



Ipnosi: una risposta concreta oltre il mito



Una conferenza al Circolo dei lettori

SANT'AGOSTINO SCRIVEVA:

«IN ME C'È UN ME STESSO MOLTO PIÙ ME STESSO DI QUANTO IO NON SIA».

UN VIAGGIO SORPRENDENTE GUIDATI DA WALTER COMELLO,
PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA, ESPLORATORE DELL'ANIMO UMANO.

UN INCONTRO NEL SUO STUDIO, DOVE PAZIENTI ARRIVANO DA TUTTA EUROPA PER AVVALERSI
DELL'IPNOSI TERAPIA ATTRAVERSO UN PROTOCOLLO D'INTERVENTO UNICO
E DI GRANDE EFFICACIA

di GUIDO BAROSIO
foto MANUELA GOMEZ e ARCHIVIO WALTER COMELLO



Durante l'intervista

È necessario un nuovo modo di pensare per porre rimedio ai problemi creati da un precedente modo di pensare. Walter Comello – psicologo psicoterapeuta, criminologo clinico e psicopatologo forense, esperto in psicologia strategica e per i disturbi post traumatici – è formatore per il Pco, il programma Post Conflict Operations delle Nazioni Unite. Si può definire, al di là di ogni riconoscimento, uno psicoterapeuta d'assalto, uno a cui ci si rivolge per risolvere i propri problemi, e contateci che sarà così. Promotore di tante iniziative sociali, va ricordato il suo ultimo impegno: un progetto d'intervento terapeutico – con il suo staff e in

tre lingue – per i sopravvissuti e le famiglie delle vittime degli atti terroristici di Tunisi, Parigi e Bruxelles. Così, per conoscerlo meglio, partiamo da qui.

Un gesto importante per un progetto importante, come nasce l'idea?

«Di fronte a certi avvenimenti si vivono emozioni diverse, sconcerto, rabbia, paura. Emozioni che sviluppano sfiducia verso gli altri, le istituzioni, il futuro e verso se stessi. È importante uscire da un senso d'impotenza e fare, ognuno con il proprio sapere e con il proprio modo di essere, qualcosa di utile. Io e il mio staff abbiamo deciso di offrire un po' del nostro tempo e le nostre competenze al trauma conseguente a fatti di tale gravità, e verso i quali le istituzioni, come spesso accade, sono assenti. È necessario che una società civile, sana, esca dal solito silenzio e faccia rumore. Il rumore di fatti concreti, senza interessi e retoriche».

In questo progetto porterai anche la tua esperienza con l'uso dell'ipnosi? Ci puoi raccontare come ti sei accostato a questa tecnica?

«L'ipnosi è una tecnica medica e psicologica riconosciuta scientificamente da oltre un secolo, regolamentata in quanto tale da uno specifico codice penale. Riconosciuta non vuol dire conosciuta, e per questo sono pochi i





Al Carignano per Unicef



Durante una conferenza sull'ipnosi

Le parole sono contenitori archetipici, hanno in sé significati potenti, non sono usate e non si possono usare in modo casuale e sono il vero segreto del risultato terapeutico



medici e gli psicologi che se ne occupano. Va poi considerata una diffusa convinzione tecnica sull'utilizzo del metodo che ne ha sempre limitato l'efficacia. Io stesso vent'anni fa, con gli stessi presupposti, come altri medici e psicologi ho riposto nel cassetto ambizioni ed entusiasmi. Il tempo e alcune fondamentali intuizioni mi hanno riportato a occuparmi di ipnosi con grandi soddisfazioni. La nostra mente è capace di cose straordinarie e, se in ragione di specifici vissuti sa ammalarci, adeguatamente orientata sa porre rimedio e determinare risultati eccezionali, clinicamente misurabili, anche da un punto di vista organico. Mi occupo a tal proposito sempre più di problemi che potrebbero apparire di altra competenza; in realtà gli invianti, oltre naturalmente a chi ha risolto precedentemente il proprio problema, sono medici che vedono nella chirurgia l'insufficienza terapeutica e nel farmaco il limite».

In cosa consiste la peculiarità del tuo approccio terapeutico?

«La diagnosi clinica, soprattutto quando il problema non si risolve attraverso un approccio terapeutico tradizionale, necessita di considerare una causa scatenante a monte della problematica organica diagnosticata. Il corpo ci dice, attraverso il distretto corporeo coinvolto, qual è il senso della patologia per quel soggetto; questo, con l'analisi storica antecedente al presentarsi del primo sintomo, consente d'individuare una chiave di soluzione, senza la quale non c'è farmaco o terapia che curi quella problematica. Si avrà quindi una componente mista, organica e psicologica imprescindibilmente connesse, nell'instaurarsi del problema quanto nella sua soluzione. Questo rapporto di causa-effetto a volte può apparire incredibilmente paradossale, ma ha una sua logica e non è un problema di fede. Come non lo sarà la soluzione. Alle conferenze, e non è una battuta, a volte dico che non credo all'ipnosi, ma ai suoi risultati. Ed è realmente così. Sul mio sito ci sono decine di testimonianze e alle conferenze prendono parte miei ex pazienti che portano con entusiasmo l'esperienza dei propri risultati, che in parte devono a chi ha saputo indicare loro, seduti in platea, una soluzione. Tutto questo non è che la diagnosi, ma non c'è terapia corretta senza una diagnosi corretta e, a volte, quella tipicamente clinica è una fase intermedia».

In cosa consiste la terapia?

«La diagnosi è parte della terapia quando il comprendere è un atto successivo al capire. Capire serve a poco, scivola via dalla fronte, comprendere è portare con sé e diventa atto di trasformazione. Poi, importanza fondamentale l'avranno le parole, che a uno specifico livello di coscienza, che si acquisisce in ipnosi, diventano come semi e la mente è terra e in modo invisibile e silenzioso germoglierà una nuova condizione. Parole? Molto di più. Le parole stanno al comportamento di un individuo come i nucleotidi stanno alla catena del dna, è sufficiente un'invisibile variante per avere un individuo diverso. Le parole nella vita sono carezze, a volte schiaffi,

fanno ammalare o, a quel livello di coscienza, sanno essere strumento importante di guarigione. Le parole sono contenitori archetipici, hanno in sé significati potenti, non sono usate e non si possono usare in modo casuale e sono il vero segreto del risultato terapeutico. Caro mi è Platone quando scrive che "l'anima si cura con certi incantesimi, e questi sono i discorsi belli"».

Sovente si legge che l'ipnosi è utilizzabile solo da un 20% della popolazione. È veramente così?

«L'ipnosi è sempre associata al termine induzione. Questa è una delle ragioni dei suoi limiti. Un professionista che lavori nel pubblico o nel privato non può avvalersi di uno strumento utilizzabile soltanto da una minoranza della casistica di cui si occupa, e meno che mai se i risultati non sono legati alla mera tecnica. L'inconscio non ama essere indotto a compiere azioni da un soggetto esterno che lo dirige, di qui le resistenze che, per molti, fanno dell'ipnosi una bella teoria. Io ritengo invece importante insegnare all'inconscio ad accedere a un livello di coscienza da lui selezionato come utile a porre rimedio al problema. Questo consente a tutti i miei pazienti l'utilizzo dell'ipnosi. E se l'inconscio è stato responsabile attivo o passivo di quel problema, saprà, adeguatamente orientato, esprimere le sue potenzialità».

Ci sono paure e preconcetti sull'ipnosi che ne limitano il diffondersi terapeutico?

«L'ipnosi riconsegna al paziente il potere della propria vita, mentre il farmaco se ne appropria. La guarigione non è un obbligo, è un'opportunità, ma necessita per il paziente di opportuni strumenti di sapere e di rinunciare ai benefit del malato. Chi sa può, e volere non basta. L'ipnosi per me è uno stato di coscienza e non di incoscienza, e il paziente in seduta è consapevole e parte attiva del suo processo di guarigione. Non è una forma di condizionamento, bensì di de-condizionamento e pertanto non ci si deve preoccupare di fare cose contro la propria volontà, né lì né altrove: il risultato sarà irreversibile perché frutto di una graduale trasformazione».

Per due anni sei stato premiato da Unicef e sei molto impegnato sulle tematiche sociali e ambientali. Come si concilia tutto questo?

«Grazie per questa domanda. Le cose di cui mi occupo coincidono tutte con un principio di fondo. Credo in un modello ecosistemico dove l'uomo è in relazione con gli altri nel sociale e con l'ambiente che lo circonda; come le piante in un bosco. Ogni invisibile condizione determina cambiamenti come l'ecosistema delle idee. Da un po' di anni la scoperta di 500 milioni di neuroni nell'intestino ha dimostrato come le emozioni belle o brutte vengono trasferite sul corpo, fanno bene o fanno male e le condizioni fisiche influenzano le nostre emozioni. L'ecosistema è un modello in continua trasformazione, a noi averne coscienza e la responsabilità della sua armonia. Karl Popper ci ha responsabilizzato paragonando la nostra vita a un meraviglioso giardino, e attribuendo a ciascuno di noi il ruolo di giardiniere». ▷▷|

Publicità