

Marialfonsa FONTANA SARTORIO

5. 2. 2016

Le carteTRUST

di Christa DIEGELMANN e Margarete ISERMANN

e il saggio di Jung

“LA SINCRONICITA’ COME PRINCIPIO DI NESSI ACAUSALI”

Nella mantica l’uso di speciali strumenti (legnetti, viscere di animali, ecc.) preposti a questo scopo è presente in differenti modi, in molte culture antiche; tale modalità è stata quasi sempre liquidata come superstizione senza valore dalla cultura corrente.

Ciò che distingue le predizioni divinatorie dalle previsioni scientifiche è l’assenza nelle prime di una causalità dimostrabile tra il segno interpretato e il risultato previsto. Infatti prima dell’avvento del metodo scientifico, qualunque tipo di previsione ricadeva nell’ambito della divinazione. Con lo sviluppo delle scienze naturali - e la conseguente affermazione e sistematizzazione delle variabili che determinano la metodologia dell’indagine scientifica - è stato possibile prevedere alcuni eventi in modo più o meno preciso, come le eclissi, il clima e le eruzioni vulcaniche. Attualmente queste previsioni non sono più considerate divinazione, in quanto si basano su osservazioni empiriche e sono spiegate da teorie che fanno riferimento all’

interpretazione di fenomeni naturali ed al principio della causalità.

Nel suo studio dei fenomeni psichici, Jung osservò per lungo tempo che sia nella vita quotidiana sia nel lavoro con i pazienti, si presentavano raggruppamenti o serie acausali di eventi come espressioni di coincidenze significative. Le sue riflessioni si sono riversate nel suo scritto "La sincronicità come principio di nessi acausali" (1952), dove Jung, sostenuto anche dai suoi confronti culturali con il fisico Pauli, cerca di dare una sistematizzazione a questo fenomeno, che si presenta nella vita dell'essere umano, sia nelle sue dinamiche psichiche che nell'azione della vita esterna.

Il saggio "La sincronicità come principio di nessi acausali"(1952), uno degli ultimi lavori di ricerca di Jung, risulta una puntuale disamina di questo problematico evento, distinguendo Jung tra "catena causale" - che deriva dall'osservazione fenomenica delle scienze esatte - e "serie casuale", "una specie di collegamento trasversale significativo", che unisce eventi simili.

Sono parecchi i riferimenti storici e scientifici che Jung evidenzia nella sua trattazione, tra cui Schopenhauer, il quale si rese conto che gli "omina" e i "praesagia", l'astrologia e gli svariatissimi metodi intuitivi dell'interpretazione del caso posseggono un denominatore comune (che Schopenhauer cerca di mettere in luce per mezzo di una "speculazione trascendente"). Nel suo saggio "Speculazione trascendente sull'apparente disegno intenzionale nel destino dell'individuo" (1891), Schopenhauer

tratta del problema del “caso”, evidenziando il problema della “simultaneità” di termini non connessi causalmente .

Si può perciò estendere questo approccio anche allo studio di tutti quegli interventi intuitivi che fanno del “caso” il loro comun denominatore. Mi riferisco in particolar modo alle carteTRUST, che si differenziano dalle “carte magiche”, in quanto vi è un pensiero ben preciso nella loro strutturazione, che sono i presupposti della Psicologia Positiva. Infatti le carteTRUST si avvalgono delle più recenti conoscenze riguardo la resilienza nell’ambito della psicologia clinica: esse non hanno intenti divinatori, ma mirano a stimolare nuovi circuiti neuronali in relazione a emozioni positive. Possiamo comunque affermare che le carteTRUST nella loro struttura e nella somministrazione rientrano negli svariatisimi metodi intuitivi dell’interpretazione del caso.

Infatti la “modalità della loro somministrazione” può essere vista come appartenente alla catena “causale”, mentre il sorteggio effettuato dal soggetto alla catena “casuale”.

In tal modo si ottiene una sorta di rituale iniziale, che induce il soggetto a mettersi in contatto con il proprio mondo emozionale, ponendo a tacere la parte razionale e mentale. Jung aveva osservato come il fattore emotivo, il livello più o meno alto dell’emotività del soggetto, condizionasse la buona riuscita degli esperimenti dello statunitense J.B. Rhine (1895-1980), già professore di psicologia e fondatore dell’Istituto di parapsicologia dell’Università di Durham, Carolina del Nord (US). Si rimanda alla lettura del citato trattato di Jung per

l'approfondimento degli esperimenti scientifici di Rhine nel campo della telepatia e della psicocinesi, ai quali lo stesso Jung si riferisce, in relazione alle categorie di spazio e tempo, poichè in tali esperimenti si riscontra che la condizione psichica del soggetto elimina i fattori spazio e tempo.

“Dobbiamo quindi rinunciare fin dall'inizio a tutte le interpretazioni energetiche, il che significa che eventi di questo tipo non possono essere considerati dall'angolo visuale della causalità, perché la causalità presuppone l'esistenza di spazio e di tempo ... “ .

Già Alberto Magno nel medioevo sottolineava quanto l'“anima” (affetto) influenzi la situazione oggettiva in cui si trova il soggetto.

Significative sono le osservazioni cliniche di Jung al riguardo, quando parla degli esperimenti di Rhine e della sua esperienza clinica: in entrambe le situazioni è importante lo stato emotivo del soggetto in relazione alla situazione che sta vivendo. “La mancanza di interesse e la noia fungono da ostacolo ...”.

Mi sembrano significative al proposito le parole di Jung quando dice: “...ci sono eventi che stanno tra loro in rapporto sperimentale, cioè ... significativo, senza che si possa dimostrare che questa relazione è causale, dal momento che la “trasmissione” non permette di individuare alcuna delle proprietà a noi note dell'energia. ... Sembra piuttosto che la spiegazione vada cercata da un lato in una critica del nostro concetto di spazio e tempo, dall'altro nell'inconscio. ... Con i

mezzi di cui disponiamo attualmente è impossibile spiegare ... la coincidenza significativa come un fenomeno energetico. ... Non può quindi trattarsi di causa ed effetto, ma di una coincidenza nel tempo, d'una specie di contemporaneità. Per sottolineare l'elemento della contemporaneità ho scelto il termine "sincronicità", ...".

Più avanti Jung spiega al proposito: "... Ho scelto questo termine (n.d.a.: sincronicità) perché la contemporaneità di due eventi connessi quanto al significato, ma in maniera acausale, mi è sembrato un criterio essenziale. Io impiego dunque in questo contesto il concetto generale di sincronicità nell'accezione speciale di coincidenza temporale di due o più eventi non legati da un rapporto causale, che hanno uno stesso o un analogo contenuto significativo." "Sincronicità significa ...la simultaneità di un certo stato psichico con uno o più eventi esterni che paiono paralleli significativi della condizione momentaneamente soggettiva e – in certi casi – anche viceversa".

Jung sottolinea come le "coincidenze significative" sembrano basarsi su un fondamento archetipico, in quanto in esse il fattore emotivo svolge un ruolo considerevole. "L'affettività si basa ... in larga misura sugli istinti, dei quali l'archetipo è appunto l'aspetto formale."

Dati questi presupposti teorici, possiamo riscontrare delle somiglianze tra la "modalità di somministrazione" necessaria riscontrata da Jung nell'analisi degli eventi di sincronicità e l'applicazione delle carte TRUST.

Infatti entrambe le situazioni necessitano di forte concentrazione dell'attenzione, direzionata su ciò che si sta facendo, e una carica energetica emozionale forte. Tali modalità si possono collegare con quelli che vengono chiamati "segnali energetici". Essi sono caratterizzati da un forte carico emozionale e, contemporaneamente, da tendenza all'ambivalenza, ponendo la psiche di fronte al bivio tra regressione e progressione.

I segnali energetici sono caratterizzati dalla percezione di forte intensità emozionale, che segnala il punto preciso, in cui, in quell'istante, il percorso verso la vitalità risanante sta prendendo l'avvio.

A tale riguardo è fondamentale il concetto di "traccia energetica", nella quale il terapeuta diventa l'accompagnatore del paziente nel suo cammino personale.

Solo se il terapeuta pone attenzione ai segnali energetici che il paziente gli manda di volta in volta nel suo cammino di trasformazione, la terapia può essere rispettosa dell'originalità e unicità della persona in trattamento, superando il rischio di possibili giochi inconsci di potenza/ impotenza fra chi riceve e chi sa.

I segnali energetici infatti sono il presupposto per cambiamenti nelle dinamiche psichiche del soggetto; quindi è molto importante che il terapeuta percepisca quando la situazione emozionale del paziente è alta, per intervenire con la somministrazione delle carte TRUST. Si può ipotizzare che forse quanto è emerso dalle neuroscienze riguardante la relazione

emozionale positiva con emissione di ossitocina, possa dare una spiegazione al processo psichico di cui parliamo. (G. Roth , *Wie das Gehirn die Seele macht*, Klett-Cotta, 2015)

Perciò le carteTRUST manifestano la loro efficacia quando il soggetto si trova in una particolare situazione d'animo (sconforto, dubbio, ecc.), e quindi la carica emozionale è forte.

Come dice Jung, già la modalità, con la quale si pone il problema nei fenomeni collegati alla sincronicità, "... contiene ... in sé un effetto emotivo, perché suppone che qualcosa di irriconoscibile e anzi di inconoscibile possa essere riconoscibile e conoscibile, e quindi contempla seriamente la possibilità di un miracolo. ...questo ...fa appello alla disposizione, sempre e dovunque presente a livello inconscio, a vivere un miracolo e alla speranza che dopotutto qualcosa del genere sia possibile".

Le carteTRUST mirano ad attivare l'elaborazione di emozioni positive, suscitate dalle parole sulle carte estratte, in quanto sono collegate ai presupposti scientifici della Psicologia Positiva (con riferimento ai lavori di Pauline Boss, 2008, Barbara Fredrickson, 2009, Gerald Huether, 2011, Jennings et al., 2009, Christa Diegelmann, & Margarete Isermann, 2010).

Come già sopradetto, Jung contesta che i fenomeni psichici possano essere indagati solo applicando il principio di causalità. Tutto ciò che è legato alla psiche vive egualmente di fini, la sua conoscenza non può venir esaurita soltanto con metodi causali (*Collected Papers on Analytical Psychology*, 1916). In tale ambito possiamo ricordare la recente impostazione di intervento

terapeutico del Narrative Futuring, che prevede un aumento della resilienza nel paziente attraverso l' "immaginare il futuro".

Concludendo nell'applicazione delle carteTRUST si collega il presente con le progettualità future. Al presente è legata la consegna ("scegliendo tre carte, pensa a che cosa ti farebbe bene in questo momento"), che provoca una riflessione sulla propria situazione attuale, in funzione dell'apertura sulla progettualità futura, attivata dalle parole lette sulle carte TRUST scelte.

Pertanto si può affermare che le carteTRUST rispondono alle teorizzazioni di Jung riguardo al fenomeno della sincronicità; esse inoltre sono parole che provocano un rinnovamento psichico, in quanto attivano tracce neuronali nuove, producendo simboli di rinascita.

Nella pratica clinica si è riscontrato che gli interventi associati all'uso delle carteTRUST comportano nel paziente dei mutamenti sostanziali nel suo atteggiamento nei confronti di se stesso e della terapia. Si è osservato inoltre che la somministrazione delle carteTRUST è particolarmente indicata con quei pazienti che hanno difficoltà ad immaginare, ed è propedeutica al lavoro psicoterapico con l'uso dell' immaginario.

Le citazioni sono tratte da:

C.G. JUNG, L'analisi dei sogni, gli archetipi dell'inconscio, la sincronicità, 2011, Bollati Boringhieri