

Prefazione

di Carmine Saccu*

Dietro lo specchio direzionale eravamo in undici.

Dentro la sala di terapia Maurizio Andolfi, Ruggero Piperno e la famiglia sedevano intorno a una tavola imbandita. Era il 1976 e l'evento, nuovo e importante, aveva mobilitato tutti noi. Dietro lo specchio, in un clima di solidarietà e di altruismo insoliti, per certi versi inconsueti, si erano accumulati panini, patatine, bibite, vari tipi di biscotti: tutti continuavamo a offrirci bevande e vivande, in un rito inconsapevole, a tratti sbadato, a tratti scomposto, a tratti consolatorio: in realtà, senza capirne la ragione.

Una delle ragioni era semplice e sotto i nostri occhi: stavamo per assistere alla prima autonoma *lunch session* italiana. Una "prima" sull'onda del verbo sistemico-relazionale. Teorizzata, soprattutto realizzata, negli Stati Uniti da uno dei primi e più prestigiosi rappresentanti del modello familiare, Salvador Minuchin, con pazienti affetti da anoressia, la seduta si strutturava in un pranzo all'interno del setting, cui prendeva parte l'interno sistema terapeutico. Quel giorno, intorno alla tavola imbandita, c'erano il professore, l'apprendista terapeuta, la famiglia.

La tavola era stata preparata con cura. Giusy, la ragazza anoressica di 17 anni, si era attivata, così come richiestole dal terapeuta, per organizzare la presentazione dei cibi scelti e cucinati con cura dalla famiglia e per distribuire i posti attorno al tavolo.

* Direttore della **Scuola Romana di Psicoterapia Familiare** (Roma, Napoli, Avellino, Crotone, Cagliari).

La famiglia aveva eseguito il compito con cura e attenzione, inconsapevole di essere sulla scena di una prima nazionale, ma ben consapevole dell'occasione terapeutica che aveva davanti.

Ricordo il contrasto, subito evidente per me, e soprattutto per il mio stomaco, tra le prelibatezze familiari e i due tramezzini, quasi d'ordinanza, dei terapeuti: questi ultimi non erano il segno di una sufficienza, di una non curanza, ma la regola.

La regola di non "sporcare" lo scambio familiare della tavola, di non stare troppo dentro il processo, era in parte già contraddetta da quel rito che si consumava sotto i nostri occhi: in tempi di prima cibernetica, montava già il gusto della seconda, che avrebbe imposto, tra gli altri, il piacere di un maggiore coinvolgimento del terapeuta.

La regola, soprattutto, di dare il "potere" a quel paziente designato, che il potere se lo prendeva solitamente attraverso il sintomo.

Dare il potere all'anoressica, nell'epoca in cui la teorizzazione del controllo della relazione da parte del terapeuta costituiva uno dei tratti cruciali del nostro agire, rappresentava un'opportunità nuova.

Rappresentava una maniera per favorire un contesto collaborativo.

Più in generale, l'uso del cibo come veicolo di comunicazione permetteva l'osservazione delle modalità comunicative della famiglia in un momento in cui le emozioni familiari trovavano maggiore espressione, erano tenute a freno in maniera minore rispetto al solito.

Quella scena richiamava in me l'assonanza con uno dei riti che più mi attraggono: quello del mangiare insieme, in cui ci si fa *cum panis*, in cui ci si racconta, in cui si portano parti di sé sincroniche e diacroniche, in cui ci si sintonizza più facilmente sul terreno delle emozioni.

Al termine di quella seduta, caratterizzata dalla forte provocatorietà dei terapeuti nei confronti di Giusy, tutti noi da dietro lo specchio ci precipitammo nel setting. Non ho mai riflettuto abbastanza sulle ragioni di quel precipitarci, che fu anche vorace: penso al desiderio di prendere parte a un pasto, al desiderio di toccare quella nuova occasione. C'era, sicuramente, la fame della novità, della curiosità, dello stimolo alla fantasia che avrebbe contraddistinto l'azione di molti terapeuti familiari negli anni a seguire. Fu la nostra prima *lunch session*, anche una delle ultime: anche qui, non so dire molto sulle ragioni per cui questo rito sia caduto in disuso.

Personalmente, nel maggio del 1974, avevo avuto modo di parte-

cupare in diretta con Salvador Minuchin, a Roma presso il Centro di Terapia Relazionale diretto da Luigi Cancrini, a due *lunch session*, con una famiglia con paziente anoressica.

Di quelle sedute porto il ricordo forte e piacevole di una delle esperienze più significative della mia vita professionale.

La piacevolezza di quella esperienza era data dall'occasione di potere "bere alla fonte", di potere toccare con mano quanto ci arrivava alle orecchie da Oltreoceano. La forza di quel rito stava, attraverso il contatto diretto con il potere delle anoressiche sul terreno a loro più congeniale, nelle scoperte, di testa e di pancia, di aspetti che avrebbero guidato il mio modo di fare terapia negli anni.

Penso alla necessità di una modalità terapeutica che fosse capace di leggere nelle trame i ruoli e le funzioni di tutti i membri della famiglia, utilizzando la visione unitaria e la considerazione degli insiemi, che fosse capace di andare dentro ed oltre i livelli simbolici, che attraversasse l'esperienza del setting, servendosi decisamente del Sé del terapeuta.

Anche in quell'occasione i terapeuti dovettero arrendersi, per esigenze di copione, alla "legge dei due tramezzini": ma, posso dire, che furono tra i tramezzini più intensi nella mia esperienza di terapeuta.

Quando Luca mi ha parlato del suo lavoro con la *lunch session* sono rimasto sorpreso, quasi spiazzato: l'eco dei ricordi mi ha ripreso per mano, riaprendo scaffali un po' impolverati.

In realtà, non sono rimasto sorpreso da questa riproposizione fatta dall'amico, dall'allievo, dal terapeuta, dal didatta.

Quella di Luca costituisce una riproposizione e, al tempo stesso, una novità.

Il libro ha il merito di partire, come spesso accade nei lavori e nel lavoro dell'autore, da un'attenzione rispettosa della storia: ho sempre inteso questo sforzo, apprezzandolo, come un doveroso riconoscimento al lavoro dei pionieri, alle radici transgenerazionali del nostro lavoro. In questo senso, abbiamo sentito il bisogno di fare riferimento al grande Maestro, cui abbiamo inviato un piccolo saggio del lavoro svolto. A tal proposito, mi sembra doveroso, per lui ma anche per l'autore, richiamare il giudizio di Salvador: "*Mi piace molto il modo in cui vi immaginate il modello a tre stadi come strumento da utilizzare nelle terapie, anche al di là dei disturbi alimentari. È un'idea*

che non mi venne in mente a suo tempo, ma vedo che può essere un contributo interessante al campo”.

Proprio quest’ultimo riferimento, ennesima testimonianza della grandezza e della forza dell’umiltà di Minuchin, sottolinea l’altra caratteristica, che è un merito, del libro e del suo autore: la forza, il coraggio, l’impegno a misurarsi con il nuovo, a scrivere pagine nuove nell’alveo di una tradizione antica, richiamando e rispettando le proprie origini e, al tempo stesso, osando verso il nuovo.

Lo sforzo di Luca, per me, non rappresenta una novità, conoscendolo: condividiamo, di tanto in tanto, il piacere della tavola, dove, tra gazpachos, baccalà, brodo, calçots, cannonau, nocino, gustiamo il piacere del racconto, dei mie viaggi, delle sue origini.

Il suo sforzo non rappresenta una novità conoscendo il suo stile terapeutico, nel quale l’azione sa farsi, oltre qualche passaggio un po’ predicatorio, corpo calloso tra emisfero sinistro ed emisfero destro.

Sono passati quasi quarant’anni dalle prime *lunch session*.

Pagine come queste ci dicono che non sono passati invano.

Ci dicono come sia importante creare costantemente un ponte tra le intuizioni, a volte geniali, dei padri e la curiosità, la voglia di fare, a volte anch’essa geniale, dei figli.

Ci dicono come le forme della cucina, nel loro doveroso evolvere, non possano prescindere da farina, acqua, olio, sale, realizzando pietanze servite sempre in quella stanza con quello specchio, al centro della quale sedevano, siedono e siederanno tante e diverse Giusy.

Note dell'autore

La mia famiglia ha da sempre parlato con il cibo, riconoscendo nella tavola uno dei fili più consistenti della propria identità, servendo a se stessa e ai propri commensali, da sempre, la sua capacità di accogliere, di ascoltare, di volere bene: la sua storia.

Ogni pranzo, sin da quando eravamo bambini, è sempre stata un'eco naturale dei luoghi della nostra storia: le *cannazze* ci riportavano a Calitri, i *lampacioni* a Corato, i *cappelletti in brodo* a Cesena, gli *amaretti* a Casarano, il *babà* a Napoli, i *tarallini* a Portici, i *porcedduzzi* ad Alliste.

Quelle ricette hanno rappresentato, da sempre, anche un'occasione di scambio tra di noi e tra noi e le persone dei luoghi in cui i miei si e ci trasferivano. Un'occasione per coniugare la provenienza con la nuova appartenenza, con la cultura del luogo.

Il cibo per me, insomma, è sempre stato qualcosa di più del miscuglio, più o meno sapiente, di ingredienti diversi.

In una tarda mattinata romana del febbraio 1996, soleggiata ma fredda perché battuta dalla tramontana, entrò in una stanza un uomo, imponente nel fisico, intoccabile nell'autorevolezza del suo ruolo di direttore, divertente per i suoi modi leggeri, in qualche misura teneramente impacciati. Eravamo in via Reno, nella sede di quell'istituto, la Scuola Romana di Psicoterapia Familiare, che in quindici quell'anno avevamo scelto per provare a formarci come psicoterapeuti. Carmine Saccu ci parlò per circa un'ora.

L'argomento, nello stupore generale dettato dall'incontro tra le aspettative di sentire discettare di sistemi, confini, ruoli, gerarchie e la realtà che si materializzava sotto i nostri occhi, fu inequivocabile: *la pasta alla Norma*.

La voce di Carmine, accompagnata da quei modi buffi, affettivi e al tempo stesso solenni, sostenuta da quella mano attenta ad accarezzare lo stomaco, ci parlava di melanzane, ricotta salata, basilico, mozzarella, pomodori, cipolla, olio, sale, pepe, fusilli. In un crescendo che, complice l'ora, spingeva i nostri sensi verso una confusione piena di desiderio, il nostro direttore, il "didatta supremo", si stava trasformando in cuoco. Ci parlava di ingredienti che, presi singolarmente, potevano risultare alcuni buoni, alcuni insignificanti, alcuni anche repellenti. Ci parlava di quegli stessi ingredienti che, grazie alla forza della loro combinazione, della loro relazione, esaltavano il sapore di una antica ricetta siciliana.

Quel giorno ho cominciato a gustare il potere maieutico delle parole e delle immagini. A quel tempo, eravamo, con i nostri fogli di appunti, tutti "di sinistra": mi riferisco alla politica degli emisferi. Quel giorno, in me, ha cominciato a prendere piede l'idea che, almeno sul lavoro, avrei potuto diventare anche di destra, sempre con riferimento agli emisferi, un po' Salviati, un po' Sagredo.

Quel giorno ho cominciato a capire cosa sia l'epistemologia sistemica.

Quel giorno, sulla curva di una ricetta, si sono incontrate alcune delle strade della mia storia, delle mie radici e della mia formazione professionale.

Quel giorno ho cominciato ad accarezzare l'idea che nel setting ci si scambiano parti di sé non solo attraverso ragionamenti, ma anche attraverso racconti.

Quel giorno ho digerito l'idea che la terapia mi avrebbe abituato a giocare con gli ingredienti, con i loro abbinamenti, che, al di là di alcune basilari regole infrangibili, sono molteplici.

È usuale abbinare un buon cannonau con un baccalà al forno con olive, pane raffermo e noci.

È possibile abbinare i ceci con il cacao.

È impossibile pensare di salare il caffè.

Dopo qualche mese ebbi la fortuna di incontrare un altro mio maestro, poi divenuto amico a me molto caro, Maurizio Martorelli. Tutto preciso, rigoroso, attento, aveva messo in piedi e coordinava nell'ospedale di Sezze Romano un'*équipe* per i Disturbi del Comportamento Alimentare. In quel gruppo, molto utile all'Azienda Sanitaria Locale ma, per le solite cialtronerie politiche di questo paese, mai

formalmente riconosciuto, ebbi diritto di cittadinanza come tirocinante. Entrai in contatto con un aspetto più di sinistra, sempre emisferico, del nostro lavoro: fatto di cartelle cliniche, di diagnosi, di DSM. Fu lì che, piano piano, nel corso di una delle lunghe riunioni settimanali, cominciai a ripensare a quella pasta alla Norma.

Un pensiero naturale in un contesto che aveva a che fare con il cibo. Ma c'era qualcosa che sfuggiva al potere implicito di quell'associazione.

Quel qualcosa, piano piano, affiorò quando maturai il desiderio di provare a rendere nel setting quelle poche righe che avevo letto nel libro di Minuchin. Si trattava di incrociare le esperienze di via Reno e di Sezze.

Chiesi consiglio ai miei punti cardinali, Carmine e Maurizio: con i loro modi, diversi nello stile, simili nell'affettuosa vicinanza, mi incoraggiarono a provarci. Ne parlai anche con i miei didatti, Gianni Fioravanti e Anna La Mesa. Gianni, come suo solito, mi rimandò con efficacia e distaccata attenzione alla teoria. Anna, sempre attenta e prodiga di consigli tecnici e affettuosi, mi spinse a provarci con una raccomandazione: quella di non perdermi nelle mie gigionerie partenopee e di restare coerente alla cornice dell'intervento.

Dopo qualche anno, il grande giorno arrivò.

Fissato l'appuntamento con la famiglia, che successivamente anche grazie a quell'incontro avrebbe svelato la dinamica fortemente invischiante di un sistema che l'anoressia di una figlia unica cercava di modificare, passai giorni di pensieri "bulimici". Cominciò a entrare in servizio, nottetempo e con prepotenza, il mio inconscio.

Si susseguivano scenari onirici fatti di *frise, scarpegghie, pastiera, bagnacauda, tortionata, gnocco, pesce*. La notte sognavo, il giorno provavo a interrogarmi sul senso di questi pensieri ossessivi sul cibo. Erano, per me e per il mio palato, sapori noti che avrebbero trovato diritto di cittadinanza in un mio ipotetico personale "Pantheon del gusto".

Da quei piatti risalivano i magici fondali del Salento, le colline desolate e tristi dell'Irpinia, i profumi esaltanti e tristi del Granatello, i boschi freddi del Roero, la nebbia e le pianure fasciose del Lodigiano, l'operosa e generosa vitalità parmigiana, la splendida e mortificata potenzialità naturalistica del basso Lazio.

Oltre le immagini, avanzava un profumo che era ricordo, rimpianto, desiderio, soprattutto richiamo.

Da quei piatti risaliva una storia, in cui si intrecciavano motivi miei e familiari. I luoghi di persone a me care nella tormenta dell'adolescenza, che avevano accompagnato i giorni della mia individuazione tra Campania, Puglia, Lombardia, Piemonte, Lazio.

I luoghi "sacri" della mia storia familiare, partita dall'Irpinia e consolidatasi a Napoli, dopo i significativi passaggi romagnoli e pugliesi.

In quelle notti capii come le strade che si sarebbero incrociate intorno a quel tavolo nel setting non portavano solo a via Reno e a Sezze, ma anche a quelle della mia storia, individuale e familiare. Che a quella tavola avrebbero trovato posto non solo il terapeuta ma anche l'uomo, non solo i ragionamenti ma anche i racconti, non solo le strategie ma anche le emozioni, non solo la testa ma anche la pancia.

La *lunch session* rappresenta un'occasione unica per coniugare l'ossequio all'ortodossia con la ricerca di strade nuove. Permette di toccare con mano l'idea di uno strumento che non racchiuda il terapeuta nella comodità di certezze autoreferenziali, ma che apra al confronto con l'altro, con l'ignoto, con le basilari certezze del dubbio, della relatività, dell'umiltà che il nostro lavoro ci concede.

È il luogo per eccellenza della metafora, più in generale, della simbolicità sincronica e diacronica di un sistema familiare.

È l'occasione per sperimentare parti di sé nell'*hic et nunc*, all'interno di una dimensione etica, creativa, incerta, complessificante, dubbiosa.

È l'occasione per mettere a dura ma necessaria e proficua prova l'equilibrio tra piano personale e professionale.

Il testo propone un riadattamento della *lunch session* con il duplice obiettivo di adeguare ai tempi attuali e al nostro contesto uno degli strumenti più utili messi a punto nel panorama della terapia familiare e di muovere alla volta di un suo uso, possibile e auspicabile, oltre il terreno specifico dei disturbi alimentari.

Nel *primo* capitolo si parla della psicoterapia come *scienza debole* che si fa forte di una dimensione artistica. Nel *secondo* capitolo si parla del terapeuta, dalla tradizionale immagine dello specchio freudiano all'immagine del terapeuta che agisce all'interno del setting: il luogo della terapia, differenziato tra *setting epistemologico* e *setting clinico*, viene proposto come spazio metaforico e sperimentale. Nel *terzo* capitolo, dopo un accenno al significato antropologico e psico-

logico del cibo, si parla dei Disturbi Alimentari, del loro cambiamento nel tempo e dei significati intra e inter psichici ad essi legati. Nel *quarto* capitolo, partendo dall'illustrazione della classica *lunch session*, si approda al modello della *lunch session trifasica*, che è anche esemplificata, nel *quinto* capitolo, attraverso la presentazione di quattro esempi. Nel *sesto* capitolo, infine, si tirano le somme del ragionamento, lanciando anche l'ipotesi dell'applicabilità dello strumento oltre l'ambito classico dei DCA.

Questo libro non avrebbe mai visto la luce della stampa se non avessi incontrato nella mia vita, personale e professionale, le persone che ho incontrato. Ad alcune di loro va, con particolare piacere e affetto, il mio ringraziamento.

Oltre *Carmine Saccu*, *Maurizio Martorelli*, *Anna La Mesa* e *Gianni Fioravanti*, cui ho avuto il piacere di fare riferimento precedentemente, devo ringraziare lo sguardo competente, severo e affettuoso di *Emanuele Cozzi*, la disinteressata attenzione, il fruttuoso confronto e l'affettuoso sostegno di *Gianmarco Manfreda*, i consigli mai banali e le carezze di *Alberto Vito*, la fiducia ironica ed empatica di *Ilaria Angeli*, la competente traduzione di *Lea Ottocento*.

Un ringraziamento va alla pazienza, alla vicinanza e ai consigli, accademici e affettivi, di *Aquilina Olleia*, alla sapienza affettiva, filosofica, storica, gastronomica, quotidiana purtroppo solo fino a un certo momento della mia vita, di *Andrea Ferrari*.

Un ringraziamento naturale va a tutti i *commensali* delle chiacchierate terapeutiche che sono nel passato, nel presente e, spero, nel futuro del mio universo e della mia solitudine terapeutica: sono innanzitutto loro che, giorno dopo giorno, alimentano la passione e l'amore per questo lavoro.

Un ringraziamento gustoso, infine, va alla sorgente delle mie esperienze e delle mie emozioni, tutta la mia famiglia, con una menzione particolare ad *Antonio* e *Cenzina*, i miei saporiti genitori, a quel piatto unico che è mia figlia *Flavia*, a quei piatti frizzanti che sono i miei nipotini *Giulia* e *Lorenzo*: sono loro che, in termini cronologici, aprono e chiudono quel capitolo indispensabile per la mia formazione, umana e professionale, dei pranzi familiari.

Luca Vallario