

Jung, *Psicologia* 27 novembre 2016

## **La vita non vissuta accumula rancore verso di noi. Una lettera di Jung sulla perdita e l'andare avanti**



*“Quando qualcuno nasce qui  
muore da qualche altra parte.  
Quando qualcuno muore qui  
nasce da qualche altra parte.”  
(Il Buddha)*

Una bellissima lettera di Jung che inviò ad una sua amica in seguito alla perdita del proprio marito.

Una lettera che vuole sembrare di mera consolazione, ma che in realtà mette proprio in guardia dalle “consolazioni” e si amplifica sulla necessità – nonostante un evento doloroso – di continuare a vivere, di ricercare il significato della vita incessantemente, di rispondere a questo *imperativo categorico* chiamato VITA!

---

**M**ia cara amica,

lei si chiede, e mi chiede, come possa la vita continuare dopo un evento così doloroso come solo può esserlo il **distacco dall'amato**, dalla persona cioè alla quale abbiamo unito il nostro desiderio e con la quale abbiamo affidato tutto noi stessi nelle mani del futuro. E' questo è un interrogativo al quale, debbo confessarle, non so dare risposte.

Per quanto vittoriosa sia la fede, per quanta temperata, pure essa non sovrasta l'**enigma della morte**. Quando la morte si manifesta sul nostro cammino, quando ci sottrae il nostro bene, è violenza insostenibile dalla quale sempre siamo sconfitti. E per quanto profonda possa essere, come lei gentilmente mi attribuisce, la conoscenza dell'animo umano, ebbene essa ci conduce solo là dove non si può che ammettere, per quanto a malincuore, la propria ignoranza.

Ugualmente lei mi impone di osare, e giustamente. Ebbene, per cominciare, debbo avvisarla di **non prestare orecchio alle facili consolazioni** che certamente riceve e riceverà e che sempre più d'altra parte si vanno facendo folla intorno a noi, complice la stessa psicologia di cui vorremmo essere fedeli e umili testimoni. **Le consolazioni consolano anzitutto i consolatori. Consentono a essi di coltivare l'illusione di essere immuni da ciò che agli altri è toccato in sorte, e ancor più d'essere saggi, prudenti e avveduti.** Così sentendosi al riparo e al sicuro, essi conservano la loro buona reputazione al prezzo di qualche buona parola. Ma, può esserne certa, se fossero onesti con se stessi, come dicono di esserlo, con gli altri, dovrebbero ammettere sinceramente che le consolazioni che offrono, consapevoli o meno che ne siano, nascondono null'altro che commiserazione per sé e risentimento per la vita.

**Ecco dunque un primo consiglio: né commiserazione per sé né risentimento per la vita.**

Benché oscuro sia lo sfondo sul quale la morte si manifesta, altrettanto oscuro quanto quello della vecchiaia e della malattia, per non dire di quello del peccato e della stoltezza, ebbene è lo stesso sfondo sul quale si staglia il sereno splendore della vita. Per la nostra salute mentale sarebbe perciò un bene non pensare che **la morte non è che un passaggio**, una parte di un grande, lungo e sconosciuto processo vitale: sia nei giorni dolorosi nei quali precipitiamo per la perdita di chi ci è caro sia nei giorni tristi nei quali siamo sorpresi dal pensiero della nostra stessa morte. La nostra morte è un'attesa o, se vuole, una promessa che non è mai compiuta. Per questo essa non ci impone di vuotare la nostra vita ma piuttosto di procedere alla sua pienezza. **Mentre la morte ci toglie ciò che ci è più caro, al tempo stesso ci restituisce a ciò che ci è più prezioso.**

**Non è il mistero della morte che siamo chiamati a sciogliere: piuttosto è quello della vita.**

**La vita è un imperativo assoluto al quale nessuno deve sottrarsi.**

Per quanto ostico ci paia il compito, per quanto insostenibile, per quanto ostile, abbandonarci a noi stessi, **abbandonare noi stessi non è contemplato tra le molte possibilità.** E' alla vita che dobbiamo piuttosto, direi addirittura, arrenderci e al suo costante fluire. A questo scorrere non possiamo imporre alcun argine, né potremmo tentare di deviarlo o di mutarne la traiettoria. Ciò sarebbe assai sciocco e per molti versi pericoloso. Se vogliamo inimicarci la vita, se vogliamo davvero averla contro sappiamo come fare: rinunciamo a viverla. Vi sono numerosi modi per ottenere questo, l'ultimo dei quali, il più stupido e spietato, è troncarla con le nostre stesse mani. Questo è il supremo peccato. Se ci teniamo al di sopra di questo baratro potremo sempre, in ogni caso, imporre alla vita un corso predeterminato, forzarla o sospenderla, in una parola dirigerla.

Abbiamo infiniti compiti che possiamo imporci e infinite mete verso le quali orientarci. Tutto ciò fa pur sempre parte della nostra vita, ma è ciò che la nostra vita ci chiede? **La vita che abbiamo scelto per noi potrebbe infatti rivelarsi ben diversa da quella che avrebbe scelto noi.**

**Il problema è allora questo: giunto alla fine della mia vita che cosa mi ritrovo tra le mani?**

Se trovo solo il rimpianto per ciò che avrebbe potuto essere e non è stato non sarà gran cosa. Ma potremmo trovare ben di più, ben di peggio.

**Ogni vita non vissuta accumula rancore verso di noi, dentro di noi: moltiplica le presenze ostili.** Così diventiamo spietati con noi stessi e con gli altri. Intorno a noi non vediamo che lotta, cediamo e soccombiamo alle perfide lusinghe dell'invidia. Si dice bene che l'invidia accechi il nostro sguardo che rimane saturo delle vite degli altri e noi scompariamo dal nostro orizzonte. **La vita che è stata perduta, all'ultimo, mi si rivolterà contro.**

Perciò, l'ultima cosa che vorrei dirle, mia cara amica, è che **la vita non può essere, in alcun modo, pura rassegnazione e malinconica contemplazione del passato.** È nostro compito cercare **quel significato che ci permette ogni volta di continuare a vivere** o, se preferisce, di rispondere, a ogni passo, con il nostro cammino.

Tutti siamo chiamati a portare a compimento la nostra vita meglio che possiamo.”

(C.G.Jung, citato in [“Jung parla. Interviste ed incontri”](#), Adelphi, Milano, 1999)