

Il senso di Carla Stroppa per Jung

A colloquio con l'analista junghiana, che spiega: "Disponibilità a lasciarsi trascinare dalle immagini oniriche senza presumere di capirle del tutto riportandole a teorie predefinite. Disponibilità al gioco, all'immaginazione, agli aspetti esoterici della vita, visti come valori, non come derive patologiche dalla razionalità. Penso che abbiamo bisogno di intuire il valore dei simboli, non solo di decifrare i segni. Qui sta anche una grande differenza tra Freud e Jung. Per fare un ottimo analista occorrono innanzitutto onestà intellettuale e sincerità di sentimento. E naturalmente profonda passione conoscitiva e attitudine a una perenne ricerca nel confronto con gli altri, ma senza tradire il proprio portato individuativo, ovvero il proprio centro di energia affettiva e conoscitiva"

di Davide D'Alessandro
filosofeggiodunquesono@gmail.com

Ho ancora nella mente *Fantasmia all'opera. L'imperiosa realtà dell'illusione e Il doppio sguardo di Sophia. L'etero femminile e il diavolo, nella vita e nella letteratura*, mentre mi giunge all'attenzione *Sulla soglia di casa. Abitare tra sogno e realtà*, l'ultimo stimolante libro di Carla Stroppa edito da Moretti&Vitali. Ho voluto porgere anche a lei le venti domande che compongono la serie di queste interviste, poiché dai suoi pensieri, sempre e comunque, traspare l'amore per Jung e per l'universo junghiano. Senza fideismi, per carità, ma con una preparazione e una passione che la rendono non solo persona molto informata dei fatti, ma professionista esemplare per parola e per scrittura.

Che cos'è e a che cosa serve l'analisi?

Semplificando una domanda che richiederebbe ben altro spazio di riflessione e di risposta, direi che è un metodo per venire a conoscenza del mondo interiore, quello che normalmente l'Io cosciente non vede, occupato com'è ad adattarsi al mondo esterno. Serve ad avere una visione della propria realtà nascosta, del centro vitale di sé che, non riconosciuto nel suo valore identitario, condiziona ampiamente i comportamenti e produce quei sintomi psicosomatici che in genere motivano la richiesta di analisi. Si parte dai sintomi per esplorare quel labirinto che la psiche è in sé stessa e per uscirne con un sovrappiù di senso e di visione che approfondiscono e ampliano la conoscenza di sé e per naturale estensione, del mondo. I sintomi recedono per amplificazione simbolica, non per riduzione materialista. I poli dell'analisi sono due: la ricerca delle cause nascoste del malessere, bloccate tra le trame del romanzo familiare e nondimeno la ricerca delle possibilità di espressione e di autodeterminazione che la psiche ha ancora in serbo e che non erano state viste esattamente come non erano stati visti i danni. Nella sua accezione più generale ma anche più essenziale, l'analisi è un processo di trasformazione che paradossalmente fa tornare l'Io cosciente al proprio nucleo essenziale, quello che per varie ragioni, legate per lo più a richieste inadeguate dell'ambiente, è stato tradito, non visto, non riconosciuto. L'analisi richiede forza d'animo e capacità di attraversare le zone d'ombra della psiche che non hanno solo un carattere personale bensì anche transpersonale, cioè affondano le radici nell'inconscio collettivo. La storia del pensiero e dell'immaginazione sono sempre lì a testimoniare la complessità della psiche che rifiuta ogni banale riduttivismo e richiede una contaminazione di saperi. Insomma, i sintomi che portano l'individuo in analisi sono anche un'occasione di apertura al viaggio individuativo.

Perché tanti anni fa decise di affidarsi a un analista?

Ero alla ricerca di qualcuno che mi aiutasse a capire le ragioni di un certo smarrimento esistenziale che pativo a quei tempi. Più avanti ho compreso che solo a partire dalle proprie ferite e dai propri smarrimenti si possono comprendere quelli degli altri. Questo è un punto fondamentale che sbugiarda l'idea di analista neutro e "oggettivo". La soggettività è sempre in funzione, semmai il problema è averne coscienza. La mia personale sensibilità ha trovato rispecchiamento nella visione junghiana della psiche che conoscevo un po' per aver letto qualche libro, malgrado la formazione in psicologia non facesse affatto menzione di Jung. Sicché ho scelto da subito un analista junghiano.

Come scelse i suoi analisti?

In parte ho già risposto. Per via dei miei interessi intellettuali conoscevo già un po' le differenze di impostazione tra le teorie della psiche. Ho scelto quella che risuonava maggiormente in me e ho cercato un analista che ne fosse vivo testimone: cercavo una figura di umanista di spessore umano e conoscitivo, riconosciuto dalla comunità scientifica. Una persona di cui istintivamente potessi fidarmi. Penso che l'istinto sia la bussola più convincente. Certo ci possono essere sorprese, ma tant'è quelle sono inevitabili in qualsiasi scelta.

Che cosa occorre per fare un ottimo analista?

Onestà intellettuale e sincerità di sentimento innanzitutto. E naturalmente profonda passione conoscitiva e attitudine a una perenne ricerca nel confronto con gli altri, ma senza tradire il proprio portato individuativo, ovvero il proprio centro di energia affettiva e conoscitiva.

Le tante scuole di psicoanalisi aiutano o confondono?

Sempre da Jung ho appreso che tutti i fenomeni sono ambivalenti nel senso migliore del termine, sicché anche questa domanda si presta a una risposta doppia: le tante scuole possono aiutare laddove aprano la mente all'alterità delle differenti prospettive in un'ottica di ampliamento e integrazione. Di fatto oggi si segue questa via. Proprio perché la psiche è complessa, complessi devono essere gli approcci. Quello che una scuola trascura magari è al centro di un'altra. Inoltre, il paziente può avere una maggiore possibilità di scelta in base appunto alla sua tipologia personale e alla sua attitudine. Il problema è che la persona sofferente di solito non ne sa nulla della visione che sostiene una scuola piuttosto che un'altra e arriva dall'analista in modo spurio, perlopiù per un invio di amici o del medico curante o cose simili. La moltitudine di proposte può insomma essere un arricchimento, ma in effetti può avere anche un effetto di straniamento e confusione quando manchi completamente un istinto di orientamento personale e quando le varie scuole di psicoanalisi, anziché porsi umilmente come una delle possibilità, presumano di rappresentare al meglio e senza resti la risposta al malessere. Quando insomma ci sia supponenza intellettuale anziché senso del relativo e umana *pietas*.

Perché ritiene Jung il più convincente dei maestri?

In coerenza con quanto appena detto, penso che Jung sia il più convincente per me, non in assoluto, cioè rispecchia maggiormente la mia sensibilità e il mio scenario intellettuale. Del resto penso che l'efficacia terapeutica non possa che prendere le mosse dall'autenticità della psiche dell'analista, per cui sapere dove risuona non è un capriccio fine a sé stesso, ma una necessità dalla quale discende anche la percezione delle differenze degli altri. Oramai siamo in tanti a sostenere che ogni teoria è una delle tante narrazioni possibili della psiche. Per me è di straordinaria importanza la nozione junghiana di inconscio collettivo. Considerare che nella psiche, sia individuale che collettiva, agiscano non solo i ricordi del romanzo familiare ma quelli pluristratificati della specie, offre una prospettiva di sguardo straordinariamente fertile sia per comprendere la clinica individuale che la cultura generale nella quale si è formata. Inoltre è culturalmente affascinante, dà spinta e energia. È come essere di fronte a uno specchio abbastanza grande da potersi vedere non a frammenti ma interi. La distinzione tra segno e simbolo è a sua volta importantissima. Il segno rimanda a qualcosa di noto che devi svelare, per contro il simbolo apre all'ignoto, richiede intuizione, immaginazione e disponibilità a lasciare cadere le certezze per inoltrarsi nel non ancora conosciuto. Disponibilità a lasciarsi trascinare dalle immagini oniriche senza presumere di capirle del tutto riportandole a teorie predefinite. Disponibilità al gioco, all'immaginazione, agli aspetti esoterici della vita, visti come valori, non come derive patologiche dalla razionalità. Penso che abbiamo bisogno di intuire il valore dei simboli, non solo di decifrare i segni. Qui sta anche una grande differenza tra Freud e Jung. Certo, se devo andare in una città e non conosco la strada, ho bisogno di un cartello che indichi in modo preciso (che segnali) la direzione, ma il viaggio nell'anima ha ben poco a che vedere con la segnaletica stradale! Lì, per dirla con Eraclito (e a memoria) vai e non ne trovi i confini nemmeno a percorrere tutte le strade, tanto è profondo il discorso che comporta. Lì, più che cartelli segnaletici, incontri fantasmi, specchi deformanti, incontri gli stregatti di Alice, orchidee, streghe, fate, vampiri e compagnia bella. Insomma, incontri le infinite figure con le quali l'anima ha rappresentato sé stessa lungo la storia del pensiero e dell'immaginazione. Hai voglia a metterci un cartello segnaletico!

Per James Hillman siamo chiamati a "fare anima". Per lei?

Appunto, fare anima. È assolutamente importante e a maggior ragione in questo tempo che l'anima sembra

averla perduta sull'altare del successo, del potere, dell'eterna giovinezza di un corpo che mentre decade, si tira, si gonfia, smagrisce a tutti i costi o si rimpolpa qua e là secondo i canoni imposti dall'idea attuale di bellezza, mentre insomma fa rocamboleschi e disperati tentativi di eludere il vuoto, di eludere il tempo e la morte che invece l'anima consce e patisce nel suo intimo, mentre succede tutto questo dicevo, il tempo galoppa verso il post-umano e dichiara che le grandi narrazioni sono finite. È una falsità: le grandi narrazioni persistono, sebbene camuffate dalla capacità teatrale e trasformista dell'anima appunto. Persistono nel simbolismo dei sintomi, nei risvolti dell'angoscia e della depressione. Penso che non possa costituirsi nessun autentico Io se l'anima, intesa (anche) junghianamente come tramite tra l'Io e l'inconscio, viene dimenticata, svilita, ignorata.

Chi o che cosa decide quando termina l'analisi?

Di solito si decide assieme, paziente e analista si rendono conto di quando bisogna porre la parola fine alla relazione che magari per tanti anni ha sostenuto e motivato entrambi. Aiutano i sogni. Ce ne sono alcuni che sembrano dirlo in modo chiaro attraverso immagini simboliche di particolare pregnanza e che possono essere letti in modo intuitivo. Non c'è nessun bisogno di mobilitare concetti come difese, censure, significati latenti e manifesti. È piuttosto come quando si vedono certe scene dei film. Si capiscono e basta. Le immagini, diceva Jung, hanno dentro il loro significato. Se a esempio si sogna di essere giunti a un incrocio della strada in cui il paziente va di qua e l'analista di là, forse il sogno sta dicendo che è il momento che ciascuno prenda la propria strada separandosi dal compagno di viaggio. La separazione avviene sempre sulla base di un sentimento condiviso, a meno che non ci siano traumi nella relazione, ma questa è un'altra storia. A volte occorrono mesi di tempo per elaborare la fine. Insomma, anche per questa domanda ci sono risposte multiple. Nulla è scontato, tranne l'onestà intellettuale, la generosità di cuore e di sguardo. Se mancano questi attributi tutto il resto è vuota parola. Senza senso.

Qual è la forma più grave di nevrosi che si trova frequentemente davanti?

Negli ultimi anni nel *setting* hanno fatto irruzione attacchi di panico, disturbi alimentari, stati di astenia psicofisica, insonnia, inquietudine vaga e invasiva. Nevrosi d'angoscia. Credo che la depressione le contempli e le riassume un po' tutte. Sotto sotto c'è un abissale smarrimento di fronte alla vita e ai tempi contemporanei che, a dispetto del moltiplicarsi di proposte terapeutiche, rivela un vuoto spaventoso di anima: di autentica umanità. È come se l'individuo non sapesse più chi è, dove andare e perché andare. La nevrosi individuale, diceva Jung, è specchio di quella collettiva. Saperlo è importante per non sentirsi l'unico soggetto devastato.

Curano di più le parole o i silenzi?

Entrambi. Saperli calibrare è un'arte magica, sottile. Le troppe parole soffocano, i troppi silenzi isolano e alienano.

Anche l'analista, come il padre, va ucciso o, se preferisce, oltrepassato?

Va oltrepassato per procedere sulla propria strada, ma se è stato un buon padre la sua impronta positiva rimarrà interiorizzata non come via da seguire a tutti i costi, ma come bussola di orientamento possibile: come buon imprinting declinabile secondo la personalità dei figli, come esempio di una normatività sensata, che aiuta a orientarsi nel mondo. La mancanza di padri è uno dei temi molto dibattuti oggi e giustamente.

Come si lavora per fare crollare le resistenze?

Non volendo farle crollare a tutti i costi, giacché il tipo di resistenze che il soggetto ha edificato, in qualche modo rivela parti del suo carattere che, sebbene abbia subito deformazioni, è cosa sua, ineludibile. Piuttosto, le resistenze vanno capite e ricollocate in modo armonico dentro la complessità della psiche. A esempio, se un soggetto si difende molto con le razionalizzazioni, molto probabilmente non regge l'impatto diretto col sentimento, con l'istinto, con la pulsionalità e via dicendo, tuttavia rivela anche un'attitudine intellettuale che non va demolita. Se un altro si difende dal vuoto viaggiando troppo, forse non vuole vedere il vuoto che c'è dentro di lui, ma l'attitudine al viaggio di per sé non va demolita. Se un altro ancora si difende con l'estetica, forse ha paura del tempo che passa e del decadimento del corpo, ma l'estetica in sé è un valore plurimo. Insomma, capire, ricollocare nella storia del pensiero e dell'immaginazione, dare valore alle resistenze quali indicatori di percorso, piuttosto che deviazioni sempre e solo patologiche. Causalismo e finalismo dei sintomi sono i due poli della psiche su cui Jung ha davvero illuminato.

È più complicata la gestione del transfert o del controtransfert?

Direi del transfert, perché l'analista per definizione è più consapevole del proprio mondo interiore e almeno in parte ha accettato le sue ombre e sa dialogare col proprio inconscio. Sa riconoscere i propri limiti e conosce i gorghi della propria psiche. Il paziente rimane a lungo inconscio e, per così dire, posseduto dalle sue coazioni a ripetere. Qui le resistenze giocano un ruolo fondamentale. Il paziente non se le lascia smontare facilmente, ma come ho già detto, in parte ha ragione. Occorre che si stabilisca la fiducia terapeutica e che l'analista non veda solo la patologia, ma anche il potenziale nascosto.

Per Freud, il sogno è la via regia per accedere all'inconscio. Se viene ben interpretato, aggiungerei. È possibile avere una conferma di una buona interpretazione?

Rispondo ancora con le parole di Jung: la conferma dell'efficacia di un'interpretazione viene dal movimento di energia e di vitalità che favorisce. Non può certo venire da schede di valutazione a punti o cose del genere.

Ha faticato di più a lavorare con il suo inconscio o con quello degli altri?

Credo col mio.

Il costo elevato di un lungo percorso analitico ha spinto molti a orientarsi verso cosiddette analisi brevi, ma può esistere un'analisi breve?

No, evidentemente non si tratta di analisi ma di terapie brevi che agiscono a livelli più superficiali. Tuttavia talvolta non si può fare di più e sono proprio quello che occorre. L'analista formato sa quando non può spingersi troppo a fondo. Però non sempre il terapeuta che non si è spinto a fondo nella sua formazione personale capisce che il paziente dovrebbe spingersi oltre la psicoterapia breve.

L'analisi è un cammino di libertà. Le piace questa definizione o è incompleta?

È incompleta come ogni altra definizione, ma mi piace moltissimo. Direi che è essenziale.

Qual è il rischio che si cela dietro l'angolo dell'analista?

La dipendenza "eterna" da un altro o anche la deformazione del proprio portato individuale ad opera del portato dell'analista che rimane inconscio delle proprie ombre e dei propri limiti malgrado la formazione, o in mancanza di una vera formazione. L'illusione di aver capito intellettualmente tutto, mentre il male di vivere continua inesorabile il suo percorso. Il non riuscire a "lasciare andare" la vita per quello che è, senza interpretazioni consolatorie. Il non accettare la realtà delle umane contraddizioni, che nessuna analisi potrà mai risolvere. Insomma tante cose, ma se non c'è rischio non c'è vita....

Per Thomas Ogden ci vogliono due persone per pensare, ma sono davvero soltanto due le persone che si incontrano durante la seduta?

Sono una variegata moltitudine: sono i personaggi del teatro interiore di entrambi, quelli che riassumono i loro immaginari, i loro complessi, le loro ferite e le loro speranze. Sono davvero tanti e complessi e a orchestrare la scena dell'analisi non è l'Io ma il Sé. Diverso è per le terapie che agiscono solo a livello dell'Io razionale.

La sfera della sessualità è sempre al centro dell'analisi o c'è altro?

C'è assolutamente altro: indubbiamente la sessualità è una delle pulsioni importanti ma non è l'unica e certo non ha lo stesso valore per tutti. Il discorso qui si complica così tanto, che metto la parola fine a questa stimolante intervista che mi ha costretto a ripensare a tante cose.