

Trova i miti che ti rappresentano

intervista di Cinzia Figus a Susanna Fresko e Chiara Mirabelli

fonte luglio 2017: <http://www.tuttoebello.it/susanna-fresko-chiara-mirabelli-trova-i-miti-che-ti-rappresentano/>

Per iniziare mi fate tre esempi di mito personale?

Chiara M. e Susanna F.: Prima dovremmo innanzitutto capire che cosa si intende con “mito”: la prima cosa che può venire in mente è la mitologia greca, che senza dubbio è il riferimento più diffuso nel nostro contesto culturale. Certo questo appartiene al senso che al mito possiamo dare, ma i miti appartengono a diversi piani. Possiamo riferirci nel percorso di ricerca mitobiografica a narrazioni mitologiche antiche (per esempio Artemide: quanto come donne possiamo riconoscerci in un femminile che sappia essere autonomo, consapevole di sé, che sappia stare in relazione agli altri – donne e uomini – non come rivali ma come pari, in reciproco scambio?) oppure a miti collettivi, le “grandi narrazioni” in cui siamo storicamente inseriti (come il cristianesimo) oppure a miti incarnati in una singola famiglia (come le tradizioni professionali, per non parlare di tutta l’eredità affettivo-emotiva o su altri piani).

Tutti sappiamo cosa sia un’autobiografia, ma il valore aggiunto di quella che Ernst Bernhard definisce “mitobiografia” è il riconoscere nella propria storia degli elementi che la trascendono. Parliamo di racconti familiari, sociali, culturali, ma anche di archetipi. Come fanno questi ultimi a orientare le nostre vite?

Chiara M.: La parola archetipo, dal greco antico, unisce “arché: originale, iniziale” e “tipos: modello, esemplare”: insieme “immagine”. Quella a cui facciamo riferimento nel libro **Qual è il tuo mito?** è l’accezione junghiana. Nel testo *Gli archetipi dell’inconscio collettivo* Jung lo definisce: “Un modello ipotetico, qualcosa di simile a un ‘modello di comportamento’ in biologia”. Gli archetipi come modelli antichi iscritti nella psiche, che ci appartengono in quanto esseri umani. Si esprimono nella psiche attraverso funzioni archetipiche. La struttura archetipica, sul piano collettivo, “trova espressione non solo in temi ricorrenti nella storia dell’uomo, ma anche nell’organizzazione spazio-temporale delle produzioni fantastiche che da sempre hanno caratterizzato i miti, le religioni, le fiabe e le forme dell’arte”, come scrive Paolo Aite in *Paesaggi della psiche*.

Riesci a chiarirmelo meglio?

Chiara M.: Credo che ognuno possa riconoscerli nella propria quotidianità. Ad esempio l’archetipo dell’Ombra, il rapporto tra la coscienza e la parte inaccettabile o scarsamente accettabile della psiche. È la dinamica conscia e inconscia tra “Ciò che siamo e non vorremmo

essere, ciò che non siamo e vorremmo essere” (cito il testo *Studi sull’Ombra* di Augusto Romano e Mario Trevi). Vediamola con un’immagine “fisica”: l’ombra che esiste poiché è rapportata a qualche luce, entrambe si rigenerano sempre in relazione l’una con l’altra. Un secondo esempio: gli archetipi di Animus e Anima. Jung chiama così la dualità del maschile e del femminile presenti in ogni individuo: che si sia nati biologicamente di sesso maschile o femminile, Animus e Anima sono dentro ognuno di noi. Sono presenti sia nell’inconscio collettivo sia in quello individuale, dunque si muovono nella vita dei singoli come in quella delle società e culture.

Possiamo essere cristiani o non esserlo. In ogni caso viviamo in un contesto culturale e sociale profondamente influenzato da questa religione. Quanto e in che modo ci condiziona anche se non ci crediamo?

Susanna F.: Vorrei tentare di rispondere a questa domanda a partire da quel “non ci crediamo” finale. Alle volte, alla domanda “Credi all’esistenza di ‘Dio’?” mi sono sorpresa a pensare “E come non crederci?!” , ma non nel senso del credere all’esistenza di ciò che “Dio” si suppone debba rappresentare – principio creativo originario o in qualunque altro modo vorremmo “definire” il mistero dell’origine dell’esistenza – piuttosto nel senso di “Dio” come oggetto di attenzione e narrazione continua, da sempre, da parte dell’essere umano. È un dialogo continuo quello che intessiamo con la ricerca di senso – o meno – delle nostre esistenze, della nostra stessa nascita, e a seconda dei contesti culturali e delle diverse geografie del mondo questo dialogo si esprime in forme e parole diverse; forme e parole che a loro volta sono specchio dei diversi contesti in cui nascono, in cui a determinare un certo tipo di approccio alla vita e al mondo, un certo tipo di “clima”, s’intrecciano tra loro molteplici fattori, per esempio di tipo storico ma anche ovviamente geografico. Quindi non c’è bisogno di credere al Dio cristiano per riconoscere l’influenza che questa “grande narrazione” produce, piuttosto – in qualità di “specchio” – possiamo considerarla come un’ottima occasione di comprendere aspetti fondamentali riguardo a noi stessi.

Non dobbiamo fare i conti solo con l’inconscio individuale perché da considerare c’è anche quello collettivo. In che modo quest’ultimo può influenzare l’esistenza di interi gruppi di persone?

Chiara M.: Come i singoli, i “gruppi di persone”, piccoli o grandi che siano, sono dei soggetti con la loro vita e la loro morte, con le loro staticità e trasformazioni e interazioni sistemiche con altri. Pensiamo facilmente alla vita individuale, alle singole biografie, ma basta spostare lo sguardo un po’ più in alto, o in basso, e rendersi immediatamente consapevoli che ci sono anche la vita e la storia di una comunità, di uno stato, di un continente, di un pianeta. Per porla su conscio e inconscio, possiamo vederla schematicamente in questo modo: così come siamo influenzati da ciò che è “visibile” nel contesto storico e culturale, e dal fatto di essere biologicamente appartenenti alla specie umana, così

siamo influenzati dalle loro parti “invisibili”, sotterranee, inconsapevoli sul piano della coscienza. Influenzati perché immersi in essi.

Considerando che la nostra identità è sempre in divenire, come si fa a impostare una mitobiografia realistica di se stessi? Sarà sempre superata da un racconto di sé ulteriore.

Susanna F.: Colpisce innanzitutto la mia attenzione l’espressione “mitobiografia realistica”. Richiederebbe un’importante riflessione su ciò che intendiamo, per esempio, con la parola “realtà” e i suoi aggettivi correlati. Per me “realtà” è un prisma complesso, che possiamo osservare attraverso differenti prospettive, diversi linguaggi – penso per esempio un poco scherzosamente al famoso *Esercizi di stile* di Raymond Queneau, dove una stessa scena viene raccontata in non so quanti modi diversi cambiando di volta in volta registro letterario. Prisma in costante trasformazione, dunque impossibile pensare di individuare un’immagine che sappia esaustivamente e in maniera duratura raccontarci. Sarebbe molto opprimente! Questo vale per la mitobiografia così come per l’autobiografia. Con una fondamentale differenza, forse: la mitobiografia – attingendo alla dimensione archetipica e simbolica – va a toccare una dimensione più d’insieme, un orientamento complessivo, come se si potesse sintetizzare in un gesto, in una parola, le nostre dinamiche più profonde.

Una parte importante dei percorsi formativi che promuovete e nei quali siete docenti è dedicata alla scrittura. Come si insegna, nella pratica, a impostare un’autobiografia?

Chiara M.: Più che un “insegnamento” lo definirei un accompagnamento nell’orientamento all’interno della storia di vita. Dare fiducia al fatto che percorrere la propria biografia abbia un senso e un valore. Alcuni modi che suggeriamo nei nostri seminari: dare sollecitazioni a partire da un tema, un testo, un’immagine, un oggetto, un periodo e invitare alla scrittura libera in quel momento. Si suggerisce poi di conservare tutti i “frammenti di vita” scritti in queste occasioni, e dopo tempo accostarli, ampliarli, comporli, ricomporli. Poi, certo, c’è chi questi frammenti li mette da parte – in qualche modo restano dentro e agiscono – e sceglie di mettersi davanti allo schermo o al foglio bianco e di partire da zero, sviluppando il racconto della propria vita cronologicamente o per temi, secondo un piano più o meno logico scelto prima (ad esempio con un indice, uno schema di base) o per libero fluire delle associazioni. C’è chi desidera poi rimettere ordine, e chi invece ama lasciare così come viene. In ogni caso, va posta attenzione sulla cura della propria storia scritta, che parla forse (in piccola parte) anche della cura che si ha per sé.

Immagino che ci saranno i parsimoniosi e chi di scrivere non ne ha mai abbastanza...

Chiara M.: Infatti un’altra attenzione da porre è quella sul senso del limite: c’è chi riesce a scrivere pochissimo (e può andare bene così,

accogliere resistenze e silenzi, vedere nel tempo là dove possono eventualmente avere più voce) e c'è chi di scrivere non sarebbe mai sazio, e la scrittura diventa infinita: se resta uno scritto solo per sé, va bene l'infinito (amato e temuto), se è uno scritto finalizzato anche a una lettura esterna, si chiede di mettere in piccolissimo la "parola fine": opera sempre aperta, ma da circoscrivere in un contenitore definibile, per quel tempo e quella occasione. E quando parlo di "scrittura", intendo sì la scrittura di parole, ma anche quella delle immagini, delle modalità espressive altre. Fare autobiografia è dare corpo, in un modo o nell'altro comunque attraverso il corpo.

Edipo, Cappuccetto Rosso, La bella Addormentata nel Bosco e tante altre ancora sono tutte storie "portatrici di verità profonde anche se i suoi protagonisti non sono mai esistiti" (cit. Massimo Diana). Qual è il mito o la fiaba che ciascuna di voi sente più suo e perché?

Chiara M.: Posso dirne solo parzialmente uno, dal punto della mia vita attuale. Nel tempo le immagini e le narrazioni mitologiche di riferimento centrale per me si sono trasformate. Attualmente, mi chiama molto il mito di Eros e Psiche: la ricerca dell'anima (Psiche), in relazione alle parti chiare e a quelle oscure della vita, come viaggio appassionato e desiderante (l'ampia eccezione di Eros) – con tutte le sue connotazioni emotive e affettive – nel profondo.

Susanna F.: Nel mio percorso analitico sono approdata a un certo punto alla consapevolezza di quanto fosse per me vitale riprendere il contatto con le mie origini ebraiche. Ero assai distante da quelle origini – entrambi i miei genitori non vi davano particolare importanza – eppure l'inconscio, attraverso i sogni, mi suggeriva la necessità di ritornarvi. L'incontro con questa altra grande narrazione ha costituito per me, e costituisce ancora oggi, una sorta di ritorno a casa. Non so se la parola "mito" sia del tutto accostabile a questa tradizione, di certo io credo vi siano tantissimi "miti" che emergono testo biblico e che affondano nel nostro background culturale molto al di là dell'appartenenza o meno a questa tradizione. Se devo indicare un "mitologema" fra tutti è quello della "parola" come luogo della creazione. Mi dice molto pensare a ogni essere umano come a una "parola" unica e irripetibile, che evidentemente andava e va pronunciata. Cito da Marc-Alain Ouaknin, *Invito al Talmud*, «Ogni uomo è una lettera, o una parte di lettera. Ogni uomo ha perciò l'obbligo di scrivere la propria lettera, di scriversi, oltretutto di crearsi rinnovando il significato, il proprio significato».

Riconoscete dei tratti distintivi in coloro che, come voi, seguono uno stile di vita filosofico?

Susanna F.: Sì, la ricerca di senso. È un fuoco che sembra non smettere mai di ardere e che mi pare contraddistinguere in genere le persone che, a vario titolo gravitano attorno al mondo delle pratiche filosofiche. Ricerca di senso relativamente alla propria singola esistenza ma poi, ampliando lo sguardo, rispetto alla vita e al mondo in generale, con

tutte le difficoltà che la vita e lo stare in relazione con gli altri comportano. Questo introduce ad altri tratti distintivi importanti: la propensione all'ascolto dell'altro e al riconoscimento dell'interdipendenza degli esseri viventi tra loro e rispetto al pianeta in cui, a tratti con estrema difficoltà, con-viviamo. Alla lunga questa ricerca produce dei frutti, forse il più significativo dei quali potrebbe essere proprio la capacità, sempre più sviluppata, di stare "semplicemente" al mondo. In tutto questo, sento la pratica dell'analisi biografica a orientamento filosofico (sia come analista sia come analizzante) particolarmente preziosa.

Mi dite i cinque libri (saggi o romanzi) che vi hanno cambiato la vita?

Chiara M.: *Ricordi sogni riflessioni* di Jung: ero poco più che ventenne, non sapevo che "da grande" avrei lavorato sull'analisi del profondo, ma la narrazione della vita di Jung, la sua autobiografia, mi ha fatto sentire, ben prima dei tempi, che quel linguaggio, quel modo di vedere e sentire la vita era profondamente mio. Poi, negli anni universitari, la *Divina Commedia* di Dante, con la sua esplorazione di vite tra abisso e trascendenza, con la capacità di cogliere il "veramente umano" in ogni sua manifestazione. E intorno ai trent'anni *La montagna incantata* di Mann: incontro di sguardi tra prosa e poesia (che sono modi diversi di raccontare sé e il mondo), tra scienza e arte. Qualche anno dopo, la *Carta del senso* di Romano Madera, la ricerca filosofica e analitica dell'orientamento, e da qualche anno (perché è lettura, non ancora terminata, che punteggia i miei mesi), *Alla ricerca del tempo perduto* di Proust: chi si occupa di autobiografia, e di mitobiografia, non dovrebbe fare a meno di leggerla, almeno alcune sue parti: fondamentale lo sguardo di questo scrittore francese sulla memoria, sull'immaginazione e l'ampliamento degli sguardi e delle letture, sull'immersione in esse, sul senso che la "memoria" ha per il presente (e in direzione del futuro).

Susanna F.: Il mio primo grande amore letterario è stato indubbiamente *I fratelli Karamazov* di Dostoevskij, e questo autore in generale insieme poi ai romanzi anche di Tolstoj, altro grande amore, di cui citerei *Anna Karenina* su tutti; intrapresi persino lo studio del russo, lingua che a tutt'oggi mi provoca un senso di vicinanza. Chissà che in qualche mia generazione precedente non vi fosse qualche antenato che parlasse il russo o una lingua di quel ceppo. Ogni tanto dar corda a questo genere di "attrazioni" può essere appunto un modo di avvicinarsi alla propria mitobiografia. Tornando ai Karamazov, ricordo bene che ciò mi avvinceva era in particolare la profonda domanda esistenziale, filosofica, rispetto al senso che vi circolava. Un altro autore fondamentale per me è stato Walter Benjamin, in particolare la raccolta *Angelus Novus*. Traccia premonitrice della vicinanza alla cultura ebraica, fu amore a prima vista. La tesi la feci su Jorge Luis Borges, altro incontro fondamentale: la raccolta *L'Artefice* su tutte, poeticamente e stilisticamente molto vicina al mio ideale di scrittura. Ecco, approdo infine a *La trilogia della città di K.* di Agota Kristof, scrittrice ungherese profuga di guerra.

Scrittura, la sua, durissima, in cui poterono trovare eco e risonanza alcune mie zone d'ombra profonde.

Susanna Fresko è analista filosofa (Sabof), formatrice e editor. Riceve a Milano. Per Philo è docente di Mitobiografica e tra i responsabili del centro culturale. Ha scritto: *Dall'intimità del rovetto. Verso la terra del dono* (Ipoc 2014). Ha curato *Qual è il tuo mito? Mappe per il mestiere di vivere* (Mimesis 2016, con C. Mirabelli).

Chiara Mirabelli è analista filosofa (Sabof), formatrice e editor. Riceve a Milano. Per Philo è docente della Scuola in abof e tra i responsabili del centro culturale. Ha curato: *Una filosofia per l'anima di R. Mådera* (Ipoc 2013), *Philo. Una nuova formazione alla cura* (Ipoc 2015, con A. Prandin), *Qual è il tuo mito? Mappe per il mestiere di vivere* (Mimesis 2016, con S. Fresko), *L'analisi filosofica. Avventure del senso e ricerca mito-biografica* (Mimesis 2019, con P. Bartolini)