

Note dell'autore

“Cammino verso scuola con dei libri, contenuti da quell’elastico che nella sua essenzialità rappresenta un simbolo dei miei tempi liceali. Sono con i miei amici, Alfredo e Ugo. Non è una mattina come tutte le altre. Non ho voglia di scherzare. Ho paura. Una paura che comincia a farmi sudare, mancare l’aria. A un tratto, so da dove proviene quella paura e imploro i miei amici, perché non trovo giusto dovere tornare sui banchi del quarto ginnasio, ormai laureato e specializzato, rischiando quell’interrogazione nella materia mai troppo amata, matematica”.

Un raggio di sole penetrato dall’infisso lasciato aperto la notte prima produce, con il suo tepore, un piacevole sussulto. Sono sudato, pervaso da quella sensazione di terrore che avevo poco prima in strada con Alfredo e Ugo, ma ho ben chiaro che quella era la scena di un sogno. Un incubo, per meglio dire. Non ho pendenze, almeno liceali e anche universitarie. Non ho conti in sospeso. Ci penso e, mentre mi vesto, mi ricordo che quel pomeriggio ho da aprire un conto: quello con un’analista junghiana, cui ho deciso di rivolgermi per avviare la mia analisi personale. È una mattina di maggio del 1996. Quella mattina, come poi interpreterà la mia analista, dentro di me hanno fatto a pugni due forze contrastanti: quella del cambiamento e quella della conservazione.

* * *

“È il turno di una delle solite sfide primaverili di basket tra liceo Classico e liceo Scientifico. Ogni anno per noi del Classico la partita si risolve con una sonora sconfitta: gli studenti del liceo acerrimo nemico sono quasi tutti tesserati con squadre agonistiche e, di conseguenza, più titolati. Noi no.

Pochi di noi, tra cui io che, però, resto un mediocre playmaker. Tocca a me organizzare il gioco della squadra, fare girare la palla, chiamare gli schemi. Prima della partita il professore Villagrassa, ovviamente avente funzioni di allenatore, appare rassegnato e, inspiegabilmente, ci chiede di giocare a mani invertite. Per me, mancino fondamentalista, si tratterebbe di giocare con la mano destra. Una tragedia. L’idea della brutta figura che ci aspetta, soprattutto agli occhi delle nostre compagne di classe con le quali cominciano a serpeggiare traffici ormonali, mi paralizza. Non riesco a scendere in campo. Piango”.

Stavolta è il suono terrificante di una vecchia sveglia a batteria che mi disvela la realtà: apro gli occhi e mi rendo conto che ho fatto i conti con un incubo. È un giorno di febbraio 1998. Il treno che da Terracina mi porta a Roma, i tempi morti che mi regalano i paesaggi della pianura pontina, mi sono utili quanto l'analista anni prima. Quella mattina mi attende la prima seduta come allievo terapeuta nel mio training, con una famiglia in cui c'è una ragazza affetta da un disturbo alimentare. L'entusiasmo che la settimana precedente mi aveva portato a farmi avanti come terapeuta, ha lasciato il posto alla paura. Paura della famiglia, l'avversario portatore di una sintomatologia "potente". Paura del didatta, il supervisore, Carmine Saccu, del suo giudizio. Paura di dovere giocare parti mie che mi erano insolite, la mano destra, l'emisfero destro, l'analogico. Anche grazie all'aiuto della supervisione, comprendo di avere riprodotto una resistenza, al pari di quella che mi aveva accompagnato al primo giorno di terapia personale. Qui sono in lotta le forze del desiderio di mettermi alla prova e del desiderio di non farlo, di fuggire.

* * *

"Entro nel mio studio. La strada che accompagna la mia vespa verde è vuota. Sono i giorni del Covid19. Entro a studio e, dopo le solite operazioni di sanificazione, mi siedo davanti al computer. Dall'altro lato dello schermo so che apparirà Vincenzo, il mio paziente tormentato da una solitudine amorosa, che ha detto di volermi incontrare dalla macchina. Accendo il computer e appare, al posto di Vincenzo, Flavia, mia figlia, 11 anni. Comincia a prendermi in giro, mi apostrofa dicendo che con la tecnologia sono un "mongodown". Poi dallo schermo si materializza sulla mia sedia e parla con Vincenzo, che, intanto, appare anch'egli sullo schermo. Io scappo dalla vergogna, apro la porta dello studio e trovo la mia Vespa, che è diventata nera".

Lo squillo del telefono mi fa piombare nella realtà di un mattino di metà marzo 2020. Dall'altro capo del telefono sento la voce del mio amico Maurizio. Parlo, ancora intontito realizzo che devo andare a studio per la prima seduta *online* della mia vita: devo fare in fretta, in casa mia non c'è connessione internet e devo recarmi a 12 chilometri di distanza, nel mio studio. Nel tragitto, capisco che l'inconscio ha usato il Grillo Parlante della mia ignoranza digitale, mia figlia Flavia, per ricordarmi che mi aspetta un'avventura cari-

ca di aspettative e di ansie, come i due colori della Vespa.

* * *

Maggio 1996, febbraio 1998, marzo 2020.

Il mio regno onirico, quello che per eccellenza forza, fa e disfa i tempi e i luoghi della nostra esistenza per riportare a galla nel nostro presente tracce del nostro passato, mi regala tre spunti, tre momenti vicini e lontani della mia vita professionale, tre prime volte.

L'inizio della mia analisi personale.

La supervisione diretta nel mio training di formazione.

La mia prima seduta *online*.

L'ultimo sogno ha dato una direzione ai giorni del mio *lockdown*.

Erano iniziati bene, nel solco di un riposo perso in lavori bucolici, il taglio dell'erba, la concimazione degli ulivi, la cura del vigneto, interrotti dalle chiamate di qualche paziente che, nonostante il patto di interrompere le terapie in attesa di tempi migliori, chiedeva udienza. Qualcuno *de visu*. Qualcun altro, come Vincenzo, *online*.

Da qualche giorno stavo pensando di scrivere un libro sull'adolescenza, sull'onda di alcuni seminari tenuti sul tema da settembre a gennaio in giro per l'Italia, a Cosenza, Crotone, Verona, Lametia Terme, Napoli, e sull'onda di alcune interviste rilasciate ad alcuni *mass media* sul tema dei minori nei giorni del *lockdown*.

Quei seminari, l'interesse dei partecipanti, mi avevano motivato ad aggiornare quella lettura dell'adolescenza e del virtuale, che aveva riguardato, nel 2008, *Naufraghi nella rete*, uno dei primi libri dati alle stampe sull'argomento in Italia.

In quelle stesse ore, avevo parlato con il mio amico Gianmarco Manfreda, pioniere della psicoterapia *online* in Italia, del suo nuovo libro sull'argomento, del rimando a un articolo che avevo pubblicato nel 2012, all'epoca circoscritto agli sms, sul quale ci eravamo trovati a confrontarci, da posizioni rispettosamente differenti, nella trattoria di Prato, dove affettuosamente mi conduce in occasione di ogni mia visita in terra toscana. Da lì era nata l'idea di scrivere un articolo sulle terapie trasferite *online* per la rivista curata da un altro dei miei riferimenti storici nella terapia familiare, Paolo Gritti.

Poi è arrivata la richiesta di Vincenzo.

I sogni, Gianmarco, Paolo, Vincenzo mi hanno spinto a osare:

ad allargare le considerazioni sull'*online* e a scrivere un libro.

Dopo la solita contrapposizione tra la pigrizia partenopea, che mi spingeva al riposo avendo da pochi mesi avevo dato alle stampe il libro sulla *Diagnosi Trigenerazionale della Famiglia*, e l'operosità lodigiana, che mi diceva di non starmene fermo di fronte a un cambiamento storico, ecco la decisione di scrivere il libro.

Si trattava di scrivere qualcosa che aveva sempre a che fare con la rete, dodici anni dopo, un'eternità nei tempi del digitale.

Si trattava di scrivere dei pazienti, ma anche dei terapeuti.

Si trattava di dare parole a un momento storico nel quale abbiamo vissuto e stiamo vivendo: quello dell'apertura al tema della psicoterapia *online*, conseguentemente della stessa formazione *online*. Complice anche il dolore della lontananza da gran parte degli affetti più cari, i miei genitori, Flavia, la mia famiglia d'origine, ho affidato alla scrittura un lavoro che, attenendo al nostro mondo professionale, avrebbe costituito un'operazione dolorosa e terapeutica.

Dolorosa fisicamente, per il dispendio di energie spese in un mese e mezzo di stesura del testo, psicologicamente, per la frustrazione dei, purtroppo troppi, silenzi da parte di chi, circondandoti professionalmente, non coglie il senso dialettico del tuo scrivere e preferisce disconfermare i tuoi sforzi.

Terapeutica per il senso della generosità, di darsi pubblicamente agli altri, del coraggio, di prestare il fianco alle obiezioni costruttive, dell'eticità, di chi crede nel valore civile e progressista di una professione, quella psicoterapeutica, che è relazione con e per l'altro.

Scrivere questo libro ha significato aprire uno spaccato su quel mondo digitale, un mondo a me non troppo familiare, verso il quale nutro, continuo a nutrire, diffidenze, ma che c'è.

Scrivere questo libro ha significato incontrare l'essenza del mio lavoro, quella di misurarsi sulla strada dei cambiamenti, di farlo incrociando e intersecando vecchio e nuovo, certo e incerto.

Scrivere questo libro ha significato assolvere alla funzione etica di stare nel mio tempo.

Scrivere questo libro ha significato canalizzare pensieri ed emozioni nel recinto di un foglio.

Scrivere questo libro ha significato provare a essere testimone, in diretta, di un momento storico, di grande significato per la no-

stra professione e non solo.

* * *

Sento il dovere, e il piacere, di ringraziare e di condividere la soddisfazione di questo libro con chi mi è stato vicino in questo mese e mezzo.

I maestri cui ho chiesto di dire la loro in fase di presentazione.

Quelli diretti, come **Carminè Saccu** e **Maurizio Martorelli**, cui mi lega un profondo e solido sentimento di amicizia.

Quelli indiretti, come **Gianmarco Manfrida**, **Ester Di Caprio**, **Gennaro Scione**, **Massimo Pelli**, con cui nutro rapporti di stima e contiguità, che ritengo dei miei riferimenti.

Un ringraziamento speciale e affettuoso va ai miei **allievi** del secondo e del quarto anno della Scuola Romana di Psicoterapia di Napoli, che hanno ispirato, nel corso dei training *online* di marzo, aprile e maggio, parte di queste pagine, a **Maurizio Martorelli**, a **Emanuele Cozzi**, a **Elisa Mastrodomenico** e a **Marianna Punzo**, che hanno corretto le mie bozze con preziosa e affettuosa puntualità, a **Luigi Guerriero**, cui sono grato per la fiducia editoriale, ai miei **pazienti**, *online* e *offline*, che mi insegnano quotidianamente a fare e ad amare il mio lavoro.

Un grazie particolare, pieno di amore e di gratitudine, va ai mie affetti più cari, ai miei **genitori**, a **Flavia**, alla mia **famiglia**, ad **Alessandra**, che mi hanno coccolato anche in questa avventura.

A tutti loro va il mio ringraziamento, anche per avermi confermato nell'idea che chi mette la firma su un testo non deve illudersi di avere creato, ma deve essere consapevole di avere, semplicemente, tradotto e sintetizzato parole, concetti ed emozioni che gli vengono dagli altri.