

I tre verbi dell'immaginazione attiva

Elie Humbert, Parigi

Per definire l'immaginazione attiva Jung ricorre a tre verbi. Ognuno designa un'attività psichica differente e unica, la coordinazione delle tre da all'immaginazione attiva la sua forma e la sua validità.

1. *Geschehenlassen* (lasciar fare).

(1) C. G. Jung, « Commentary on *The Secret of the Golden Flower* ». coll. Works voi. 13. § 20-23. trad. it. in R. Wilhelm e C.G. Jung, *Il mistero del fiore d'oro*. Bari, Laterza,

Jung chiarisce il senso di questo verbo, l'atteggiamento che suggerisce, le insidie che incontra, citando, nel « Commento al segreto del Fiore d'Oro ». il testo di un maestro cinese (1): « Cosa hanno fatto dunque questi individui per generare in sé il processo liberatore? Per quanto ho potuto vedere, essi non hanno fatto nulla, ma hanno lasciato fare [*geschehenlassen*]', poiché, come il Maestro Lù Tzu insegna, la luce ruota per legge propria, se non s'interrompe il suo stato consueto. Il lasciar fare. l'azione nell'inazione, l'abbandonarsi del Maestro Eckart è stata per me la chiave con cui son riuscito ad aprir la porta di quella via in cui: 'bisogna esser capaci di lasciar fare all'anima'.

Questa è una vera arte per noi di cui infiniti uomini non comprendono nulla, giacché continuamente la loro coscienza interviene ad aiutare, a correggere, a negare, e comunque non è capace di lasciare indisturbato il semplice sviluppo del processo psichico. Compito certo abbastanza semplice! (Purché semplicità non sia estrema difficoltà!).

Essa consiste unicamente e soltanto nell'osservazione oggettiva dello sviluppo d'un qualsiasi frammento di fantasia (immaginazione). Nulla di più facile; ma già qui incominciano le difficoltà. Apparentemente non si posseggono frammenti di fantasia, o anche possidendoli, si hanno mille ragioni in contrario: — è una cosa troppo sciocca — non ci si può concentrare;

— è noioso; — a che pro? — non è che... ecc. La coscienza solleva obiezioni in gran quantità, più d'una volta anzi si mostra disposta a distruggere l'attività spontanea della fantasia, nonostante l'esame più profondo. e persino il fermo intento di preservare il processo psichico da ogni ingerenza estranea.

Talvolta ha luogo una determinata crisi di coscienza. Una volta superata la difficoltà iniziale, la ulteriore critica si sforza di spiegare quell'elemento fantastico. di classificarlo, estetizzandolo o svalutandolo. E lo stimolo a collaborarvi è quasi insuperabile. Compiuto un accurato esame, possiamo, anzi dobbiamo abbandonare tranquillamente le redini alla coscienza impaziente. che altrimenti nascono molesti impedimenti. Però ad ogni esame, dobbiamo nuovamente metter da parte l'attività della coscienza. I risultati di questo lavoro sono a tutta prima, nella maggioranza dei casi poco incoraggianti. Di solito si tratta di fantastiche ombre, che non lascian trasparire nulla di chiaro sulla loro provenienza e sulla loro meta... In una crisi di coscienza elevata, spesso le mani soltanto son capaci di fantasticare, di modellare, o tracciar forme completamente nuove per la coscienza. Tali esercizi devono continuarsi, finché la crisi di coscienza si sia risolta, finché cioè si giunga a lasciar fare. fine immediato dell'esercizio medesimo. S'è creata così una posizione che può accogliere senz'altro anche l'irrazionale e l'incomprensibile, giacché entrambi rappre-

sentano il processo del divenire. Posizione questa che avvelenerebbe chi già dal puro divenire è oppresso, mentre acquista altissimo valore in quell'individuo che del puro divenire ha scelto, per mezzo del suo giudizio, esclusivamente consapevole, solo gli elementi adatti alla sua coscienza, uscendo così gradatamente dal fiume della vita e andando a finire in una morta acqua stagnante ».

Una simile disponibilità presuppone l'ammorbidente dei meccanismi di difesa e una certa libertà in rapporto al bisogno di imitare. Così la pratica dell'immaginazione attiva tira in ballo l'influenza del Super-Io e la ricerca d'identificazione. Ecco perché generalmente non è utilizzata che verso la fine dell'analisi. Quando ciò è possibile fin dall'inizio si è indotti a pensare che il conscio sia ancora segnato dalla sua labilità originaria.

Che cosa si tratta ora di « lasciar fare? ». Certamente per prima cosa i pensieri, i fantasmi, gli affetti, emozioni che vengono abitualmente controllate dalle forze dominanti del conscio. Questo atteggiamento permette alle Ombre di manifestarsi, di prendere posto nella vita del soggetto, e la possibilità di essere veramente coscienti e integrate. Il *Geschehenlassen* è la più grande disponibilità possibile del conscio verso le manifestazioni soggettive dell'inconscio. Questa è certamente la condizione preliminare di ogni auto-regolazione.

Ma questo atteggiamento riguarda allo stesso modo la disponibilità verso le circostanze esterne, la qual cosa è meno classica e più misteriosa. Il testo citato sopra sottolinea bene questo aspetto. Presuppone che si considerino le circostanze come vie esterne dell'inconscio.

L'imperialismo delle forze dominanti del conscio, escluse — per quanto possibile — dal controllo degli avvenimenti interni perde la padronanza su ciò che potrebbe essere buono o cattivo per il soggetto nella sua vita esterna. Questo atteggiamento esprime chiaramente il modo in cui Jung pone, a proposito delle circostanze della vita il problema di un rapporto di

significato, e perfino di coincidenza, tra l'esterno e l'interno.

Ciò si ritrova, sotto un aspetto particolare, nell'andamento di una seduta d'analisi. Quando essa può seguire il ritmo con cui emergono i fantasmi e le emozioni e non le necessità dell'orario, ci si accorge che la sua durata ha la sua propria legge. L'analizzando trae completo beneficio dalle possibilità dinamiche del suo psichismo e dalla relazione analitica nella quale esse si rappresentano. Queste sedute sembrano guidate da un terzo elemento, indipendente dall'io del paziente come da quello del terapeuta.

Il fatto di riconoscere pienamente il *Geschehenlassen* significa che il mentale allenta la presa e che l'io non cerca più di provocare e ancora meno di produrre ciò che accade. Ne d'impedirlo, ne di manipolarlo, ne di forgiarlo. Il risultato è di restituire i sogni alla fantasia e all'irrazionale. Più profondamente l'atteggiamento del *Geschehenlassen* rappresenta un sacrificio che arriva fino a riconoscere i suoi limiti e a sottomettersi all'inconscio.

Non è dunque un'impresa folle. l'inizio di una vera pazzia? Lo si teme e quindi si limita il « lasciar fare » solo al tempo delle sedute e alla dimensione dei sogni. Io non credo che Jung la pensi così. Per lui non si tratta di limitare il *Geschehenlassen* ma di sviluppare degli atteggiamenti che gli sono contemporaneamente opposti e complementari: *betrachten, sich auseinan-dersetzen*.

II. *Betrachten* (considerare).

Di fronte a quel che accade, irragionevole e sconvolgente, banale e enfatico, seducente e irrealizzabile, Jung non propone d'interpretare. Egli cerca di evitare ogni riduzione al già conosciuto, agli schemi di comprensione o di valore già stabiliti. Viceversa, mette l'accento sull'attenzione, sul fatto di considerare: il risveglio.

Betrachten vuoi dire sospendere la concatenazione dei significanti al fine di considerarli. Non lasciare più che

si svolgano le associazioni abituali né che si avvolgano i bozzoli degli umori e delle opinioni. *Betrachten* è il cacciare e nello stesso tempo l'appostarsi, cioè il risveglio del conscio, la disposizione dell'Io ad afferrare ciò che uscirà dalla nebbia.

Afferrare e lasciare che si sviluppi. Nel suo seminario sulle visioni (2). Jung fa notare la parentela tra *Betrachten* e *Trachtig*, che definisce la donna gravida. L'attenzione ingravida l'immagine (il significante) che non appena acquista la sua autonomia mostra ciò che portava nel grembo. Lo mostra rappresentandolo.

(2) C. G. Jung, *The Visions Seminars*, Zurich. Spring Publications, 1976.

Questo atteggiamento di risveglio e di ingravidamento è paradossale. Denuncia nello stesso tempo sia il pericolo di non avere, di fronte all'inconscio, che un atteggiamento di caccia, sia il pericolo di lasciarsi invischiare dalle amplificazioni che conducono alla idropisia e non alla gravidanza. *Betrachten* presuppone e sviluppa la libertà dell'Io in rapporto all'Anima e all'Animus, cioè la capacità di oggettivare un fenomeno psichico senza lasciarsi catturare dagli umori e dalle opinioni.

Un tale atteggiamento si incontra di rado all'inizio di una analisi. Per molto tempo sarà compito dell'analista esercitare questa *Betrachten* e farle prendere posto nel campo di coscienza dell'analizzando. La seduta stessa ritaglia da un tempo comune un tempo speciale in cui tutto può essere detto e oggettivato. L'analista non è, anche quando sta zitto, uno specchio passivo. La sua presenza fa spiccare ciò che è stato appena detto dall'analizzando. Questa attenzione conferisce una realtà particolare a ciò che è appena accaduto. Il verbo *Betrachten* assume allora un terzo significato, affine al verbo « realizzare ». In analisi, considerare è realizzare. La domanda « realizza ciò che dice? » ha due sensi: se ne rende conto - lo mette in atto. Quindi il vocabolario non riduce la realizzazione alla concretizzazione e noi siamo, anche qui, ad un congiungimento dell'interno e dell'esterno. Anche mettersi di fronte a ciò che si dice. s'immagina, si sente, si pensa e nello stesso tempo prendere coscienza che ciò pesa e che è, è una realizzazione.

III. *Sich auseinandersetzen* (spiegarsi con).

Nei testi che si riferiscono alla sua esperienza degli anni 1913-1919 (3). Jung insiste sulla necessità di confrontarsi con i contenuti inconsci e di non accontentarsi di lasciarli emergere. Questo confronto opera nello stesso tempo una differenziazione e una congiunzione; che si esprime nel verbo *Sich auseinandersetzen*.

Jung propone (4) di distinguere tre aspetti nella spiegazione di quel che accade.

Il primo consiste in una raffigurazione [*gestaltung*]. E' importante comporre, dipingere, danzare, concretizzare in un modo o in un altro. Verbalizzare, dire qualcosa a qualcuno è già augurabile, ma la cosa migliore è cercare una forma in cui la materia e il corpo siano implicati. Così l'affetto e il fantasma sono strappati alla loro soggettività e hanno meno probabilità di mescolarsi con la coscienza che il soggetto ha di se stesso. Ad un paziente che diceva di avere ogni specie di idee straordinarie e che si vedeva a volte come un superdotato, a volte come un malato in stato d'inflazione. non bisognava consigliare di lasciar cadere l'affetto. di limitare le sue capacità ideative. ma al contrario di scrivere, di raffigurare, forse anche di esaminare le possibili realizzazioni.

In secondo luogo. « comprendere ». Jung aveva da questo punto di vista il considerevole vantaggio di non disporre di una biblioteca psicoanalitica. Non poteva essere tentato di mettere in rapporto ciò che gli accadeva con dei modelli già stabiliti. Il pensiero dimorava nudo e restava alle prese con l'avvenimento. Gli era possibile capire senza ricondursi a nozioni comuni. Egli scrive che gli anni che seguirono il periodo 1913-1919 furono dedicati al tentativo di comprendere e di dare validità scientifica a ciò che aveva vissuto allora. Il suo procedimento fu innanzitutto quello dell'analogia: trovare gli stessi avvenimenti, le stesse immagini, gli stessi processi in altri contesti storici. per rilevare dalle somiglianze e dalle differenze delle proposizioni generali. E' così che pervenne a formare l'idea del Sé, quella del processo d'individuazione...

(3) C.G. Jung, *Ricordi, sogni, riflessioni*, Milano. Il Saggiatore, 1965. cap. VI.

(4) C. G. Jung, « La funzione trascendente », in *La dinamica dell'inconscio*, Torino, Boringhieri, 1976.

In terzo luogo. » la responsabilità etica ». Essa occupa in Jung un ruolo originale, decisivo. Consiste innanzitutto in questo, che il soggetto riconosce che tutto ciò che gli accade, accade proprio a lui e non all'immagine di se stesso, che è frutto di circostanze sfortunate. Ciò gli accade oggi e gli offre l'occasione di costituire se stesso cominciando da ciò che non ha scelto e che tuttavia è proprio lui. D'altra parte questa responsabilità si sviluppa nella libera valutazione di quel che accade. L'io che risponde a ciò che non ha voluto non subisce. Ma acquista la possibilità di apprezzare in un modo o in un altro. La responsabilità etica è lungi da ogni riferimento ad un codice di valori, morali o antropologici. E' un atteggiamento paradossale sul quale si fonda l'io.

Questi tre verbi costituiscono l'armatura dell'immaginazione attiva, ma costituiscono anche quella della seduta analitica quale Jung la concepiva, e quella del rapporto tra il conscio e l'inconscio lungo tutto il processo d'individuazione. In questo caso, definiscono l'*Einstellung* (atteggiamento) propriamente Junghiano, come la condizione perché accada qualcosa.

Trad. di RITA MAGLIONE