

Il senso di appartenenza e la cura del noi

Vito Marino De Marinis

Il senso di appartenenza è la qualcosa che sperimentiamo costantemente nella nostra vita, nella nostra quotidianità. Esso nasce dal fatto che l'individuo riconosce se stesso come parte di un insieme più grande, un gruppo, una famiglia, un partito politico, e anche, nel nostro caso, di una istituzione.

Partendo dalla comune esperienza condivisa, l'appartenenza a una istituzione analitica, possiamo provare ad articolare alcune riflessioni.

L'istituzione CIPA non è soltanto un'aggregazione professionale o insieme di appartenenze teoriche ma anche un vero e proprio spazio relazionale che potremmo chiamare spazio psichico condiviso.

Uno spazio che ha un versante cognitivo: la cultura del gruppo che esplicita la condivisione di valori, di scopi, con una propria mitologia che si radica sull'origine. L'originario delle vicissitudini dei padri fondatori e la conseguente storia del gruppo. Ed anche un versante emozionale costituito dai legami che si stabiliscono fra i membri del gruppo. Si crea così un contesto strutturato da legami visibili e invisibili, una trama di reti affettive, nelle quali ognuno di noi assume la figura di un nodo di una complessa trama relazionale. Quindi un contenitore psichico collettivo che può svolgere prima di tutto funzioni di contenimento, influenzando profondamente la costruzione dell'identità professionale ma anche personale.

Una comunità oltre ad essere un contenitore psichico assume anche il valore di spazio elaborativo, garante etico, luogo di trasmissione della conoscenza ma anche ambiente trasformativo.

Pensiamo al recente evento nel quale attraverso le mail il gruppo si è confrontato con le dimensioni dell'inumano/disumano della distruttività del genocidio di Gaza, dando voce ai sentimenti di impotenza e di amarezza e all'indignazione profonda che l'accompagna. Provando a contenere ed elaborare in gruppo una serie di emozioni potenti, per cercare di trovare un senso possibile.

Certo sappiamo che il gruppo può anche essere fonte di sofferenza, spingere verso il conformismo, favorire la regressione, ferire narcisisticamente, ampliare i conflitti.

Pensiamo all'ultima crisi istituzionale quando il CIPA, potremmo dire, ha iniziato a funzionare, usando Bion, in assunto di base attacco-fuga (Bion 1961, p. 71), costellando la figura del capro espiatorio, figura portatrice delle tensioni, delle paure e della rabbia collettiva. Infatti le nostre menti erano spinte a funzionare in modalità schizo-paranoide, guardando la realtà in bianco e nero, per esempio dividendo gli altri in buoni e cattivi. Quanto impegno è servito ai colleghi che avevano responsabilità istituzionale e a ogni singolo socio per resistere e non far scivolare l'associazione in dimensioni irreversibilmente distruttive.

Qui però non si vogliono studiare le dinamiche dei gruppi ma invece considerare il gruppo come lo sfondo sul quale si costituisce l'identità personale, in una dinamica continua tra appartenenza e individuazione. In una visione, in accordo con Renè Kaes (2015), che considera l'essere umano come costitutivamente intersoggettivo. L'essere umano vive solo nei legami oscillando tra stati di identità e stati di differenziazione. In contrasto con tale modo di vedere la cultura prevalente in ambito Junghiano ha teso, per lo più, a ipervalutare la dimensione della differenziazione e individuazione e a lasciare in ombra il bisogno di appartenenza.

Per parlare di tale evenienza partirei da una frase attribuita a Jung da B. Hannah, frase che è diventata, nel corso degli anni, uno slogan rappresentativo di uno specifico modo di pensare, presente soltanto in alcune pagine di Jung, ma molto diffuso negli ambienti junghiani.

La frase è ben nota, Jung avrebbe affermato: «...Thank god, I'm Jung not a jungian».

Nella frase, che assumiamo come emblematica, viene espressa in forma "brillante" l'ideologia dell'individuazione, nella quale è implicita la sopravvalutazione grandiosa di uno solo dei due poli o bisogni opposti, tipici della condizione umana: il bisogno di autonomia, di differenziazione, in conflitto col bisogno di appartenenza che si articola nel senso della dipendenza.

Nella frase viene espressa la definitiva scotomizzazione o negazione di un'area essenziale, di fondamento, del funzionamento mentale che è, lo ripetiamo, l'area che esprime appartenenza, la quale contiene in sé processi psichici legati alla dipendenza.

Nella frase è presente disprezzo verso l'essere junghiani, tale disprezzo, insieme di odio e senso di superiorità, si può dire abbia informato, attraverso la trasmissione transgenerazionale, tutta una tradizione e una cultura con la quale ancora oggi ci troviamo a fare i conti.

Di analisi in analisi, attraverso le generazioni, il bisogno di appartenenza e il bisogno di sicurezza che lo sostiene, il piacere per la dipendenza che esso comporta, è rimasto in ombra, fuori della riflessione psicologica. Catturati nella spinta tensionale verso processi individuativi, iniziazioni archetipiche, definitive ed illusorie, nella coercitiva necessità di essere speciali, creativi, unici; presi in linguaggi fantasmagorici che allontanano dalla verità, dalla realtà, rischiamo di perdere il lascito di maggior valore che, a mio avviso, Jung ci ha lasciato: la passione, insieme di costrizione ed entusiasmo, per la conoscenza, per la libertà di sperimentare e conoscere con mente spregiudicata, la realtà della psiche così come, essa si presenta di contesto in contesto.

La scotomizzazione di un'area della mente, l'area dell'appartenenza, sappiamo per esperienza, la mantiene inevitabilmente a livelli arcaici, non differenziati.

La mente può così prendere a funzionare con modalità borderline oscillando fra fusionalità e distacco schizoide, o attivando difese dell'area narcisistica tipo negazione del bisogno. Di esempi ne conosciamo tutti: il mio amore e la mia venerazione per il pensiero di Jung sono illimitati, solo usando il suo metodo si possono veramente aiutare gli altri. Oppure: Jung, le sue teorie e l'associazione dei colleghi non mi interessano più, sono solo cattivi incontri dei quali non vedo l'ora di liberarmi. Infine: io sono il vero interprete del pensiero di Jung, il più moderno o meglio post-moderno, oppure il vero analista, degli altri posso fare a meno li frequento per necessità materiali.

Ho scelto delle macchiette al posto di esempi reali per evitare che ci si possa identificare con situazioni psichiche croniche che considero, invece, stati transitori della mente nei quali, in risposta a frustrazioni o delusioni, si può momentaneamente cadere.

Di fronte a tali eventi credo sia necessario assumere un'etica della responsabilità. Ognuno di noi, con le sue azioni o omissioni può determinare, a vari gradi, la qualità del clima interno dell'associazione. Tale responsabilità rimanda, prima di tutto, ad un valore essenziale del pensiero

di Jung: divenire consapevoli del nostro mondo affettivo, la responsabilità dell'auto conoscenza, (Jung 1957, p. 143). Questo processo di autoconoscenza può aiutarci ad evitare di agire le nostre aree complessuali verso gli altri. Quindi responsabilità verso i colleghi, verso la nostra comunità, la cui qualità dipende strettamente dal comportamento di ognuno.

Ognuno di noi, a gradi diversi, è responsabile della gestione della cosa comune, e ha il compito, la responsabilità, di avvicinarsi all'altro considerandolo come prossimo, vicino e di tentare di uscire da una dimensione di competizione, sospetto o indifferenza, per poter iniziare un percorso di dialogo e conoscenza reciproca.

Il dialogo però, come sappiamo, è perturbante. Quando si attiva in noi la dimensione della fiducia e della solidarietà necessari al vero incontro con l'altro da noi, immediatamente si attiva anche la sua dimensione d'ombra: la visione dell'altro come rivale. L'antico adagio *homo homini lupus est* risorge nei rapporti e, come spirito Mercurio, crea equivoci, paura e sospetto. Però, se ci muoviamo nell'orizzonte valoriale del mondo Junghiano, la consapevolezza del male non ci esime di perseguire ciò che pensiamo come il bene. In tal senso i pensieri che seguono tentano di descrivere il significato profondo di una scelta, la sua urgenza o Necessità (Ananke) nel senso dei greci.

Tale Necessità appartiene chiaramente all'ambito della politica intesa nel senso della gestione o governo della "cosa" comune, una politica che implica prima di tutto scelta di un orientamento. Fra tutte le accezioni possibili credo che la definizione più vicina sia quella che ne dà Aristotele nella *Politica*: *Philia*, l'amicizia è un principio di coesione e collaborazione fra i cittadini volta alla ricerca di ciò che deve essere il bene comune, in contrasto col machiavellismo d'accatto imperante oggi, nel quale la dimensione etica si perde non solo nei mezzi ma anche negli scopi.

La prima associazione analitica junghiana può essere considerata il gruppo che si riuniva intorno a Jung a Zurigo che era, nelle intenzioni, non una scuola di formazione ma una piccola comunità di persone analizzate che si incontravano per sostenersi nel proprio sviluppo psicologico, intellettuale e spirituale. In tale contesto, predominante era l'idea di comunità e la qualità etica presente nel gruppo. Poi le associazioni analitiche si sono evolute diventando luogo di formazione e si sono proiettate nella dimensione quantitativa del fare proselitismo e diventare sempre più grandi e influenti nel promuovere, come recitano gli statuti delle varie associazioni, lo studio e lo sviluppo del pensiero junghiano.

Lo sfondo, nel quale predomina lo scopo di diventare sempre più grandi e influenti, spesso è diventato prevalente a danno dell'altro, quello cioè di costituire una comunità che aiuti e sostenga lo sviluppo e la maturazione del singolo. Tale predominio ha determinato sofferenza nei singoli che hanno tentato di trovare "comunità" all'interno di piccoli gruppi, spesso con caratteri endogamici, al limite incestuali.

Certo si può continuare a competere sugli interessi o su chi è più junghiano o post-junghiano e incontrare l'altro con paura o disprezzo, oppure chiudersi nella ricerca dell'illusione o pregiudizio della purezza del proprio specifico universo simbolico, coltivando in piccoli gruppi, culture esoteriche che prendono per verità assolute semplici teorie. Scrive Jung che «Le teorie sono inevitabili, ma come meri sussidi» (Jung 1945, p. 98), cioè credenze provvisorie. D'altronde in questo si è prigionieri dello spirito del tempo. Scrive Z. Bauman, a proposito dei valori del mondo occidentale: «il mondo è inospitale per la fiducia e la solidarietà umana e la cooperazione amichevole» (Bauman 2013, p. 94). Il nostro mondo culturale ci spinge a sentirci «circondati da rivali, competitori nell'infinito gioco del fare sempre meglio degli altri» (ivi p. 98). Tutto ciò spingerebbe ad arroccarsi nei confini ristretti dei nostri piccoli gruppi, una risposta negativa in

opposizione all'etica profonda della nostra professione.

Abitiamo oggi, infatti, un collettivo spaventato che invece dell'aprirsi spinge verso un collassare, motivato dalla paura, spinge sul chiudersi, chiudersi in campanilismi gretti, in gruppi irrigiditi su verità parziali prese per assolute. Infatti, l'epoca nella quale viviamo, dopo la crisi delle grandi verità ed esposta alla globalizzazione neoliberista in campo economico, è una cultura spaventata, spaventata anche dal confronto con altre culture che si fanno minacciosamente sempre più vicine. In tale situazione gli individui sembrano organizzarsi intorno alla paura, e quindi al bisogno di sicurezza.

La sicurezza sta diventando il tema fondamentale in un mondo che ha perso le sue certezze. Infatti i nomi che si adoperano per la nostra epoca sono epoca dell'incertezza, società liquida, epoca nella quale sembra che la contrazione provocata dalla paura produca, a livello sociale, rigurgiti di razzismo e di campanilismi meschini.

Anche nel nostro ambito ne vediamo i riflessi: l'angoscia porta a chiudersi in privatismi egocentrici, in piccoli gruppi che si chiudono in sé, fondandosi su teorie prese per verità assolute e rifiutando ogni forma di alterità. Oppure in una maniacalità della presenza che rifugge i tempi lenti e il silenzio della riflessione, necessari per ogni evoluzione interiore.

Si ricercano certezze idealizzando uno scientismo di ritorno. Anche nel nostro ambito la dimensione della quantità, figlia della cultura economica, sembra assoggettare gli altri valori.

Di fronte a tale spinta credo sia necessario costituirsi, prima di tutto, come nuclei di resistenza, per un mondo valoriale, il nostro, che è in conflitto con lo spirito del tempo. Il considerare l'appartenenza, e il suo fondarsi nella solidarietà, come valore primario, è una delle possibili risposte alla diffusa impressione di crisi, crisi senza soluzioni definitive che sembra essere metafora della condizione dell'uomo nella post-modernità. Condizione che si caratterizza come specifica relazione con il tempo, come incapacità di pensare il futuro, il nostro è "Tempo senza promesse" per dirlo con Levinas (2022). La trascendenza ha abbandonato l'uomo e il mondo e il futuro diviene angosciosamente incerto: viviamo nel tempo dell'incertezza. Incertezza che ci rende spaventati e impotenti; ma se la paura non predomina nelle nostre menti, se il senso di impotenza non scivola nell'amarezza, possiamo accogliere la crisi come occasione, occasione di cambiamento, di apertura, di possibilità. Certo ormai sappiamo che l'azione è senza garanzie e questo si riflette sulle nostre convinzioni teoriche ma ancor più nel nostro operare analitico. Lo stato di incertezza, l'azione senza garanzie può produrre nella mente angoscia e spaesamento ma credo possa renderla più libera nell'incontrare realmente l'altro nella sua individualità, e in tal modo, promuovere maggiore libertà di pensare, di conoscere, di vivere e trasformarsi. Certo, siamo diventati più vulnerabili ma veniamo anche consegnati all'unica possibilità e responsabilità di un incontro individuale con la realtà.

Infatti, la condizione umana va oggi pensata come avventura incerta e imprevedibile, sappiamo che il mito del progresso infinito e irreversibile è ormai tramontato.

È sufficiente pensare all'ultimo periodo nel quale l'economicismo imperante, portatore di un unico valore quale l'efficienza, non solo non ha realizzato ciò che aveva promesso, maggiore felicità e sicurezza, ma ha svelato tutto il suo carattere di illusione, non ha portato sicurezza ma distruzione, come ascoltiamo tutti i giorni, della dimensione etica. È necessario, credo, in tale contesto, non smettere di essere sensibili e continuare ad avere la capacità di indignarsi, ricordando che la sfera dell'etica è alla base del nostro operare e in tal senso sentirci chiamati ad una dimensione di maggiore responsabilità.

Se il mito del progresso certo e ineluttabile è crollato e il futuro ora diventa incerto, possiamo non cedere alla sfiducia, all'amarezza dei tempi, e se usciamo dalla contrazione legata alla paura, possiamo scommettere, usando un termine di E. Morin (2002), su un futuro nel quale la dimensione valoriale che riguarda specificamente il nostro mondo, possa realizzarsi. Al fondo della nostra professione, infatti, c'è il sentimento del rispetto per l'altro, per la sua alterità e la compassione per la sua sofferenza. Per Jung un buon terapeuta, scrive Aurigemma, «è un individuo ben strutturato moralmente e intellettualmente, spinto nella sua attività innanzitutto da un sentimento profondo di solidarietà umana» (Aurigemma 2008, p. 3).

Il futuro, in tal senso, non è solo frutto deterministico del presente ma è anche scommessa legata a degli scopi da raggiungere, il futuro anche si fa, si costruisce.

Il ponte sul futuro, infatti, può essere gettato da due figure: la promessa e il desiderio.

Come la promessa che facciamo ai pazienti che saremo affidabili nel garantire stabilità e continuità, non impazziremo nei mesi o negli anni necessari per il processo analitico e su questa promessa si baserà la dimensione di fiducia che l'altro potrà attivare. O anche nei confronti della solidarietà verso gli altri della nostra comunità, ai quali promettiamo che quando ci sarà bisogno noi saremo lì.

Il desiderio invece ci vede come agenti, esso può produrre quelle azioni che possono far sì che i valori che stanno al fondo della nostra professione trovino realizzazione. Esso è impegno e scommessa, un percorso non certo e prevedibile ma avventura incerta e complessa. Un percorso che si traccia camminando come sa chiunque osserva il suo muoversi nel mondo e il muoversi del mondo.

Nel nostro contesto culturale abbiamo bisogno, quindi, di accogliere i nuovi pensieri, nuove teorie e nuove riflessioni con un ancoraggio alla dimensione etica. Non per realizzare esercizi di stile o per essere sul palco, o per essere nei salotti, o al servizio della New age, che promette pillole di felicità a poco prezzo, ma al servizio della compassione verso la sofferenza e nel tentativo di fare di quest'ultima, come scrive Jung in più parti, occasione per la maturazione dell'individuo.

Quindi, continuare a pensare per mantenerci vivi psichicamente perché abbiamo una responsabilità nei confronti di chi cerchiamo di aiutare. Non Adepti di una qualche teoria o di qualche maestro ma individui che assumono la responsabilità profonda del proprio modo specifico di essere nel mondo, come è nel centro della realtà valoriale della nostra tradizione junghiana.

Di contro possiamo certo continuare a inseguire meri interessi personali, competere su chi è più Junghiano o postjunghiano. Oppure, incontrare l'altro narcisisticamente aspettandoci solo rispecchiamento e facilmente scivolare così nel disprezzo dell'altro. Oppure, spinti dalla paura, irrigidirsi in gruppi chiusi. Oppure, possiamo scommettere su un sentimento, o atteggiamento forte... l'amicizia.

Qui parliamo di Amicizia, forse è una forzatura linguistica di un termine che descrive ai nostri tempi un fatto che avviene tra singoli individui nell'intimità del faccia a faccia. Hannah Arendt propone un significato diverso: l'amicizia non è privata ma politica, essa rimanda al concetto aristotelico di *philia*, «L'amicizia tra i cittadini è una delle condizioni fondamentali del benessere della città [...] L'essenza dell'amicizia consiste nel dialogo fra esseri umani» (Arendt 2019, p. 84). Per la Arendt il mondo non è umano perché abitato da esseri umani ma solo nel dialogo fra gli uomini le cose del mondo diventano umane. Essa scrive: «Noi umanizziamo ciò che avviene nel mondo e in noi stessi solo parlandone e, in questo parlare, impariamo a diventare umani» (ivi, p. 86).

I greci chiamavano filantropia questo aspetto dell'umano che si realizza nel dialogo, poiché in esso si manifesta la disponibilità a condividere il mondo con altri uomini. Se guardiamo da vicino il significato del termine dialogo possiamo, a mio avviso, coglierne il valore di possibilità nella dimensione del rispetto.

L'amicizia ha come elemento basilare il Rispetto. L'amicizia non è sfruttamento o manipolazione o complicità contro un terzo, è basata sulla fiducia e sul rispetto. Il rispetto per l'altro nella sua unicità.

Il rispetto, scrive la De Monticelli, è: «il sentimento del valore dell'altro come tale, in ragione della sua unicità e (al di là) dell'individuazione di qualunque sua proprietà» (De Monticelli 2003, p. 217).

Si struttura liberando la mente da qualsiasi elemento complessuale, è profondamente equanime, per tale motivo è la base del processo della comprensione dell'altro.

In tal senso, il rispetto è una virtù che nasce dalla possibilità di governare le nostre passioni. Aprirsi verso l'altro, credo possa essere inteso, prima di tutto, come realizzare una scelta di campo nella dimensione dei valori nel suo significato di rendersi vulnerabili e rischiare per entrare così nella dimensione della prossimità, necessaria per ogni reale dialogo.

Certo non è facile, come sappiamo il dialogo può essere perturbante, ma per dirlo con S. Natoli: «le vicende recenti ma anche la storia in generale stanno lì a mostrare che laddove mancano le virtù le società tendono alla lunga a scomporsi e a disfarsi [...] O, comunque, si riducono a una condizione in cui non è bello vivere» (Natoli 2002, p. 57).

Le nostre piccole società, le nostre associazioni possono, e tutti noi lo abbiamo sperimentato, ridursi ad una condizione in cui non è bello vivere. Le nostre associazioni però per le caratteristiche del nostro lavoro hanno un valore essenziale, possono o non possono facilitare la nostra capacità di crescita interiore, ed anche credo di essere analisti efficaci. Uno degli elementi sul quale si basa la nostra fiducia in quel che pensiamo o agiamo è, credo, il senso di appartenenza alla comunità dei competenti.

L'appartenenza è caratterizzata da un Legame complesso che si articola tra la dimensione affettiva e quella cognitiva e che influenza necessariamente la nostra fiducia di base quando stiamo nella stanza di analisi. Per esempio, non è così semplice, ed ovvio, conservare la fiducia che quel che facciamo oggi possa, insieme ad altri fatti che sono avvenuti ieri, che abbiamo compreso solo parzialmente e ad altri fatti che avverranno nelle prossime sedute, produrre fra tre anni o dieci anni crescita e sviluppo. Questa fiducia può essere sorretta, almeno parzialmente, dall'idea dell'esistenza del gruppo dei nostri colleghi che condividono, per anni, la nostra stessa fiducia. Sorretta e alimentata dal senso di appartenenza ad una comunità di colleghi che hanno sfondi valoriali simili ai nostri.

Il desiderio che l'amicizia, che sottende i valori che stanno al fondo della nostra professione, possa realizzarsi è quindi impegno e scommessa, un percorso, come abbiamo già detto non certo e prevedibile ma avventura incerta e complessa.

C'è quindi la necessità di scommettere su un percorso: uso la parola scommettere consapevolmente poiché ogni situazione ha in sé il senso del rischio e della possibilità che però noi possiamo tentare di governare.

Il desiderio che l'amicizia possa realizzarsi è quindi impegno e scommessa, un percorso non certo e prevedibile. Solo in tal modo, però, possiamo rendere operativa la dimensione della solidarietà, parola che non ci interessa quando è solo formale appartenenza al politicamente

corretto, ma è di estremo valore quando diviene azione, impegno, sforzo condiviso. È partendo da queste azioni di dialogo incarnato che l'idea di comunità diviene esperienza concreta, pratica esistenziale.

In tal modo ci si rende vicini, prossimi all'altro. La prossimità, infatti è l'avvicinamento all'altro non per sottometterlo ai nostri bisogni, non per cercare di renderlo specchio narcisisticamente orientato, ma per attivare quella dimensione emotiva che determina il suo riconoscimento come simile, compagno di viaggio di quell'avventura che è la vita. Nel nostro caso specifico, quell'avventura iniziata più di cento anni fa con la nascita della psicologia analitica. Avventura che si dipana di generazione in generazione di analisti e della quale ognuno di noi ha necessità di assumere l'entusiasmo e la responsabilità.

Bibliografia

- Arendt H. 1968, *L'umanità in tempi bui*, Raffaello Cortina, Milano.
- Aurigemma L. 2008, *Il risveglio della coscienza*, Bollati Boringhieri, Torino.
- Bauman Z. 2013, *“La ricchezza di pochi avvantaggia tutti” Falso!*, Laterza, Bari.
- Bion W.R. 1961, *Esperienze nei gruppi*, Armando, Roma.
- De Monticelli R. 2003, *L'ordine del cuore*, Garzanti editore, Milano.
- Jung C.G. 1945, *Medicina e psicoterapia*, in OCGJ, vol. XVI, Boringhieri, Torino 1981.
- Jung C.G. 1957, *Presente e futuro*, in OCGJ, vol. X**, Boringhieri, Torino 1986.
- Kaes R. 2015, *L'estensione della psicoanalisi*, Franco Angeli, Milano.
- Levinas E. 2022, *Il tempo e l'altro*, Mimesis, Milano.
- Morin E. 2002, *Il metodo 5. L'identità umana*, Raffaello Cortina, Milano.
- Natoli S. 2002, *Stare al mondo*, Feltrinelli editore, Milano.