

Amplificazioni

Psiche e ambiente. La prospettiva junghiana a confronto con una realtà in profonda trasformazione

A cura di Emanuela Pasquarelli*

Riassunto

La psiche è un sistema aperto e complesso che vive di interconnessioni, in dialogo continuo tra sé, l'altro e l'ambiente. La salute e il benessere della psiche dipendono da queste interrelazioni, come la salute e il benessere dell'essere umano dipendono dalla possibilità di vivere in un pianeta sano, dalla consapevolezza di essere una forma vivente che respira, si nutre e cammina su un pianeta vivente. Psiche e ambiente dialogano in questa conferenza internazionale che ospita come relatore il President Elect IAAP Toshio Kawai nell'incontro con AIPA, CIPA e ARPA.

Parole chiave: *Psiche, ambiente, corpo, materia, Unus Mundus, natura, post-modernità*

Abstract. *Psyche and environment. The Jungian perspective confronting a reality in deep transformation*

The psyche is an open and complex system that lives on interconnections, in continuous dialogue between itself, the other and the environment. The health and well-being of the psyche depend on these interrelations, as the health and well-being of the human being depend on the possibility of living on a healthy planet, on the awareness of being a living form that breathes, feeds and walks on a living planet. Psyche and environment dialogue in this international conference that hosts the President Elect IAAP Toshio Kawai as a speaker in the meeting with AIPA, CIPA and ARPA.

Key words: *Psyche, environment, body, matter, Unus Mundus, nature, post-modernity*

* Psicologa analista, membro ordinario AIPA. Ha svolto attività di accompagnamento alla nascita e sostegno alla genitorialità e si è occupata di psicomotricità. Svolge attività privata come psicoterapeuta prevalentemente con bambini e adolescenti. Si occupa di migranti e rifugiati. Email: e.pasquarelli@libero.it

Studi Junghiani (ISSN 1828-5147, ISSN e 1971-8411), vol. 25, n. 2, 2019

Il 5 luglio 2019 al Palazzo dell'informazione di Piazza Mastai nel cuore di Roma, si è tenuta una conferenza internazionale che ha impegnato, in un fecondo dialogo, AIPA, CIPA e ARPA, le maggiori associazioni a orientamento junghiano, sulla complessa relazione tra la psiche e l'ambiente.

Chiara Tozzi (didatta AIPA) presenta i lavori ricordando, con affetto e gratitudine, le conversazioni avute con il presidente IAAP Toshio Kawai a proposito di questo tema così strettamente correlato alla relazione tenuta dallo stesso prof. Kawai, *The interdisciplinary approach to the question: What is psyche?* al Congresso Europeo IAAP 2018 di Avignone. Da questi scambi nasce l'idea di una giornata dedicata alla psiche e alla relazione con l'ambiente. L'iniziativa viene dunque proposta alla presidente AIPA Alessandra De Coro che la accoglie con entusiasmo e la propone anche ai presidenti di CIPA e ARPA, ottenendo lo stesso entusiasmo nel creare e progettare questa conferenza congiunta. Nel presentare la conferenza, Chiara Tozzi porge all'uditorio alcuni spunti di riflessione che mi sono apparsi particolarmente preziosi per amplificare l'ascolto.

La pratica dell'orto di Epicuro, dove i cibi che vi si coltivano sono semplici e naturali, dove la materia si connette con la psiche in un lavoro di cura quotidiana, di pratica. In un orto si nutre la terra, si estirpano le radici dell'inquietudine, dei desideri illusori, della paura e della rabbia. È l'orto in cui coltiviamo la nostra felicità sulla terra secondo il principio del *vivere secondo natura*.

Hillman che ne *Il linguaggio della vita* (1983) porta come esempio Flaubert «che consigliò ad un giovane scrittore di uscire e osservare un albero per qualche ora» (p. 63).

Jung che in *Ricordi, sogni riflessioni* racconta come le sue prime esperienze siano state strettamente legate all'impatto che l'ambiente e la natura hanno avuto sulla sua psiche fin dall'infanzia, e quanto questa intima connessione aprisse ai fenomeni inconsci.

L'immaginazione attiva, come una sorta di *terra di mezzo*, come veicolo e possibilità di attivazione di una maggiore permeabilità di quella membrana tra coscienza e inconscio, e dunque tra psiche e ambiente.

E proprio da una profonda sensazione di connessione naturale con l'ambiente in cui viviamo che, attraverso le immagini, la voce e la musica di un video (*Passavamo sulla terra leggeri*, romanzo di Sergio Atzeni, video realizzato da Gianfranca Nieddu), si aprono i lavori della conferenza.

Toshio Kawai, President Elect IAAP, dell'Università di Kyoto, ha partecipato con la sua relazione al congresso, invitando i partecipanti a riflettere su una visione chiara dell'essere umano, secondo la quale l'uomo non può vivere separato dall'ambiente in cui si trova, come la psiche non ha esistenza separata dal corpo. La psiche è un sistema aperto e complesso che vive di interconnessioni, in dialogo continuo tra sé, l'altro e l'ambiente. La salute e

il benessere della psiche dipendono da queste interrelazioni, come la salute e il benessere dell'essere umano dipendono dalla possibilità di vivere in un pianeta sano, dalla consapevolezza di essere una forma vivente che respira, si nutre e cammina su un pianeta vivente. Per sentirci interi e in pace abbiamo bisogno di sentirci parte di questo Universo, creature appartenenti a un processo naturale più grande.

Luigi Vittorio Cogliati Dezza, insegnante di filosofia e impegnato da anni in Legambiente, apre i lavori con la sua relazione dal titolo *Oltre i confini*. Per lui è importante parlare della necessità oggi, nel mondo della complessità, scientifica e culturale, di superare molteplici confini: quelli cartesiani mente-corpo, i confini culturali tra le discipline per costruire davvero una conoscenza, i confini sociali in una società sempre più divisa in corporazioni senza più mobilità sociale, i confini fisici tra popoli e stati, i confini tra guerra e pace. La mancanza della possibilità di questo superamento e la rigidità in corso nell'epoca in cui viviamo genera il *mal di vivere*. L'ambientalismo nasce da una rottura di confine, da una messa in discussione dei confini. Siamo in una fase di rapido cambiamento in cui è difficile immaginare il futuro, il futuro crea insicurezze. Si vive continuamente in una condizione di *qui e altrove* dove appare difficile vivere il *qui e ora* in modo vitale, attivo e consapevole, mentre invece il futuro è l'oggi e dovrebbe essere un orizzonte di vita. Viviamo in una condizione di spaesamento sulla percezione del tempo che porta a un non riconoscimento della nostra presenza nel mondo. Sembra necessaria, in questa epoca, una ricostruzione storica del nostro passaggio sulla terra, tentando di riflettere sui meccanismi inconsci che ci trascinano in una certa direzione e lavorando alla ricerca di un nuovo paradigma che crei movimento e relazione.

Toshio Kawai, President Elect IAAP, guida l'uditorio in questo percorso con il suo intervento dal titolo *Le conseguenze della comprensione tradizionale della psiche e della natura per problemi ambientali e psicologici*.

Da una prospettiva storica la psiche sembra essere passata da un sistema aperto nel tempo premoderno a uno chiuso nel tempo moderno, cioè dall'essere connessa a tutto, compresi la natura e il mondo, ad essere contenuta negli individui. Ciò ha portato a un cambiamento nel rapporto con la natura, da potente Madre Natura a oggetto degli esseri umani. Nell'Europa moderna questa internalizzazione è avvenuta sotto l'influenza del Cristianesimo e della filosofia cartesiana e ha comportato i seguenti sviluppi, ciò che prima era percepito come possessione diabolica o fenomeno spirituale dall'esterno venne riconosciuto come sintomo dissociativo appartenente agli individui, si passò dalle antiche tecniche di guarigione, dove il sintomo e la guarigione venivano condivisi con la comunità, alla scoperta dell'inconscio di Ellenber-

ger. Le maschere che avevano rivelato i volti degli Dei agli antichi, divennero strumenti per nascondere ciò che esisteva dentro chi le indossava. Ciò ha portato, da una parte, allo sviluppo delle scienze naturali e della tecnologia che osservano e manipolano la natura come oggetto. La natura non è più una madre natura potente, ma l'oggetto delle osservazioni e delle azioni umane. Questo ha dato via a una psicologia che esplora il mondo interno del soggetto. La psicoterapia, che riguarda la psiche individuale, può essere considerata come risultante di questi cambiamenti. Sembra importante notare che la psiche e l'ambiente sono separati nella moderna comprensione della psiche. Ciò rende difficile, però, per la psicologia, un coinvolgimento con la realtà esterna.

La psicologia analitica di Jung è un po' un'eccezione in questo andamento perché enfatizza l'individuale, ma anche gli strati collettivi della psiche. È un compromesso tra la psicologia moderna e la visione del mondo premoderna. Il processo di interiorizzazione sembra cambiare nel tempo postmoderno. Mentre, ad esempio, il diario si basava sull'idea di una psiche interna intima e individuale, le persone oggi tendono a mostrare le loro vite personali in tutto il mondo via *internet, twitter, istagram*.

Psiche sta diventando di nuovo un sistema aperto com'era il caso del tempo premoderno. Sia nella psicoterapia che nel rapporto con la natura e la tecnologia abbiamo bisogno di un nuovo paradigma, una nuova relazione tra psiche e ambiente. Il processo di interiorizzazione della psiche è specifico occidentale che tuttavia insiste sulla sua universalità e globalità. Molte parti del mondo mantengono ancora la comprensione premoderna della psiche, ma devono fare i conti con lo standard globale della tecnologia e dell'economia contemporanea. Ad esempio, nell'isola indonesiana di Bali, che è dominata dalla religione indù, le persone devono fare un rituale funebre ogni volta che scartano le loro cose, anche i prodotti tecnologici moderni. Questo perché vivono con una visione del mondo dove tutto ha un'anima. Mantenere la visione del mondo premoderna può causare difficoltà e conflitti con la tecnologia contemporanea e il sistema economico, ma può portare qualche suggerimento per far fronte alle difficoltà che il mondo contemporaneo sta affrontando nel tempo postmoderno.

Nonostante la scienza e la tecnologia altamente avanzate, il Giappone mantiene ancora la visione premoderna della psiche e della natura. Il processo di internalizzazione sta avvenendo anche in Giappone, ma sta seguendo un percorso diverso. I giardini giapponesi e ikebana (organizzazione di fiori) creati prendendo parti dell'ambiente naturale e producendone squisite miniature, possono essere considerati esempi del tipo specifico di interiorizzazione che si è sviluppato in questo paese. In breve, il Giappone sembra aver sperimentato l'interiorizzazione in modi che riflettono l'unicità della

sua cultura e che non condividono la tendenza della civiltà occidentale a controllare e rifiutare la natura. Ciò generato un atteggiamento che accetta persino la tecnologia come parte della natura. Questo atteggiamento di essere connessi a tutti, compresi non solo la natura ma anche le cose artificiali, può essere utile per vivere nel mondo postmoderno. D'altra parte, c'è un pericolo in questo atteggiamento perché è troppo passivo e dipende dallo sviluppo automatico della tecnologia. Potremmo dire che il paradigma moderno degli individui interiorizzati e attivi non è più valido. Però anche il paradigma pre-moderno di accettare tutto come un dono, da Dio, dalla natura o dalla tecnologia è troppo passivo e pericoloso perché indirizza a una logica del "non fare" e "non agire" e rende difficile essere un *soggetto agente*. Kawai rammenta come molti giovani in Giappone non vadano a scuola, non si rechino al lavoro, non scelgano un partner e quanto questa condizione di indeterminatezza sembri purtroppo una tendenza globale che appartiene al mondo postmoderno. Su questo dobbiamo lavorare, nel nostro piccolo mondo, nel lavoro che svolgiamo ogni giorno nel nostro studio, perché con la possibilità crescente di non fare e non scegliere, l'essere umano rischia di tenersi molto lontano da ogni autentico coinvolgimento.

Coinvolgere, composto da co-involgere, dal latino involvere, trascinare, travolgere, avvolgere, a sua volta da in-volvere che significa volgersi dentro. È una parola di una ricchezza sorprendente che dà la dimensione della partecipazione alla situazione, che non è determinata solo dal soggetto, ma appare legata piuttosto ad un lasciare coinvolgersi, come il venir trascinati in uno sviluppo. Volgersi dentro di sé, in contatto intimo con una dimensione interna per abbandonarsi emotivamente a una esterna. Questa premessa apre all'ascolto della relazione seguente.

Massimo Caci, Psichiatra, didatta CIPA, parla de *L'applicabilità clinica del concetto di paesaggio*.

Il concetto di confine, del suo limite e del suo attraversamento è ben descritto nei testi di E. Strauss e C.G. Jung.

In Strauss la riflessione sui confini e sul loro attraversamento si orienta verso l'analisi della differente significazione dei concetti di sentire e percepire. Strauss afferma che lo spazio della percezione è quello geografico, mentre quello del sentire è quello del paesaggio. Lo spazio del paesaggio è caratterizzato dall'orizzonte, che si sposta insieme a noi e che ha come limite quello della sua visibilità. Nel paesaggio non c'è un piano né un programma di viaggio. Non ci si prepara in tempo e si è sempre disponibili a lasciarsi attrarre da qualcosa che incontriamo e che ci spinge alla sua contemplazione. Lo spazio geografico, in quanto spazio chiuso, è visibile in ogni suo lato. È uno spazio sistematizzato, diviso secondo uno schema di coordinate a partire da un punto zero.

In Jung attraversare i confini significa entrare nel paesaggio costituito dall'inconscio, dall'alterità e dall'individuazione. L'uomo moderno e civilizzato dovrebbe recuperare e comprendere il suo mondo arcaico e prelogico. Nello stato prelogico non si hanno spiegazioni causali, ma preesistenti all'avvenimento, caratterizzandosi quest'ultime per una loro arbitrarietà. A questo proposito Jung non vuole dimostrare la superiorità del pensiero logico dell'uomo civilizzato, ma sostiene che la differenza di prospettiva con il pensiero arcaico è data solo dalle sue premesse. Secondo le premesse che ci diamo, ci orientiamo nella realtà, sia che consideriamo importante una spiegazione degli avvenimenti secondo le rappresentazioni collettive, sia che accettiamo la sfida data dagli eventi a rivedere le nostre conoscenze, inserendole in nuove prospettive. Questo cambio di prospettiva appare particolarmente significativo, riconoscere se stessi come facenti parte di un sistema più grande dove i confini non sono come spesso li rappresentiamo.

Alessandro Defilippi, scrittore, medico e psicoterapeuta, analista didatta e vicepresidente ARPA con la sua relazione, *la bocca di Pantagruel e l'anima del mondo: identità, liquidità, ambiente*, affronta questo argomento.

I processi storici di internalizzazione ed esternalizzazione della psiche ci mostrano come i confini tra mondo esterno e mondo interno possano essere più labili di quanto abbiamo sinora pensato. Il mondo interno è più antico di quello esterno, o perlomeno così lo sentono le immagini che lo abitano. Il mondo delle origini. *L'unica garanzia diretta della realtà è l'osservatore* (Jung). Senza l'osservatore non esiste mondo e quindi neanche verità perché manca chi possa averne coscienza. Osservare significa interagire. L'osservazione modifica lo stato del sistema, il tentativo di comprendere modifica lo stato del sistema. Solo quello che si accetta, dopo averlo compreso, può essere modificato. Ciò che la vecchia fisica classica dice è che vorremmo stare fuori e guardare le cose come Dio, come se non fossimo lì, ma non possiamo, noi siamo lì, siamo dentro, ne facciamo parte. "Siamo dentro guardando fuori, non siamo fuori guardando dentro" e "*dobbiamo imparare a osservare qualsiasi cosa come parte di un indivisa interezza*" (Bohm, *Undivided Wholeness*). Non c'è confine, non c'è divisione, il tutto è Uno. La realtà appare come campo probabilistico in cui il rapporto tra causa ed effetto non è l'unico significativo, ma dove invece l'osservatore, il *terzium*, attribuyente senso, è il perno dell'ordinamento acausale e dei fenomeni sincronistici. Possiamo così avvicinarci ai concetti junghiani di *Anima Mundi* e di matrice psicoide come luogo d'incontro e d'intreccio tra psiche e materia, anche grazie alla scoperta di nuovi punti di vista legati agli stimoli offertici da certi rami della fisica contemporanea.

La psiche non è in noi, ma noi siamo nella psiche (Jung). Il nostro ambiente primario dunque sarebbe la psiche, inconscio collettivo, matrice psicoide in cui psiche e materia si confrontano e si intrecciano. Il nostro concetto di ambiente esterno e interno con il tempo si è reso sempre più complesso e confusivo perché associa ai due la presenza di un terzo caratterizzato dalla diffusione esterna di contenuti psichici in un medium artificiale, il Web, la Rete. In questo *Unus Mundus* assumono un peso sempre maggiore gli aspetti narcisistici e la presenza della Rete intesa anche come una possibile *ipostasi dell'inconscio collettivo*, e dobbiamo al tempo stesso confrontarci con la sempre maggior difficoltà di relazionarci con l'intimità e con ciò che chiamiamo anima. Ciò ci conduce alla necessità di sguardi nuovi per una realtà che sta cambiando e ci mostra come gli strumenti del pensiero junghiano possano affrontare questo *Brave New World* senza il timore che la psicologia dinamica sia arrivata alla fine.

La pratica analitica si interroga quindi sui propri strumenti, sulla possibilità e capacità di accettare dei cambiamenti nel vertice di osservazione o nel gioco dialettico della coppia, con un ascolto che tenga presente i diversi bisogni e linguaggi che sono l'espressione di una realtà trasformata.

Antonio de Rienzo, Vice-Presidente AIPA, partendo proprio da una crescente consapevolezza maturata in ambito clinico, presenta una relazione dal titolo: *Out of the blue. Un sogno "postmoderno" tra dissociazione e anima mundi*.

Il racconto di un brevissimo frammento di seduta viene utilizzato come filo conduttore per evidenziare i segni ricorrenti della postmodernità all'interno della psiche di molti giovani pazienti. Oltre all'indebolimento della centralità del complesso dell'Io e alla dissociazione si osserva un diverso modo di percepire il tempo, una prospettiva temporale ridotta, una naturale tendenza a intervallare le azioni (puntillizzazione dell'esperienza), una minore capacità di posticipare la realizzazione dei desideri e un'apparente mancanza di angoscia. La presenza dello sfondo naturale e del legame tra uguali sembra essere l'unica narrazione capace di restituire senso e prospettiva alle azioni di paziente e analista, che risultano animate da una diversa etica (meno eroica) e da una maggiore creatività. Del resto nella nostra cultura esiste fin dai tempi di Platone una tradizione culturale secondo cui l'individuo, corpo e anima, non è separato dalla natura. La psiche è un sistema aperto che trascende i confini dell'individuo. La nostra identità si forma al crocevia tra le nostre disposizioni innate e l'incontro con l'altro, che in psicologia analitica include anche l'ambiente non umano. Ne consegue che essere in salute, ossia diventare se stessi, è un processo che dura tutta la vita e che non può essere inteso in senso individualistico. L'essere umano completa il suo naturale cammino esistenziale solo quando riconosce la sua appartenenza al mondo.

Al di là di alcune riflessioni di carattere sociologico sulla condizione dell'uomo contemporaneo, il nucleo centrale di *Out of the blue* racconta di un episodio di *improvvisa* (significato in lingua inglese del termine) quanto chiara consapevolezza affettiva di condividere con il paziente una comune origine.

Nell'ascolto, intimo e partecipato, delle relazioni presentate a questa conferenza, appare urgente – forse l'unica strada che possa ricondurre a una visione reale – riflettere sul concetto di totalità e indivisibilità e sull'importanza di raggiungere questa consapevolezza nel tentativo di poter giungere a una connessione e unione tra esseri umani che cercano di com-prendere e com-prendersi. È solo con questa comunanza che possiamo andare avanti ampliando il nostro livello di coscienza.

Ricorda “*le magnifiche sorti e progressive*” (Leopardi, *La ginestra*) dove il poeta, nell'ultima parte della sua vita, vede nella solidarietà umana l'*unica speranza di progresso*, come riportato nelle parole del video presentato all'inizio della giornata: “*Passavamo sulla terra leggeri. Eravamo felici. A parte la follia di ucciderci l'un l'altro per motivi irrilevanti*”.

Ed è con questo anelito comunitario, rinforzato dal dialogo tra le associazioni analitiche presenti in questa giornata, che si conclude questa conferenza.