

Giuliana Gemelli e Francesco Lanza (a cura di)

Benessere condiviso

*Reciprocità e consapevolezza nella
relazione terapeutica tra persone e animali.
Storie, percorsi, studi e progetti.*

Baskerville



Coordinate

7

Questo libro è pubblicato da
Baskerville
centro studi e casa editrice
impegnata nella attività editoriale
per diffondere gratuitamente i libri come bene comune.

Il volume è stato realizzato
in collaborazione con l'associazione
Grande GIÙ for Love and Care
è ed pubblicato gratuitamente in versione digitale
per diffondere le idee e le riflessioni della associazione.

Una tiratura di 100 copie su carta
è stata consegnata direttamente
ad amici e sostenitori della associazione.

Nessun autore ha ricevuto compensi
per i testi e le immagini pubblicate
Anche l'editore ha svolto il suo lavoro
gratuitamente.

L'Associazione Grande GIÙ
ringrazia per il sostegno ricevuto
l'AIL di Ravenna

Giuliana Gemelli e Francesco Lanza
(a cura di)

Benessere condiviso

*Reciprocità e consapevolezza
nella relazione terapeutica tra persone e animali.
Storie, percorsi, studi e progetti.*

Baskerville

Giuliana Gemelli e Francesco Lanza
(a cura di)

BENESSERE CONDIVISO

© 2022 Baskerville

ISBN 9788880005186

TUTTI I DIRITTI RISERVATI

Questo volume non può essere riprodotto, archiviato o trasmesso
intero o in parte, in alcun modo, (digitale, ottico e sonoro)
senza il preventivo permesso scritto di
Baskerville, Bologna

Il volume è composto in caratteri
ITC New Baskerville STD

Baskerville
centro studi e casa editrice
fondata a Bologna nel 1986
www.Baskerville.it



In copertina:

Opera di Pablo Picasso

Ragazzo che conduce un cavallo - Boy Leading a Horse Paris, 1905-06
MoMA Museum of Modern Art, New York, Floor 5, 503

The Alfred H. Barr, Jr. Galleries

© 2022 Estate of Pablo Picasso
Artists Rights Society (ARS), New York

INDICE

Prefazione

- La vita si cura con la vita.** *pag. 7*
I sogni si realizzano col coraggio e la gentilezza
di Giuliana Gemelli e Francesco Lanza

BENESSERE CONDIVISO

- Rinascere** 19
Giuliana Gemelli
- Il sottile confine fra medicina, arte e “cura”** 63
Francesco Lanza

Prima parte

Medico e paziente: le forme evolutive dell'empatia

- L'evoluzione del rapporto medico-paziente:** 99
la prospettiva di un anatomo-patologo
Luca Saragoni
- Il paziente al cospetto della malattia:** 105
appunti antropologici e paleopatologici
Mirko Traversari
- Covid-19. Dopo la Pandemia abbiamo bisogno** 121
di Armonia
Pier Mario Biava
- Attraverso i suoi occhi: oltre la cura, per la persona** 129
Carlo Gambacorti-Passerini
- Cure palliative e medical Humanities** 133
ai tempi di Covid-19c
Guido Biasco

Sposta la tua mente al dopo e raccontalo 141
Maurizio Mascarin

Ti presto il mio corpo: la relazione col cavallo 157
Antonio Loperfido

Posso tenere con me la mia gatta? 167
Stefania Spadoni

Seconda parte

Reciprocità e Sensibilità estesa:
l'empatia tra uomo e natura.
Il ruolo degli animali

**La vittoria del cavaliere dipende
dal benessere e dalla felicità del cavallo** 173
Mauro Checcoli

**Reciprocità ed empatia nella relazione
terapeutica tra persone e animali** 177
Chiara De Santis Del Tavano

La semplicità della cura 181
Graziella Zohar

Il dono degli animali 183
Massimo Da Re

**Interventi di pet therapy all'hospice
di San Vito al Tagliamento** 195
Vanessa Monique Boyer

Interventi di Pet-Therapy con gli asini 199
Alice Spagnol

Il cavallo come origine di dinamiche emozionali 207
Maria Lucia Galli

Dagli occhi al cuore. L'anima dentro lo sguardo di un cavallo Pia Lucidi	217
Frate lupo Don Erio Castellucci	243
Unveil inter-species relationships through an experimental practice of scenography Charlene Dray	249
Osservazioni sulle linee guida nazionali Iaa Ornella Delneri	257
Amore per gli animali, amore per la vita E. Franzoni, S. Simone	263
Il Corpo, la Natura, la Terra e l'Universo Noemi Mercuri	277
Biografie dei curatori	315
Biografie degli autori	317
<i>... e un pensiero finale</i>	327

BENESSERE CONDIVISO

Il cavallo come origine di dinamiche emozionali

Dottoressa Maria Lucia Galli

Diceva Wiston Churchill che *“l’esteriorità del cavallo esercita un benefico effetto sull’interiorità dell’uomo”* e credo sia questo, e solo questo, il segreto che da migliaia di anni lega tutte le culture umane a questo animale affascinante e misterioso. Si tratta di una consapevolezza che, come una traccia sottile, attraversa la relazione uomo-cavallo al di là, o forse sarebbe più esatto dire al di sotto, delle tante modalità di interazione intercorse tra la nostra specie e quella equina.

Basti pensare, a parziale conferma di ciò, che addirittura nel 300 a.C., Senofonte scriveva nel suo trattato di ippologia che *“il cavallo è un buon maestro non solo per il corpo, ma anche per la mente e per il cuore.”* In altre parole l’atto del cavalcare coinvolge l’intera personalità umana mettendo in gioco soprattutto quelle componenti emotive e quelle dinamiche profonde della vita istintuale che oggi siamo soliti definire inconscio.

Ma perché proprio a questo animale sembra essere delegata la capacità di riconnetterci alle parti costitutive più arcaiche della nostra vita psichica? Molto probabilmente perché la sua struttura mentale estremamente intuitiva e il suo grande bisogno di relazione sociale, e quindi di affettività, fanno sì che per entrare in sintonia profonda con lui sia necessario porci all’interno di una modalità di rapporto fortemente affettivizzata.

Ma perché questo sia reso possibile occorre rivolgersi al cavallo ponendosi all’interno di una relazione che sappia coglierlo in maniera doppia: come singolo soggetto (nella sua individualità) e come, contemporaneamente, referente simbolico in grado di riconnetterci alla emozionalità del mito. Una relazione che dando vita e spazio alla voce delle nostre pulsioni più profonde possa “guarirci” da quel trasbordare della razionalità che è

una delle cause di molte delle nevrosi moderne.

Il cavallo, non mi stancherò mai di ripeterlo, è qualcuno con cui si realizza, seppure per un tempo determinato, un tipo di binomio che lega due individualità allo stesso destino. E' una sorta di società al 50%...e, se uno dei due entra in conflitto con l'altro, il fallimento può avere conseguenze disastrose che possono coinvolgere anche l'integrità fisica dell'uomo.

I Il valore pedagogico dell'equitazione sta tutto qui: nella capacità di sviluppare l'attitudine alla comprensione dell'altro (un altro lontanissimo dal nostro modo di pensare, proprio per la sua natura di erbivoro), nell'apertura ad accogliere ansie e paure che non ci appartengono, imparando a non farcene travolgere e a farle decantare positivamente, nella sensibilità di intuire e di sapersi identificare con "*l'altro da noi*".

La relazione uomo-cavallo è il prototipo della relazione sociale con la diversità dell'altro, ma è anche, a mio avviso, la spia della relazione che riusciamo a instaurare con parti importanti della nostra psiche diverse dagli aspetti strettamente razionali.

Può essere, se ben indirizzato una importantissima modalità di formazione psico-pedagogica. Imparare a comprendere la dissomiglianza e a rapportarsi ad essa con mente aperta e priva di "*pre-giudizi*" può formare cittadini pronti a interagire con forme di culture differenti dalle proprie, disponibili ad accogliere senza paure chi sia portatore di esperienze di vita "*altre*" dalle nostre. Montare a cavallo è, quindi, una sorta di educazione alla tolleranza. Imparare a "fare squadra" con qualcuno che, in quanto erbivoro e animale, ha una percezione della realtà molto diversa da quella umana, aiuta a comprendere che le differenze sono fonte di arricchimento e che non vanno temute, ma accolte e integrate. Ma non solo. Il cavallo in quanto preda diviene uno specchio riflettente le nostre cariche aggressive e ci invita a fare i conti ed a rinunciare alla nostra parte predatoria ed alla nostra eventuale pulsione al dominio

La relazione con un animale, prevede l'esistenza di due soggetti e quindi il riconoscimento non solo dell'unicità dell'altro, ma anche della unicità di quella specifica relazione. Insomma come in ogni forma di dinamica affettiva in gioco entrano due esseri viventi che interagiscono al di là di ogni "protocollo". Ovvie le ricadute di quanto sopra affermato anche per ciò che riguarda il "*lavoro con il disagio*".

Introdurre il cavallo all'interno dell'equipe di medici, di psicologi e fisioterapisti che seguono la persona disabile significa farne un co-terapeuta, una sorta di mediatore emotivo tra il paziente e le persone che si prendono cura di lui. Impossibile elencare in questa sede le tante patologie che prevedono l'utilizzo di questo animale, e gli innumerevoli benefici che se ne possono trarre. Vorrei solo sottolineare come, dal punto di vista fisico, *l'andare con il cavallo* aiuti a sviluppare la sincronizzazione dei gesti, oltre a trasmettere, soprattutto per chi abbia difficoltà motorie, una enorme sensazione di libertà e di autonomia.

Dal punto di vista psicologico il ritmo del passo di questo animale, imponendo al cavaliere un movimento dolce e ripetitivo evoca quelle forme di comunicazione pre-verbali che sono prevalenti all'inizio del nostro sviluppo individuale. La moderna neurofisiologia ha dimostrato in modo inequivocabile che esiste un rapporto di reversibilità della relazione mente-corpo. In altre parole il mondo interiore (emozioni) si esprime attraverso il corpo (vedi anche malattie psicosomatiche) così come le posture e gli atteggiamenti corporei rivelano stati emozionali interni. Questi atteggiamenti, a volte espressi attraverso movimenti infinitesimali, sono ciò che il cavallo è abilissimo a cogliere e ancor più a rifletterli tramite il suo stesso atteggiamento. Sta a noi, o allo psicoterapeuta che assiste la persona, saperli leggere e interpretare. In altre parole occorre superare l'antica dicotomia tra *res cogitans* e *res extensa* che ha dominato l'occidente fin dai tempi di Cartesio: un atteggiamento cultura-

le che ha comportato per secoli una sottovalutazione dell'importanza degli aspetti emozionali all'interno dello sviluppo psicologico del bambino a tutto vantaggio di quelli razionali.

Da molti anni ormai si parla di intelligenza emotiva (anche nell'ambito della teoria delle intelligenze multiple), cioè "della capacità di monitorare le proprie e le altrui emozioni, di differenziarle e di usare tale informazione per guidare il proprio pensiero e le proprie azioni". Questa definizione implica l'idea che il sistema affettivo funzioni, almeno in parte come sistema di elaborazione delle informazioni e delle percezioni. La capacità di pensare e riflettere sugli stati emotivi propri e altrui viene indicata come "funzione auto-riflessiva" e richiede la capacità di formarsi delle rappresentazioni mentali delle proprie emozioni e di sapersi rappresentare il mondo mentale degli altri.

È una funzione che evolve precocemente nella vita quando il bambino sviluppa una "teoria della mente" che è strettamente legata al raggiungimento delle abilità. I modelli teorici, supportati dai ricercatori che si occupano di psicologia evolutiva, suggeriscono che la rappresentazione delle emozioni avvenga sempre all'interno di una dimensione intersoggettiva.

Questo processo viene favorito inizialmente dalla capacità della figura parentale di rispecchiare nei periodi precoci di vita le espressioni emotive del bambino. In seguito sarà altrettanto significativo il coinvolgimento di tale figura nel gioco e attraverso di questo nella capacità di dare voce alle emozioni scoprendole e facendole esistere attraverso le parole. Lo stato emotivo e la funzione riflessiva della figura primaria di relazione (primary caregiver) sono quindi fattori importanti nello sviluppo emotivo del bambino. Una madre emotivamente sintonizzata ed espressiva comunicherà segnali al proprio figlio molto diversi rispetto ad una madre depressa, ansiosa o alessitimica.

Tuttavia, anche senza alcun disturbo psichiatrico, i

genitori differiscono nel livello di sintonia con gli stati emotivi dei loro figli e nella capacità di rispondere alle loro comunicazioni non-verbali. L'incapacità più o meno grave di dare significato alle sensazioni corporee e alle emozioni è alla base di molte patologie psicologiche (e psichiatriche) e di quasi tutte le malattie psicosomatiche.

Attraverso il cavallo il paziente riesce ad entrare in contatto con il proprio corpo e con l'aiuto del terapeuta impara progressivamente ad elaborare i propri vissuti strutturando quel mondo affettivo ed emozionale che è l'unico in grado di dare significato agli eventi. Le emozioni sono alla base della memoria, della motivazione a fare, della capacità di interagire con gli altri, e seguono prevalentemente i codici del linguaggio per verbale. Insomma attraverso il contatto con il cavallo, si sviluppa un sentimento di auto valorizzazione migliorando la fiducia in se stessi e in coloro che ci circondano.

Va tenuto conto che una vita mentale incapace di sviluppare un contatto empatico con gli altri (come spiega Simon Baron-Cohen nel suo libro "la scienza del male") può rappresentare uno degli indicatori di possibili tratti sadici.

L'animale in genere quindi, ed il cavallo in particolare, può aiutare a recuperare le modalità proprie di un atteggiamento empatico nei confronti degli altri esseri viventi e della natura. Una modalità che mai come oggi è indispensabile per superare i disagi che l'attuale stato di isolamento ha prodotto nei bambini e negli adolescenti. Andare a cavallo, infatti, sia nell'ambito di una seduta di riabilitazione equestre che durante una normale lezione di equitazione o di visita ad una scuderia, ha quindi una grandissima valenza sociale che aiuta a sviluppare l'attitudine alla comunicazione con l'altro. E' da questo particolare angolo prospettico che il cavallo assume un ruolo fondamentale per aiutare la persona a interfacciarsi con le proprie emozioni dando loro un nome ed a riscoprire la valenza della propria corporeità favorendo

anche con la sua andatura una sorta di regressione allo stato primario.

Perché tutto questo riesca, ed abbia un senso, occorre però che il cavallo non sia un mero strumento “*fisico*”, ma si ponga come soggetto attivo. Questo richiede, in altre parole, un animale dotato di un notevole grado di volontà di interazione con l’uomo. Un animale cioè equilibrato, in armonia con il proprio ambiente, soddisfatto nei suoi bisogni fondamentali sia fisici che mentali.

Dobbiamo tenere conto che la frustrazione costante dei bisogni psicologici legati alla socialità e ad alcuni moduli comportamentali innati sembrano determinare comportamenti chiaramente patologici e predisporre il soggetto all’instaurarsi di malattie psicosomatiche. Così come per l’uomo, anche per il cavallo l’ansia, prodotta da uno stato di stress cronico, diviene presto un fenomeno cumulativo, che renderà il soggetto particolarmente predisposto all’insorgenza di coliche o ad altri seri problemi di salute.

Ma anche limitandoci al solo aspetto psicologico, resta il fatto che, a uno stile di vita innaturale, che genera sofferenza, l’animale si adatta come può, ma il prezzo che paga è probabilmente l’ottundimento di parte delle sue facoltà intellettive e la perdita parziale del suo equilibrio mentale. Come giustamente notava l’etologa francese Daniele Gossin “*messo nelle stesse condizioni di vita del cavallo – 23 ore di inattività in uno spazio esiguo e un’ora di obbedienza passiva- un bambino sarebbe condannato allo stato di disabile mentale*”

Da quanto abbiamo precedentemente detto, risulta evidente che un cavallo stressato o, peggio, frustrato nei suoi bisogni primari, non può essere in grado di svolgere in maniera positiva il suo ruolo di co-terapeuta e tanto meno di fornire, attraverso il suo comportamento, quegli indicatori che possono aiutare il terapeuta a rendersi conto delle difficoltà che il paziente non riesce ad esprimere pienamente.

Diviene indispensabile, quindi conoscere e studiare sempre meglio la “*mentalità equina*” anche per consentire al cavallo di svolgere nel modo migliore il suo ruolo di terapeuta, ma fare questo forse significa anche capire, attraverso di lui, quali siano le carenze affettive alla base di molti disagi giovanili!

La prima cosa che serve quindi a maggior ragione per un cavallo che deve essere utilizzato nella R.E. sarà curare i tempi di recupero dallo stress che il contatto con persone sofferenti può provocare in lui, dandogli la possibilità di soddisfare i suoi bisogni di socialità e di sviluppare e concretizzare la sua volontà di sperimentare l'ambiente.

Vanno rispettate e attuate quindi le condizioni di vita migliori per il cavallo, per tutti i cavalli, anche quelli che non lavorano nell'ambito della riabilitazione, ma che svolgono la propria funzione di “maestri” con i bambini, i giovani ed i principianti.

Infatti quale relazione equestre potrà mai essere quella che, negando l'individualità del cavallo, mortifica, e pesantemente, anche quella dell'uomo?

La domanda che dobbiamo porci è quale debba essere il messaggio che vogliamo trasmettere ai giovani che si avvicinano al cavallo: quello di un agonismo esasperato che considera l'animale solo uno strumento o quello che aiuta a costruire una relazione corretta con il proprio compagno di gioco prima e di gara successivamente? Il problema è tutto qui.

Se questo viene a mancare vuol dire che si è tradito il compito più importante dell'equitazione, quello di aiutare i giovani a acquisire una struttura della personalità equilibrata, cioè a formarsi un carattere che sia forte senza essere aggressivo, coraggioso senza essere avventato. C'è una caratteristica che rende l'equitazione diversa da ogni altra modalità sportiva: essere sostanzialmente un'attività che si svolge insieme (e non contro) un altro essere vivente.

Un'attività che presuppone la capacità di imparare ad

uscire da se stessi, dalle proprie aspettative e dai propri desideri, per mettersi nei panni del proprio compagno di gara per rendersi conto di ciò che è in grado di dare, non solo in termini assoluti, ma anche di volta in volta, a seconda delle sue condizioni psicofisiche. Insomma andare a cavallo dovrebbe aiutare i più giovani ad acquisire una regola di vita basata sul rispetto dell'altro che poi sarebbe utile applicare anche nei confronti dei propri simili.

Se questo non dovesse avvenire e se cattivi maestri suggerissero ai giovani comportamenti aggressivi nei confronti del loro compagno di gara o, peggio, l'abitudine a considerarlo come un "semplice" strumento di autoaffermazione o di divertimento, potremmo rischiare di scoprire che la "non relazione" con il cavallo si può trasformare in un boomerang in grado di costruire personalità potenzialmente patologiche. Il che, basta dare un'occhiata alla cronaca quotidiana, è quanto di meno abbiamo bisogno, oggi.

Un "oggi" per il quale varrebbe la pena (e lo diciamo sottovoce per non urtare le accoglienti sinuosità del politicamente corretto) riprendere in mano il vecchio, mai invecchiato, "Disagio della Civiltà" di Freud. Una fonte di riflessione, questa, che secondo noi dovrebbe essere riattivata. E anche alla svelta. Sulla triade 'istinto-controllo-regole' come architrave di tutti sistemi di relazione c'è molto da riconsiderare e recuperare per un corretto paradigma della cultura del sé e dell'altro. Ed è esattamente qui che il cavallo non fa sconti. Come non dovremmo farne noi nei confronti di una contemporaneità che ha elevato a feticcio una competizione che non è concorrere ma abbattimento dell'altro, tralasciando in dramma planetario la cialtroneria del patetico rampantismo degli anni '80 e '90 del secolo scorso. E lo chiamammo... 'progresso'.

Bibliografia

Peter Salovey and David J. Sluyter (a cura di) *“Emotional development and Emotional Intelligence: “educational implications”* 1997 New York: Basic Books

Daniel Goleman, *Intelligenza emotiva*, Milano, Rizzoli, 1997.

Antonio Damasio *L'errore di Cartesio* Adelphi

Simon Baron-ohen e G. Guerriero *La scienza del male*.
Scienza e idee

John Bowlby *Attaccamento e perdita* Bollati Boringhieri

John Bowlby *Cure materne e salute mentale del bambino*
Giunti

Sigmund Freud *Il disagio della civiltà* Bollati Boringhieri

Teodosio Giacolini – Cristiana Pirrongelli (a cura)
Neuropsicoanalisi dell'inconscio Alpes Italia

Efrat Ginot *Neuropsicologia dell'inconscio* Raffaello Cortina

Maria Lucia Galli *Il cavallo e l'uomo* Equitare

Pubblicato da
Baskerville, Bologna
nel giugno 2022