

Uno spazio per immaginare

Paolo Aite. Roma

Considerando il modo in cui l'uomo oggi progetta e costruisce lo spazio in cui vive e lavora quotidianamente, viene spontaneo pensare alla « città » sovrappopolata che caratterizza il momento storico in cui viviamo.

E' proprio il rapporto con questo ambiente, come da molte parti viene riconosciuto, che determina uno stato di sofferenza psichica di cui, in gradi diversi, tutti subiamo le conseguenze anche se solo a tratti ne percepiamo l'esistenza.

Lo scopo di questo intervento è quello di dare un'immagine, una rappresentazione plastica di questa « sofferenza psichica ».

L'immagine è stata creata da una donna in una condizione di grave depressione.

A me sembra che queste espressioni spesso siano più penetranti e comunicative del linguaggio comune. E' per questo che ho fatto di questa rappresentazione un punto di riferimento per il mio intervento.

Essa per me si presta come espressione plastica di una condizione psichica che, al di là del suo significato individuale, è di noi tutti che viviamo nella città. In essa ancora spero di poter dimostrare i segni grafici delle « forze psichiche » che, secondo le ipotesi della psicologia del profondo, sono in gioco nella « sofferenza psichica » che vogliamo considerare.

Ricordo che quando quella donna accettò di realizzare l'immagine che vi propongo era come travolta dallo stato depressivo che la isolava. Questa situazione si era già ripetuta ed io l'avevo condivisa con lei. In quei momenti, se riusciva a parlare, non era in grado di comunicare l'esperienza psichica che stava vivendo. ma chiedeva aiuto o esplodeva con ironia e con rabbia contro la sua e mia impotenza ad aiutarla. In quella circostanza le offersi una cosa apparentemente assurda: uno spazio limitato, una cassetta contenente sabbia, su cui, con gli oggetti presenti nel mio studio, poteva dare corpo a quello che le veniva in mente.

Le offrivo uno spazio dove svolgere un gioco « inutile » anziché rispondere al suo desiderio di un consiglio che risolvesse la situazione.

Questo gioco, pur presentandosi come tecnica di indagine e terapia moderna (1), si rifà ad una attitudine tipicamente umana. Da sempre, nella storia della sua evoluzione, l'uomo ha usato la materia non solo per adattarsi e sopravvivere al mondo attorno a lui ma anche per dare forma alle sue emozioni, conflitti, esigenze. Questi suoi prodotti possono essere considerati come l'espressione dell'adattamento alla natura dentro di lui, del rapporto col suo mondo psichico. Nel dare forma a quanto ancora è indistinto e percepito come emozione, l'uomo trasferisce sulla materia una propria situazione psichica; la proietta, dice lo psicologo. In questo atto che lo distingue nel mondo animale, egli comincia a trattare, a dare un volto alla sua emozione, a conoscerla invece di esserne posseduto. Così facendo la comunica agli altri e nasce gradualmente la sua conoscenza che modifica anche il suo rapporto col mondo.

Su ogni elemento dell'immagine ora assoderò dei ricordi. il modo in cui ho compreso quanto era stato

(1) P. Aite, « Il gioco della sabbia nella psicologia di C. G. Jung », *Rivista di Psicologia Analitica*, Vol. 1°. n. 2, 1970.

espresso in quel momento. Specificando le singole parti e la relazione tra loro, credo di poter dare un contributo al tema propostomi.

Al di là della situazione individuale che l'immagine del suo complesso rappresenta, posso considerarla come la raffigurazione di un campo di forze, di dinamiche psichiche che entrano sempre in gioco nel processo di adattamento dell'uomo sia all'ambiente fuori di lui come alla natura dentro di lui. Cominciamo l'esame dell'immagine. L'elemento che sta a sinistra e che domina gran parte dello spazio si impone subito per il colore rosso, per il peso che gli viene dato con la delimitazione nera del suo contorno e con le pietre poste all'interno (fig. 2 - n. 1). Questa fu l'unica parte, nel silenzio in cui venne composta l'immagine, su cui la donna fece un commento: « E' come una bestia che assorbe energia ». Anche alla luce di tale affermazione, mi parve subito come la testa informe di un animale violento. Sulla destra compare una zona di sabbia rimasta asciutta (fig. 2 - n. 2). Questa parte era sfuggita all'acqua che la donna, al primo approccio col materiale, aveva riversato quasi con rabbia, nel contenitore, nel campo di sabbia. Poi, come a salvarla, la delimitò con un piccolo solco che la contorna.

In questo elemento dell'immagine non venne posta nulla a meglio specificarne le caratteristiche; è come una zona priva di qualità.

Il rapporto tra questi due aspetti dell'immagine, « la bestia » e la zona priva di qualità, mi appare significativo alla luce del comportamento di quella donna nella vita.

Il suo atteggiamento quotidiano si differenziava nettamente se era fuori o dentro l'ambiente familiare. Nella società appariva inserita, ben integrata, a casa mostrava con le persone care una disponibilità quasi automatica, al limite della dipendenza, del non sapere mai dire di no.

Nei frequenti periodi di depressione si isolava, si estraniava dal mondo esterno e con i familiari esplose in crisi di abbattimento e di rabbia anche violenta. Usciva da queste crisi ricorrendosi per

quanto era accaduto, rimproverandosi di non essersi saputa controllare. Era disorientata dalle sue stesse reazioni.

Il contrasto descritto nel comportamento trova per me una raffigurazione nell'immagine. Qui la dipendenza, la disponibilità automatica, senza qualità, che erano caratteristiche del suo atteggiamento paiono ben rappresentate dalla sabbia asciutta, appena differenziata dal resto, dove non c'è posto per una qualità autonoma (fig. 2 - n. 2). L'altra parte. « la bestia ». è l'espressione della rabbia, della violenza che anche in quel momento, durante la seduta, la invadeva. Nella vita questa carica psichica esplodeva improvvisamente e la donna per difendersene si chiudeva in casa rinforzando il suo ruolo.

Per quanto visto finora l'immagine esprime il modo particolare di quella donna di porsi in relazione con la sua realtà quotidiana, quello che viene definito come « atteggiamento conscio », ma anche l'energia repressa che si scatenava nelle crisi: la « controreazione inconscia ».

Nello spazio limitato ed apparentemente inutile del gioco quella donna esprimeva per immagini quanto non riusciva ancora a comunicare verbalmente. Essa veniva a contatto con la propria sofferenza, cominciava a trattarla anche se inconsapevolmente.

« L'atteggiamento conscio » e la « controreazione inconscia », per me ben esemplificati nell'immagine. vanno ora meglio chiariti. Possono servirci infatti a intendere alcuni aspetti della nostra sofferenza psichica come abitanti della città.

L'atteggiamento è una disposizione della psiche ad agire e a reagire in una determinata direzione. « Avere un atteggiamento — osserva Jung — equivale ad avere una direzione aprioristica... che favorisce la percezione di tutto quello che è omogeneo e arresta la percezione di tutto quello che è eterogeneo ad essa » (2). L'atteggiamento conscio pertanto è la direzione assunta in un certo momento dalla nostra coscienza. La coscienza come organo della percezione strutturato nella nostra evoluzione è orientato in una direzione determinata da una serie di fattori che ci sfuggono. Am-

(2) C. G. Jung (1921),
Tipi psicologici, Torino,
Boringhieri, 1969, p.
426.

mettere questo significa accorgersi di non essere padroni nella nostra casa, proprio nella stanza più intima. in quella della coscienza. Questo modo di vedere limita la potenzialità della coscienza con cui spesso siamo identificati. Essere consapevoli del limite della nostra coscienza può aprire l'attenzione anche alla percezione di quanto non siamo abituati a percepire; nasce così la possibilità di una critica di noi stessi che ci rinnova. Analizzare tutti i fattori che inconsapevolmente possono agire orientando la direzione della nostra coscienza sarebbe un enorme lavoro. L'educazione ricevuta. la nostra storia e i conflitti che ne sono conseguiti come le difese, tutto orienta in modo aprioristico la nostra percezione. Rimanendo aderente al tema è più utile considerare l'influenza condizionante dell'ambiente in cui viviamo. La persuasione occulta determinata da mezzi di comunicazione sempre più penetranti influenzano le nostre scelte o creano bisogni fittizi a servizio di gruppi di potere dominanti.

Tutto ciò è noto ma spesso si preferisce non riconoscere in noi l'azione di questa influenza che ci rende massa passiva ed inconsapevole. L'ambiente esterno, le case come l'organizzazione della città in cui viviamo. possono essere espressione di un atteggiamento conscio così orientato. Si perde allora il valore creativo del dubbio sulla utilità per l'uomo di quanto e come oggi si costruisce. E' proprio questa esperienza del dubbio che orienta la percezione in modo nuovo e può aprire la porta alla critica.

L'ambiente sia naturale che sociale muta rapidamente anche in conseguenza delle nostre azioni ma non muta altrettanto il nostro atteggiamento conscio che rimane orientato in modo fisso e non più adeguato alla realtà del momento.

Potremmo portare molti esempi. Ricordiamone uno. L'atteggiamento può avere come punto di riferimento, tra gli altri, la produttività in vista di un benessere per tutti. Questo fine, questo punto di riferimento, può essere uno stimolo alla ricerca, può promuovere nuove scoperte in un certo momento storico, ma quando diventa unilaterale e non criticato comincia ad agire contro noi stessi. In questo caso l'unilateralità del no-

stro atteggiamento conscio può esprimersi nel fatto che non si tiene conto della esauribilità delle risorse a cui l'uomo attinge, oppure non ci si avvede che solo molto tardi della possibile influenza sulla natura dello smaltimento dei rifiuti che da quella produttività derivano. L'uomo, sia come collettività sia come singolo, difficilmente mette in discussione il suo atteggiamento conscio. Non riconsidera criticamente i motivi della sua azione. Non si accorge, anche sedotto dai vantaggi secondari che gli derivano, della « bestia » che sorge alle sue spalle.

Lo psicologo definisce questa carica psichica come « controeazione inconscia ».

Anche la paziente di cui abbiamo parlato traeva qualche vantaggio secondario dalla sua disponibilità coatta e ripetitiva, ma era un modo molto dispendioso per ristabilire una sicurezza che alla fine avrebbe potuto avere delle gravi conseguenze su di lei.

Quando la controeazione inconscia alla unilateralità della coscienza invade la vita, solo allora sembra che l'uomo si accorga della bestia che può ucciderlo. Questo accade sia nell'individuo, attraverso il disturbo psichico, sia nella società ove possono manifestarsi a un certo momento delle crisi profonde. Ma prima che si verifichi una crisi c'è sempre una lunga preparazione. Ritornando al nostro caso, per anni quella donna non aveva mai trovato lo spazio per comunicare i primi segni del suo malessere: se lo amministrava da sola, perché era incomprensibile al suo atteggiamento conscio. La coscienza collettiva le poteva proporre parole vuote, come quelle che tutti sentiamo: « esaurimento », « troppo lavoro ». Al massimo le venivano offerti dei farmaci contro l'ansia e la depressione. I sentimenti che provava non potevano diventare forma in una comunicazione vera che desse spazio a quanto viveva. Di qui è facile immaginare come fosse arrivata a un comportamento ripetitivo, sempre adeguato ma in sostanza falso e completamente dissociato da quanto sentiva nel profondo.

Questo esempio individuale ci può mostrare come sia



Fig. 1

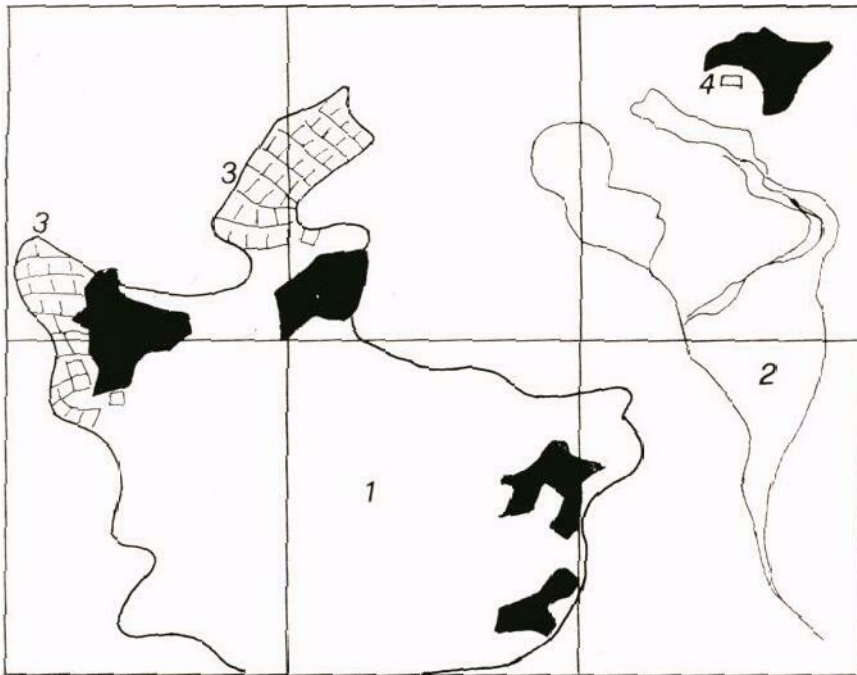


Fig. 2

Schema della distribuzione delle immagini nell'area del gioco.

- (1) << La Bestia >>
- (2) Sabbia asciutta.
- (3) Oro.
- (4) Oro sotto il sasso.

possibile passare da un conflitto vissuto con sofferenza ad una vera e propria dissociazione tra conscio ed inconscio. Ciò può essere visto come un modello applicabile anche al nostro modo attuale di costruire, organizzare e vivere nella città.

Il prevalere di un atteggiamento conscio collettivo orientato in modo acritico e quindi insensibile ai segni di una sofferenza crescente, sia della natura fuori di noi che di quella dentro di noi, ci può portare ad atti incoordinati, ripetitivi nel nostro modo di costruire la città. Essi sono la manifestazione indiretta di una carica inconscia che può diventare esplosiva.

Alla fine di un lungo periodo di sofferenza, la donna era diventata come insensibile, apparentemente quieta ed adattata (nessuno avrebbe detto che stava male). fino a che non scattava in lei qualcosa di incomprensibile che la travolgeva. Ma poi, automaticamente, dopo la tempesta, ritornava all'atteggiamento acquisito e, direi, quasi accentuandolo.

Anche nella città, nel nostro modo di vivere in essa, possiamo trovare i segni di un graduale passaggio da uno stato di sofferenza ancora avvertito ad una vera dissociazione. Quando la dissociazione si stabilisce. l'unilateralità dell'atteggiamento conscio sembra esaltarsi ancor più e confermarsi.

Quello che oggi colpisce, osservando la città, è la tendenza a uno sviluppo indiscriminato, incoordinato che tende ad accentuarsi. La città può diventare col tempo come un organismo che cresce progressivamente a dispetto della natura. L'uomo che l'abita sembra mano a mano abituarsi e non accorgersi più della sua sofferenza. Mostra al tempo stesso un comportamento sempre più automatico e ripetitivo che da sempre meno spazio alla comunicazione. La dissociazione c'è, anche se non si vede. La carica inconscia prende altre strade. L'incremento dei disturbi psichici, come delle malattie somatiche ove. tra i fattori determinanti. c'è una forte componente psichica, ne è una delle espressioni. Nella dissociazione la carica inconscia si accentua e tende a portare alla crisi, sia sul piano collettivo che su quello individuale. La carica inconscia ha in sé. come osserva Jung. anche i germi

di una possibilità nuova di vita. Sono in essa racchiusi elementi che possono efficacemente sostituire l'atteggiamento conscio che ha fallito. C'è una progettualità implicita nel conflitto? Ritornando alla nostra immagine, è interessante notare che c'è un elemento che, a mio parere, corrisponde a questo modo di vedere: è l'oro che la protagonista dispose con cura là dove potremmo vedere le orecchie o le corna dell'animale informe (fig. 2. n. 3). Nell'immagine l'oro è come immerso nella zona che esprime il conflitto, la violenta carica inconscia che quella donna non sapeva dominare. L'oro, nell'immaginazione dell'uomo, è comparso in varie culture come la rappresentazione del valore che non si corrompe nel tempo. In questa immagine l'oro poteva rappresentare un progetto di integrazione, implicito nel conflitto stesso. Può essere il germe di nuove possibilità di vita potenzialmente presenti nella carica inconscia. La donna lo riprendeva solo affrontando direttamente l'animale che esprimeva il suo contrasto interiore.

Il terzo elemento che appare nell'immagine è quel piccolo tassello dorato sotto il sasso nero (fig. 2. n. 4). Anche esso può essere inteso proprio nei termini di un progetto. Dal nero, dall'animale, dal conflitto, poteva essere estratto qualcosa di prezioso e di utile. Se l'oro era il progetto, la bestia che lo conteneva ancora, per la storia di quella donna, era l'interiorizzazione, direi la memoria inconscia, di un'esperienza di rottura e di morte, vissuta durante lo sviluppo. Era un'esperienza che aveva lasciato un segno indelebile.

A me basta affermare che questa esperienza distruttiva interiorizzata e negata da lei per sopravvivere era qualcosa che rimaneva coperto dal suo atteggiamento conscio. Questo contenuto scattava in modo automatico ogni volta che nella vita c'era il tentativo di rendersi indipendente, di allontanarsi dall'abitudine alla dipendenza.

Questi brevi cenni possono dare l'idea della fatica e dell'impegno che le furono necessari per assimilare

quanto era ancora implicito nel conflitto per estrarre l'oro dalla bestia che la invadeva.

Questa impostazione che vede nel conflitto anche una progettualità potenziale ebbe conferma. L'immagine più esatta me la diede proprio quella donna alla fine del nostro lavoro.

In un altro gioco della sabbia appariva ancora la bestia, a sinistra, ma molto ridimensionata. Ciò che mi colpì fu un volto di donna realizzato con molta cura e contornato proprio da quell'oro che prima era nella bestia. Solo molto tempo dopo la composizione di questa ultima sabbia, la paziente si rese conto di quanto di sé avesse inconsciamente rappresentato in quelle immagini (che oggi mi appaiono come il primo e l'ultimo atto di un confronto con l'inconscio).

Il riferimento costante all'immagine è stato da me giustificato all'inizio con l'intento di rendere più concreto il mio intervento. Non so se sono riuscito a meglio precisare i concetti di atteggiamento conscio e dell'azione dinamica, sempre presente, dell'inconscio. L'unilateralità che è propria del conscio in un atteggiamento acquisito nel corso dell'adattamento tende a permanere e a diventare un abito mentale. E questo, mentre lo mettiamo costantemente in atto, viene difficilmente riconosciuto nella sua parzialità e direzionalità.

Aprirsi alla critica, anche sul tema del rapporto che l'uomo oggi ha con l'ambiente in cui vive, è il riconoscimento di questa parzialità.

Ci si abitua con facilità ad un'azione ripetuta senza aprire gli occhi ai segni che ne indicano gli aspetti negativi. Questo modo di procedere è come un « non vedere »; esso apre la spirale di un'azione contro di noi sia nella natura ambientale che in quella psichica. Noi stessi in questo caso diventiamo inconsapevolmente gli attori del nostro stare male, che ci porta inevitabilmente alla crisi.

Il riferimento all'immagine ha avuto per me anche un altro scopo. Nello spazio per immaginare concretamente espresso nel campo di sabbia, la protagonista è stata in grado di rappresentare la sua situazione psichica globale. E' questo un fatto che desidero sotto-

lineare. Essa, infatti, inconsapevolmente ha dato forma, secondo me, sia al suo atteggiamento conscio, sia al conflitto di cui ha rappresentato anche l'intrinseca progettualità. Tutto questo corrisponde a un potenziale « poter vedere ».

A questo che ho chiamato « poter vedere », che è una potenzialità psichica tipicamente umana, si è dato il nome di immaginazione.

Essa è l'opposto del fantasticare che tutti conosciamo. Il fantasticare isola dalla realtà e non incide su di essa. Attraverso la gratificazione immediata che ci può dare, ci libera dall'impegno. L'atto psichico dell'immaginare è un campo di ricerca pieno di potenzialità e tuttora in attesa di una chiara definizione.

A me basta ora sottolineare come esso corrisponda all'impegno che è implicito nel cercare di rendersi conto, nel confrontarci, con quanto ci sfugge.

La necessità di questo atto psichico è ben espressa da Jung nei suoi ricordi: « Finché riuscivo a tradurre le emozioni in immagini, e cioè a trovare le immagini che in esse si nascondevano, mi sentivo interiormente calmo e rassicurato. Se mi fossi fermato alle emozioni, allora forse sarei stato distrutto dai contenuti dell'inconscio. Forse avrei anche potuto scrollarmele di dosso, ma in tal caso sarei caduto inesorabilmente in una nevrosi, e alla fine i contenuti mi avrebbero distrutto ugualmente. Il mio esperimento m'insegnò quanto possa essere di aiuto (da un punto di vista terapeutico) scoprire le particolari immagini che si nascondono dietro le emozioni» (3).

La crisi che nasce dai nostri fallimenti ha in sé la possibilità di liberare la coscienza dal vecchio atteggiamento e aprirla ai segni di quanto è mutato attorno e dentro di noi. In quel momento può nascere una immagine nuova, essa è la prima elaborazione di questi segni.

In questo atto psichico prende corpo la comunicazione con l'altro. L'immagine, così intesa, è la prima espressione di un contenuto che può diventare parola ed idea, guidando l'azione.

Lo spazio per immaginare è il luogo, apparentemente « inutile » per gli scopi consci dell'Io, ove prende forma

(3) C. G. Jung, Ricordi, sogni, riflessioni, Milano, Il Saggiatore, 1965, p. 205.

questo processo dalla immagine alla parola. Il frammento di storia che vi ho raccontato è solo rappresentato dal campo concreto ove si è strutturato il gioco della sabbia di quella donna.

Mi domando se nella città e nella casa, così come sono oggi concepite, c'è uno spazio simile a questo.