni molto a sottolineare l'aggettivo "attento". Già, perché tu hai avuto un imprinting fortemente ideologico.

Sì, l'imprinting della parola *libertà*, capisci. La libertà sessuale di cui parlava Reich non capivo che cosa fosse. Pensavo che significasse fare l'amore con chi ti capitava. Ma io non ero il tipo. E naturalmente per me questo era un inconveniente, per cui raccontavo bugie che non puoi immaginare. Raccontavo cose che in realtà poi non facevo.

Raccontavi bugie al centro reichiano?

Sì. Ma in realtà mi mancava, mi mancava... non so neanche io che cosa mi mancava. Mi mancava tutto, ecco. Avevo delle conoscenze disordinate dentro di me. Poi ho partecipato ad una conferenza con Navarro e, se ricordo bene, con Piero Borrelli.

Rammenti che anno era?

No. Noi avevamo già fatto il primo intensivo con Lowen e io dovevo parlare di lui. Non so dire bene come andò, ma nel dibattito e nello scambio di opinioni con Navarro, che mi voleva molto bene, compresi quanto fosse centrale per l'analisi bioenergetica, la ricerca della gioia. Non solo il piacere sessuale. E lì mi sono svegliato. Da allora è cambiata la mia vita. Fino a quel momento per me il piacere era fare l'amore, circoscritto esclusivamente a quell'area, come se non conoscessi la parola *gioia*, in italiano. Avevo dimenticato anche la parola greca *euphrosyne*, che significa gioia e letizia o più semplicemente serena letizia. Devo dire che negli anni della dittatura, e nel Partito, mi ero trovato in grande difficoltà.

In grande difficoltà? Perché, che cosa è successo con la dittatura?

Con la dittatura mi resi conto di aver trovato una giustificazione per restare in Italia, senza fare più niente. Mi ero dato all'attività politica totalmente, anima e corpo, e stupidamente mi dissi: adesso che c'è la lotta, non studio più.

Hai cominciato a fare attività politica a tempo pieno dopo il colpo di stato?

Sì, a Napoli. E la cosa che più mi ha colpito, e che non ho mai detto, ma la dico solo adesso per la prima volta, è che ho gioito.

Hai gioito quando c'è stato il colpo di stato dei colonnelli?

Sì. Avevo trovato la motivazione, la ragione per non tornare più in Grecia. Potevo finalmente fare quello che volevo.

Ma scusa, non potevi deciderlo anche senza il colpo di stato?

No, non ero in grado di farlo, non avrei mai potuto dare un dispiacere a mia madre. Per nessuna ragione al mondo. Allontanarmi da lei era per me qualcosa di inconcepibile, a meno che non fossi stato costretto.

Perciò il colpo di stato ha rappresentato una ragione più potente di tua madre per non tornare in patria: non avevi più doveri. Paradossalmente ti aveva liberato.

Sì, mi aveva salvato dai sensi di colpa. E sono stato anche fortunato perché ho incontrato sempre delle persone disposte ad aiutarmi. “Non hai i soldi?” mi dicevano, fai allora una domanda alla Comunità greca. Io la facevo ed ottenevo un contributo. Poi continuavano: “I soldi non ti bastano? Fai una domanda a quest'altro Ente”. Io la facevo ed ottenevo ancora un altro contributo. Insomma in poco tempo mi ritrovai a fare domande dappertutto. Ma la cosa più interessante è stata che, essendomi dato alla politica anima e corpo, ebbi modo di incontrare molta gente e molte organizzazioni. Così un giorno incontrai don Remigio Musaragno, un prete gesuita, molto intelligente e libero, un prete sui generis.

Era una militante politico oltre che un prete?

Era il periodo in cui i Gesuiti sostenevano la sinistra, i movimenti della sinistra in America Latina. Allora lui mi volle assumere e mi disse: vuoi venire a stare nell'ufficio di Napoli? E mi offrì un rimborso per il mio impegno con lui. Io prendevo soldi di qua e soldi di là. Con la Croce Rossa lo stesso.

Eri sempre a Napoli in quel periodo?

Sì, ma giravo in tutta Italia. Io coordinavo tutte le organizzazioni greche che facevano capo alla sinistra, al Partito Comunista Greco, che in realtà si ispirava alla linea del Partito Comunista Italiano.

Quindi tu in Italia eri diventato un esule, un rifugiato che faceva politica attiva.

Proprio così e a poco a poco mi ritrovai ad essere il capo dell'Associazione di sinistra degli studenti greci in Italia, un'organizzazione ramificata in tutte le città italiane. Di fatto ero il leader di questa organizzazione perché il presidente, che era del Partito Comunista Greco – inizialmente non lo sapevo, non ero ancora nel partito comunista – non conosceva l'Italiano e tutti quindi si rivolgevano a me.

Quanti anni avevi?

Io allora avevo trent'anni. E stavo in Italia da otto-nove anni. Ma ero già politicamente impegnato. La mia attività politica comincia a ventisei anni, nel '64.

Quindi, ricapitolando, tu arrivi in Italia a 21 anni per studiare. Inizi a frequentare l'Università, dai gli esami e torni in Grecia in estate per le vacanze. Insomma, fai la vita dello studente fuori sede. Nel '64 inizi anche a interessarti di politica attiva. Poi c'è il colpo di stato e tu non puoi più rientrare in Grecia.

Sì, c'è il colpo di stato e mi consegno alla pazza gioia della politica. Divento leader dell'associazione studentesca greca e poi del movimento organizzato militante della resistenza greca.

Poi tu entri nel Partito Comunista Italiano?

Sì. Nel PCI ero nel settore che si occupava della resistenza greca. Il PCI aveva istituito un ufficio apposito nella direzione nazionale di Via delle Botteghe Oscure a Roma e io andavo lì ogni volta che si doveva fare una manifestazione. Ma andavo ovunque mi dicessero di andare. Io conoscevo bene Giorgio Napolitano, allora coordinatore dell'ufficio di segreteria e dell'ufficio politico del PCI. Quando veniva a Napoli mi invitava sempre a parlare della Grecia. Intervenivo dieci minuti prima che parlasse lui. Veramente non mi ha mai dettato i tempi, non mi ha mai detto sbrigati. Mi lasciava sempre libero. Però io non prendevo mai più di dieci minuti. Non volevo disturbare. Comunque, quando iniziai a interessarmi di politica non ero ancora comunista. Avevo come riferimento i liberali greci, il centro progressista. Poi con il colpo di stato sono passato alla sinistra. Ma prima mi era difficile dirmi comunista, perché il fratello di mio padre era stato

giustiziato proprio dai comunisti. Per questo avevo delle resistenze molto forti, ma nello stesso tempo ero attratto da loro. Così nel '67 dopo il colpo di stato in Grecia sono entrato nel PCI.

E tu fino a che età hai fatto politica attiva?

Dai venticinque anni fino ai cinquanta.

E come è avvenuto il tuo incontro con la psicologia reichiana?

Nel 1968 io andai all'ufficio studenti esteri in Italia – USEI si chiamava – un'associazione cattolica per lo sviluppo del terzo mondo, che faceva capo direttamente al Vaticano, il cui scopo era quello di formare quadri che tornando in patria avrebbero contribuito a stimolare il progresso nei loro paesi d'origine. La maggior parte degli studenti proveniva dall'Africa; alcuni, pochi in realtà, erano dell'America Latina, qualcuno della Corea. Non c'era nessun tentativo di indottrinamento in questa associazione, non si parlava di religione, e tutti questi studenti erano di sinistra e cattolici. Avevamo anche due mussulmani ma poi sono andati via perché la loro appartenenza religiosa non si conciliava con la matrice cattolica di questa organizzazione, pur non essendovi alcun dogmatismo. Una volta – e questo è ciò che ha cambiato la mia vita – ero con un ragazzo latino americano del Nicaragua, un coreano e un'italiana, l'italiana si chiamava Lucia, ed era un'assistente sociale, una delle responsabili dell'Associazione. Non mi ricordo per quale motivo, era successo qualcosa, e noi incominciammo a litigare. Io ho alzato la voce, ho urlato – in quel periodo quando andavo fuori di testa andavo fuori di testa sul serio – allora ho sbattuto i pugni sul tavolo e sono uscito dalla stanza, furente. Mi sono soffermato nel corridoio e ho sentito Lucia che diceva: “Dobbiamo aiutare Aristide, è pazzo”. Gli altri sembravano d'accordo con lei che aggiunse: “Dobbiamo inserirlo nel programma di Psicoanalisi”. Era la prima volta che sentivo quella parola: ‘Psicoanalisi’.

Per la prima volta hai sentito la parola Psicoanalisi, spiando una conversazione su di te dove si diceva che eri un pazzo, a causa dei tuoi colpi di testa, delle tue sfuriate, della tua aggressività.

È proprio così. Il giorno dopo tornai e loro mi chiesero: “Ti interesserebbe una psicoterapia?”. Io non capivo e risposi. “No. Io sto bene”. Lucia non insistette sul fatto che stavo male, mi parlò del Centro Reich e mi

disse: “Guarda che hanno deciso di aiutare delle persone che noi inviamo in terapia e che possono fare parte del movimento reichiano, anche se non hanno soldi”. Allora andai e incontrai Giorgio Salmoni, un giovane terapeuta che aveva incominciato da poco.

Navarro aveva imposto a ogni nuovo terapeuta del Centro, quando iniziava la sua attività, di prendere in carico almeno quattro persone, con un compenso che poteva non esserci o arrivare al massimo a cinquemila lire. Io qualche volta lo pagavo, ma più spesso gli facevo dei regali, gli compravo dei libri. Per esempio gli ho regalato tutte le opere di Freud, ma non all’inizio. Lui era poco più giovane di me, di due anni credo. Io ho iniziato la mia prima terapia nel ‘68 con questo professionista, Giorgio Salmoni. Mi ricordo che mi abbandonai completamente a lui. L’incontro è stato così, come se avessi ritrovato mio padre, ma questo l’ho capito solo dopo.

Dici che è stato come incontrare tuo padre. Questo è quello che tu più tardi hai decodificato di questa terapia nella quale ti sei lasciato completamente andare. Raccontaci questa esperienza.

È stata bellissima. Appena entravo nello studio, mi distendevo e mi toglievo i vestiti, allora ci si denudava, figurati, io che mi spogliai completamente davanti a un uomo! Ma non mi sono mai opposto e nemmeno ho pensato di oppormi. Era come se fosse una cosa naturale. Anche se mi avesse detto buttati dal balcone, io mi sarei buttato. Fin dal primo incontro mi sono completamente affidato a lui. Tutto ciò che diceva per me era giusto. Non avevo alcun dubbio.

Eri proprio alla ricerca di un padre a cui abbandonarti. E finalmente lo avevi trovato.

Sì. Quando mi distendevo sentivo qualcosa che scendeva. E, come ho capito dopo, era quello che noi bioenergetici definiamo l’abbandonarsi, il lasciarsi andare. A me, con lui, succedeva naturalmente, senza sapere che cosa facessi, che cosa accadesse realmente. E non gliel’ho mai detto.

Che cosa non gli hai mai detto?

Che mi abbandonavo a lui. Perché identificavo questa esperienza con la parola greca *paràdosi*. Come quando uno va in guerra, poi alza le mani e dice: “Mi arrendo!”. Ma per me, allora, la parola arrendersi significava solo vigliaccheria, avere paura, perdere. Poi con la bioenergetica, e grazie a

Lowen, ne ho compreso il senso più profondo. Lowen era così chiaro quando parlava che mi apriva la mente e trasformava in parole le mie sensazioni. Lo devo a lui se ho capito ciò che avevo sperimentato con Giorgio Salmoni.

Quando hai conosciuto Alexander Lowen?

Nel '76 mi sembra, o addirittura nel '74, a Napoli, quando per la prima volta è venuto in Italia grazie a Navarro. La prima volta venne da solo, la seconda con la moglie.

E come è stato per te questo incontro con Lowen?

Raccontaci.

Ci fu una cosa di Lowen che all'inizio mi colpì molto, ma che allora non condivisi per la mia ideologia comunista. Con lui non avevo ancora parlato. Aveva fatto il gruppo il primo giorno ma io non avevo partecipato perché era destinato ai terapeuti. La sera si tenne una rappresentazione teatrale di un gruppo che si chiamava la Comune di Buenos Aires, facevano uno spettacolo sulla dittatura. In scena c'erano due attori, uno che impersonava il capo dei fascisti e un altro che interpretava il ruolo di un prigioniero di sinistra che era stato catturato. Ricordo che in una scena l'attore che faceva il capo dei fascisti prese a schiaffi quello che faceva il prigioniero, ma non era una finzione, lo prese a schiaffi sul serio. Ci fu un primo schiaffo e quello per il colpo violento girò la testa da una parte; poi un secondo e accadde la stessa cosa; ancora un terzo. A quel punto Lowen si alzò e disse: "Io a questa violenza non partecipo perché non la condivido" e se ne andò. Navarro rimase di merda. Quella era violenza vera. Non era violenza recitata. L'attore picchiava veramente quell'uomo che accettava passivamente senza reagire. Quella sera per un colpo violento all'altezza degli occhi subì addirittura lo spostamento della retina. Questa compagnia allora andava alla grande, perché gli attori erano dei professionisti. Bravissimi. Anche a me quella scena aveva dato fastidio. Ma non pensai affatto ad alzarmi e andarmene. Fu così che avvenne la mia conoscenza con Lowen.

Il giorno dopo ci fu l'incontro con il gruppo allargato, esteso cioè anche agli allievi. E lì, per la prima volta incontrai anche Alberto Torre. Lowen mi fece alzare, mi mise in piedi e, dopo due o tre minuti che mi concentravo sulla respirazione, mi spostò sull'avampiede. Improvvisamente cominciai a tremare, a sbattere i denti senza riuscire più a fermarmi. Mi ricordo il piacere. Il piacere di questa sensazione. Questo è stato il mio incontro con

la bioenergetica e con Alexander Lowen. È stato un momento magico. Questo non potermi controllare, non ricadere sui talloni, stare continuamente sull'avampiede e vibrare tutto, dai piedi fino alla testa, con la mascella che tremava e i denti che sbattevano facendo tà tà tà tà, ed io che pensavo: "Oh mio Dio, se mi mordo la lingua, la taglio", e per paura la tiravo indietro. Questo lo ricordo molto bene.

Il giorno dopo Lowen mi chiamò e mi disse "Alzati. Vuoi lavorare?". Io risposi di sì. Mi fece dire due parole sulla mia storia e raccontai che avevo perso mio padre a sei anni. Allora lui mi disse: "Stenditi". E, disteso mi fece respirare per qualche minuto, poi all'improvviso mi impose di alzare le mani. "Alza le mani" mi disse deciso. Io lo feci e cacciai un urlo tale che provai spavento e subito dopo gridai "Papà, prendimi!". Allora lui prontamente afferrò Alberto Torre e con forza lo spinse sopra di me perché mi abbracciasse. Io ancora non conoscevo Alberto, ma ricordo che quell'abbraccio lo presi tutto e subito dopo mi calmai.

Fu grazie a questo che potei ricordare l'ultima scena vissuta con mio padre, quella che mi mandò fuori di testa. Fu lì, credo, che impazzii. Vidi mio padre, aveva gli occhi aperti e chiesi a mia madre: "Ma papà è vivo?" E lei mi rispose "No". "Ma come no, ha gli occhi aperti" insistetti, e lei: "No. È morto", rispose piangendo. A quel punto sprofondai nel buio più totale e non ricordai più nulla di quel momento tragico. Lo avevano ucciso in strada. Mia madre lo stava portando via. Quando lo vidi, stava caricato su un mulo. Lo stavano portando al cimitero, mia madre con mia zia. Hanno scavato insieme la tomba. Hanno seppellito mio padre con mio zio, perché anche lui era stato ucciso. Erano stati uccisi il fratello di mio padre, il cognato di mio padre, mio nonno materno. Tutti. Fucilati in una rappresaglia.

Ci vuoi raccontare meglio questa tragica circostanza?

Questo accadde all'epoca dell'occupazione tedesca. In uno dei tre paesi che erano lì sulla montagna, a Simi. Ti ricordi Simi, dove siamo andati a mangiare? Proprio lì, poco sopra a dove siamo andati a mangiare, c'era una casa dove stavano i tedeschi. Era un posto di controllo, diciamo così, e ci stavano due tedeschi. Era il periodo in cui si scavavano le patate, era una zona dove si coltivavano patate, pomodori e fagiolini. E i tedeschi sequestravano le patate perché dovevano mangiare, e ne lasciavano una parte ai contadini. E allora cosa fecero i cosiddetti partigiani? – Io non ho

mai condiviso questo fatto – decisero di uccidere i tedeschi. I soldati erano andati alla taverna, quella dove siamo stati anche noi, e si misero a mangiare l'agnello arrostito sulla brace e a bere. Tornarono a casa ubriachi fradici. Dopo mezz'ora arrivarono i partigiani e li fecero fuori, tutti e due. Il giorno dopo aver scoperto l'assassinio, i tedeschi si mobilitarono e portarono forze da Eraklion, le SS, per punire il paese. I partigiani, allora, gli tesero un agguato, uccidendone una trentina e li costrinsero a ritirarsi. Ma questi tornarono dopo tre giorni, ancora più numerosi e arrabbiati, distruggendo e bruciando tutto. Il mio paese, Amirà, è stato quello più colpito, perché mentre negli altri paesi arrivarono a fucilare dalle dieci alle ventotto persone, come a San Basilio, che è un paese grande quanto il mio, da noi – allora eravamo quasi novecento abitanti – ne presero centoquattordici e li fucilarono tutti. Era il settembre 1943. Questa data non l'ho mai dimenticata.

Queste persone erano state catturate perché combattevano contro i tedeschi?

No, erano state prese a caso. Ma mio padre faceva parte della resistenza. Lui aveva combattuto quando i tedeschi erano venuti a Creta, prima che Creta capitolasse.

Come si chiamava tuo padre?

Petros.

Quindi tu ti ritrovi davanti a questa scena tragica, tuo padre Petros fra i giustiziati, e tu, bambino di sei anni, che non potevi credere che tuo padre fosse morto.

Sì, è proprio così. Io credo che lì ho negato la morte di mio padre. Però devo essere uscito fuori di testa perché è impossibile non ricordare più niente.

C'è proprio il buio?

Buio totale. Da quel momento non ho ricordato più nulla. Tutto ciò che so di mio padre me lo ha raccontato mio fratello.

E quindi non hai neanche ricordi di tuo padre prima della sua morte?

No, nessuno. Mio padre non esiste proprio.

Hai cancellato tutto quello che precede la morte di tuo padre.

Tutto.

E i tuoi primi ricordi spontanei a che età risalgono?

A sette, otto anni. Il primo ricordo che ho è che non ero stato promosso. Perché quell'anno, dopo ciò che era successo, non c'era stata la scuola e la maestra, una stupida, secondo me, non ci ha fatto andare alla seconda elementare. Abbiamo ripetuto tutti la prima.

Quindi i ricordi della tua infanzia sono stati cancellati da quell'evento?

Sì, cancellati completamente. Non ho più ricordato niente, nemmeno con la terapia. Però ho rivissuto il dolore, tutto il dolore di quella perdita. Per questo ho urlato.

In quell'occasione, facendo quel lavoro con Lowen, hai ricontattato il dolore. È come se tu avessi detto: "Papà vieni a prendermi, non è possibile che tu te ne sia andato così".

Sì, lì ho capito, ho percepito in modo chiaro che io, pur non rammentando niente, volevo andare con lui nella tomba. Nella seduta questo mi è apparso evidente. Non avrei mai pensato di poter sentire una cosa come questa.

Poi sei riuscito a recuperare qualche ricordo di tuo padre da vivo?

No. Ho solo l'immagine di un'ombra che si muove.

Ricordo di un gioco che facevamo io e mio fratello. Dovevamo entrare in una stanza della casa al buio e toccare qualcosa, non so che cosa, per fare rumore, così che nostro padre ci sentisse e arrivasse. Ma io in quella stanza non riuscivo mai ad entrare. Mi bloccavo a metà strada, vergognandomi, perché andava avanti mio fratello che era più piccolo di me. Giorgio mi diceva di entrare, che mio padre era lì che ci aspettava per abbracciarci tutti e due, come quando eravamo piccoli e saltellando su una gamba gli andavamo incontro appena tornava a casa. Ma come mi avvicinavo alla porta, tornavo indietro. Io ero più grande di mio fratello di quattordici mesi.

Avevi paura?

Sì, avevo il terrore del buio, ma avevo anche molta paura degli spari. Solo verso i quaranta, cinquant'anni, ho accettato di restare dove si sparavano i fuochi d'artificio. Prima abbandonavo le feste per non sentirli.

Capirai, poi sei andato a vivere proprio a Napoli...

Mi ricordo il primo Capodanno in questa città. Il terrore. Quando cominciarono a fare i boti, mi chiusi nella mia stanza senza uscire sul balcone o in strada.

Quindi il trauma è rimasto. La tua infanzia è stata segnata dalla guerra e dalla perdita violenta di tuo padre.

Io credo che se non avessi fatto l'analisi sarei andato veramente fuori di testa. Specialmente quando poi è caduta la dittatura. Mi sono sentito inutile. Non sapevo più che cosa fare. Non avevo il coraggio di tornare in Grecia. Ci sono tornato solo dopo un anno.

Tutto questo dolore è venuto fuori con Lowen. Mi ricordo che quando mi ha fatto alzare in piedi la prima volta e sono rimasto lì fermo, lui parlava del *grounding*. Diceva: "Ecco il *grounding*, ecco le montagne greche davanti a noi". Io non capivo che cosa dicesse allora, assolutamente niente capivo. Dopo, con il training, ne ho finalmente compreso il significato. Figurati se io, narcisista come ero, chiedevo che cosa volesse dire *grounding*! È stata la prima parola in inglese che ho imparato. Lowen la ripeteva continuamente.

E tu non hai mai chiesto che cosa significasse la parola *grounding* perché ti vergognavi di apparire ignorante?

Sì. Io non ho capito niente. Ho fatto l'esercizio con lui e non ho capito assolutamente niente. E non ho chiesto. Dopo, quando Ezio Zucconi e Luisa Parmeggiani hanno organizzato il primo training a Roma, mi sono precipitato. Nessun altro da Napoli è venuto. E io non ho detto che andavo.

E anche Lowen veniva a insegnare a Roma?

Sì, lui è venuto a Roma e con Ezio Zucconi e Luisa Parmeggiani ha fondato la SIAB. Era lì quando ha firmato per la costituzione della SIAB.

Alexander Lowen è stato uno dei cofondatori della SIAB?

Sì, lui, Ezio e la Parmeggiani, loro tre.

Per te Lowen è stato come un padre?

Dopo quella seduta non vedevo altri che lui. Tutte le volte che veniva in Italia, correvo ovunque andasse. Poi è tornato ancora a Napoli. In quella occasione Lowen venne con Leslie, la moglie, e mi fece la seconda sorpresa. Ricordo che ero sul cavalletto bioenergetico e a un certo punto mi disse di muovere il bacino. Io cominciai a muovere il bacino e sentii Leslie che diceva: “Guardate, guardate, questa è la sensualità di Aristide”. Allora di scatto mi fermai.

Poi l’hai rifatto?

No, non l’ho più rifatto.

Perché?

Perché provavo vergogna, vergogna da morire. Ma non lo dissi. Leslie tentò tre volte ancora di convincermi a muovermi di nuovo, ma, vedendo che stavo fermo, a un certo punto disse: “Adesso non può più farlo. Si sente giudicato.” Andò proprio così. Però il resto del lavoro non lo interruppi, per fortuna. Le vibrazioni, la commozione, il pianto, l’urlo, la disperazione, quelli venivano fuori con estrema facilità. Per questi vissuti non mi sentivo giudicato. Per la sessualità sì. Sentivo che su questo non mi lasciavo andare, ma non capivo il perché. Poi, però, ho capito, l’ho capito con il training. Era difficile per me. Io avevo una vergogna tremenda della sessualità. A me stesso potevo dire “Quella donna mi piace” ma mi era inconcepibile poterlo dire davanti agli altri. La parola *desiderare* era impossibile per me. Eppure avevo un desiderio di scoperta, di sapere, molto grande. Noi a Napoli ci spogliavamo per fare i gruppi, mi spogliavo in seduta con Giorgio Salmoni, anche al training ci spogliavamo, anche se non completamente, rimanevamo con la maglia e con le mutande. Io non avevo nessun problema, piano piano mi sono lasciato andare. Specialmente con Barry Simmons, con lui ci si spogliava completamente e facevi quello che ti veniva di fare. Io ero molto legato a Barry Simmons. Prima del training di bioenergetica, ho fatto quattro anni con lui, nella Scuola della Gestalt, insieme a Paolo Quattrini di Firenze e a sua moglie Dagmar, una persona squisita.

Aristide, tornando alla gioia di vivere, come la definiresti? Che cos'è, secondo te?

La gioia è la gioia, la senti dentro. La senti, la vivi dentro, quando sei contento. La gioia è qualcosa che ti fa veramente vibrare. È bellissimo. Non c'è una definizione.

Se posso ricapitolare, tu venivi da uno shock molto importante, che ti aveva costretto a dissociarti dalla tua infanzia e quindi dalla gioia – perché l'infanzia è gioia di vivere – per poi entrare nella militanza politica a tempo pieno, dunque dentro uno schema molto rigido, ideologico, con questa vergogna che ti portavi dietro. Poi c'è stato l'incontro con la Scuola reichiana, prima, e con la bioenergetica dopo, ed è stato proprio grazie a questi incontri che hai avuto la possibilità di riscoprire e di aprirti alla gioia di vivere. Giusto?

Sì, solo grazie a loro, mi sono reso conto dell'esistenza di un mondo interiore. Prima non ci pensavo. L'unica cosa che ricordo dei primi anni della mia gioventù è la vergogna. Questa la ricordo benissimo. Non ho invece ricordi chiari del piacere provato nel fare l'amore, il ricordo di un orgasmo. Il sesso lo facevo quando capitava. Quando ho iniziato la terapia, avevo fatto l'amore poche volte e quelle poche volte erano state come una scarica, una liberazione. Ma non sapevo che cosa fosse veramente un orgasmo. Sentivo il sesso come una necessità fisiologica (**mentre lo dice Aristide ride**), ma in realtà non ci capivo niente. Di queste cose ne parlavo solo con Salmoni ed erano incontri meravigliosi. È con lui che ho scoperto le prime sensazioni, che cosa vuol dire, ad esempio, avere tensione nelle gambe. Prima dicevo semplicemente che mi facevano male i polpacci. Giocavo una partita di calcio e dopo mi sentivo bene. Non comprendevo, però, che scaricavo la tensione. Ricordo che giocavo come un forsennato. Novanta minuti e non mi fermavo mai. La parola stanchezza non rientrava nel mio vocabolario. Dicevo: "Ho sonno, me ne vado a dormire", ma la stanchezza per me non esisteva. E queste sono tutte scoperte che ho fatto con Salmoni.

Con Salmoni ho scoperto la mia vergogna e quanto sia veramente legata agli occhi. Attenzione, non ai nostri, ma a quelli degli altri, di chi ci osserva. Erano infatti i suoi occhi che temevo. Il fatto che lui mi vedesse. È sempre con lui che ho scoperto e sperimentato il riflesso orgasmico orale.

Ci vuoi dire che cos'è il riflesso orgasmico orale?

Vuol dire che con la bocca sono andato in orgasmo, orgasmo proprio. Facevo l'esercizio della bocca, quando lavoravo sul segmento orale. Facevo come il pesce quando porta avanti e indietro la bocca (**Aristide mi fa vedere il movimento imitando il pesce**). È come quando fai l'amore, tale e quale. Sentivo prima il respiro che aumentava, poi un riflesso spontaneo, bellissimo, accompagnato da piacere. Così ho cominciato a prendere fiducia in me stesso. Perché prima non provavo nessun piacere. Facevo l'amore, certo, sentivo una sensazione piacevole circoscritta al pene, ma tutto il resto del corpo stava da un'altra parte.

Salmoni era reichiano, quindi lavorava sui diversi segmenti o anelli corporei e sull'armatura caratteriale. Ma ti volevo fare una domanda a proposito della teoria di Reich riguardo alla natura umana. Reich mi pare che si ispiri all'immagine del 'buon selvaggio' di Rousseau, questo mito romantico per il quale la natura umana è essenzialmente positiva, in virtù di un nucleo biologico profondo, primario, essenzialmente buono, sul quale poi si stratificano una serie di difese in risposta alle frustrazioni ambientali che daranno luogo alla corazza caratteriale, che ci allontana da questo nucleo sorgivo primario di vitalità. Ecco, la domanda è questa: tu pensi che la natura umana sia fondamentalmente una natura buona, legata a un principio naturale positivo, e che noi, tolte le armature del carattere, dobbiamo soltanto riprendere contatto con questa dimensione autoregolante, spontaneamente positiva che pulsa dentro di noi, oppure pensi che questa visione sia un po' troppo ingenua?

Io ti posso rispondere per la mia esperienza personale. Per esempio, ricordo che durante la mia militanza nel partito, quando ero in prima linea ed ero responsabile dei ragazzi che chiamavo per le manifestazioni, non ero mai contento quando avvenivano gli scontri di piazza con la polizia. Ho sempre provato un immenso dispiacere per questo. Io non ho mai usato la violenza. Una volta mi sono trovato davanti a un poliziotto, avrei potuto dargli un pugno e stenderlo a terra, invece mi sono beccato due manganellate e non ho risposto. Gli ho detto solo: "Non esagerare". E lui ha smesso. Capito? Ha smesso.

Questo per dirti che non credo che l'odio sia nella nostra natura. La nostra natura è l'amore. Questo lo dice Lowen ed io l'ho sperimentato. Quando

parlavo dei nazisti, non riuscivo mai a provare odio, tutto quello che dicevo contro di loro era solo per dimostrare ai compagni che non li perdonavo, ma io ho sempre odiato la violenza. Per questo non ho mai accettato fino in fondo la rivoluzione russa, per tutta la gente che ha fatto morire prima e soprattutto dopo con Stalin. Ero stalinista solo a parole, non volevo far vedere quella che consideravo una debolezza. Io non ho mai sentito dentro di me la voglia di vendetta. Eppure l'ho pensata.

L'hai pensata, ma non l'hai mai sentita.

Sì. Ho pensato per esempio a come avrei potuto vendicare mio padre.

L'hai pensato, ma non l'hai mai sentito dentro. È così?

Sì, è così, e dico per fortuna, perché crescendo avrei potuto fare chissà quali pazzie. Invece non ho fatto nulla.

Non hai mai sentito veramente odio nei confronti di chi ha ucciso tuo padre?

Mai.

Io ricordo, quando ero bambino, di una volta che andammo a prendere il pullman per Eraklion. Allora si doveva camminare molto perché il pullman non arrivava in paese e per raggiungere la fermata ci voleva circa un'ora. Eravamo io, mia madre e mio fratello. Mamma ci voleva portare a Eraklion da un cugino di mio padre perché lì non erano accaduti fatti bellici rilevanti e la situazione era abbastanza tranquilla. Voleva lasciarci in un posto più sicuro. Mi ricordo che a un certo punto sulla strada vidi i tedeschi che bevevano. Io avevo sete. Passò anche un plotone di soldati delle SS, probabilmente erano quelli che avevano ucciso mio padre, marciavano per fare rientro a Eraklion. Erano passati sette o forse dieci giorni dall'accaduto e mia madre aveva deciso di portarci via, perché in paese tutta la notte le donne non facevano altro che piangere e urlare. Cose allucinanti. Insomma, io avevo sete, così mi avvicinai ad un tedesco e gli chiesi di poter bere. Ricordo che era giovane, biondo e molto bello. Lui mi sorrise e mi offrì la sua acqua. In quel preciso istante sentii l'urlo di mia madre: "Nooooo!" Un urlo tremendo. Io mi bloccai come paralizzato e mollai subito l'acqua. Mia madre poi mi ammonì: "Non devi mai parlare e soprattutto chiedere nulla agli assassini di tuo padre. Ricordatelo". Io non ci avevo proprio pensato. Ero piccolo, avevo solo sei anni, non ci potevo pensare. Però devo dirti

sinceramente che di questo ricordo non mi è rimasto l'odio, ma solo la bellezza e il sorriso di quel giovane tedesco.

È molto bello quello che dici.

Sì, tutto questo mi piace. Non ho mai parlato di me così. Né in campo analitico né in quello rivoluzionario. (**Aristide quest'ultima parola la dice sorridendo mentre fa il gesto delle virgolette**).

Bene, sono molto contento di questo. Avendo avuto anch'io un passato di militanza politica, mi ritrovo in tante cose che racconti, conosco bene quella rigidità, quel rigore ideologico.

Ed io che non credevo sempre a tutto! Però dovevo.

Dovevi, perché?

Perché ero il capo dei greci. I greci non conoscevano Aristide, conoscevano il capo, il capo in tutta Italia, non solo a Napoli. Ero in prima fila. Il partito comunista mi chiamava non tanto per le cose che dicevo ma per come le dicevo.

Per il tuo carisma.

Sì, probabilmente. Ma io allora non capivo la parola 'carisma'. Sono cose che ho capito con la bioenergetica, solo successivamente.

Senti, ma il tuo rapporto con le donne com'era?

Il mio rapporto con le donne era un disastro. Io mi presentavo come un donnaiolo. Ma non lo sono mai stato.

Dici che non sei mai stato un donnaiolo, questo, però, era il tuo biglietto da visita.

Sì, dovevo interpretare questo ruolo perché al Centro Reich le donne lo esigevano. Ma io non lo ero, capito? Non lo ero!

Che cosa significa che le donne lo esigevano?

Lo esigevano nel senso che le dovevo corteggiare, che dovevo far vedere di essere sempre alla ricerca di amori facili, di avventure galanti, ma io non ero proprio quel tipo di persona. Non lo ero. Da questa situazione mi ha

salvato mia moglie. Mi sono tanto legato a lei, perché in un certo senso mi ha salvato.

Allora parlati del tuo incontro con Emilia

Io prima non riuscivo mai a legarmi ad una donna, soprattutto per la mia paura.

Paura di che cosa?

Paura di non essere all'altezza, come uomo intendo, sia economicamente che fisicamente. Ricordati che ho accettato subito di andare in terapia perché stavo diventando impotente. Sono corso, capito? Perché se non era per questo non ci sarei andato. Non credo altrimenti che ci sarei mai andato conoscendo il mio Super-io, il mio narcisismo. Patrizia Moselli una volta che si arrabbiò con me mi disse: "Aristide, lo sai chi sei tu?". "No, non lo so. Chi sono io?". "Un narcisista. Ecco chi sei!", rispose lei. Rimasi di stucco. Era molto arrabbiata con me quella volta, però ci azzeccai in pieno.

Patrizia ti disse questo?

Sì e aveva ragione. Prima questo aspetto di me non lo avevo preso in considerazione, da allora l'ho messo a fuoco chiaramente. Però ho anche capito che il narcisismo non è mica tutto negativo.

Ma mi chiedevi dell'incontro con Emilia. L'ho conosciuta quando stavo con una ragazza del Centro Reich. Emilia non sapeva nulla di queste cose. Lei stava a casa del padre, un padre padrone, non poteva uscire. Poi si è ribellata. Era fidanzata, ma un bel giorno ha lasciato il fidanzato e ha detto al padre: "Voglio andare a lavorare, fare un'esperienza, perché non so fare niente. Voglio imparare a scrivere a macchina". E così ha iniziato a prendere lezioni di dattilografia.

Una mattina ero al Vomero e dovevo prendere il filobus 49, questo non lo dimenticherò mai, per andare alla stazione a prendere la ragazza con cui stavo allora e che veniva da Foggia. Sul filobus, due fermate dopo la mia, salì una ragazza, che mi si avvicinò per passare, io mi spostai, ma istintivamente le andai dietro. Non lo so, non lo so perché. Forse mi avevano colpito le lentiggini che aveva sul viso. Lei andò avanti, poi si fermò e alzando il braccio afferrò il sostegno per tenersi. Io la raggiunsi e mettendomi accanto a lei feci la stessa cosa, stringendo il sostegno con la mano vicino alla sua. Dopo qualche secondo, mi feci coraggio e con il

pollice le sfiorai la mano. Lei invece di spostarla rispose a quel tocco ed io fui subito travolto da una forte emozione. Quel contatto, però, durò poco, perché lei scese prima di dove dovevo scendere io. Allora non ci pensai due volte e in un attimo anch'io mi trovai fuori dal filobus, dimentico completamente dell'appuntamento alla stazione. Ad un certo punto lei attraversò la strada ed io la seguii e quando se ne accorse accelerò il passo, allora accelerai il passo anch'io, chiedendomi dove stesse andando. Poi, all'improvviso, dopo un po' che la seguivo, lei finalmente si girò, mi guardò e mi disse: "Io adesso non ho proprio il tempo di fermarmi, ho fretta" ed io con estrema naturalezza, senza scompormi, le dissi "Allora ci vediamo domani. L'aspetto alla fermata dove è salita. Alle dieci".

Le avevi dato appuntamento alla fermata del filobus, dove era salita?

Sì, perché non sapevo dove altro dirle, ho capito che non era napoletana. Veniva dal paese, non sapeva orientarsi in città, non sapeva nemmeno dove fosse, come mi ha detto poi. E il giorno dopo è venuta. Questo è il destino, non c'è niente da fare.

È venuta all'appuntamento con te. E questa ragazza con le lentiggini era Emilia.

Sì, era Emilia. Ed io non ho più guardato un'altra donna come ho guardato lei.

Così è nata la vostra storia d'amore.

Così è nata e così è rimasta.

Emilia non era Napoletana?

No, era di Marano, un paese a 15 Km da Napoli.

E aveva le lentiggini.

Sì, aveva le lentiggini, non so perché ma allora le aveva. Poi le sono sparite.

Quindi è stato amore a prima vista.

Io l'ho scelta per la vita a prima vista. Per la vita, da subito, capisci?

E come ti ha salvato Emilia?

Mi ha salvato in tutto. Io con lei ho pensato che non potevo più fare il pazzo, che dovevo decidere che cosa fare della mia vita. Così ho ripreso l'Università brillantemente. Il voto più basso che prendevo agli esami era ventotto. Solo all'ultimo esame ho preso ventisette. Studiavo, studiavo tanto. Emilia è stata la prima persona con cui ho parlato subito chiaramente, senza finzioni. "Non sono nessuno", le ho confessato bruscamente. Lei si è fidata e mi ha seguito. Ma anch'io l'ho seguita. Ricordo che un giorno mi disse: "Io, per andare via da casa mia, devo sposarmi. I miei genitori sono fatti così". "Allora ti sposo" le ho risposto. "Quando vuoi che ci sposiamo?". Ho scritto direttamente a mia madre che, poverina, mi ha mandato subito le carte per il matrimonio. Da quel momento, in due mesi abbiamo fatto tutto quello che c'era da fare. Siamo andati al Municipio con il padre, un amico e uno, chissà chi era, che si trovava lì, per fare da testimone, e ci siamo sposati. Io l'ho conosciuta nel dicembre del '70 e ci siamo sposati un anno dopo, nel dicembre del '71. Ma io l'avrei sposata anche subito.

Ti ricordi la prima volta che hai fatto l'amore con lei?

E come se non lo ricordo. È stato bellissimo. Lei non sapeva proprio niente del sesso. Era innocente, come si dice. Vergine. E mi ricordo, questo è un ricordo veramente molto bello, che era spaventatissima e ripeteva: "Che cosa mi succede? Che cosa mi succede?". Ed io, non lo scorderò mai, le ho risposto: "Succede che tu sei la mia donna". Infatti era così. È rimasto così. Non l'ho mai controllata. Mai le ho chiesto dove andasse, che cosa facesse. Con lei ho sperimentato che cosa vuol dire veramente rispettare la libertà dell'altro, che poteva anche essere innamorarsi di un altro uomo. Perché no? Io non sono mai stato geloso di lei.

Sei sempre stato fuori dal controllo nella relazione con lei.

Sì, ma anche lei però. Io non mi sono mai sentito controllato. Mai.

Quanti anni siete rimasti insieme?

Emilia è morta il 26 dicembre, noi il 23 dicembre del 2022 avremmo dovuto festeggiare i 51 anni di matrimonio a Tenerife.

Ti manca Emilia?

Tantissimo, mi manca. Io non riesco a pensare a un'altra donna. Il pensiero che possa venire ad abitare qui con me un'altra donna non esiste proprio.

Nessuno può sostituirla.

No, nessuno.

Per un periodo c'è stata una donna fissa, che abitava qui, dormiva qui, mi assisteva e si prendeva cura di me. Però era una persona che rispettava i confini, e questo andava bene. La distanza doveva essere rigorosa. Poi se ne è dovuta andare, purtroppo. Adesso ce ne sarebbe un'altra che vorrebbe venire a stare qui, più giovane. Ma io le ho detto di no. Non voglio complicazioni. "Quando sarò più rammollito, allora potrò accettarti. Adesso no". (**sorride Aristide mentre lo dice**). Lei viene, pulisce e se ne va, io non la vedo nemmeno.

Non c'è posto per un'altra donna dentro di me, perché dentro di me Emilia è come se fosse ancora qui.

Emilia è stabile e radicata nel tuo cuore

Sì. Lo sento proprio. Non posso fare finta che non sia così, come mi accadeva prima della terapia. Allora ero fantastico a far finta, ma non è vita questa. Non si vive così. E poi a ottantasette anni, dai... Io credo che una mia caratteristica sia l'onestà, essere onesto con le persone, non solo con Emilia, con tutti.

Avete avuto dei momenti difficili? Dei momenti in cui hai pensato di separarti?

Lei sì, ha avuto un momento di crisi, io mai. Quando è rimasta incinta di Maria Tinca, ha vissuto un'esperienza difficilissima. Maria Tinca è nata a otto mesi, prematura. I medici non hanno aspettato il compimento delle 36 settimane per paura di possibili complicazioni legate al parto naturale, dato che Emilia aveva già dovuto abortire una volta. Emilia ha avuto una gravidanza a rischio ed è dovuta restare a letto già a partire dal terzo mese. E questo le è costato moltissimo. Lei se la prendeva con me. Eppure io non le ho mai chiesto di fare un figlio. Lei lo ha voluto. Mi diceva: "Sento che se non avrò un figlio, tu te ne andrai, che te ne andrai con un'altra donna".

Io il figlio lo volevo, ma non credo che avrei avuto il coraggio di lasciarla per questo. Ma il dubbio avrebbe eroso la nostra relazione.

In quella circostanza così difficile, dopo il parto, per la prima volta, mi ha detto: “Io voglio separarmi”. E io le ho risposto: “Va bene, però lasci la bambina qui e te ne vai dove vuoi, anche ora”. E non me lo ha più detto. Questa è stata la nostra crisi. Non so quanto tempo dopo, una settimana o forse due, ho visto che cambiava atteggiamento, non parlava più di separazione. Ha ripreso a prendersi cura della casa, della bambina, di me e di se stessa.

Tu le hai detto lascia la bambina qui?

Sì, le ho detto lascia la bambina qui e vai dove vuoi. La figlia non te la lascio. Lei non mi ha risposto, non mi ha detto la figlia è mia, la prendo io e me ne vado. No. Probabilmente voleva sentirsi dire qualcosa che la trattenesse, voleva sentire che non la mollavo tanto facilmente, chissà... Poi non ne abbiamo più parlato. Mai più.

Tu non volevi lasciarla andare.

Io le dicevo che avrei preso la bambina perché non volevo lasciarla andare. Ma ero troppo egoista, per non dire narcisista, per dirle non voglio che te ne vai. Rimani.

Quindi hai usato il ricatto della bambina per farla restare.

Esatto. Figurati se lasciava la figlia a me. Sarebbe morta. Aveva sacrificato la sua vita per avere un figlio. Non ci avrebbe mai rinunciato.

È stata una strategia la tua.

Sì. È stata una strategia che ha funzionato benissimo e non gliel’ho mai rivelato.

Non glielo hai mai detto?

No. Quando discutevamo le dicevo: la bambina rimane qui, non si muove da qui.

E se le avessi dovuto parlare con il cuore che cosa le avresti detto?

Se le avessi parlato con il cuore le avrei detto: “Ma dove vai? Rimani qui”. Poi, in seguito, questo gliel’ho detto tante volte. “Io, senza di te, non faccio un passo” le dicevo. Ma lei lo sapeva già. Io sentivo che potevo lavorare solo perché c’era lei. Capisci?

Che cosa ti dava Emilia?

Sicurezza. Emilia era una potenza. Era un’energia incredibile. Emilia non diceva cose alludendo ad altro, quando parlava era quello. Era diretta come me. Bellissimo. Era di una sicurezza incredibile per me, anche per le figlie. Anche se quelle erano matte tutte e due. Io le dicevo sempre, e forse ho fatto male: “Ma perché non devono essere libere? Perché le ostacoli?” E lei questo me l’ha rimproverato sempre. Mi ha rimproverato di averle incoraggiate ad essere pazze e su questo credo che lei un po’ di ragione ce l’avesse. Io volevo fare il ‘bioenergetico’ e ci credevo. “Ma perché dobbiamo limitarle”, dicevo, “ognuno si assume le sue responsabilità”. Io fino ai 14 anni ho proibito loro delle cose, gli dicevo che non potevano fare quello che volevano. Ma dopo ho incominciato a mollare. Tanto è vero che a 18 anni mia figlia Maria Tinca ha festeggiato il compleanno e il giorno dopo se ne è andata a vivere con la sorella Emanuela. Loro due da sole. E io non avevo nulla in contrario. Perché non avrebbero dovuto farlo? Perché erano donne?

Emilia era contraria?

No, non era contraria. Naturalmente non le abbiamo abbandonate. Poi, però, Maria Tinca a 19 anni è rimasta incinta. Allora Emilia ha perso le staffe. “Portala ad abortire” mi disse. “Ma tu sei matta” le risposi. Io che ero contro l’aborto, figurati. Anche se ho sostenuto il referendum, in fondo, dentro il mio cuore, ero e sono rimasto contrario all’aborto. Lo considero veramente un’interruzione della vita, non della gravidanza, della vita.

(Il referendum sull’aborto si tenne in Italia il 17 maggio 1981 insieme ad altri quesiti che riguardavano l’ordine pubblico, l’ergastolo e il porto d’armi. I quesiti sull’aborto erano due: uno proposto dal Partito Radicale e l’altro dal Movimento per la vita. Vinsero i No. Si trattava di referendum abrogativi che pertanto mantennero in vita la legge 194 del 22 maggio 1978 sull’interruzione volontaria di gravidanza (IVG)).

Voi avete due figlie, Maria Tinca e Emanuela: una nata da voi e l'altra avuta in affidamento.

Emanuela è stata affidata a noi. Io poi le ho detto di farsi adottare e cambiare il suo cognome, prendendo quello di Emilia: “Fatti chiamare Baiano, invece di Raiano” le ho detto. “Basta cambiare solo una lettera”. Ma lei allora non volle. E adesso se ne è pentita.

Si è pentita di non aver accettato l'adozione?

Sì. Perché Maria Tinca è stata tremenda, anche se poi si è pentita e le ha chiesto scusa. Quando Emilia è morta ho suddiviso l'eredità e mi sono detto: “Questa è la parte di Emanuela e questa è la parte di Maria Tinca”. Io non so per quale diabolica situazione, Maria Tinca ha contato i soldi suoi e ha contato anche quelli di Emanuela, perché Emanuela non è venuta a Napoli. Io ho dato tutto a Maria Tinca, ma ho sbagliato. Quelli di Emanuela li dovevo tenere io. Comunque lei glieli ha dati. Dopo una settimana Maria Tinca ha pensato che i soldi di Emanuela erano di più rispetto ai suoi. Così lei ha detto alla sorella che doveva riportarle parte dei soldi perché aveva preso troppo. Emanuela si è sentita male. Le ha detto: “Tu hai avuto due case e io una, come puoi dire che ho preso di più?”. Che poi era una differenza di quindicimila euro, mica chissà quale cifra! E così sono rimaste entrambe male. Emanuela si è chiusa con me. Non mi telefona più. Pensa che fossi d'accordo con Maria Tinca, invece, figurati, io mi sono arrabbiato con lei. Così quando la chiamo, Emanuela non mi risponde. Lascio messaggi alla segreteria, ma lei non mi richiama. Oppure, se risponde, mi dice che deve lavorare, e riattacca. Mi evita. Mi ha scritto un messaggio dove diceva: “Ricordati, io non voglio essere più seconda a nessuno. Ho sofferto abbastanza”. E lì mi sono reso conto che lei, probabilmente, ha sempre subito Maria Tinca. Ma non per questo fatto dei soldi. L'episodio dei soldi le ha solo fatto prendere coscienza di una situazione più generale. Di aver sempre subito la personalità della sorella. Perché Maria Tinca è molto forte.

Che differenza di età c'è tra di loro?

Emanuela è di sei mesi più grande. Però Maria Tinca è una potenza. Ha messo in riga il marito, figurati. Chissà Emanuela, poverina, quanto avrà dovuto subire.

Come avete preso in affidamento Emanuela?

È capitato. Lei è venuta a casa nostra. Loro andavano insieme all'asilo. L'unica compagna con cui Maria Tinca aveva legato era lei. È stato il destino. Spesso le andavamo a prendere e le portavamo a casa insieme dopo la scuola. La madre chiamava e chiedeva se la bambina poteva rimanere a mangiare da noi. E noi dicevamo di sì. Dopo un po' abbiamo scoperto che la mamma era malata psichiatrica. E non poteva prendersi cura di lei. Tanto è vero che anche il marito ci telefonava e ci chiedeva: "Emanuela può dormire qualche volta da voi?" Poi una volta la madre si è ricoverata e lui non è venuto a prendere la bambina. E così è rimasta con noi e abbiamo formalizzato l'affidamento.

Aristide, se ti guardi indietro, che padre sei stato?

Tollerante. Troppo tollerante. A me piaceva Emilia. Emilia era una madre guida.

Aveva polso?

Eccome! A me dispiaceva rimproverare le ragazze. Qualche volta sgridavo le mie figlie, ma abbaiai soltanto, poi, finito l'abbaiato, finiva tutto. Invece Emilia teneva il punto. Mi piaceva.

Come mai sei stato così tollerante come padre?

Perché mi dispiaceva spaventare le mie figlie. Due volte le ho sgridate veramente, ho visto la loro paura e mi sono detto: "Ma che sono pazzo? Che cosa sto facendo?". E non l'ho fatto più. Capito? Mai più.

Quindi è stata la paura della tua aggressività a frenarti e a delegare Emilia a dare limiti alle vostre figlie?

Credo proprio di sì.

E i tuoi meriti come padre quali sono stati?

Che le ho amate, le ho amate tanto e non sono mai stato avaro con loro. Mi riferisco sia ai miei sentimenti che ai loro bisogni.

Pensi che la tua esperienza di non aver avuto un padre abbia inciso anche sulla tua capacità di esserlo?

Sì. Ma io lo dissi subito ed in modo chiaro ad Emilia. “Guarda, io ti sposo, ma non so se saprò fare il marito. Io sto facendo un salto nel buio. E non so se sarò capace di fare anche il padre. Nella mia vita la parola papà non l’ho mai pronunciata e non saprei dirti che cosa significhi veramente”.

Eppure guarda che cosa incredibile Aristide, per molti di noi tu sei un padre, tu incarni proprio la figura del padre. E io credo che molti di quelli che ti cercano per un bisogno terapeutico è perché sentono e trovano in te l’energia del padre. Un’energia che oggi non esiste più. O esistono padri autoritari, padri padroni, oppure non esistono padri. Tu invece incarni davvero la figura del padre amorevole.

Sì. Questo lo posso dire.

E come te lo spieghi questo? Tu che hai perso il padre così presto, che nella tua vita personale sei stato un padre che non è riuscito ad esercitare il proprio ruolo, tu che dicevi ad Emilia: “Io non so fare il padre”, come ti spieghi che tutti i tuoi allievi e i tuoi pazienti che ti amano ti sentono come un padre al quale possono affidarsi?

Certo che possono affidarsi, perché sono affidabile. Perché non recito: sono. Questo posso dirlo a te.

E quindi tu sei padre solo fuori dal tuo ruolo familiare? Come è possibile questo? Vorrei che tu mi spiegassi.

Non te lo so dire. Io ero così fin da piccolo. Mia madre, quando si arrabbiava, mi diceva:

“Tu stai meglio con le persone fuori di casa che con la tua famiglia”. Capito? E questo l’ho continuato a fare senza accorgermene. Io ero protettivo con tutti i ragazzi. Quando giocavamo a calcio, per esempio, io facevo le squadre. Allora ero il solo che sapesse giocare. Da piccolo avevo visto una partita e mi ero entusiasmato così tanto che poi ho cercato di introdurre questo gioco nel mio paese. Mettevo in fila i ragazzi, insegnavo loro come si giocava, come si faceva a fare il difensore, ad attaccare, così abbiamo imparato a giocare a calcio, capito? E mi ricordo, per esempio, che quando uno faceva un fallo, oppure dava una spinta e si litigava, entravo sempre a mettere pace. Non accettavo il litigio. Io ho litigato una sola volta

nella mia vita. È capitato quando un ragazzo ha minacciato un mio cugino. Lì ho perso le staffe. Mi sono fermato davanti a lui e gli ho detto: “Non ti permettere più. Non dire una parola perché ti fulmino”. E in quel momento ero veramente deciso, avrei potuto anche fare a botte, l’avrei fatto. Però, per fortuna, non è successo. Io non ho mai fatto a botte nella mia vita. Mai. Ero sempre protettivo, questo sì. E poi mi sono sempre schierato dalla parte del più debole, certamente.

Ti sei sempre schierato dalla parte di chi non sapeva difendersi?

Sì e mi ricordo che mi confrontavo anche con persone molto più forti di me. E non facevo un passo indietro.

Sei un uomo coraggioso?

Molto. Quando devo fare cose per gli altri sì, molto. Ma ho paura anche, molta paura. Però se devo fare qualcosa per gli altri sì, sono coraggioso. Se uno mi chiede aiuto non mi tiro indietro. No, mi faccio coraggio (**Aristide sorride mentre lo dice**). Anche se non ce l’ho, me lo faccio venire il coraggio. Capito?

Forse proprio questo è il coraggio: qualcosa che uno deve trovare dentro di sé. Non è qualcosa che avviene spontaneamente, altrimenti forse diventerebbe incoscienza.

È così.

Sei stato bene durante questa intervista?

Bene. Meravigliosamente bene. Sono stato bene a prescindere da cosa se ne farà. Mi interessa questo incontro. Mi è piaciuto proprio. Ne ho gioito. Sento dentro di me che sto parlando di me con una persona che mi ascolta. Mi sento ascoltato. Come uno che dice: “Forse qualcosa ho fatto nella vita”. Perché è stato come ricordare la mia vita, no?

Per me è un grande regalo quello che ci hai fatto oggi. E penso che siamo solo all’inizio.

Addirittura?

Certo. Oggi mi interessava chiederti della tua vita personale, della tua storia, che è parte del tuo percorso, anche come terapeuta, però ho ancora tante domande da farti, per questo ci dobbiamo rivedere.

Sì, certo, ci rivedremo, non ti preoccupare, mi piace questo incontro con te. Perché è bello in se stesso, a prescindere da cosa ne faremo. Tu mi fai parlare di me ed è una cosa che così non ho mai fatto prima. Sentendomi raccontare la mia vita, ho rivissuto anche ciò che pensavo di aver dimenticato.

Allora a presto Aristide.

A presto.

II° PARTE. Roma, 30/03/2025

La vecchiaia, la vita e la morte. L'amore e la voglia di libertà. I rimpianti. L'analisi bioenergetica di ieri e quella di oggi. Il lavoro dello psicoterapeuta con i diversi caratteri. La terapia individuale e quella di gruppo.

Incontro Aristide a Roma, presso la sede della SIAB, dove si svolge la seconda parte della nostra intervista.

Siamo pronti. E che Dio ce la mandi buona con questa registrazione.
E anche con l'ispirazione... (Aristide ride).

... E anche con l'ispirazione, certo. Volevo ripartire da qualche tema personale, per poi passare a cose più teoriche. Allora, tu sei un uomo di 87 anni, sei una persona attiva, lavori, viaggi e conservi sempre un grande entusiasmo.

A parte le scale, non ho nessuna difficoltà.

Perfetto. È proprio questo il punto. Io ti volevo chiedere che cos'è per te la vecchiaia e come si fa ad invecchiare bene.

Ti posso dire quello che ho fatto e continuo a fare. Innanzitutto mi sono sempre preso cura di me. Sto molto attento a quello che mangio, anche se a dire il vero non sono mai riuscito a controllare del tutto la mia voracità. Mi sono sempre curato con l'omeopatia. Se non ci fosse stato l'intervento al cuore, sedici anni fa, non avrei mai preso una medicina. Le ho dovute prendere necessariamente per il cuore e per la pressione. Io mi sento molto vitale. A volte accompagno amici anche molto più giovani di me con la mia macchina e tutti si sorprendono per la facilità con cui guido. E questo mi colpisce. Si chiedono come faccia, a 87 anni, ad essere così lucido nella guida.

Tu guidi regolarmente quindi.

Sì, regolarmente. Ho preso due multe da settecento euro per eccesso di velocità. Andavo a centonovanta sull'autostrada.

Centonovanta sull'autostrada?

Non riesco ad andare piano.

Quando le hai prese queste multe?

Adesso. Prima di Natale ho beccato l'ultima. E questo naturalmente mi dà fastidio. Adesso ho deciso di cambiare macchina e prenderne una più piccola.

Perché non riesci a moderarti con la velocità?

No, non riesco. Mi affascina proprio. Una cosa che mi ha sempre affascinato. Anche Emilia mi sgridava sempre. “Non pensi a chi ti sta accanto?” mi diceva. Ci penso, ma l'eccitazione, o la follia, chiamala come vuoi, è più forte di qualunque altra cosa.

Quindi, come ti dicevo, mi sono sempre preso cura di me. Ho cercato di rispettare delle regole, ad esempio imponendomi il riposo, perché altrimenti non mi sarei mai fermato. A me è piaciuto sempre, oltre al movimento, lavorare. Lavorare è veramente un'occasione per caricarmi. Molti lavorano e si stancano. Io lavoro e mi carico. Naturalmente il nostro non è un lavoro manuale, non vado a zappare.

C'è un'altra cosa che mi ha fatto molto bene. Io non la capivo prima, ma adesso la capisco. L'ho saputa quando mi hanno operato. Dopo l'intervento dovevo stare tre giorni in sala di rianimazione, ma ci sono rimasto solo un giorno e due notti. Poi mi hanno riportato al reparto. Quando è venuto il primario, mi ha detto: “Non c'era bisogno di trattenerti di più in rianimazione”. “Perché non ce n'era bisogno?” gli ho chiesto io. “Stai bene” mi ha risposto lui. Poi ha aggiunto: “Sei fortunato perché hai un fisico di dodici anni di meno rispetto alla tua età anagrafica”. Lì per lì non ho capito bene, ma era come se mi stesse dicendo: sei più giovane rispetto agli anni che hai. Adesso però lo capisco, e probabilmente aveva ragione. La mia età biologica precede la mia età anagrafica. Perché io, a parte che dimentico qualche nome, non ho disturbi. Non ho dolori al ginocchio o alla spalla o alle articolazioni. L'unica malattia seria che ho avuto dopo l'operazione è stato il Covid. Il Covid mi ha tagliato le gambe e probabilmente adesso non faccio le scale, non tanto per il cuore, ma perché il Covid mi ha lasciato questa debolezza. Quando sono uscito dall'ospedale, dopo diciannove giorni di ricovero, mi hanno annunciato la morte di Emilia, e questo mi ha distrutto. È stato un dolore infinito che non passa e non passerà mai.

Quindi non è per l'affanno, è per le gambe che non riesci a salire le scale.

Penso di sì, perché mi tremano. Anche quando cammino per strada, a volte non sono stabile. Sento che cominciano a traballare, poi riprendo. Penso che sia stato il Covid, oppure l'età. Perché un sintomo della vecchiaia potrebbe essere questo. Ma a parte la debolezza delle gambe, io, caro Massimo, non mi sento vecchio. Mi piace la compagnia, mi piace divertirmi, mi piacciono le battute e mi piace bere.

Ti senti vitale, insomma.

Sì, vitale. Mi piacciono le donne, anche se non mi muovo e resto al mio posto. E non credo che mi muoverò mai più. Sicuramente sento un calo della mia sessualità, ma è anche una scelta. Perché quando qualche volta guardo una donna con più interesse, appena mi accorgo che mi piace sento che non posso tradire Emilia. Questo per me è come se fosse un imperativo. Perché faccio così? Forse mi difendo? Forse davvero voglio solo restare fedele a lei? Non ti so dire. Però io sto bene. E sono molto contento di vivere. Ho cercato sempre il piacere. Sono riconoscente alla bioenergetica per questo. Perché mi ha insegnato che è un mio diritto vivere il piacere. E cercare di proteggere la mia libertà.

Prima ero un depresso. Mi accendevo solo con l'attività politica. Facevo tutto quello che c'era da fare, organizzavo manifestazioni, andavo ai comizi, parlavo. Finito il comizio, finita la manifestazione, mi ammosciavo, collassavo. Poi, grazie alla bioenergetica, questo fenomeno è scomparso. La parola 'depresso' è scomparsa. Correvo dagli psichiatri per chiedere loro che cosa dovevo fare perché non ce la facevo più e avevo 27, 28 anni. Mi ricordo la dottoressa Serpe – io ho sempre avuto molta fortuna ad incontrare persone perbene che mi volevano aiutare – la terza volta che sono andato da lei, mi chiese: “Ma tu che cosa fai? Come va con l'Università?”. “L'ho mollata” le risposi io, “ora faccio politica”. “Quando riprenderai l'Università” rispose lei, “e ricomincerai a studiare, vedrai che non avrai più niente”. Fu illuminante. Non mi propose interpretazioni psicologiche, non mi diede spiegazioni sofisticate, ma per me quelle parole furono illuminanti.

Ti disse che una volta ripresa l'Università saresti tornato a stare bene.

Sì. Mi ha detto che stavo male ed ero depresso perché avevo interrotto il mio scopo. Ed era vero. Per me l'idea di non finire l'Università e di come avrei affrontato mia madre, mi uccideva. Dirle che io non mi ero laureato, che avevo abbandonato gli studi, per me era impensabile.

Tua madre non sapeva che avevi abbandonato l'Università?

No, non lo sapeva. Avevo questo segreto. Non solo con lei, con tutta la mia famiglia.

Quindi quello che ti deprimeva era proprio tenerla all'oscuro di questa situazione.

Sì. “Come potrò dare questo dolore a mia madre?” mi chiedevo. Magari non mi avrebbe detto niente, ma sapevo che l'avrei fatta soffrire moltissimo.

Che facoltà frequentavi?

Allora facevo ingegneria aeronautica. Smisi improvvisamente, ma non perché avessi difficoltà. Avevo superato tutti gli esami fino a quel momento, tranne uno di fisica. Poi con la politica, è stato come se fossi entrato in un delirio, facevo mille cose, correvo di qua e di là, credevo di poter salvare il mondo. Credevo nella rivoluzione.

Ho ripreso l'Università dopo aver conosciuto Emilia: è stata la colonna della mia vita.

Hai finito ingegneria?

No, sono passato a scienze naturali e in due anni mi sono laureato, con il massimo dei voti.

Io ero molto conosciuto e apprezzato all'Università. Mi ricordo che mi battei per le dimissioni dell'allora Preside di facoltà, coinvolto in uno scandalo politico finanziario. Gli feci una guerra frontale, organizzando mobilitazioni continue fra gli studenti. In quei giorni di lotta feci amicizia con un professore di geologia. Lo appoggiai nella sua candidatura a Preside della facoltà e fu eletto.

Quindi anche una volta ripresa l'Università, il 'vizio' della politica non ti era passato.

La politica mi ha sempre caricato. Quando ero depresso, se mi muovevo per questioni politiche e dovevo agire da politico, mi risvegliavo. Questa era la cosa strana che non capivo di me, la cosa che mi rendeva pazzo. Poi mi sono sposato, ma solo quando Emilia ha avuto il primo aborto, ho realizzato che lo ero veramente, sposato intendo, e che potevano arrivare figli, e allora sono entrato in crisi. Mi sono detto: insomma che cosa sto facendo qua? Ma, mentre cercavo di riprendermi, Emilia continuava a dirmi che voleva dei figli ed io andavo ancora più in crisi. In realtà mi ero sposato senza sapere che cosa stessi facendo. Sapevo che volevo Emilia, questo sì. Ma che cosa avrei fatto da sposato proprio non lo sapevo. La parola marito per me non aveva senso e neanche la parola padre. Così, quando Emilia mi disse che era rimasta incinta una seconda volta, sono crollato. La parola padre mi spaventava. Non sapevo che cosa avrei fatto una volta nato il bambino. Allora ho cercato di superare questo difficile momento lavorandoci in terapia. Nel frattempo mi sono messo a studiare per laurearmi il più velocemente possibile e ci sono riuscito. In seguito ho scoperto che con la mia laurea a Napoli potevo intraprendere un percorso universitario di specializzazione in psicologia. Però mi sono scontrato con il direttore del Corso perché i posti erano limitati, dodici in tutto, e lui non voleva inserirmi togliendo l'assegnazione a un italiano. Io mi sono arrabbiato molto, abbiamo litigato e nel litigio lui ha avuto probabilmente paura. Alla fine mi ha informato che c'era un corso anche all'Università di Torino. E così mi iscrissi e cominciai a frequentare a Torino.

In fondo, Aristide, possiamo dire che il segreto del tuo mantenerti sempre così vivo e attivo nel tempo è stato non aver abbandonato mai la ricerca del piacere.

La ricerca del piacere e fare la terapia. Fare la terapia e lavorare sodo durante la seduta. Questo fatto che respirando sentivo crescere in me una carica incredibile, provando a volte sensazioni orgastiche e altre volte una forza tale, una vitalità eccezionale, che avrei potuto spaccare il mondo, questo fatto mi faceva volare, capisci?

La terapia è ciò che ti ha permesso di andare verso il piacere e di darti il diritto di viverlo.

Sì, il diritto. Io avevo una carica e un entusiasmo fortissimi. Mi ricordo queste riunioni fra colleghi che erano allora più politiche che teoriche. Navarro era socialista, in quel periodo i socialisti andavano piuttosto forte, ed era in contrasto con Pilo, uno psichiatra, direttore di un ospedale psichiatrico, democristiano e junghiano. C'era, perciò, un doppio motivo di contrasto tra i due, politico e scientifico. Però, nello scontro fra loro, Navarro mandava avanti me. Io ero il suo braccio destro, perché ero dialetticamente forte e capace di affascinare anche i nostri avversari. Ma non avevo niente contro Pilo. Non sapevo che cosa fossero gli junghiani, non capivo un fico secco di questi contrasti, e poi come persona mi piaceva.

Aristide, c'è qualcosa nella tua vita che avresti voluto fare e che non hai fatto? Hai qualche rimpianto?

Aver interrotto l'Università, questo è il mio unico rimpianto. A 25 anni.

Però, poi, l'hai ripresa.

Sì, l'ho ripresa, ma ho perso anni preziosi, inutilmente.

Quanti sono questi anni che hai perduto?

Otto.

Non hai altri rimpianti?

Quando cadde la dittatura in Grecia, i greci che erano stati fino ad allora politicamente impegnati in Italia tornarono in patria e tutti vennero inseriti in posti chiave dell'amministrazione statale. Io non mi decidevo a rientrare, lo feci solo dopo un anno, e i miei amici mi dicevano: "Ma che fai? Lascia stare i comunisti in Italia e vieni qui a lavorare con noi. Potrai ricoprire qualsiasi incarico dirigenziale. Quello che vuoi".

Chi ti disse questo?

Un mio amico che era nel comitato centrale della forza politica che dopo la caduta del regime ha governato per quindici anni. Ma io risposi di no. Però non è proprio un rimpianto, perché non volevo abbandonare la specializzazione in psicologia che stavo facendo a Torino.

Poi è arrivato Lowen. Non lo avevo ancora mai incontrato, ne avevo solo sentito parlare. Me ne aveva parlato Navarro che era andato in America.

Prima di lui ho conosciuto Barry Simmons ed è stata una parentesi bellissima. Mi voleva portare con sé, proponendomi una collaborazione, ma dissi di no perché nel frattempo avevo incontrato Lowen, con il quale cominciai subito a lavorare. Solo grazie a lui, posso dire, di aver iniziato a vivere consapevolmente, a capire chi fossi veramente.

Aristide, qual è il tuo peggior difetto?

Il mio peggior difetto? (**Aristide prima di rispondere sospira**). Non ascoltare fino in fondo le persone che amo. Secondo me questo è il mio peggior difetto. Avrò sicuramente altri di difetti che non vedo, però posso dire di essere una persona molto leale. L'amicizia è sacra per me. E quando do la mia parola... è quella.

E questo forse risponde alla domanda successiva che ti voglio fare: qual è la tua più grande risorsa, la tua migliore qualità?

La mia più grande qualità è amare veramente quello che faccio. E aver amato le persone che ho incontrato. Per me questo avviene con molta facilità. Magari prendo qualche delusione. Però amo.

E come si concilia il fatto di riuscire ad amare così tanto con il non riuscire ad ascoltare fino in fondo le persone che ami?

Come ho capito grazie alla terapia, questo è dovuto alla mia paura di perdere la libertà. Ho compreso ciò quando ero già adulto. Paura di essere preso dalla persona che mi ama e che io amo.

La paura che questo amore ti possa catturare?

Sì, che mi possa catturare e non mi lasci più andare. Questo non l'ho mai capito bene, ma so che devo muovermi. Vedi, per esempio, a 88 anni, non ci penso proprio di interrompere il viaggio Napoli-Milano, Milano-Atene. È come se fossi immortale. C'è un po' di follia probabilmente.

Quindi, per te che hai così tanto bisogno di movimento, che sei così poco stanziale, l'amore profondo e il legame affettivo costituiscono un po' anche una trappola, un limite.

Sì, un limite.

Così come un limite per me è la paura di tradire. Tradire la moglie, tradire gli amici, no, non posso proprio farlo. Non lo so perché. Capito? Forse perché confondo il tradimento con l'abbandono, con la separazione. Perché mi sono sentito tradito da mio padre. Per il fatto che non si fosse nascosto, ad esempio. Questo poi l'ho chiarito con l'analisi. Prima non capivo niente, ero pazzo. Mi sono sentito tradito da mio padre e abbandonato.

Questa tua difficoltà a tradire, legata appunto al tuo trauma più grande, probabilmente per non far vivere alle persone che ami quello che hai vissuto tu, la senti come un limite alla tua libertà?

Sì, a volte sì. Non mi piace neanche quando sono io ad essere tradito. Non me la prendo, non chiedo spiegazioni, non faccio sceneggiate, però non perdono.

Aristide, hai paura della morte?

No.

Ti capita di pensarci?

Ci penso, soprattutto da quando è morta mia moglie. Prima non ci pensavo molto. Ma dopo la morte di Emilia, è come se mi fossi sentito pronto. Mi dico che tanto la ritrovo. Quando poi, però, mi chiedo se c'è un'altra vita dopo la morte, allora mi rispondo che è meglio vivere qua. Capito? (**Aristide sorride**).

Sei pronto, ma è meglio restare qua.

Sono pronto a morire, ma sono anche desideroso di continuare a vivere. Penso a cosa farò stasera, con chi uscirò, quale concerto andrò ad ascoltare, quale amico inviterò a casa per il pranzo. Mi piace cucinare e cucinare per gli amici. Per qualcuno, non molti, sennò poi chi lava i piatti!

Questo è interessante, non hai paura della morte.

No, non ho paura, ma questo non significa che smetta di vivere.

Esatto, e rimani pienamente affacciato alla vita.

Sono pronto alla morte, ma con la gioia di vivere anche. Non cerco la morte, naturalmente. Ma mi rendo conto, perché non sono totalmente folle, che ho ottantotto anni.

E poi quello che mi aiuta molto – e questo l’ho scoperto ultimamente come una grande risorsa – è l’autoironia. Questo a me aiuta moltissimo. Mi alleggerisce. Mi alleggerisce così tanto che non ho tempo di avere paura di qualcosa.

Questo fatto di non aver paura della morte l’ho scoperto una volta in aereo. C’è stato un vuoto d’aria. Ho sentito un urlo. Io mi sono detto: “Va bene, se cadiamo, cadiamo”. E mi sono rilassato. Incredibile, capisci? Ma è accaduto in pochi secondi. Naturalmente l’aereo ha continuato a volare molto bene, tranquillamente, e non ci ho pensato più.

Quanto tempo fa è successo?

Avevo forse più di cinquant’anni. Trent’anni fa.

Hai sentito una tua disponibilità alla resa, che però è l’equivalente della voglia di vivere. Come se fossero due facce della stessa medaglia.

Sai, ho pensato molte volte a che cosa avrei fatto se fossi stato al posto di mio padre. Forse mi sarei tuffato su un tedesco, o chissà cos’altro, ma queste sono solo fantasie che fai dopo. E poi penso: “Ma forse anche quella di arrendersi al nemico che è più forte di te è un’azione da considerare. Mio padre si è arreso. Una frase ha detto, e quella mi ha accompagnato sempre nella vita, lui ha detto a mia madre: “Elena, io vado a morire, e ti affido i figli”. Capito? Si è lasciato andare per uno scopo. Perché i tedeschi dicevano, parlando con un megafono verso le campagne, dove gli uomini si nascondevano, che le famiglie di chi non si consegnava sarebbero state fucilate al loro posto. Questo lo ha fatto ritornare a casa. Ci aveva creduto. Ma i tedeschi non l’avrebbero fatto.

Non lo avrebbero fatto?

No. Loro non uccidevano bambini. Almeno da noi.

E c'è una parte di te che non lo ha perdonato per essersi consegnato al nemico?

Per essere morto. Per non aver reagito. Ma c'è una ambivalenza però: perché da una parte sentivo che mi aveva salvato, lo sentivo eroe, dall'altra – forse era il bambino in me, ma non lo capivo – mi sono sentito abbandonato. Capito? Era dura per me sentire i ragazzini chiamare papà e non poterlo fare. Mi ricordo che a sedici anni mi chiedevo che cosa avrei provato da bambino a chiamare mio padre. Non sono mai riuscito a dire la parola papà, anche se ero da solo, per me era una cosa impossibile.

E oggi com'è, senti di averlo capito o il tuo bambino ancora non lo ha perdonato?

No, l'ho perdonato.

Lo hai perdonato.

Sì, sono orgoglioso di lui.

Non solo lo hai perdonato, ma nutri questo sentimento per lui.

Amore grande.

Un grande amore, una grande ammirazione per lui.

Sono, come dire, contento, felice proprio di assomigliargli. Non tanto per la statura, perché lui era alto, ma per gli occhi, per il viso e, come mi hanno detto tutti, anche per i modi di fare, di muovermi, per il fatto di essere amico di tutti e di avere amici. Mio padre era così.

Come te, uno spirito aperto.

Sì. Un giorno mio nipote, il figlio di mio fratello, ha scoperto delle lettere di mio padre. Io non ero mai andato a guardare tra le sue cose. Così ha scoperto che mio padre era un quadro del Partito Liberale, che girava per tutta la Grecia. E che poi era un uomo d'affari, molto intelligente e affermato.

E tu non hai mai voluto frugare fra le sue carte?

No. Non sapevo ad esempio che mio nonno materno, che era analfabeta e firmava con la croce, lavorasse per mio padre. Mio padre invece veniva da una famiglia importante, che aveva acquistato prestigio e potere attraverso

la lotta contro i turchi. Suo nonno aveva preso parte al congresso dei cretesi che hanno costituito il primo governo, ed era il capo della Creta orientale.

Bene Aristide, adesso volevo focalizzarmi con te su qualche aspetto teorico, se ti va.

Vediamo, se riesco sì.

Vorrei chiederti che cosa rappresenta l'analisi bioenergetica per te oggi e, in particolare, se ci sono degli aspetti riguardo alle sue origini che oggi dovrebbero essere rivisti, cambiati, alla luce delle trasformazioni che ci sono state in questi ultimi quaranta, cinquant'anni, rispetto agli anni settanta quando hai iniziato a formarti in questo ambito.

Ti ho detto già che per me l'analisi bioenergetica, l'incontro con Lowen, è stato l'inizio del mio cambiamento. Credo che con l'analisi bioenergetica, se il paziente vuole veramente lavorare, io mi sento all'altezza di guidarlo. Però deve lavorare, deve veramente sentire che sta respirando per se stesso, non per me. Allora sì che si lavora. E di esempi ne ho avuti tanti dopo la mia esperienza.

Che cosa c'è rispetto a prima. Per me era meglio prima, perché c'era da affrontare la lotta, la rabbia, il bisogno di esprimersi, di aprirsi la strada per andare avanti. Ma non solo fuori, anche dentro se stessi. Questo l'ho capito dopo. Prima facevo gli esercizi, però non davo valore a quello che seguiva quando mi lasciavo e diventavo matto. Era proprio quella la cosa importante. Non il fatto di spaccare il cubo, come pensavo all'inizio, ma perdere la testa. Mi ci è voluto tempo prima di capirlo e poi tempo per accettare la parola 'arrendersi'. Arrendersi per me era inconcepibile: io volevo diventare più forte (**Aristide sorride**) non arrendermi. Questa è stata la mia grande sorpresa. Adesso non ci sono più persone per fare questo tipo di bioenergetica.

È cambiato il paziente?

È cambiata l'epoca, è cambiata la generazione, sono cambiate le strutture. Allora c'erano persone veramente toste, come dire, forti nel corpo. Adesso non è così. Quando fanno i pugni, nemmeno la polvere tolgono dal materasso. Non mi piace più. Invece adesso si lavora molto, e va bene lo stesso, con il contatto, con il sostegno e con la respirazione che naturalmente

è la base, perché senza la respirazione non si va da nessuna parte. A volte, quando la persona è pronta, basta metterle una mano sulla spalla e lei si lascia andare, ma questi, appunto, sono casi rari. Adesso è tutto cambiato.

Ma secondo te i pazienti sono cambiati perché è cambiato il disagio psicologico?

Credo che sia cambiata l'epoca e cambiano anche i disagi psicologici.

Come, quale cambiamento vedi?

Io avevo una madre dolcissima, per esempio, ma lei, nella sua non cultura aveva delle regole entro le quali i figli dovevano stare. Quando disobbedivo, lei cambiava da così a così. Sentivo una donna forte che sgridandomi prendeva subito la scopa. Doveva imporsi su di noi perché non prendessimo il sopravvento.

Doveva essere più forte di voi.

Sì. Ci sono queste madri adesso? Penso di no. Non ci sono. Mia figlia, però, lo è.

È forte in quel modo là.

Lei ha cresciuto i figli. È forte e nello stesso tempo è anche tenera. Mia figlia è come mia madre.

Parli di Maria Tinca?

Maria Tinca.

Quindi dici che i pazienti sono cambiati perché c'è meno energia nel rapporto tra genitori e figli.

C'è meno energia perché c'è meno lotta del figlio con i genitori. Lotta però per vivere, non per distruggere il bambino.

Perché i genitori sono più fragili.

Fragilissimi o completamente inesistenti. Oppure estremamente remissivi.

Sottomessi ai figli.

Sottomessi ai figli. Preoccupati di non disturbarli, di non farli dispiacere. Diventano forti solo per andare a picchiare le maestre a scuola. Non dicono ai loro figli: obbedisci alla tua maestra. Mia madre non avrebbe mai pensato di fare una cosa simile. I genitori ti insegnavano a rispettare il maestro. Tanto è vero che noi baciavamo la mano del maestro. Era un'altra epoca naturalmente, poi a Creta... un'altra storia.

Quindi c'è questa fragilità generazionale. Ma se volessimo tradurre tutto questo nei termini della caratterologia di Lowen, potremmo dire che oggi c'è un carattere che prevale su altri?

Sì, orale e narcisista.

E invece quando tu hai incominciato, quali erano i caratteri prevalenti?

Il rigido-narcisista, poi è venuto fuori il masochista e adesso siamo nell'oralità.

Quindi c'erano tanti pazienti rigidi e masochisti.

Sì, e c'era anche lo psicopatico nella mia epoca. Mentre i masochisti oggi sono in decadenza, come i rigidi.

E gli schizoidi?

Sì, ce n'erano. Molto meno.

Adesso c'è il fenomeno di essere sovra-allattati.

Ti va di dire qualcosa su questi caratteri, su come li vedi tu oggi?

Prima mi erano chiari i caratteri.

Era facile distinguerli?

Sì, non avevo difficoltà.

Io ho avuto due schizoidi veri e ho faticato molto a imparare a lavorare con loro perché stupidamente pretendevo che facessero l'esercizio con i pugni. Poi naturalmente ho imparato, andando avanti, incontrando continuamente gli americani, che non basta solo conoscere i caratteri, ma che anche il nostro modo di muoverci è importante. È molto diverso il movimento con il rigido rispetto a quello con lo schizoide. Con il rigido ti

confronti. Anzi devi confrontarlo senza timore. Lo schizoide invece lo soccorri, è chiaro? Così come l'orale. Non si deve invece sfidare mai lo psicopatico. Queste erano cose chiarissime. Elementi di base. Ti aiutavano moltissimo a non entrare nella sfida. Ti insegnavano ad avere un movimento diciamo di comprensione, di accettazione, di sostegno.

Con i masochisti avevo una particolare difficoltà perché mi esasperava come non lavoravano. Questo sì. Vedere questo colosso che fa così (**Aristide imita un gesto di abbattimento**), perché mi sono capitati dei masochisti veramente depressi, era veramente sconcertante. La depressione, devo dire la verità, come analista, la reggevo poco.

Questo era il tuo controtransfert con questo tipo di carattere.

Bravissimo. E mi ricordava la mia depressione. Quando ero veramente così. E allora più non si muovevano loro, più io mi vedevo lì, a letto, immobile. Mi veniva di prenderli e di buttarli dal balcone, capito?

Ti facevano arrabbiare.

Vedevo che loro si spendevano, perché spenderi vuol dire lottare e muoversi, ma buttavano la loro vita. In tutta la mia carriera, due sicuramente li ho aiutati, sono usciti dalla depressione. Un terzo, l'ho rivisto anni fa, cinque o sei anni fa, e mi ha detto che lavorava, che andava bene, era contento anche della sua famiglia. L'ho ascoltato, mi sono complimentato.

Però non sei sicuro di averlo aiutato veramente.

Non lo so. Non ti posso dire.

E il carattere con cui lavori meglio qual è?

Adesso lavoro meglio con l'orale, perché sono costretto. Io lavoravo bene con il rigido.

Questo però forse dice qualcosa anche di te?

Con il rigido mi trovo in sintonia.

Quali caratteristiche ti piacciono del rigido?

La generosità. Quando dice 'lavoro', lavora. Quello che c'è nel rigido è il voler fare bene. E questo non mi ha mai dato fastidio. Non mi ha ostacolato nel mio lavoro come analista. E nemmeno come paziente: io volevo far bene

l'esercizio, che per me vuol dire non solo eseguirlo bene, ma impegnarmi a farlo. E tanto è vero che questo impegno mi ha premiato sempre. Perché poi arrivavo sempre a perdere il controllo, c'era un momento in cui non ragionavo più. Capisci? E sentivo il cambiamento. Sentivo l'energia.

Anche tu ti riconosci nel carattere rigido quindi.

Rigido, ma anche un po' nello psicopatico, perché un po' matto lo sono (**Aristide ride**). Però il rigido prevale sullo psicopatico.

Quindi quello che ti piace del rigido è la dedizione, il suo impegno.

Il suo impegno, sì.

E oggi non esiste più il rigido?

Non ho nessun paziente rigido.

Forse perché non c'è più l'Edipo?

Probabilmente. Non c'è più l'Edipo. Non c'è più la lotta. Non c'è. Capito?

E come lavori con il carattere orale?

Adesso che sono anche più calmo, lavoro benissimo con il carattere orale. Sono sempre stato paterno nel mio lavoro, ma adesso sono molto più materno, diversamente da prima. E credo che questo contribuisca ad aiutare l'orale. Adesso seguo tre pazienti giovani, giovanissimi, con questa struttura caratteriale e ho una pazienza infinita, specialmente con una ragazza che non sente niente. Sai cosa vuol dire niente?

E come lavori con lei?

Con il contatto. Solo con il contatto. Ho cominciato con la testa, lasciandola abbandonare. L'unica cosa che riusciamo a fare un po'. E poi il contatto con il suo corpo.

Tu dai contatto?

Sì, contatto, contatto con le mie mani. Con grande affetto però. Perché sono anche ragazzine, e veramente divento genitore. Io mi sento genitore. Mi dispongo con affetto e comprensione. Sono lì presente, diversamente da quanto facevano le loro madri, che non c'erano.

Quindi offri questa esperienza emozionale correttiva, tenera, attraverso la tua presenza calda e il contatto.

Adesso seguo questa ragazza di ventidue anni, alta, abbastanza bella, che non vuol vedere suo padre. Prima lo vedeva, ogni tanto, in modo conflittuale, ma adesso non lo vuole vedere. Io la preparo ed è proprio quello che abbiamo fatto anche con la triade sull'esperienza del separare, perché deve capire che questo padre è stato un po' estromesso dalla madre, che – questo almeno è quello che ho capito – la voleva sua alleata e lei ha aderito a questa richiesta. I genitori sono separati. Il padre è andato via di casa e lei dice: “Io voglio molto bene a mio padre, ma adesso non lo voglio vedere”. Vedi la lotta che c'è in lei? Io la voglio preparare piano piano a rendersi conto che se lei ama il suo papà, indipendentemente da cosa fa o dice la madre, o anche la nonna, che è un altro diavolo, può andare verso il padre, come andava prima, quando vuole lei però, non quando vuole lui, quando sente di volerlo veramente. Lei dice che prima o poi ci andrà, ma non ci va mai, in tre anni non l'ho mai sentita dire una volta: voglio andare da mio padre. Questa ragazza presenta un carattere orale, ma è anche un po' schizoide.

E con lo schizoide, come lavori?

Prevalentemente sulla testa. Io seguo un po' anche la vegetoterapia. Lavoro sugli occhi e sulla parte orale, stimolando il movimento della bocca, quello della suzione.

Perché è importante lavorare sugli occhi con lo schizoide?

Perché lo schizoide non è stato visto dalla madre. E cerca questi occhi della madre che era sempre distratta e guardava altrove. Almeno questo è ciò che risulta dalla mia esperienza e che ho imparato dalla vegetoterapia. In questo caso c'è stata l'assenza totale della madre, perché non è mancato solo il contatto fisico. La madre prendeva il bambino, ma non c'era, era distratta, stava nel suo mondo. O aveva da fare. O era depressa. O era un po' pazza. La madre era problematica. Adesso forse non ci sono più molte madri così. Probabilmente sono tutte meno problematiche ma più egoiste. Quando ero giovane, c'erano molti schizoidi.

Adesso ce ne sono di meno?

Sì, di meno. Gli orali adesso sono la stragrande maggioranza.

Perché, secondo te, oggi ci sono tanti orali in circolazione?

Perché la mamma si occupa dei figli ma si occupa anche delle sue cose. Per cui non c'è quando il bambino ha bisogno, ma quando ha tempo. Quando ha tempo è presente. Ma poi si stanca perché deve fare le sue cose, perché deve andare al cinema, perché deve vedere l'amante...

Perché lavora magari.

Perché lavora, bravo: ecco un'altra cosa. Ha da fare comunque.

E con gli psicopatici? Ti capita di vederne?

Altro che. Con gli psicopatici lavoro molto sulle gambe e sul sostegno. Il sostegno è molto bello per lo psicopatico. Specialmente sulle ginocchia, per farlo appoggiare. Invece con il rigido funziona dare contatto. Questo anche con il masochista. Perché i masochisti adesso non sono depressi.

No?

No, io non ce l'ho un masochista depresso.

E come sono i masochisti?

Io ho dei masochisti allegri.

Allegri? E come si fa ad essere masochista e allegro?

Io ne ho uno, in particolare, molto allegro. E non lo so se l'allegria è dovuta alla terapia. Perché non era così quando è venuto da me. Era un ingegnere, anche affermato, però era moscio, poi si è separato, si è fatto due o tre amanti e ora è molto allegro. Ultimamente viene sempre sorridendo. Fa delle risate da morire nella seduta. È contento. Io gli chiedo: "Ma quando finiremo noi?". E lui mi risponde: "Non ora". "Perché stai male?" aggiungo io. E lui: "Io ti pago le sedute. Te lo dirò io quando sarà il momento". Non ha idea di andarsene. Io l'ho capito adesso. Devo indagare se sono l'unico con cui parla apertamente, l'unico con cui riesce ad aprirsi. Mi racconta a volte delle cose da morire dalle risate. Non credo che le racconti fuori.

È come se avesse creato con te una dimensione di piacere che fuori della terapia non conosce.

Esatto. Tanti suoi amici sono amici di lavoro, che parlano solo di chimica, di petrolio, di energia.

Massimo, io questo lo dico sempre ai miei pazienti e lo dico anche ai miei allievi: il terapeuta deve essere in grounding, che vuol dire avere il cuore aperto. Quando mi siedo di fronte al paziente, non penso mai al carattere. Se voglio fare qualcosa non penso: “Devo fare questo esercizio”, ma penso a come mi sento io e a come si sente lui. E la prima cosa è dare fiducia, dargli fiducia, ma anche affetto. Incoraggiarlo ad andare verso il suo cuore e non verso quello che pensa. Tanto è vero che nella terapia chiedo sempre, continuamente: “Che cosa senti?”. Anche se il paziente mi dice: “Stamattina non mi partiva la macchina”, gli chiedo: “Che cosa senti?”. Questo te lo consiglio, cercare di andare sempre sul sentire. E quando ti racconta una cosa e ti dice, o tu ti accorgi, che lo fa con piacere o con fastidio, gli puoi chiedere: ma come ti senti nel fare questo? Come reagisce il tuo corpo? Ti senti rilassato? Senti che ti stringe da qualche parte? Io lavoro così adesso. Basta una parola che mi dà un’indicazione e vado subito lì, a lavorare con il corpo. E ho sempre il desiderio di muovere l’energia. Se questa energia si può muovere con un movimento delle gambe o con un movimento delle braccia oppure con un movimento del bacino – se è rigido, naturalmente non trascurerò il bacino perché l’energia sessuale è importante – insisto. Non meno di dieci minuti per l’esercizio. Non meno di dieci minuti, sennò non emerge niente. E appena emerge qualcosa insisto lì, finché non si esaurisce la cosa. Sentire la persona, muovere l’energia, dare contatto: è questo il lavoro. E devi sempre avere in mente che qualsiasi movimento dai, qualsiasi, è per perdere il controllo, far venire fuori la pazzia. Capito? Perché abbiamo tanti materassi? Per permettere ai pazienti di sbattere come pazzi, per scassare tutto. Chiaramente mai fuori dal materasso.

Perché è così importante far venire fuori la pazzia?

Perché è lì che sperimenti la libertà. È lì che sperimenti che cosa vuol dire essere stato un bambino impedito a muoversi. E la pazzia è questo: faccio contatto con il bambino interiore. Quando mi comporto come un bambino sono pazzo. Perché a quarant’anni, a sessant’anni, sono un bambino? No. Per cui devo fare cose insensate. L’adulto fa cose sensate.

E la pazzia serve a far ritrovare il bambino all'adulto?

Sì, a farlo esprimere. La respirazione e il contatto servono a ritrovarlo, ad incoraggiarlo. A incoraggiarlo a dire: “Sono qua!”. A incoraggiarlo a fidarsi, ad affacciarsi. A lasciarlo andare, come fa il bambino nella culla. Allora viene fuori il piacere, tutta la gioia repressa. Quando a un anno e mezzo o due, o magari anche prima, il genitore a te bambino dava uno schiaffo perché non voleva essere disturbato e ti gridava di star fermo e di stare zitto, tu bambino non capivi, ma sentivi l'energia negativa. La subivi, la succhiavi, non passava dal cervello, dalla comprensione, ma dalla parte sensoriale. Capito? Queste sono cose che ho sperimentato, più che studiato.

Le hai sperimentate nel tuo lavoro.

Sì. Io non lavoro se non sento la persona. Se non stabilisco un contatto con qualcosa di suo, di profondo, non lavoro. Solo con la testa non è possibile. Con la testa comincio la seduta: gli dico: “Distenditi e muoviti”. Perché lo faccio? Non lo so, per incominciare, per vedere cosa devo fare. Non sto lì a pensare a che cosa devo fare, no, me lo dirà lui. E come me lo dirà se non attraverso la respirazione e il movimento? Questa è la bioenergetica. Questo è il linguaggio della bioenergetica e questo è il linguaggio che adopero. Non faccio l'interrogatorio. Capisci? Si parla anche, ma soprattutto ascolto. Io ascolto molto, ma non ho bisogno di fare domande particolari. Faccio pochissime domande. Aspetto che esaurisca il discorso, che finisca di parlare, di raccontarmi la sua storia, quello gli è successo e poi gli dico: “E adesso che cosa succede dentro di te? Fammelo vedere. Dagli un po' di energia a questa cosa che mi stai dicendo, diamo energia, fammi vedere, fammi sentire”. Stiamo su quello che viene. Non ho metodi rigidi. Non dico: “Questo si fa con il rigido o questo si fa con l'orale”, no. Semplicemente dico: “Tu sei un essere umano come me e giochiamo insieme”. Capisci Massimo? Questo è molto importante. Non fare l'analista. Per il paziente sei un compagno, puoi essere un compagno di giochi.

Non bisogna farsi condizionare dalla diagnosi.

Dalla diagnosi e dal ruolo. Tu puoi essere l'analista, puoi essere la mamma. Magari c'è un momento in cui devi spiegare una cosa e tiri fuori il bagaglio delle tue conoscenze e gliela spieghi perché lui te l'ha chiesto. Non disturba spiegare al paziente, quando si è avanti con il lavoro, come

funzioniamo anche come carattere. Ma sei pronto anche ad essere l'amico che lo prende per mano, magari per fare il pazzo insieme a lui.

Ma se le cose stanno così, a che cosa serve la caratterologia?

Per fare l'esercizio mirato. Io, ad esempio, non lavoro con uno schizoide sul bacino, perché non lo faccio faticare inutilmente, capisci? Al rigido invece do un contatto piacevole, non un contatto materno, di cui non ha bisogno, ma un contatto piacevole. E poi al rigido piace fare, e gli piace fare bene, e allora questo glielo devo guastare. Questa è la sua abilità. E il mio problema è come poterlo far uscire da questo schema di bravo ragazzo. Ecco a cosa serve la caratterologia. In questo caso a scegliere il lavoro più adeguato per far uscire il rigido dalla trappola del bravo ragazzo. Dico che deve diventare 'pazzerello', ma lui può trovare anche un'altra parola. Diventare 'birbante', ad esempio, se la parola pazzo è difficile da comunicare con lui. Questa è una cosa molto importante. Però devi essere aperto, autentico, onesto. Quando gli dici 'giochiamo' significa che un po' di voglia di giocare ce l'hai anche tu. Ma se non hai voglia di muoverti è meglio stare zitti. Allora lui parla, tu lo ascolti, gli dai qualche rimando, perché sono importanti anche questi momenti. Però basta che ci sia il contatto e che non pensi ai fatti tuoi. E che non pensi: "Oddio, che cosa devo fare adesso?". Lascia che te lo dica lui. E se passa la seduta senza dirtelo, non fa niente. Si aspetta la prossima. E lo lascio su questo. E non mi sento in colpa di aver preso i soldi.

È il paziente che ti dice cosa è importante fare.

E cosa in quel momento è pronto a fare.

E se non te lo dice?

Aspetto.

Io cerco di sostenerlo, ma se non c'è energia e non va, allora basta.

"Che cosa vuoi fare?" ho chiesto l'ultima volta ad una paziente. "Voglio assolutamente scoprire la mia sessualità", ha risposto. Ma lei non ha sessualità, o meglio, non ha desiderio. Io questo non gliel'ho detto. Ma le ho chiesto: "Che cosa vuoi fare per lavorare sulla tua sessualità?" Mi ha risposto: "Voglio essere presa in braccio". Ed io l'ho presa subito in braccio. Con rispetto, con grande attenzione. In modo veramente materno. Lei era sdraiata. Io mi sono seduto vicino a lei e l'ho sollevata un po' per prenderla

tra le mie braccia. E lei ha incominciato a piangere. E a diventare sempre più piccola sul mio petto.

Questo era un lavoro regressivo che poteva essere fatto solo partendo da sdraiati. Come diceva Lowen, e come diceva anche Navarro, in questa posizione è la spina dorsale che ci dà il grounding, che ci dà la base, che porta il bambino nella sua culla e nei suoi ricordi, tristi e piacevoli.

E quindi in questo caso è stata lei a dirti cosa dovevi fare.

Sì. “Io adesso voglio solo essere abbracciata”, mi ha detto. “Va bene, io sono qua anche per abbracciarti. Perché no?” le ho risposto. E lei si è lasciata andare. Io sono stato sincero. Sentivo in quel momento di abbracciarla, non di toccarla, ma di abbracciarla, capito? Come una bambina. Perché in quel momento era una bambina. E questo è lo scopo di questa terapia. È importante per lei ritrovare questa bambina e fare i conti con la madre. Per riuscire piano piano a togliere questa aspettativa, a non attendere più la madre. E allora che cosa si fa? C’è il suo terapeuta e c’è lei. E il terapeuta ha il compito di insegnarle a diventare madre della sua bambina.

Così poi potrà ritrovare anche la sua parte di sessualità.

Dopo. Ma intanto non la faccio andare verso la sua illusione.

Infatti tu hai capito che lei non aveva il desiderio.

E in questo la caratterologia ti aiuta. Che sessualità puoi chiedere allo schizoide? Lui sta ancora al bisogno. Al bisogno primario: contatto, occhi, calore, capisci? Una parola dolce, una rassicurazione, una carezza. Di questo ha bisogno.

Quindi è schizoide questa tua paziente?

Schizoide, sì. Ma non gliel’ho detto, lo dice lei. “Non sono poi così rigida, credo di avere anche lo schizoide”. “Pensaci”, le rispondo, “sei una collega, voglio che ci pensi”. Io voglio guadagnare tempo per arrivare lì, piano piano, a non aver paura di riconoscere – e può farlo, perché è brava come terapeuta – che lei veramente è una schizoide, che noi lavoriamo sullo schizoide. Io le dico: “Adesso cerchiamo la bambina, la piccola”. Io le parlo tenendo presente la sua problematica schizoide, però con termini semplici e non caratteriologici.

A me le diagnosi annoiano. Le faccio con i colleghi in supervisione, se capita le faccio nel gruppo con voi a scopo didattico. Ma non le comunico ai miei pazienti, anche se sono colleghi.

Oggi si parla tanto di narcisismo, un tema del nostro tempo che sembra stia dilagando. Puoi confermare che è così? E come lavori a livello clinico con questa problematica del carattere?

Che cosa faccio io? Non so se è giusto però lo faccio. Ricordo che noi non avevamo il carattere narcisista. Noi avevamo lo psicopatico. E non ricordo a quale trainer, forse Bill White o Miller, domandai che differenza ci fosse tra questi due caratteri, nessuna differenza, fu la risposta, tutti e due son qua (**Aristide indica la testa**). Cosa vuol dire questo? Vuol dire scendere, che si deve scendere. Il mio scopo con il narcisista adesso è lo stesso che mi proponevo con lo psicopatico: dargli sostegno alle ginocchia, aiutarlo a sentire un movimento dentro di sé umile. Molto difficile però, non ci si deve aspettare un risultato entro un anno o due, ci vuole molto tempo. Devi essere pronto a lavorare tre, quattro, cinque, sette anni.

Molto interessante quello che hai detto: il narcisista deve essere aiutato a sentire un movimento umile. Che cosa vuol dire?

Per esempio il fatto che possa dire: “Mi piace sentire le tue mani che sostengono le mie ginocchia”. Questa affermazione è un primo movimento di umiltà, la possibilità di uscire dalla sensazione di onnipotenza di chi sa tutto. Non è poco, ti assicuro. Prova questo esercizio. Il paziente è in piedi, in grounding, tu ti metti seduto più in basso, poggi le mani sulle sue ginocchia e lui deve lasciarsi sostenere mollando le gambe. “Cado” potrà dirti e tu lo rassicurerai: “Non ti preoccupare, ti poggi sulle mie spalle, sulla mia testa. Poi se cadi non ti lascio, ti prendo e vieni a terra piano piano”. Non è caduto mai nessuno.

Restano lì, in piedi.

Caspi! Alcuni anche mezz’ora. Quando stanno sull’avampiede (**qui il riferimento è all’esercizio della caduta**) con il materasso davanti, li lascio lì, ma non tanto tempo, come nel caso del rigido, il rigido è più forte per cui lo stress deve essere forte. Lo psicopatico e il narcisista non sono così forti. “Cado” mi dicono, “Ma ancora non sei caduto” rispondo. “Sto aspettando proprio questo”. Quindi si sviluppa un dialogo con il paziente, ma un dialogo

semplice, non da professore. Capito? Un dialogo direi quasi da amico, con grande rispetto e cordialità. Questo lo faccio con i miei pazienti continuamente. E quando dico loro di non preoccuparsi, glielo dico veramente con amore. Quando vedo qualcuno agitato, gli dico: “Ma non ti preoccupare, dammi la mano”. Specialmente con l’orale, ma anche con lo schizoide, la cosa da dire è: “Non ti preoccupare. Dammi la mano. Io sono qui”. ‘Io sono qui’ è di una fondamentale importanza se quello che dice Lowen dell’orale è vero. Io sono qui significa: “Non sono come tua madre che aveva da fare e doveva lavare i piatti continuamente o togliere la polvere. Io sono qui. Non mi muovo, dammi la mano”. Oppure lo guardo negli occhi e gli do la mano, senza parlare. Se piange, se è commosso, non parlo, però gli do la mano. Tutti gli orali la prendono subito. Lo psicopatico e il narcisista, invece, la guardano, come se dicessero: “Adesso che cosa faccio?” Io rimango lì, il mio messaggio è: “Sono qui, ti aspetto”.

Mi rendo conto che non sono come un analista tradizionale, che sta lì a mettere in pratica quello che ha imparato: il carattere, la tecnica, l’esercizio. Bisogna stare attenti a non turbare il paziente, ad essere come ci si sente, perché noi siamo lì per lui. Questo è fondamentale Massimo. E non bisogna aver paura di sbagliare. Perché se sbagli forse in quel momento non hai capito, o forse non sai. Ma sei onestamente lì, e se hai sbagliato, lo hai fatto per lui, per il paziente, capito? Questo deve essere chiaro senza ombra di dubbio.

Come stai Aristide. Sei stanco? Te la senti di continuare?

Ma sì, è così divertente stare con te.

E allora andiamo avanti perché ti volevo ancora chiedere qualcosa. Intanto grazie, perché sono molto importanti queste visioni che offri sulla terapia.

Però le devi risistemare per bene: mi fido di te, ho visto come scrivi.

Non ti preoccupare di questo. Tanto poi rileggeremo tutto insieme.

Vorrei trovare uno spazio per chiederti qualcosa sul gruppo. Tu sei un terapeuta che lavora tanto con i gruppi: Creta, La Chiara di Prumiano, eccetera. Che cosa vuol dire per te lavorare con il gruppo in psicoterapia e che salto è per un professionista passare dalla dimensione individuale a quella di gruppo? Come cambia, se cambia, il nostro modo

di fare terapia? (quando dal lavoro individuale passiamo a lavorare con il gruppo?)

Per me è più difficile. E più difficile specialmente cominciare: aspetto di più. Aspetto di vedere come si muove l'energia. Non è facile come nella terapia individuale. Perché guardo te, guardo l'altro, guardo me... Capisci? Ogni persona ha una situazione diversa, un'emozione diversa. Per cui aspetto più l'interagire dei membri tra loro che non la loro interazione con me. Poi, onestamente, non penso alle teorie sul gruppo quando lavoro. Se però devo fare qualcosa, allora sto molto attento a non fare o dire cose inadatte. Lì sto attento. Ma sennò all'inizio, osservo. Sto su quello che succede, non mi interessa la teoria. Se c'è una dinamica la lascio succedere. Non creo dinamiche, assolutamente, seguo le dinamiche. Seguo le dinamiche e sto attento. Sono concentratissimo. Lì non ti deve sfuggire niente. Appena sento che c'è un movimento importante, profondo, un movimento che va dentro al sentimento, se c'è un'emozione per qualcosa che qualcuno ha ricordato o ha sentito, o per cui si è offeso o dispiaciuto, se c'è un movimento di dolore, allora sono lì, presente, catturato.

In quel momento si accende tutta la tua intenzionalità.

Catturato. Ho questa capacità, di lasciarmi catturare. E stare veramente con chi devo stare in quel momento.

Ti lasci catturare dai movimenti energetici del gruppo.

Bravo. I movimenti energetici significativi del gruppo.

È importante riconoscerli, distinguendoli dalle scaramucce più di superficie o dai movimenti rompi-ghiaccio iniziali.

Esatto.

È potente lavorare nel gruppo?

Sì, molto e anche bello.

Qual è la bellezza?

La bellezza, ad esempio, è la regressione più agile.

Nell'ultima supervisione che ho fatto erano in cinque. Io dico: "Ragazzi, perché non facciamo un lavoro energetico, così imparate qualcosa?". Si muovono due persone, tutte e due con un marcato tratto schizoide. Ho fatto

due lavori davvero eccezionali, e tu sai che a me non piace stare a vantarmi, su come si toccano, come si aiutano i pazienti a regredire.

Quelle stesse regressioni in un lavoro individuale sarebbero state meno intense?

Meno intense. Nell'individuale devo rischiare e insistere di più perché il paziente si sente meno protetto. Nel gruppo invece sente più sostegno. Nel gruppo di supervisione, ho lavorato sulla regressione con una donna, il sostegno gliel'ho fatto dare da altre due donne, e io guidavo.

Quindi è questa la forza del gruppo: l'energia che si muove è maggiore e le persone possono permettersi una maggiore regressione o qualunque lavoro facciano, sentendo il sostegno del gruppo, possono andare più velocemente e più in profondità.

Sì, anche se io ho più difficoltà ad incominciare con il gruppo. Nella seduta individuale invece sento più padronanza.

Quindi quando lavori nel gruppo, usi l'energia del gruppo.

Moltissimo. Appena incomincio il gruppo spero sempre che si attivino presto. L'attesa mi pesa nel gruppo. Invece quando sono in seduta individuale mi sento più rilassato, molto più rilassato.

E che significato ha per te il gruppo di Creta?

Il gruppo di Creta è una cosa bellissima, perché voi siete colleghi. Io condivido. Se faccio anche un errore, me lo dite, va bene, parliamone: sono pronto. Non devo spiegarmi, giustificarmi, sono più libero con voi.

Ti senti in una relazione alla pari.

Sì, mi sento alla pari.

È cambiata questa esperienza del gruppo di Creta rispetto a quando è iniziata?

Molto, non c'è paragone rispetto all'inizio.

Da quanti anni va avanti il gruppo di Creta?

Dodici.

Come hai sentito che è evoluto il gruppo di Creta in questi anni?

Ecco, ad esempio, dove ho sentito il cambiamento. Un giorno avete iniziato a lavorare, mi sembra che eri tu a fare il terapeuta con Gabriele, avete iniziato spontaneamente senza chiedere nulla a me. Ed io ho pensato: “Non hanno bisogno di me, quindi qualcosa di importante nel gruppo lo abbiamo fatto in questi anni”. Ti ho visto lavorare sicuro, tranquillo. A me questa ultima Creta è piaciuta moltissimo. Ho sentito che il gruppo era cresciuto. Anche il fatto che il gruppo ha subito accettato la proposta di Francesca di fare le classi di esercizi da seduti. È la prima volta che mi è capitato.

Ah sì, mi ricordo. Francesca li ha proposti perché, essendoci poco spazio al chiuso, dovevamo fare le classi all’aperto, ma in strada l’asfalto era scomodo e faceva male ai piedi. Così ha proposto questo tipo di lavoro bioenergetico sulle sedie che aveva già sperimentato con i pazienti psicotici.

Però è stato accettato e ci si è divertiti anche. E poi ho notato che la maggioranza era concentrata, incuriosita. Anch’io ero curioso. Mi è piaciuto quel tipo di lavoro e l’ho lasciato stare. Nessuno ha detto niente e mi sono detto: “Perché devo fare io il guastafeste? Per fare l’analista bioenergetico? Per dare spiegazioni bioenergetiche sul modo più corretto di lavorare? Chi ha detto che questo non è un modo di lavorare? Sperimentiamo!”. Per cui il gruppo di Creta è anche questo. Non sento la pesantezza della responsabilità unica. La do anche a voi. E voi la prendete, secondo me inconsciamente, ma la prendete. Così sento io.

Condividiamo la responsabilità della conduzione del gruppo insieme a te.

Esatto. Questo secondo me è crescere, Massimo.

Quello che dici corrisponde anche al mio sentire. Il gruppo di Creta negli anni ha avuto un’evoluzione importante in termini di autonomia.

Adesso voglio dire una cosa a te. Secondo te, quest’anno ti sei mosso a Creta come ti muovevi all’inizio? Ti rispondo io. Non credo proprio. Non c’è paragone. Ricordo esattamente com’era il tuo corpo. Anche come muovevi la mano e come la muovi ora. Questo è un cambiamento: l’immobilità che avevi i primi due anni e che ora non hai più.

Mi ricordo Emilia che diceva: “Massimo deve lasciarsi e affidarsi. Avrà fatto un grande lavoro se riusciamo ad aiutarlo in questo. Non devi fare chissà che cosa con Massimo. Ascoltami, devi fare solo questo: lasciare che si affidi”.

Ora mi emoziona sentirti parlare di Emilia che ti diceva questo di me.

Condivido quello che stai dicendo. Sento anche, Aristide, che noi ti proteggiamo molto, cioè che oltre al nostro piacere di essere adulti nel gruppo, adulti come persone, adulti nel nostro ruolo, autonomi nel lavorare, nel condurre i vari momenti per poi lasciare a te il ruolo della supervisione, ma non quella del terapeuta diretto nel lavoro con noi – perché Creta sta diventando questo – c’è anche un nostro desiderio di proteggerti, di non farti faticare troppo.

Però a me piace faticare.

Ma noi ci preoccupiamo per te. C’è un movimento affettivo.

È bello scrivere qualcosa su questo, proprio su questa parte qua. Sulla protezione. Perché anche il terapeuta ne ha bisogno. Specialmente quando invecchia.

Non so se lo hai sentito, ma c’è da parte di tutti noi un grande amore per te e una grande voglia di proteggerti.

E questo grande amore deve essere reciproco nella terapia perché questa possa funzionare. Ed è molto più apprezzato se viene da colleghi perché prescinde dall’essere madre e figli piccoli. Casomai padre e figli grandi, in questo caso. Figli che si prendono appunto cura del padre.

Un amore fra adulti.

Esatto.

Però ciò che devi vedere, Aristide, è che questo amore che ti torna è quello che riesci a seminare con la tua qualità di presenza. Perché quello che ti posso dire, per quel che mi riguarda, è che ciò che mi ha spinto a tornare per la seconda volta a Creta e poi ogni volta a tornarci di nuovo è l’essermi sentito molto amato, sia da te che da Emilia, fin dal primo giorno, appena arrivato. E questa è stata una sorpresa per me. Non me l’aspettavo, non mi aspettavo tutto questo calore. Ho sentito il vostro

affetto, ho sentito la vostra stima, ho sentito la vostra generosità, ed è stato questo che poi mi ha catturato.

E questa è la terapia.

L'ho sentito nel gruppo, ma anche in tutto quello che abbiamo condiviso fuori dal gruppo. Quando andavamo al mare, a mangiare, nei momenti di gioco, di scambio.

Una condivisione continua, affettiva. E questo è importantissimo.

Ho sentito molto il vostro amore. Mi sono sentito amato come un figlio. Questa è la verità. Questo mi ha commosso e mi commuove anche adesso che te ne parlo. Creta è stata un'esperienza bella fin da subito, che mi ha spinto a tornare, che mi ha fatto sentire a casa, in un clima familiare sano ed ha generato in me la sensazione di essere in un posto mio. Ora non so se questa è stata anche l'esperienza di altri, però mi fa piacere dividerla. Ma immagino sia stata l'esperienza anche di altri, perché tutto questo amore che ti torna indietro è quello che riesci a seminare con la tua generosità. Perché quello che sento è che tu lavori con il cuore aperto, e quindi ti si risponde con il cuore: se solleciti con il cuore, ti si risponde con il cuore.

Io per la prima volta ho percepito l'importanza di lavorare con amore da Eleonor Green. L'hai conosciuta tu?

No.

Peccato. Era la nostra trainer. È morta anche giovane.

E hai sentito che veniva da lei questo lavorare con il cuore?

Sì. Ti guardava negli occhi come se fosse innamorata. Non seguiva schemi. Era molto aperta.

Ricordo come mi ha aiutato con un movimento. Una volta mi fece fare un'esperienza con il corpo, stavo in piedi, a un certo punto mi venne un'immagine. Vidi mia madre lì ferma, io qui. Lei mi teneva con una corda e io le giravo attorno continuamente.

Era un ricordo o un'immagine di quel momento?

Era una fantasia: mia madre che mi teneva con una corda e io che le giravo attorno, l'immagine del nostro legame. Da questa madre non potevo

scappare. Le descrissi questa scena e lei mi chiese: “Che cosa faresti se la corda si sciogliesse?”. Io risposi: “Se fossi bambino andrei a giocare, scapperei, scapperei via.” E lei: “Per andare dove?”. Ed io: “Dalle donne, perché mi piacciono le donne”. Non so perché l’ho detto. Lei mi guarda e dice: “Che bello!” e muove i suoi seni. “Come vorrei essere lì tra quelle donne...” E lì ho sentito veramente che lei era con me in quel momento. Che era vero quel movimento sensuale. Che in fondo le piaceva. Questo è stato per me un movimento di liberazione che non hai idea. E in quel momento per la prima volta mi son detto: “Ma guarda quanti anni ho passato a stare attento a come parlare con le donne per non urtarle o eccitarle”.

Che poi in fondo che cosa le stavi dicendo? Voglio scappare da mia madre perché mi piacciono le donne, perché voglio andare dalle donne. E lei ha risposto. Ha rispecchiato il tuo entusiasmo ed hai capito che potevi permetterti di essere te stesso, di essere spontaneo.

E ha fatto questo movimento con i seni, li ho visti ballare e mi ha riportato alla realtà, a una realtà piacevole: come è stato eccitante questo movimento! Non puoi immaginare...

Rispecchiava esattamente la tua eccitazione di quel momento.

Sì. È stato in quella situazione che ho capito che il terapeuta deve essere veramente spontaneo anche rischiando un movimento, possiamo dire, tra virgolette, sessuale. Io in quel momento avrei potuto fare un complimento, qualche *avance*, mentre invece quella risposta esplicita aveva messo un confine, era stata per me rassicurante.

Si tratta di quel confine che permette di sperimentare la corrente erotica che può attraversare il rapporto terapeuta cliente senza essere agita, ma fortemente sentita.

A me è piaciuto tantissimo quello scambio. È come se mi avesse dato una spinta.

Queste sono cose importanti che accadono in terapia.

Non importa dove e come, se ho fatto la tecnica bene, oppure no. La tecnica serve a dare un avvio all’energia.

Massimo, quando sei stanco finiamo.

Va bene, pero un'ultima domanda te la voglio fare e ci prendiamo ancora 10 minuti. L'ultima cosa che ti voglio chiedere, e poi chiudiamo è questa: oggi si parla molto di *gender fluide*, di un'identità di genere sempre più sganciata dal fenotipo ossia dal sesso biologico. Tu cosa pensi di questo fluido per cui indipendentemente dal sesso biologico posso sentirmi uomo, donna, un giorno maschio, un giorno femmina?

Non mi sento molto preparato su questo, ma sono d'accordo con Lowen, e ti dico la verità, quando Trump ha detto: noi abbiamo in America sia l'uomo che la donna, io mi sono sentito come se aprisse una speranza nuova, una speranza nuova di tornare a quella che io considero normalità...

Non so se questo lo pubblicheremo...

Penso veramente che i generi femminile e maschile siano per il mantenimento della vita, lo penso profondamente. Tutti gli organismi viventi tendono alla sopravvivenza. L'uomo grazie alla sua intelligenza, alla corteccia cerebrale, ha elaborato i suoi istinti, li ha fatti evolvere in sentimenti ed emozioni, ha dato spazio con l'intelligenza a tutto ciò. Questa è una prerogativa dell'uomo perché gli animali non ce l'hanno. Alcuni dicono che ci sono animali che piangono e lacrimano. Forse anche loro avranno un'evoluzione, chissà, magari tra mille anni potranno anche parlare! Ma ad ogni modo non possiamo dire che la natura è perfetta. Riguardo alle piante e agli alberi, ad esempio, non è tutto perfetto. Camminando nella foresta vedo delle querce vigorose, ma altre sono piccoline e non vigorose, ma sempre querce sono. È vero, ci sono degli animali che praticano l'omosessualità, ma per quando riguarda l'uomo, credo che sia una questione educativa. Si è dimostrato che anche con la parte bassa del bacino, con l'ano, si può provare piacere, per cui se cominci a sperimentare con l'ano, puoi provare piacere. Io non sono mai stato omosessuale per cui non ti posso dire. Come maschio mi attrae *il culo* delle donne, mi fa proprio impazzire, ma questo non vuol dire che non cerchi la vagina. Ho grande rispetto per gli omosessuali, ho avuto tanti pazienti e amici carissimi, ma credo che si devii verso un altro tipo di piacere, si stimola un'altra parte del piacere in una zona erogena diversa dal pene e dalla vagina. Per le donne è diverso perché l'omosessualità sollecita l'oralità, tanto è vero che le lesbiche che ho avuto io in terapia mi parlavano

della mammella e del clitoride. Ricordo che una paziente mi diceva: “Perché devo mettere questo cazzo nella mia vagina? Me lo compro di plastica piuttosto!”. Ora tu immagina, non dico tutti, ma se la maggioranza degli esseri umani andasse in questa direzione non sarebbe un rischio per l’umanità? Io non credo che la natura abbia deciso questo, forse lo ha deciso per l’estinzione totale insieme al nostro sistema solare, se è vero che ad un certo punto paf... crollerà, ma ce ne sarà un altro da un’altra parte probabilmente. Perché dobbiamo essere noi a guastare questo ordinamento? È vero, le famiglie, specialmente a partire dalla fine della seconda guerra mondiale, sono cambiate, sono diventate anche un luogo di sopraffazione. Ma anche prima i figli non avevano grande importanza, ma dovevano comunque crescere, e crescevano con le tate, si portavano dalle donne che avevano tanto latte ad allattarli. Era un sistema, perché la vita doveva continuare, non solo per fare soldati per i cannoni, ma semplicemente perché doveva essere così, era giusto così. La guerra, probabilmente, come dicevano i greci, è madre di tutto. Io non lo so, non ci credo molto, credo che si possa continuare a vivere senza guerre. Abbiamo vissuto 80 anni in pace, ma non li abbiamo saputi utilizzare bene, perché come si dice nel greco antico siamo tutti *lemargos*, tutti divoratori. L’uomo non ha pensato ad altro che a coltivare valori inutili, a perseguire la ricchezza, a costruire macchine. Gli manca solo una macchina che lo prenda e lo metta sul gabinetto!

Che cosa mi fa la macchina a me? Mi fa prendere solo multe come uno scemo. Ecco che cosa mi fa!

(Aristide in questa conclusione si è lasciato andare come un fiume in piena e non è stato facile per me rimettere insieme in una forma chiara per il lettore tutto quello che mi ha detto, senza cambiarne lo spirito che lo animava, ma spero di esserci riuscito.)

Torniamo al discorso iniziale a 190 sull’autostrada...

...mai ho sentito il bisogno di disfarmi di questa macchina...

ma adesso te ne dovrai disfare...

Sì, adesso, appena torno dalla Grecia, perché voglio andare a caricare per l’ultima volta quello che mi serve qua, l’olio soprattutto.

Ok, noi ci rivediamo a maggio, direi che ci possiamo fermare qua, ti ringrazio tantissimo per questa lunga registrazione.

Io ringrazio te perché mi hai dato questa possibilità, che sento grande, perché voglio che rimanga un esempio, non “l’esempio”, non sono così presuntuoso, ma un esempio, servirà.

Ma io proprio in questo senso la vedo, per me tu sei un esempio di come si incarna un approccio, una professione, di come si può vivere una fede, ma anche un esempio, e questo credo sia la cosa più importante, di come si possa lavorare e quanto siano importanti in questo lavoro il cuore e l’amore.

E con la fede, questa è un’altra parola magica, io ho fede in quello che dico, ho fede nel maschio e nella femmina, e rispetto la libertà di pensiero. Per questo sono stato contento quando nella commissione didattica Te, Gabriele e Gianluca avete parlato del padre e della madre, del maschile e del femminile.



Aristide Bambino



Il nonno di Aristide



Il papà di Aristide

Intervista con Massimo Borgioni 09-2025

Rosaria. Massimo, volevo iniziare questo incontro con te parlando dell'intervista che hai fatto ad Aristide e, al di là dei contenuti, mi ha tanto mi ha colpita il clima che c'è fra voi. Direi di grande affetto. La mia prima curiosità è questa: da dove è nato per te il desiderio di intervistare Aristide e di intervistarlo in questo modo.

Massimo. C'è stato un periodo, qualche anno fa, in cui mi era venuta in mente l'idea di intervistare i grandi vecchi che hanno portato la psicologia umanistica in Italia. Volevo intervistare Annamaria Boano, che era la direttrice della comunità terapeutica AIVA, che faceva parte dello IACP ed era una delle prime persone che andava a raccogliere i tossicodipendenti per strada e che aveva aperto una comunità che si ispirava a principi assolutamente alternativi e non autoritari. Modelli lontani dall'impostazione più in voga fino agli anni '80, '90. Poi volevo intervistare anche Luisa Parmeggiani da cui ero andato tante volte per insegnare. Una volta andai proprio a casa sua e le dissi: Luisa, mi devi insegnare bene la tecnica del cavalletto bioenergetico. Sono stato da lei una giornata a lavorare, e insomma, già avevo due persone da intervistare ma sono mancate entrambe. Un'altra persona che avevo incluso nell'elenco era Aristide. Per cui mi sono detto. Massimo, stavolta ti devi sbrigare e fare questa intervista, non puoi lasciare passare quest'anno. Ho sentito che era necessario portare una testimonianza di questo tipo e con Aristide c'è una confidenza molto forte che credo, anzi sono sicuro che si sia sviluppata negli incontri a Creta.

Quest'anno, se non avessi avuto questo grave problema di salute, sarei andato per l'ottava volta consecutiva a Creta a seguire il seminario. Lì a Creta si è da subito creata una forte relazione di complicità fra me, lui e anche la moglie e quindi siamo entrati subito, già dal primo anno, in una confidenzialità molto forte che ha funzionato praticamente nell'immediato, è scattata una sorta di simpatia immediata e da lì è nata questa relazione fra me e Aristide.

I seminari di Creta sono fatti di molti momenti, quelli in cui si lavora insieme, ma anche momenti di gioco, momenti in cui si va al mare, ci si fa il bagno. Quindi ci sono tante occasioni che consentono l'approfondimento della relazione.

Rosaria. L'altra cosa che mi è venuta in mente è che dalla modalità di relazione che emerge nell'intervista, nel dialogo con Aristide, mi sembra che torni anche molto il tema di un rapporto con il paterno, tema che ultimamente hai affrontato nella commissione didattica e nell'articolo che uscirà nella nostra rivista. Mi sono incuriosita e, se me lo consenti, vorrei chiederti qualcosa di più personale rispetto a questo interesse, a questo tema del padre e del paterno.

Massimo. Ti posso dire che per me Aristide è anche un padre, oltre che un maestro, lo è sempre stato. In un certo senso ho sempre cercato dei padri, e in Aristide ho trovato un padre ideale perché imperfetto e che ammette le sue imperfezioni, non le nasconde e anzi le rende esplicite e questo mi ha sempre intrigato, mi è piaciuto e quindi mi sono sentito sempre fortemente legato alla sua vocazione protettiva e paterna. Ovviamente Aristide non si pone come padre padrone o infallibile, lui ammette la sua fallibilità e non fa niente per nascondersela. E si tratta di un aspetto che mi è sempre molto piaciuto: la fallibilità di Aristide, la fallibilità esplicita di Aristide.

Rosaria. Quindi una fallibilità vicina all'autorevolezza, a un farti sentire che c'è, che ha una posizione, e che però è disposto a mettersi in discussione.

Massimo. Esatto, e anche a fare i conti con i suoi limiti. Per esempio negli ultimi anni il *format* di Creta è cambiato molto, perché lui è invecchiato e noi abbiamo voluto proteggerlo. Nei primi tempi Aristide faceva proprio il terapeuta, lavorava singolarmente con i partecipanti.

Adesso è cambiato tutto perché noi siamo tutti terapeuti professionisti, portiamo noi delle supervisioni e ci supervisioniamo tra noi, e lui fa la supervisione alla nostra supervisione.

Rosaria. Quindi adesso è un padre di figli adulti?

Massimo. Esatto, di figli adulti, per alcuni versi alla pari e per altri no. Per esempio l'anno scorso eravamo da lui e c'era un terreno sconnesso dove era molto difficile stare in piedi per fare le classi di esercizi. E Francesca (Mastrangelo) ha proposto di farle come usava farle con i pazienti psicotici, da seduti. Ed è stata un'esperienza molto interessante che è piaciuta. Lui all'inizio sembrava mal digerirla, poi a un certo punto ha detto: "Ma chi sono io per rifiutare questa modalità?" Ha visto le nostre reazioni, si è rilassato, si è riposato e ha lasciato che continuassimo.

Quindi sta diventando questo. Noi siamo un po' i figli che proteggiamo questo padre anziano che ha i propri limiti e dice: "Ok ragazzi, fate voi, mi sta bene così".

Rosaria. Beh, credo che i figli ad ogni età possano dare un contributo, ma quello di cui parli mi sembra proprio il contributo che i figli adulti possono dare per un'ulteriore evoluzione del padre.

Massimo. Quando il padre ammette la propria fallibilità e la propria vulnerabilità, questo diventa possibile. Se il padre abbandona il suo narcisismo, e noi all'inizio abbiamo dovuto un po' lottare per questo, si può arrivare a questo scambio, a volte più alla pari.

Rosaria. Mi sembra che si sia creata molta fiducia tra voi, fiducia umana e professionale e credo che vi abbia reso più forti, forse da entrambe le parti. A questo punto mi viene da farti una domanda più personale, decidi tu se ti va di rispondere. Vorrei sapere qualcosa rispetto al paterno nella tua vita, al paterno di te figlio e al paterno di te padre, visto che sei anche padre.

Massimo. Mi stai facendo due domande abbastanza critiche. Come figlio, io ho avuto un padre molto fragile dal punto di vista emotivo. Ti posso dire che i sentimenti a me li ha insegnati lui più che mia madre. Io vengo da una famiglia molto numerosa. Noi siamo sei figli, quindi mia madre è una specie di generale che doveva portare avanti la famiglia, compreso mio padre che era il settimo figlio.

Mio padre soffriva molto di ansia, era una persona nevrotica, aveva tante fobie. E l'ho visto soffrire in modo abbastanza esplicito in più di un'occasione della mia vita. Questo da un lato mi ha fatto entrare in una maggiore confidenza con il mondo dei sentimenti. Però dall'altro lato mi ha anche spiazzato molto. Lui soffriva di agorafobia. Io ho imparato questo mestiere grazie a lui, perché mi ero eletto suo psicoterapeuta. Tutti i pomeriggi, quando era un po' in ripresa lo facevo uscire – noi abitavamo sul lungotevere e c'era una fila di platani. Io gli dicevo: “Oggi facciamo 5 platani, oggi arriviamo al sesto platano, oggi arriviamo a quest'altro” e facevo una specie di terapia cognitivo comportamentale e poi lo riportavo a casa. E mi ricordo che questo mi inorgoglivava tanto, mi faceva sentire grande anche se avevo cinque o sei anni.

Da una parte questo mi inorgoglivava, ma mi spezzava anche, in fondo ero io che dovevo proteggere lui e non succedeva il contrario, purtroppo. Poi quando stava bene, spariva, non si vedeva più. Paradossalmente i momenti in cui stava male erano i momenti in cui riuscivo a entrare in contatto con lui, mentre quando stava bene spariva e non veniva più a casa. La mia famiglia funzionava così. Mamma invece era un generale che doveva portare avanti un esercito di persone e certo non poteva cedere mai. Doveva essere forte, non poteva cedere. E questa è stata la mia storia come figlio.

La mia storia come padre non è stata come quella che ho vissuto io, perché penso, nonostante la separazione, di essere sempre stato un padre molto presente con mia figlia. Io e Barbara abbiamo cresciuto nostra figlia come se fossimo rimasti una coppia sposata e quindi Marta è cresciuta con me e l'ho seguita come se fossi sempre rimasto a casa. L'ho sempre seguita, protetta, ho sempre cercato di stare con lei. Ovviamente non ci sono stato tutto il tempo in cui c'è stata la madre, però sono stato sempre presente come padre. Anche per me, perché per me, una volta che fai i figli, poi li devi proteggere. Hai questo dovere nella vita, se no che li fai a fare? Purtroppo forse sono stato un padre narcisista in certi momenti, ma ho cercato di fare il mio meglio. Se devo fare una sintesi direi di aver fatto il mio meglio sia con mio padre che con mia figlia.

Rosaria. E poi, hai deciso di fare lo psicoterapeuta, a partire da queste passeggiate terapeutiche con un papà? Quando hai deciso di diventare psicologo e terapeuta?

Massimo. Da bambino ho sentito che mi interessava molto questa professione, ho sentito presto questa vocazione. Poi c'era il nostro medico della mutua che aveva frequentato a lungo Assaggioli, e c'era un certo dottor Bartoli che aveva preso in terapia mia sorella e ad un certo punto ho pensato che volevo diventare come lui. Anche lì ero piccolo, avrò avuto sei o sette anni, perché vedevo tutta l'importanza che gli dava mia sorella e allora ho sentito che questo lavoro mi avrebbe dato una grande autorevolezza e mi sono sentito attratto da questo mestiere.

Rosaria. Quindi autorevolezza e una sorta di spessore maggiore rispetto alla fragilità di cui parlavi rispetto a tuo padre.

Massimo. Esattamente, sì, volevo guarire la mia famiglia, non volevo farla andare in malora, volevo essere un po' il guaritore di tutti.

Ognuno aveva una sofferenza, un sintomo, quindi mi sono detto: adesso guarisco la mia famiglia. Questo è stato il sogno che mi ha sempre accompagnato in questo lavoro e che credo ancora mi accompagni, perché c'è sempre un po' l'illusione di guadagnarsi la stima e l'amore dell'altro grazie al bene che gli puoi fare.

Il tema è sempre quello, sei amato per quello che fai o sei amato per quello che sei? C'è una parte di me che è ancora convinta di poter essere amata solo per quello che fai, non per quello che sei. Invece l'esperienza di poter sentire di poter essere amato per quello che sei, per me è un ritorno all'innocenza.

Rosaria. Sono d'accordo. Peraltro tu, oltre che con pazienti privati hai lavorato in carcere e con i tossicodipendenti, quindi con situazioni di alto livello di sofferenza. Cosa ti è arrivato da queste esperienze.

Massimo. Beh, cosa mi sono preso? Sicuramente tanta manipolazione, perché stiamo parlando di persone che manipolano tantissimo e a volte anche tanta rabbia. Ricordo uno degli ultimi gruppi di incontro che abbiamo fatto in carcere e sono uscito da quel gruppo e mi sono detto di non volerne fare più.

Un partecipante era molto arrabbiato perché qualcuno lo aveva denunciato agli agenti come detentore di una sorta di catena di spaccio dentro la sua sezione e lui non faceva altro che dire al gruppo: nella mia sezione non gira più nessuna droga, non gira più la cocaina perché io

mantengo l'ordine. Era arrabbiatissimo, si è tolto la giacca – non capivo cosa dovesse simbolizzare questo gesto e si è messo a camminare sbuffando facendo un po' tutto il giro del cerchio del gruppo e la gente lo guardava con gli occhi terrorizzati. Alla fine ho capito che stava intimidendo le persone, come se stesse dicendo fra le righe, guardate che se qualcuno va dicendo qualcosa di quello che ci diciamo qui al gruppo, lo ammazzo.

A quel punto mi sono reso conto che stava utilizzando il gruppo come momento di intimidazione nei confronti degli altri e mi sono chiesto cosa ci andassi a fare io, a creare un'occasione per comportamenti criminosi? Purtroppo il lavoro nel carcere con i tossicodipendenti rischia di essere tutto così.

Una volta un paziente mi disse: guardi dottore, io non riesco a guardarla e a non pensare contemporaneamente a come posso usarla. Perché purtroppo tendono a usarti e questo è l'aspetto più fastidioso e più pesante del lavoro con questo tipo di persone. È pesante sentirsi manipolati e usati, anche al di là di quello che ci si aspetta.

Rosaria. Sì, quello che dici è molto pesante. Ti faccio un'altra domanda difficile. Senti che ne è valsa la pena?

Massimo. È valsa la pena perché ho imparato tanto. Dal punto di vista dell'apprendimento ne è valsa la pena perché è stata una scuola che mi ha molto formato, mi ha molto preparato a gestire la frustrazione, le delusioni, i rovesciamenti di fronte. Quindi sicuramente ne è valsa la pena da questo punto di vista.

Non ne è valsa la pena dal punto di vista della soddisfazione professionale, tant'è che dico sempre agli allievi: ragazzi, non dovete lavorare solo con una categoria di pazienti. Lavorate coi tossicodipendenti ma anche con i disturbi alimentari e con le persone nevrotiche. Bisogna sempre cambiare tipologia di utenza, perché se si lavora sempre con la stessa utenza, alla fine ci si chiude e si accumulano troppe frustrazioni.

Sono tantissimi i colleghi finiti in burn out e costretti a curarsi con gli antidepressivi. Ora io non vado più in carcere per i problemi di salute che ho.

Rosaria. Tu hai lavorato con i pazienti privati, hai insegnato, insegna, fai tante cose. Quali attività che ti hanno dato maggiore gioia?

Massimo. L'esperienza con i pazienti, individuali e di gruppo mi ha arricchito di consapevolezza ed esperienza, di me e delle persone che ho incontrato. Posso dire che la mia intuizione infantile che mi ha portato a scegliere questo lavoro era giusta. L'Aula mi piace tanto, mi piace tantissimo insegnare, la formazione per me è sempre un'occasione di grande gioia, il rapporto con gli allievi mi è sempre piaciuto tanto, tantissimo.

Testimonianze

Massimo Borgioni Intervista Aristide Iniotakis

Mio contributo per Massimo

di Ersindo Nuzzo

Come nasce Creta 2013

Ho conosciuto Aristide in occasione della frequenza del 4° corso di specializzazione per psicoterapeuti di altra formazione. L'ho incontrato a dicembre 2012 in occasione dell'intensivo sul carattere Rigido.

Ho trovato Aristide una persona buona, di cui ci si può fidare, con una energia potente e sana.

La mia percezione era [ed è rimasta nel tempo] di avere a che fare con un maestro che non solo insegna, dimostra. Come in una bottega rinascimentale c'era la possibilità di apprendere affiancando il *dominus*.

Tra noi allievi, nelle animate discussioni, fuori dalla lezione, è nata l'idea di proporre a Aristide un *summer workshop* a Creta, rivolto agli psicoterapeuti già diplomati Siab, che potesse approfondire i singoli caratteri, eventualmente supervisionare, portare se stessi in un gruppo esperienziale.

Finché nel gruppo non è arrivato il momento di “chi glielo chiede? Chi glielo dice?” ...

Ho risposto subito, d’istinto e senza pensarci “glielo dico io”.

A dire il vero non ho fatto fatica a convincerlo, anzi ho trovato piena fiducia nelle mie capacità organizzative.

Credo che l’età, i miei trascorsi manageriali e anche la mia determinazione nel presentare il progetto di costituire un gruppo di psicoterapeuti numericamente adeguato a sostenere “l’impresa” abbiano giocato il loro ruolo.

Cos’è Creta 2013?

L’obiettivo era (dalla locandina):

Migliorare la capacità dei partecipanti di individuazione degli aspetti salienti del carattere e di intervento terapeutico. Nel corso del laboratorio sarà approfondito il riconoscimento e il possibile trattamento specifico dei 5 caratteri e del narcisismo. Data la natura esperienziale potranno essere portati dai partecipanti sia casi in supervisione sia aspetti personali pur restando un gruppo di formazione e non di formazione.

Nel tempo il gruppo è evoluto crescendo in esperienza e anche articolazione concreta superando anche i vincoli che la pandemia aveva imposto.

Aristide ha sempre riconosciuto la colleganza con i partecipanti che si sono alternati nel tempo rinnovando il gruppo che, come sappiamo, ha tuttavia mantenuta una propria soggettività. Per questo ha condiviso sempre anche i momenti extra gruppo.

La parte non clinica del gruppo residenziale è sempre stata parte integrante del lavoro in gruppo.

Il sole e mare cretese con la cucina locale hanno caratterizzato il contesto entro cui l’esperienza di gruppo si è sviluppata nel tempo.

Il mio amore per Aristide

Fin dal 2012 con il primo intensivo SIAB, ho visto in Aristide quella figura “paterna” che da bravo terapeuta ha poi incarnato per i circa 10 anni successivi di terapia personale.

Sempre attento anche a miei interessi circa la politica professionale in ambito psicologico.

Ho trovato anche un modello di terapeuta cui mi ispiro nella mia professione: oltre gli schemi e le rigidità della teoria stare sul sentire la “giusta distanza” che è anche la “giusta vicinanza”.

La terapia si fa col cuore e non solo con la tecnica.

Da Aristide ho preso tanto e, confermando la tradizione familiare di spostare l'affetto in termini concreti perché così non bisogna esprimerlo con gesti affettuosi, mi sono impegnato, in segno di gratitudine, a mantenere vivo il gruppo fino al 2013.

Il gruppo continua tutt'ora, in modo auto organizzato, a dimostrazione che la soggettività è evoluta fino alla piena autonomia.

Grazie Aristide per la tua umanità

Aristide e il Gruppo di Creta

di Gabriele Putelli

Ho incontrato Aristide in un intensivo sul Carattere Masochista, nel corso del triennio per già psicoterapeuti in Siab. Era il 2014, mi trovavo nel bel mezzo di processo di trasformazione personale e professionale radicale e profonda, nel quale mi stava preziosamente accompagnando Patrizia Moselli da diversi anni. Mi fu subito chiaro che mi trovavo di fronte ad un uomo del quale potevo fidarmi, una solidità ferma, uno sguardo che non lascia scampo a nascondimenti e al tempo stesso una dolcezza umana autentica capace di entrare nel cuore.

Passarono due anni prima del mio successivo incontro con Aristide, era luglio 2016 e fu la mia prima Creta. Mi fu subito chiaro di essere arrivato in un luogo speciale. Non l'isola in sé (bellissima), ma il gruppo, Aristide (affiancato dalla sua amata Emilia), con tutti i suoi pregi (difetti compresi), nella sua terra, in un flusso energetico unico capace di accompagnare il gruppo in territori molto impervi con la fermezza di un padre solido che sa infondere fiducia nonostante la tempesta. Lì, con lui, ho ritrovato e in qualche modo riscoperto ogni giorno le radici dell'Analisi Bioenergetica, con la sua generosità instancabile, nel suo modo di richiamare ogni volta gli insegnamenti di Lowen, arricchiti con alcuni aneddoti del lavoro che ha avuto il privilegio di fare con Lowen stesso nelle occasioni in cui si sono incontrati. La capacità di Aristide di partire dall'esperienza concreta, le sue preziose intuizioni, il suo modo profondo di lavorare con il corpo ma sempre rispettoso della finestra di tolleranza di ognuno, il ritornare alla fine dei lavori sempre alla teoria di Lowen in modo semplice, anzi andando all'essenziale, ma al tempo stesso con tanta densità di significato. Tutto questo è il lavoro nel quale Aristide ci ha saputo accompagnare, e ci accompagna tutt'ora, con la sua straordinaria umanità, una continua cura e costruzione di pilastri fondamentali, dono prezioso per la professione, ma soprattutto per il lavoro che in questi anni ho potuto fare su di me.

La sua umanità emerge sempre chiara, anche nella capacità di rileggere e riparare gli eventuali errori commessi, fatti di intuizioni a volte fulminee ma mai irrispettose, che sono inevitabili se si lavora con il cuore aperto; anzi, proprio da questi, ho imparato molto e credo di poter parlare per tutto il gruppo.

Negli anni il funzionamento del Gruppo di Creta si è molto evoluto, come in un processo di crescita nel quale i figli inizialmente avevano bisogno di essere accompagnati per mano, per poi camminare accanto al Padre, con la chiara distinzione delle differenze di storia e di posizione, ma con l'immenso piacere di sperimentare la padronanza reciproca del muoversi insieme, fianco a fianco, nel territorio della psicoterapia.

Porto sempre con me nel mio lavoro la fiducia nei processi di cambiamento legati al corpo che Aristide mi ha insegnato e che testimonia ogni giorno, e questo è il dono più prezioso.

Per tutto questo, per la voglia che ogni anno si rinnova di ritrovarci tutte le estati insieme a Creta per lavorare su di noi, ringrazio Aristide con tutto il mio cuore.

Ringrazio anche Massimo che ci ha dato l'opportunità di condividere la nostra esperienza e per questa preziosa intervista ad Aristide.

Aristide Iniotakis: un padre da cui fuggire... un padre da poter amare.

di Barbara Furlan

Scena 1

È una giornata come tante, esco dalla mia stanza nello studio condiviso e mi sento chiamare: “Barbara! Vieni. C'è una persona che devi assolutamente conoscere.” Entro nella stanza di Sandro e lo trovo seduto assieme ad Ersindo e ad un uomo anziano, che emana una strana aurea di solidità e potenza. “Questo è Aristide Iniotakis, ha lavorato con Lowen. È uno dei fondatori della Siab e sarà il direttore del corso per già psicoterapeuti. Aristide, lei è Barbara Furlan. È stata la prima iscritta al corso”. Quando Sandro finisce le presentazioni rispondo con un “Piacere” lasciato sospeso ed un sorriso tirato: non so cosa dire. L'uomo mi guarda serafico, mi stringe la mano con fermezza mista ad un sorriso: “Piacere.” Poi si volta verso Sandro ed Ersindo: “Bene, adesso possiamo finire di fare quello che stavamo facendo?” e non mi degna più di uno sguardo. Esco da quella stanza un po' perplessa, un po' offesa: ho la sensazione che mi abbia praticamente ignorata. Ora mi rendo conto che ero stata in imbarazzo, che mi ero in qualche modo sentita esposta e che lui, con quella mossa brusca, mi aveva protetta permettendomi di andarmene.

Scena 2

Primo giorno del secondo weekend di formazione in Analisi Bioenergetica, il docente è Aristide. Emana la stessa aura dell'altra volta: solido, pacato, sereno, forte e un po' burbero. Una sorta di padre di famiglia, di quelle di una volta però; sì: un *pater familias*. Ad un dato momento sta parlando del respiro, dei blocchi del

respiro... Chiama al centro un collega che - a suo dire- non starebbe respirando. Io mi dico che tutto sommato il collega non sembra stare male e che quindi non può essere in ipossia. Aristide lo invita a respirare pienamente, “con tutto il tronco! Pancia e petto”. La situazione non cambia e Aristide lo fa stendere su un materassino poi, all'improvviso si trasforma in Ken Shiro (quello del cartone animato) e con un gesto preciso affonda quattro dita della mano tesa nel diaframma dell'uomo. Quest'ultimo sobbalza, il corpo si inarca, gli occhi gli strabuzzano all'indietro, schiuma un po' dalla bocca. Ho il telefono in mano, guardo Vittorio seduto accanto a me e gli dico: “Chiamo il 112.” Lui mi abbassa il telefono e mi invita a dare un po' di fiducia ad Aristide, almeno cinque minuti. In realtà quando riporto lo sguardo al centro della stanza la scena è già cambiata, il collega ha smesso di avere reazioni strane, respira... e la differenza fra il suo respirare di prima e quello attuale si vede! Poi si alza in piedi e si mette (comprensibilmente) ad insultare Aristide a gran voce. Nei tre anni di corso che condiderò con quell'uomo non mi capiterà mai più di vederlo così assertivo, carico, energico; e oggi mi chiedo se non fosse stato proprio questo il vero senso del lavoro fatto da Aristide: dare ad una persona da sempre sottomessa l'occasione di provare a re-agire. Allora, però, ciò che mi è arrivato è stata paura, anzi terrore di fronte al mix di potenza ed imprevedibilità mostrato da Aristide, che da allora per me sarebbe stato Ken Shiro (mitico guerriero caduto come un fulmine dal cielo), da cui - per qualche anno mi sarei guardata al punto di cambiare la strada che ero solita fare nell'andare a lezione per non incontrarlo da sola al parco di fronte allo studio. Forse vedevo in lui la forza e l'imprevedibilità di mio padre... di un padre da cui fuggire.

Aristide

di Marilisa Pinori

Ci sono due immagini nella mia testa se penso ad Aristide.

La prima è la mattina che l'ho conosciuto durante il primo anno del corso per già terapeuti.

Se ne stava seduto sulla sua poltrona leggendo pacificamente il giornale. Poi improvvisamente lo ha chiuso e ha dichiarato con aria un po' burbera che iniziava la lezione.

L'altra è quella di Aristide che spazza con cura il terrazzino antistante alla sala dove lavoravamo a Creta.

Spesso mi sono chiesta che cosa mi appassionasse del lavoro con quest'uomo e sicuramente la risposta è: la sua umanità.

Aristide spazza, legge il giornale, si arrabbia, sbaglia e chiede scusa, aspetta, si infastidisce, si dimentica, ride, piange, ha paura; ma tutto questo lo fa dentro uno spazio di amore verso l'altro. Si muove con una cieca fiducia nella saggezza organismica ma anche con una serena consapevolezza dei limiti.

Lui utilizza il suo essere uomo in mezzo agli uomini per entrare nel mondo dell'altro con un coraggio e una tenerezza disarmante.

Poi ho incontrato Aristide

di Stefania Colombo

Ogni volta che ho sentito dire a qualcuno: “Menomale, c’è mio padre”, io non capivo,

perché mio padre non c’è mai stato per me.

E a chi esclamava “Non so cosa farei senza l’aiuto dei miei” ho spesso regalato un bel “Che sfigato”, del resto io ho sempre dovuto fare tutto da sola.

Non ho mai capito nel profondo il significato di “Sentirsi al sicuro, sentirsi protetti” e quando ho sentito pronunciare, da chi aveva perso il padre, la frase: “Mi manca mio padre, vorrei che fosse ancora qui con me”, non ho mai percepito l’essenza, la forma e il sapore di quella mancanza.

Poi ho incontrato Aristide.

Si è seduto accanto a me nel mio vuoto.

Ha aspettato con pazienza che gli chiedessi aiuto.

È entrato con me nel mio dolore solo per tenermi la mano.

Mi ha chiamato più volte:

Mi ha chiamato Stefania.

Mi ha chiamato donna.

Mi ha chiamato figlia.

Fino a quando ho ricordato chi ero e gli ho risposto.

Lui è stato per me: un terapeuta, un maestro, UN PADRE.

Sbagliava, ha sbagliato... ma quando è successo lo ha sempre ammesso e ne sono sempre seguite scuse.

Mi ha aperto il suo cuore e ha aspettato che io aprissi il mio, ha aspettato ME, che avevo smesso di credere al fatto che per vivere il cuore serve.

Ha aspettato che ricordassi di essere viva...

Non mi ha mai lasciato, e anche quando siamo stati nei luoghi più bui della mia anima lui è stato lì, con me, senza paura.

È stato con me sempre,

È questo che ha fatto: È STATO CON ME SEMPRE.

Ed è questo sempre che io tengo stretto nel mio cuore, questo stare, che, a poco, a poco, mi ha fatto sentire a casa, mi ha fatto sentire in un posto sicuro.

Sono cambiata.

Senza nemmeno accorgermi, me lo sono cucita addosso perché mi tenesse caldo come solo lui sa fare, tanto che così, adesso, esce nelle parole che dico ai miei pazienti, nei gesti d'apertura che faccio verso la vita, nelle mie risate grasse che ricordano le sue, nel non avere mai paura di valicare confini ma sempre con rispetto.

Adesso sono una persona, una terapeuta, una guaritrice ferita, narcisista certo, un po' narcisista come lui, però una narcisista viva, pentita e consapevole.

Grazie Aris, ora sono viva.

Aristide

di Vittorio Franzetti

La prima volta che ho incontrato Aristide ero uno studente. Stavo iniziando la seconda specializzazione e avevo scelto di farla in Bioenergetica, Aristide era il direttore del corso.

Era il primo weekend, è entrato nella stanza senza guardare nessuno, si è seduto e ho pensato: aiuto. Mi metteva soggezione e come reazione per la persona che ero ho subito pensato speriamo di piacergli.

Quel giorno è iniziato il nostro rapporto che dura ormai da quasi 10 anni.

È stato il mio insegnante, il mio Maestro, il mio Terapeuta. È stato mio Padre, la mia Guida, il mio migliore Amico. Il rapporto con lui mi ha cambiato la vita, sono passato da ragazzo insicuro a un Uomo. È stato un lungo percorso nel quale mi ha accompagnato con dolcezza, fermezza, complicità, amore.

Ho avuto la fortuna di poterlo guardare mentre lavorava con i pazienti, nei gruppi. È stato una guida, un esempio da seguire. Ho visto la sua fermezza, decisione ma anche la sua grande umanità, la dolcezza nella cura di me e dei pazienti. L'ho visto fare e dire cose sbagliate e chiedere scusa per questo, l'ho visto non risparmiarsi mai nel lavoro con i pazienti, ho provato ad apprendere il più possibile ad arricchire il mio modo di lavorare.

Il sentimento che mi lega ad Aristide è un sentimento di amore profondo, quell'amore che ho sentito senza remore e senza vincoli, che mi ha insegnato a riconoscere in me e ad avere la forza di poterlo mostrare alle persone che sono nella mia vita senza più paura o timore.

Questo è Aristide per me. Con affetto infinito

Negli occhi di Aristide

di Daniela Consales

Per me Aristide è energia maschile: passionale, prepotente, dominante, indisciplinato, accogliente, rabbioso, accudente, incostante, amorevole, ma innegabilmente uomo!

È stato energia maschile quando, come un padre amorevole e di sostegno, ha accolto tra le sue braccia il dolore del mio lutto, della perdita che ha cambiato il corso della mia esistenza. Per la prima volta mi sono abbandonata e sentita sostenuta. Ho creduto al suo messaggio: puoi farcela.

È energia maschile quando, come docente in aula nei corsi di formazione per psicoterapeuti, manifesta con irruenza le proprie idee, rischiando di azzerare dicotomie concettuali. Quando lo fa nei congressi, nelle commissioni didattiche. Quando sente eccessive intellettualizzazioni falcia il razionale con la sua irruenta irrazionalità. Ma governa il tutto con fervente e prepotente convinzione.

È stato energia maschile quando ha provato a reinsegnarmi a guardare alla mia bellezza, in anni in cui volevo solo sfiorire e sparire, guardandomi con occhi di uomo che può sedurre e restare sedotto.

È stato energia maschile accogliente quando sono entrata nel gruppo di Creta e mi ha dato accesso al 'suo' gruppo, alla sua terra.

È energia maschile amorevole quando gode della presenza delle persone che lo amano e che lui ama profondamente. Un bagno insieme, una cena, una cantata, diventano una esperienza di nutriente amore puro.

È stato energia maschile fragile quando ha conosciuto il dolore della perdita ed ha condiviso la sua vulnerabilità, lasciandosi coccolare e sostenere.

È energia maschile pura mentre nega i cambiamenti legati al tempo che passa, ma poi li lascia emergere e li condivide in gruppo, per poi spazzarli via nuovamente affermando con vigore il suo sentire interno che parla di voglia di vita.

Negli occhi di Aristide c'è un mondo, intenso, vivo, intrigante, energico. Nella sua energia c'è passione, vita, piacere. Ma non c'è mai rinuncia, ritiro. Paura, umiltà nel riconoscere l'errore, ma non rinuncia.

Ed io mi nutro di questo.

Nell'incontro con lui imparo a conoscere e a far pace con l'energia maschile dell'altro, ma anche della mia.

Perché con Aristide è possibile tutto questo in un clima di profondo amore, rispetto e condivisione.

Mi ha regalato appartenenza.

Grata per tutto questo.

Grazie Ari.

Aristide

di Francesca Mastrangelo

“Ho conosciuto Aristide 43anni fa, avevo 23 anni e in piena crisi sentimentale andai da lui in terapia.

Trovai una terra solida su cui appoggiarmi e una fonte in cui trovare fiducia e comprensione. Sono stata diversi anni in analisi con lui e, per via della mia giovane età, è come se mi avesse accompagnato nella mia crescita, di fatto ho frequentato più anni Aristide del mio vero padre che morì quando avevo 21 anni.

È stato molto generoso con me e ho imparato ad esserlo altrettanto. Per questo ora mi piace chiamarlo il mio Maestro, da lui ho imparato la bioenergetica delle origini, quella che lavora con l'energia al di là delle tecniche, che prevede il coinvolgimento del cuore dell'analista, che chiede di mettersi in gioco col dare sostegno, con la comprensione e anche con l'intuizione. Le sue intuizioni mi hanno sempre affascinata e lentamente ho imparato a fidarmi delle mie. Tanti anni fa mi aprì le porte del suo studio a Milano quando ebbi il mio primo paziente come novella terapeuta, siamo poi sempre rimasti in contatto anche quando ho spiccato il volo da lui per essere più autonoma. Abbiamo collaborato per far partire i primi corsi di counselling a Milano e da sempre è il mio supervisore, oggi mi onoro di condurre qualche gruppo di terapia con lui.

Al di là di qualsiasi collaborazione o apprendimento ci lega l'essere in contatto con la nostra profonda umanità.”



Aristide e Massimo



Aristide

Massimo

La Siab e Creta

La condivisione, la crescita, l'amore

Il Mare

Il dolore, i dolori

L'AMORE