

GIULIANA BITELLI

IL POTERE TRASFORMATIVO DELLE IMMAGINI

*Viaggi psicoterapeutici tra Sogno, Psicodramma,
Sand Play Therapy*

Collana **Psiche e dintorni**

diretta da *Francesca Andronico e Loredana Petrone*



Alpes Italia srl – Via G. Romagnosi 3 – 00196 Roma
tel. 06-39738315 – e-mail: info@alpesitalia.it – www.alpesitalia.it

© Copyright

Alpes Italia srl – Via G. Romagnosi, 3 – 00196 Roma, tel./fax 06-39738315

I edizione, 2023

Giuliana Bitelli Psicologa-psicoterapeuta Espressiva (IPSE) presso Art Therapy italiana (ATI) Bologna, specializzata in Sand Play Therapy e socia Associazione Italiana Sand Play Therapy (AISPT), specializzata in Psicodramma Individuativo Jungiano promossa dall'ASPI (Associazione Sviluppo Psicodramma Individuativo), specializzata in Psicogenealogia con IEPA (Istituto Europeo di Psicologia Applicata di Saint-Laurent di Francia); già fondatrice e presidente dell'Associazione Calcidoscopio di promozione del benessere psico-sociale; Fondatrice del CPP, Centro di Psicologia e Psicoterapia e ivi Promotrice di eventi seminari e laboratori creativi; membro e coordinatrice del progetto torinese di Psicologia nelle scuole a servizio di adolescenti, docenti e genitori (Centri di Ascolto, conduzione gruppi classe, promozione gruppi docenti e genitori per formazione su adolescenza); coordinatrice psicopedagogica di nido dell'infanzia e formatrice del personale educativo e genitori; collaboratrice di molte ASL e Associazioni per progetti su adolescenti, genitori, dipendenze, resilienza; relatrice in congressi su adolescenza, Sand Play Therapy e Arteterapia; consiglio Direttivo Associazione Punto Famiglia; svolge attività clinica privata con singoli adulti e adolescenti, coppie di genitori, gruppi di coppie e di genitori in difficoltà; co-autrice di: *L'adolescente, la sua crescita, il suo ambiente multiforme* (Elledici), *Un modello di lavoro con gli adolescenti* (Elledici), *"Azioni resilienti" per le organizzazioni di lavoro. Una risposta alla crisi* (NeP), *Manuale delle tecniche psicologiche* (Giunti); autrice di numerosi articoli su famiglia e minori, in particolare Famiglie Ricostituite, lutto.

In copertina: *quadro di sabbia di un fine percorso di Sand Play Therapy.*

TUTTI I DIRITTI RISERVATI

Tutti i diritti letterari e artistici sono riservati.

È vietata ogni riproduzione, anche parziale, di quest'opera.

Qualsiasi copia o riproduzione effettuata con qualunque procedimento (fotocopia, fotografia, microfilm, nastro magnetico, disco o altro) costituisce una contraffazione passibile delle pene previste dalla legge 22 aprile 1941 n. 633 e successive modifiche sulla tutela dei diritti d'autore.

Indice generale

PREFAZIONE	IX
INTRODUZIONE	XIII
Scopo e struttura del libro	XIII
<i>Perché il libro</i>	XIII
<i>Perché questo titolo</i>	XVI
<i>Immagine di copertina</i>	XVII
<i>Come si articola il libro</i>	XVII
Definizioni di base	XXII
<i>Premessa</i>	XXII
<i>Immagine</i>	XXII
<i>Simbolo</i>	XXVI
<i>Archetipo</i>	XXIX
<i>Sé</i>	XXXI
<i>Inconscio individuale e collettivo</i>	XXXIII
<i>Processo di individuazione</i>	XXXIII
<i>Complessi</i>	XXXVIII
<i>Funzione trascendente</i>	XXXIX
I. SOGNO	1
Presentazione del sogno	1
<i>Premessa</i>	1
<i>Il sogno come cultura antichissima</i>	1
<i>Il sogno nel quotidiano</i>	5
<i>Il sogno come espressione primaria dell'immaginare</i>	7
<i>Il sogno come verità</i>	8
<i>Il sogno come guida interiore</i>	9
<i>L'avventura del sogno</i>	11
<i>La discesa nel mondo dei sogni</i>	13
<i>Il sogno e il suo mistero</i>	14
<i>Il sogno come teatro</i>	18
<i>Chi fabbrica i sogni?</i>	22
<i>Cos'è dunque il sogno?</i>	24
<i>Conclusioni</i>	25
Gemma e il sogno di inizio analisi: un sogno anticipatorio	26
<i>Premessa</i>	26
<i>Gemma e il sogno</i>	28
<i>Esploriamo il sogno: visioni anticipatorie</i>	31
<i>Sviluppo e conclusione della terapia</i>	38
<i>Conclusioni</i>	45
Renato e il sogno che volta pagina	46
<i>Premessa</i>	46
<i>Renato e il sogno</i>	48

IL POTERE TRASFORMATIVO DELLE IMMAGINI

<i>Esploriamo il sogno</i>	51
<i>Sviluppo e conclusione della terapia</i>	52
<i>Conclusioni</i>	54
2. PSICODRAMMA	57
Presentazione con speciali riferimenti allo psicodramma individuativo junghiano ...	57
<i>Premessa</i>	57
<i>Origini dello psicodramma</i>	57
<i>Derivazioni dello psicodramma classico: lo psicodramma individuativo</i>	60
<i>Le fasi di una sessione di psicodramma</i>	61
<i>I protagonisti dello psicodramma</i>	62
<i>Gli ingredienti dello psicodramma</i>	64
<i>Conclusioni</i>	68
Lo psicodramma e lo stress da lavoro correlato	69
<i>Premessa</i>	69
<i>Accenni al SLC</i>	70
<i>Prima seduta</i>	70
<i>Seconda seduta</i>	76
Lo psicodramma e la resilienza: un laboratorio sperimentale	79
<i>Premessa</i>	79
<i>Accenni alla Resilienza</i>	79
<i>Svolgimento della seduta e giochi psicodrammatici</i>	81
<i>Osservazione finale</i>	88
<i>Rito finale e commiati</i>	94
Lo psicodramma e lo straniero	94
<i>Premessa</i>	94
<i>Preparazione del gruppo al tema</i>	95
<i>Riscaldamento del gruppo</i>	98
<i>Giochi psicodrammatici</i>	99
<i>Osservazione finale</i>	104
Conclusioni	105
3. SAND PLAY THERAPY O GIOCO DELLA SABBIA	107
Presentazione della Sand Play Therapy	107
<i>Premessa</i>	107
<i>Frase celebri</i>	108
<i>Giocare con la sabbia</i>	109
<i>La sabbia come materia sacra</i>	110
<i>Sabbia e psiche</i>	112
<i>Riscoperta della sabbia terapeutica</i>	112
<i>Definizione</i>	113
<i>I protagonisti</i>	116
<i>Gli spazi</i>	118
<i>I movimenti</i>	119
<i>Gli ingredienti</i>	120

<i>Autori</i>	123
<i>Dora Kalff e la nascita della Terapia del Gioco della Sabbia</i>	125
<i>Il significato della Prima Sabbia del percorso terapeutico</i>	127
<i>Campi di sviluppo della Sand Play Therapy</i>	128
<i>Conclusioni</i>	141
<i>Epilogo</i>	142
Viola: la donna del cappuccino che sposa il Re. Il tradimento come elemento di sviluppo	145
<i>Storia personale e familiare di Viola, genogramma</i>	146
<i>Percorso terapeutico</i>	148
<i>Conclusioni</i>	172
Stella e la resilienza: un'esperienza con il gioco della sabbia come laboratorio espressivo	175
<i>Premessa</i>	175
<i>L'esperienza di Stella con il gioco della sabbia</i>	176
<i>Conclusioni</i>	182
CONCLUSIONI	183
RINGRAZIAMENTI	195
BIBLIOGRAFIA	197
SITOGRAFIA	202

Indice delle immagini

Figura 1 di copertina: <i>Quadro di sabbia di un fine percorso di Sand Play Therapy</i>	cop.
Figura 2: <i>Prima sabbia di un percorso terapeutico in partenza</i>	XXI
Figura 3: <i>La scintilla della creazione</i>	29
Figura 4: <i>Giocare con la sabbia: il viaggio inizia.</i> (E.O., 2014).....	107
Figura 5: <i>Esempio stupefacente di rena modellata</i>	109
Figura 6: <i>Bambini che giocano sulla spiaggia</i>	110
Figura 7: <i>La sabbiera, Schulz M.C. (2005)</i>	110
Figura 8: <i>Monaci buddhisti tibetani all'opera di costruzione di un mandala di sabbia</i>	111
Figura 9: <i>Rituale navajo di guarigione con la sabbia</i>	111
Figura 10: <i>Pietre da cui originano i granelli di sabbia</i>	112
Figura 11: <i>Una giocatrice di sabbia all'opera</i>	113
Figura 12: <i>Esempio di sabbia archetipica realizzata da M.A.</i>	115
Figura 13: <i>Sequenza di immagini del processo di costruzione di una scena di sabbia</i>	115
Figura 14: <i>La stanza del Gioco della Sabbia nel mio studio</i>	116
Figura 15: <i>Sabbiera di sabbia asciutta toccata dalle mani di M.A.</i>	117
Figura 16: <i>Esempio di sabbia giocata al confine tra asciutto e bagnato</i>	117
Figura 17: <i>Le mani trasformano l'inconscio in figura di sabbia</i>	118
Figura 18: <i>Sabbiera vuota che attende la sapienza delle mani</i>	119
Figura 19: <i>Esempio di mani che si muovono attivando la sensorialità e l'immaginazione</i>	119
Figura 20: <i>Particolare di una scena nella sabbia con la composizione degli opposti Sole-Luna</i>	122
Figura 21: <i>Particolare di una scena nella sabbia con la sintesi degli opposti aggressivo-indifeso</i>	123
Figura 22: <i>Jung con la moglie Emma</i>	123
Figura 23: <i>Lowenfeld al lavoro</i>	123
Figura 24: <i>Kalff nel suo studio a Zollikon</i>	124
Figura 25: <i>La casa di Dora Kalff vista dalla strada</i>	126
Figura 26: <i>L'ingresso alla casa di Dora Kalff dall'interno del suo giardino</i>	126
Figura 27: <i>Il retro della casa di Dora Kalff con i muri tipici della zona e dell'epoca</i>	126
Figura 28: <i>Prima sabbia di una giovane con attacchi di panico</i>	129
Figura 29: <i>Ventesima sabbia della giovane con attacchi di panico</i>	129
Figura 30: <i>Sabbia di donna trentenne con figura umana intrappolata</i>	130
Figura 31: <i>Sabbia della stessa donna trentenne con vuoto promettente</i>	130
Figura 32: <i>Scena di sabbia "fecondata"</i>	130
Figura 33: <i>Sabbia di bambina di 10 anni rappresentativa di caos</i>	131
Figura 34: <i>Sabbia successiva della stessa bambina a terapia avanzata: superamento del caos</i>	131
Figura 35: <i>Sabbia bagnata di bambino di 11 anni che rappresenta la frantumazione della realtà</i>	132
Figura 36: <i>Sabbia bagnata dello stesso bambino che realizza a fine terapia confini precisi</i>	132
Figura 37: <i>Sabbia di una coppia che non dialoga e che annulla l'esistenza del partner</i>	133
Figura 38: <i>Sabbia della stessa coppia che a terapia avanzata distingue sé dall'altro e che dialoga</i> ..	133
Figura 39: <i>Dialogo inconsapevole di due giocatori di sabbia sul tema di nascita, prima scena</i>	134
Figura 40: <i>Dialogo inconsapevole di due giocatori di sabbia sul tema di nascita, seconda scena</i>	135
Figura 41: <i>Dialogo complementare e simile, prima sabbia</i>	136
Figura 42: <i>Dialogo complementare e simile, seconda sabbia</i>	136
Figura 43: <i>Dialogo con montagna al centro, vulcano, prima sabbia</i>	137

Figura 44: Dialogo con montagna al centro con sfera di vetro, seconda sabbia	137
Figura 45: Dialogo tra due sabbie, trottola, prima sabbia	138
Figura 46: Dialogo tra due sabbie, coppia di bambini, seconda sabbia.....	139
Figura 47: Il Sé trovato e il futuro da scoprire	144
Figura 48: L'unione delle anime che si cercano	145
Figura 49: Viola: la sabbia blu, epoca circa metà percorso terapeutico	146
Figura 50: Genogramma della famiglia di Viola, da me tracciato	147
Figura 51: Prima sabbia di Viola, anticipatoria come possono esserlo i sogni.....	149
Figura 52: La raffigurazione del sogno di Viola	150
Figura 53: Seconda sabbia di Viola: il deserto della madre terra	151
Figura 54: Terza sabbia di Viola: il serpente minaccioso	152
Figura 55: Quarta sabbia di Viola: le due rive opposte.....	154
Figura 56: Quinta sabbia di Viola: scioglimento del tabù del sesso e del sintomo di vaginismo	156
Figura 57: Sesta sabbia di Viola: la Bocca della Verità e il cerchio dal calore	160
Figura 58: Settima sabbia di Viola: I Tre Cerchi	162
Figura 59: Ottava sabbia di Viola: spaccare l'uovo simbiotico della relazione madre-figlia	168
Figura 60: Nona sabbia di Viola: commiato con le parti nuove emerse dalla terapia	169
Figura 61: Particolare della nona sabbia di Viola: gli animali procreativi	171
Figura 62: Viola: la sabbia rossa di metà percorso	174
Figura 63: Sabbia di Stella: esito dell'esplorazione della sabbia.....	177
Figura 64: Sabbia intera di Stella	177
Figura 65: Sabbia di Stella, prima sezione.....	177
Figura 66: Sabbia di Stella, seconda sezione.....	178
Figura 67: Sabbia di Stella, terza sezione	179
Figura 68: Sabbia di Stella, quarta sezione	179
Figura 69: Panni svolazzanti, M.A., collezione privata	186

*“La parte più vile è immersa in un sonno simile alla morte
e necessita di calore vitale
che contiene, indistinti e indistinguibili,
il male e il bene.
Questa è la via della vita, [...] è la forma primordiale della creazione,
il primissimo oscuro impulso
che fluisce in segretezza
per tutti i nascondigli mai svelati e i passaggi occulti
con la regolarità involontaria dell’acqua
e rende fertile la terra arida
scaturendo in un luogo inaspettato
dal fondo poroso o da una minima fessura. [...] è la radice della mandragola
che apre le camere sigillate del tesoro”.*

C.G.JUNG, *Libro Rosso*

*“Perché la psicologia, per me,
è aprire le ostriche e pulire le perle,
cioè recuperare e portare alla luce
e indossare quotidianamente
la vita dell’immaginazione,
che può non redimere la tragedia,
non lenire la sofferenza,
ma può arricchirle
e renderle più tollerabili,
interessanti e preziose”.*

J. HILLMAN

Prefazione

“Vi arriva il poeta / e poi torna alla luce con i suoi canti / e li disperde”. Tornano alla mente, scorrendo queste pagine, i versi di apertura del *Porto sepolto*, in cui Giuseppe Ungaretti illustrava l’attività poetica attraverso la figura del palombaro, del sommozzatore che si cala negli antri e nelle profondità marine per attingervi ignoti tesori e riportarli finalmente alla luce, in superficie. Metafora tra le più consuete – si dirà – ma anche tra le più azzeccate, a significare il lavoro che pazientemente si produce nel ‘sommerso’ della psiche, declinato di volta in volta in una molteplicità di approcci metodologici, ma sempre indirizzato all’indagine/inchiesta intorno ai territori più o meno inesplorati che abitiamo, o da cui talvolta siamo abitati.

Il percorso sviluppato nelle pagine che seguono da Giuliana Bitelli offre in primo luogo una sorta di testimonianza, tesa a registrare e restituire al lettore – come nelle sequenze, anzi nei fotogrammi di una pellicola – le tracce salienti e le evoluzioni (e le acquisizioni) non soltanto di un’esperienza professionale ricca, articolata e complessa, ma di un cammino conoscitivo orientato (Rilke *docet*) all’*imparare a vedere* dentro il potere trasformativo delle immagini, nella piena consapevolezza della forza dinamica e nucleare insita nell’immaginazione. Attraverso un processo al tempo stesso creativo e terapeutico, la visione poliedrica di questo panorama – che esita e s’incarna in icone a loro modo illuminanti e curative – perviene qui a *operare uno squarcio nell’ordinario tramite l’accesso al patrimonio simbolico e archetipico, terreno d’incontro tra il particolare e l’universale, il materiale e l’immateriale, l’astratto e l’empirico, l’inconscio e il conscio, il tempo e l’eternità*. Il tutto nell’ampio contesto di una rappresentazione dell’inconscio individuale e collettivo come *sistema vivo*, energia vitale in perpetuo divenire, e quindi materiale alchemico d’eccellenza.

Anche la configurazione tripartita del testo – che prende le mosse dall’opportuna illustrazione delle coordinate culturali (fonti e premesse, e strumenti) e si dipana lungo le direttrici del sogno, dello psicodramma e del gioco della sabbia – conserva nel testo di Bitelli una sostanziale coerenza nella varietà, in quanto fra le tre sezioni si rincorrono i rimandi e le corrispondenze, per quanto ciascuna di esse prospetti specifiche angolazioni e ulteriori sondaggi. A cominciare dalla prima – quella per l’appunto relativa al sogno – che si affaccia su un ambito di esperienza e di ricerca che è insieme arcaico e universale, originandosi, come viene ricordato, in tempi biblici. Del sogno, l’autrice richiama in sintetici scorci – nella scansione di una decina di paragrafi – le multiformi valenze, poggiando la propria esposizione sui capisaldi di una lezione che proviene dai “fari” citati, e che da Carl Gustav Jung (*i sogni come opere d’arte*) arriva attraverso Marie-Louise Von Franz (*uno spirito che è respiro della natura*) sino a James Hillman, che nella dimensione onirica generata nello *ctonio mondo infero* riscontra la creazione di un cosmo e la scoperta di un senso, o meglio un tirocinio per chi ambisca ad accedere all’Ade.

Particolarmente evidenziata da Bitelli, come apice e culmine e meta del lavoro di interpretazione, è l'attitudine del sogno a *prospettarci una strada*, a tradursi in orientamento per il singolo e per il collettivo e a divenire *sogno-guida* talvolta per popoli interi, accostando e accomunando *anime e geografie*. E assai interessanti, a proposito dell'*avventura* del sogno, appaiono le osservazioni dedicate al postumo *Libro dei sogni* del regista Federico Fellini, come pure le acute considerazioni sulla teatralità del sogno, o sui suoi enigmatici risvolti antropo-archeologici, o sulla sua matrice dionisiaca.

I ruoli e le categorie del teatro trovano una più compiuta riproposizione nella parte successiva del libro di Bitelli, che ha per oggetto la teoria e la pratica dello psicodramma a partire dalla transizione dall'impianto proposto dal suo inventore – l'argentino Jacob Levi Moreno – a quello, per tanti versi radicalmente innovativo, emerso in ambito junghiano. Specialmente di quest'ultimo vengono illustrati con singolare chiarezza gli ingredienti, i *riti* e i protagonisti, focalizzando l'attenzione sulle dinamiche del gioco e sulla feconda coesistenza della dimensione ludica-esperienziale con quella terapeutica. Anche qui l'accento cade innanzitutto su alcuni aspetti e sulla loro peculiare rilevanza, che si tratti dei *cambi di ruolo* oppure delle funzioni dello *specchio* e del *doppio*. E anche qui – come già avveniva nel capitolo precedente, con l'analisi di un *sogno anticipatorio* e di un *sogno che volta pagina* – assume decisiva importanza il riscontro della sperimentazione nelle sedute e nei giochi di gruppo, specialmente nel caso dei laboratori 'a tema' sulla resilienza (ove risalta in presa diretta l'opera dei *Fattori* e dei *Tutori di Resilienza*) o sulla percezione dello *straniero* come *nemico fuori e dentro di noi*, e sulla potenziale apertura di un *dialogo* capace di avvicinarlo e in qualche misura integrarlo.

Infine, nell'architettura del libro, l'ultimo dei *tre piani* – la tappa conclusiva del viaggio – è rappresentato dalla Sand Play Therapy e ci pone di fronte a un *materiale sacro che cura* e, per dirla ancora con Jung, *a mani capaci di svelare un segreto intorno a cui l'intelletto si affanna inutilmente*. Si tratta nuovamente di giocare, ma all'interno di un esercizio creativo-espressivo (e di uno spazio fisico appropriato) in cui le immagini *si costruiscono nel concreto delle forme*. Per quanto l'uso terapeutico sia relativamente recente, anche qui – nota bene Bitelli – la materia del gioco è primordiale, non meno dei suoi significati simbolici o dei suoi *poli energetici* (ad esempio l'acqua e l'asciutto), su cui è chiamata a concentrarsi la *visione condivisa* della *coppia terapeutica*. È veramente – e mirabilmente, non si può non concordare – *l'immaginazione che tocca terra, ricorre agli elementi originari, plasma la materia e ripete il gesto antico del Creatore*. Sicché anche la narrazione/esposizione dei casi clinici – in particolare quello della *donna del cappuccino che sposa il re* – è intrisa e carica di potenti suggestioni.

In definitiva, sotteso al duplice lavoro di Bitelli – alla densa scrittura di queste pagine, così come alla lunga esperienza professionale – è la costante, umile attenzione alle *emozioni indicibili*: quelle che efficacemente definisce *protoemozioni*, emergenti

da *dimensioni interne primitive* come un *brulicare di elementi disorganizzati*. Ma per molti versi il suo itinerario – dall’auscultazione dei vissuti ai *debriefing* conclusivi – mira anche a perlustrare il fenomeno umano, sin forse a scrutare *gli abissi e le vette della natura psichica*, o a ricostruire passo passo il *processo alchemico*, tenendo innanzitutto saldo il *patto d’alleanza* con il paziente e abbracciandone il dolore *con con-passione, speranza e fede*.

Fatica giustamente premiata – verrebbe fatto di dire – dalla grazia, confortante, dei *momenti di intuizione fortunata, di percezione che ha dato la svolta, di scintilla che ha sciolto blocchi emotivi* e, soprattutto, di liberazione dai *sicuri ma morti-feri schemi del passato*. Mentre al lettore rimane, accanto all’eco della sofferenza dei nostri disturbati *condomini interni*, quella di un gioco o di un lavoro condiviso, in grado di scioglierla o lenirla. E farsi comunicazione e consolazione e canto: simile alla voce del poeta che risale ogni volta *alla luce con i suoi canti / e li disperde*, come un dono.

Torino 6.6.2023

Giovanni Pagliero ¹

¹ Giovanni Pagliero: Docente nei licei, ha svolto attività di cultorato nell’ambito dell’italianistica presso l’università di Torino e per sei anni ha presieduto la circoscrizione torinese di Lingotto. Critico letterario, autore di numerosi saggi e di un’antologia letteraria per le scuole superiori, ha collaborato con vari periodici, tra cui “Lettere italiane”, “Letteratura italiana contemporanea” e “Rivista di storia e letteratura religiosa”.

Introduzione

Scopo e struttura del libro

Perché il libro

*Mi piace dare la vita.
Seminare, innaffiare, raccogliere e farlo di nuovo ogni anno.
Mi piace la vita com'è oggi, soleggiata.
Mi piace essere nell'essenziale.
Perrin V., 2018, p. 192*

Un paziente, dopo un periodo di terapia, ha avuto una improvvisa rivelazione; si è svegliato di notte con un pensiero: “il mio tempo con la dottoressa si è concluso. Ciò che potevo raggiungere con lei è stato raggiunto. Ora ho bisogno di silenzio, di non calpestare ciò che si è creato, e lo spazio dentro di me che si è presentato. Devo stare nudo, autentico e libero, di fronte al mio nuovo Essere”.

In quella seduta ho percepito che era diventato un *figlio d'analisi* maturo, ho sentito che la rivelazione è apparsa come un sogno epifanico.

Ci siamo abbracciati con la commozione di chi si separa con dolore ma con la gioia di chi ha svolto il compito esistenziale di aver intuito, costruito, immaginato il *Senso*, quel senso che ci trascende.

Ho sentito, in un lampo intuitivo e sintetico, che il mio lavoro è un continuo lasciare andare, un ripetuto lasciar partire, legarsi e slegarsi, salutare e separarsi, accompagnare alla completezza di ciascuno e poi lasciarlo, guidare alla separazione come tempo di rinascita e vita.

In questo libro ho aperto le porte della stanza d'analisi, e le righe qui sopra ne sono una vivida testimonianza.

Aprendo l'uscio di un luogo da sempre segreto, ho abolito quelle barriere che separano il lavoro psicoterapeutico dal mondo, le emozioni analitiche private dal resto della vita pubblica.

Vorrei condividere ed esprimere l'esperienza vissuta nel *laboratorio* della seduta terapeutica con quanti abbiano la sensibilità e la profondità di cogliere i messaggi dei pazienti da cui attingo le immagini.

Vorrei trasmettere la meraviglia e le sorprese della scoperta e dell'esplorazione psicoterapeutica, del lavoro di accompagnamento e di relazione paziente-terapeuta, con l'umiltà di chi cerca, si confronta, e legge chi ha già scritto.

Sono partita dall'esperienza di laboratorio, ossia dal lavoro in seduta, dai percorsi esperienziali dei soggetti in relazione con me, una relazione ora terapeutica ora di workshop, e ho cercato di coniugare tutto questo materiale emozionale e misterioso con un contesto teorico che gusto e apprezzamento da anni sui testi di studio a me più cari.

In queste pagine ho cercato di narrare questo impasto misterioso, da cui sono scaturite le tante separazioni, segni di processi di individuazione raggiunti. Come dice Rilke nel romanzo *I quaderni di Malte Laurids Brigge*² è necessario “imparare a vedere”, cioè assumere quel “modo di configurare il reale”, commenta Ermini, “che non si appaga dell’intuizione, ma preferisce porla tra l’emozione e la riflessione. La sintesi che ne scaturisce è carica di una sua specifica mobilità” (Baratta e Ermini, 2006).

Da molti anni provo a realizzare proprio questo: vedere intuitivamente ed empaticamente nel profondo dell’altro, col cuore e con la testa, con l’emozione e la riflessione, coniugando storia personale e familiare, riferimenti culturali, incontri, scelte di vita e ricorrenze.

Questa esperienza quotidiana, oltre che professionale, è stata per me un dono inaudito, una ricchezza che ha trasformato la mia vita, acuendo tutti i miei sensi, non solo fisiologici ma soprattutto emotivi e intuitivi: lo sguardo interiore, l’ascolto profondo, il gusto del piacere, l’odore del pericolo, il sentire la meraviglia dell’universale nel piccolo.

Mi sono chiesta come mai tutto questo si smuove e mi chiama proprio ora, proprio in questo momento della mia vita: la risposta è arrivata poco alla volta, quasi in silenzio. Qualcosa di antico e addirittura a me preesistente si è pacificato, un equilibrio nuovo si è manifestato, un’urgenza intima mi ha sollecitata a trasmettere il grande bagaglio raccolto da pazienti, maestri, vita familiare, conquiste individuali, risoluzione di lutti; un senso di profonda riparazione si è imposto e mi ha suggerito che la trasformazione necessaria per mettermi all’opera era arrivata.

Flavio Ermini stimola, suggerisce e ricorda il “noviziato dello sguardo” sulle immagini: uno sguardo libero da preconcetti che riesce a individuare nella quotidianità immagini archetipiche della trasformazione dell’uomo: nell’esplorazione delle immagini incontrate nella professione finora svolta e narrata in questo libro vorrei assumere questo stile di sguardo e di ascolto, vorrei condividere le indagini dell’Essere e l’affiorare delle sue radici profonde, abitando uno stato di origine e di canto primigenio.

“Le immagini archetipiche sono elementi cellulari che chiamano a sé elementi consimili per generare una catena. Hanno volti riconoscibili, rappresentano l’esperienza, la tensione e la speranza, segnalano l’umana tendenza ad arginare la spinta della negatività” (Baratta e Ermini, 2006, p.133-5).

Le immagini, quando sono vivificate dall’esperienza e dalle emozioni, portano alla trasformazione di parti di sé come necessità fondamentale dell’uomo, come

² Un ignoto straniero con vocazione di poeta, Malte Laurids Brigge, danese di famiglia nobile decaduta, arriva in un giorno della tarda estate a Parigi e si stabilisce nel Quartiere Latino. La prosa è ricca di blocchi di parole governati da una forte impronta espressionistica. Narra della ricerca incessante del significato della vita attraverso la consapevolezza della morte che guida il giovane Malte per le strade di una Parigi cupa e sulla soglia della Prima guerra mondiale. Il romanzo tratta temi esistenziali come la ricerca dell’individualità, il significato della morte e la riflessione sull’esperienza del tempo man mano che la morte si avvicina. Fortemente influenzato dagli scritti di Nietzsche, Rilke incorpora anche tecniche impressionistiche di artisti come Rodin e Cézanne. Usando queste tecniche, lo scrittore evoca immagini della rivoluzione industriale e del progresso tecnico-scientifico che sono pervase di ansietà e alienazione.

superamento della disillusione e della sofferenza grazie alla gioia e alla forza vitale. Come dice Ermini, e anche come disse una mia paziente, intuendo la profondità della necessità dell'ombra: l'esperienza della trasformazione include disillusione e sofferenza, tracce a volte più grandi della soddisfazione e della gioia, perché "l'appello che ci viene rivolto è là dove l'ombra chiama: dalle crepe della sopravvivenza" (Baratta e Ermini, 2006, p.135).

"È la crepa che apre al nuovo" (GD., 2018, comunicazione personale): è l'apertura, la discontinuità, è la ferita e la mancanza che offrono la possibilità di vedere cose nuove e che fanno sgorgare la goccia che inizia la cascata del "nuovo trasformante"³.

Nel presente lavoro di ricerca e rilettura di immagini potenti, vorrei rendere presente la riflessione nel silenzio, superare l'attivismo frenetico che esilia lo spirito, accogliere la commozione che mobilita l'intuizione, utilizzare la sintesi tra emozione e riflessione per penetrare la terra, quella coltre benefica e materna che custodisce il seme di vita.

Mi trovo molto in sintonia con Riccardo Mondo quando dice, nel suo bel testo *Nei luoghi del fare anima*, di aver usato uno stile espositivo poetico e colorato, a volte sopra le righe. Nel mio libro infatti tecnica e setting restano sullo sfondo, la spiegazione è superflua, lo schema interpretativo messo in seconda linea, la griglia che codifica il comportamento umano non è bussola di orientamento dell'incontro terapeutico. Il protagonista non sono la teoria o il bagaglio di conoscenze accumulate, non può essere l'esplicazione delle tecniche adottate per la cura.

Pur portando casi clinici ed esperienze laboratoriali e la loro analisi, il libro non vuole essere un manuale dotto. È una raccolta di sentire, di anima, di intuizioni, di accoglienza della sorpresa, di manifestazioni dello stupore. È un concentrato di colori, luci, ombre, tutti da vedere, toccare, sentire, odorare.

Il soggetto protagonista è il percepire che si associa con l'incontro con l'altro, è la meraviglia dell'esplorazione, è il percorso, il viaggio, è la trasformazione che si verifica nell'altro come in me, è il contagio dell'altro su di me, è il prendere dell'altro da me.

Questo reciproco dono di se stessi, il privilegio di entrare profondamente nell'intimità dell'altro in una specialissima relazione d'affetto e di intesa collaborativa, quell'umile tessere con l'altro la trama della sua vita prendendo ogni filo e ogni nodo per farne l'ordito di una nuova tela, l'essere presente e testimone alla prodigiosa emozione del *quid vitale*, come lo chiama Mondo, di ogni piccola scoperta che può poi diventare rivoluzionaria, l'essere immersa nella dimensione immaginale insieme all'altro da me e poterla trasformare in simbolo potentemente evolutivo, il *com-pren-dere* quel campo archetipico che si attiva e si rende visibile nell'intimità analitica: questi saranno i protagonisti, gli attori fondamentali che scorreranno davanti agli occhi del lettore e proveranno a incontrare la sua anima.

³ A proposito di apertura e discontinuità associo questi versi che bene rappresentano la "crepa" come luogo di nascita: "Tra ciò che vedo e dico / Tra ciò che dico e taccio / Tra ciò che taccio e sogno / Tra ciò che sogno e scordo: / la poesia". Da *Dire: fare II*, Octavio Paz (1914-1998), poeta, saggista, scrittore, diplomatico messicano, ha lasciato una notevole traccia nella letteratura contemporanea in lingua spagnola, accanto a Borges e Neruda.

I terapeuti dell'anima hanno in primo piano le sensazioni, i sentimenti e le intuizioni, il dialogo e l'ascolto. Le invisibili e costanti connessioni tra individuale e collettivo formano l'esperienza simbolica e questa si colora di dono e manna, nutriente e salvifica, anche per il terapeuta.

Un filo rosso sta al fondo di questa complessità, e collega ogni cosa: esso consiste nella sensazione di essere stata scelta come depositaria di doni offerti, di avere il privilegio di tanta intimità e nudità di sentimenti e sofferenze; un filo rosso che si manifesta come il desiderio, da parte mia, di restituire, riconoscente, tutto questo nella forma della scrittura che condivide immagini, riflessioni e scoperte.

Perché questo titolo

*Sole splendimi fin dentro al cuore,
Vento caccia via pensieri e pene,
Non v'è al mondo diletto maggiore
che andar vagando sconfinatamente.*
Hermann Hesse

Il viaggio e l'avventura sono presenti nello spirito di fondo e non esplicito del libro, e mi hanno accompagnata metaforicamente per tutta la scrittura del testo. Lo spunto è anche quello di non avere una meta precisa se non il godimento del paesaggio, della scoperta e degli incontri.

Quando si torna dai "sette oceani" al mondo interiore da cui si è partiti si hanno occhi nuovi con cui guardare sé stessi e l'universo.

"Non cesseremo di esplorare
E alla fine dell'esplorazione
Saremo al punto di partenza
Sapremo il luogo per la prima volta"
(Eliot T.S., 1959, p. 85)⁴

Ho sempre preferito accogliere le emozioni dei pazienti attraverso le loro immagini, disegnate, giocate, sognate, e ho sempre notato il grande potere trasformativo di queste. Ho sempre prediletto l'immaginario al discorso verbale, che pure è necessario accompagnatore delle immagini. Le immagini, quindi, sono al centro del mio lavoro con i pazienti, unite alla dimensione spontanea, creativa, immediata quanto profonda e vera. Trovo particolarmente contagiosa l'energia vitale contenuta nelle immagini prodotte, costruite, arrivate nei sogni e nell'immaginazione spontanea. L'immaginazione tocca l'Anima, il cuore della vita, il centro e l'essenzialità dell'essere al mondo, nucleo pulsante del significato, imperdibile dimensione di presenza.

La psicoterapia è l'ambito privilegiato in cui coltivo questi principi ed esperienze di base, che configurano la crescita personale e professionale, in cui elaboro il Senso e una rinascita continua, grata alla potenza profonda dell'energia originaria.

⁴T.S. Eliot (1943), *Quattro quartetti*, tr. it. di F. Donini, Garzanti, Milano 1959, dal quinto movimento *Little Gidding*.

Immagine di copertina

C'è un elemento particolare che accomuna la costruzione di un racconto, di un testo teatrale o come questo che sto scrivendo, di una scena costruita nella sabbia, o anche di una scena immaginata che sarà *giocata* psicodrammaticamente. Possiamo individuare tale elemento particolare nella tensione creativa che si alimenta da quella spinta espressiva e comunicativa irrinunciabile e indifferibile: un nucleo primigenio potentemente presente al nostro interno profondo, che attende, nella sua dimensione ancora informe e originaria, di espandersi e srotolarsi manifestandosi in parole o immagini.

Tale forza nucleare è ben presente nella parola tedesca “immaginazione” (*Einbildungskraft*) dove il suffisso *kraft* può tradursi come “forza”: abbiamo dunque a che fare con una forza dinamica che induce cambiamenti e trasformazioni. È il nostro “regno della libertà”, come dice la von Franz (1988, pp. 9, 11)⁵.

L'immagine di copertina è stata creata da un mio paziente, quando, sul finire del percorso terapeutico, ha esposto in cerchio le sue parti interiori individuate durante il viaggio di esplorazione terapeutica e finalmente divenute consapevoli. Ho scelto questo quadro di sabbia perché raccoglie i tre ambiti di questo libro: il sogno, lo psicodramma, la Sand Play Therapy. La bambina con le trecce rosse, distesa prona, sembra sognare, seppure a occhi aperti, così come il suo vicino neonato seduto su un cuscino sembra rapito da un miraggio fantastico. Le figure sono state disposte in cerchio e sembrano formare il *themenos*, quello spazio sacro così caro alle sedute psicodrammatiche. La madre al centro accompagna il suo bambino nei primi passi, un simbolo di percorso evolutivo e di promessa di crescita, dove il viaggio inizia coi primi passi, incerti e malfermi: essi necessitano del sostegno di una guida, di una madre, di un terapeuta, e sono tesi alla ricerca di Senso, intuizioni, svolte ed emozioni intense.

Questa immagine rappresenta la traccia di un lavoro a quattro mani, quattro occhi, quattro orecchie e due cuori, come sono solita dire ai miei pazienti, quando scordano che, nelle sedute analitiche e nel processo trasformativo, siamo in due a camminare.

Come si articola il libro

*Chi vive vede molto,
chi viaggia vede di più.*
Proverbio arabo

Il libro raccoglie alcune riflessioni e articoli scritti nell'arco di quindici anni, scritti (e poi sparsi) per differenti scopi e occasioni. Qui sono risorti in nuova veste: rivisitati e trasformati in vista dell'argomento cruciale del testo. Ho dato loro omogeneità trasformando la struttura originaria e rendendola coerente con lo scopo del libro.

⁵ Von Franz M.L. (1988): *Psiche e materia*, Boringhieri, Torino 1992.

Altri capitoli sono stati scritti *ad hoc* negli ultimi tre anni e raccolgono l'esperienza e la complessità acquisita nel tempo con l'esercizio della professione e dell'incontro con tanti soggetti alla ricerca di sé stessi.

Il lavoro di rielaborazione degli scritti originari e di redazione degli scritti attuali, lo stare legata al filo che il titolo annuncia mi ha offerto la possibilità di chiarire a me stessa idee e acquisizioni, posizioni e atteggiamenti che spesso sfuggono nel procedere delle terapie e degli impegni professionali su molti fronti: è stato un momento di riflessione profonda, un'occasione di aprire prospettive nuove, consapevolezze e conferme, ma soprattutto idee solo finora percepite e non ancora elaborate. Non sono più la stessa, infatti, di quando ho intrapreso questa scrittura. La lunga narrazione mi ha trasformata senza possibilità di ritorno al punto di partenza.

Scrivere e riflettere sul proprio operato, sui paesaggi altrui e sulle vite di chi si affida a noi chiedendoci una relazione intensa e impegnativa, porta cambiamenti profondi da cui non si torna indietro.

Il tempo durante il quale tanti scritti hanno atteso l'attuale rivisitazione è stato come il crogiolo alchemico che cuoce a fuoco lento e lentamente trasforma gli elementi, dando loro la possibilità di decantarsi, depositarsi e *incubare*, trasformando silenziosamente i contenuti.

La creazione attuale dei nuovi scritti ha consentito un'intuizione più articolata e consapevole, forte delle esperienze finora capitalizzate e soprattutto arricchita dall'incontro con i vari mentori da cui ho appreso e a cui sono grata.

La scrittura obbliga a fermarsi, a meditare su ogni parola che deve essere fissata sulla carta: stimola a sua volta intuizioni e concatenazioni associative, richiama materiale scritto da altri prima di noi, permette di rileggere ciò che è emerso e constatare che stimola ulteriori passaggi e che contiene altri semi da coltivare.

Il libro contiene alcune forme (non tutte naturalmente) di immagine e immaginazione che quotidianamente usiamo e creiamo, da cui siamo raggiunti e che tocchiamo direttamente: ne prende in considerazione una moltitudine, le incontra e le analizza entrando direttamente dentro l'esperienza vissuta da paziente e terapeuta, al lavoro nella loro *associazione a risorgere* (parafrasando l'*associazione a delinquere!*), all'interno di quella fucina trasformativa che la psicoanalisi offre come occasione di rinascita.

Parlo di tante forme di immagine e immaginazione e quindi di *tipi di immagini* in quanto il nostro patrimonio immaginativo è variegato, e quando diciamo *immagine* non possiamo riferirci ad un'esperienza univoca: ci sono infatti immagini che ci arrivano dal mondo circostante e che stimolano i nostri sensi, visivo, acustico, olfattivo, tattile e spesso gustativo; ci sono immagini che noi immaginiamo per un processo di libero pensiero e piacere, o come fantasie o come risposta ad altri stimoli oppure per orientare i nostri comportamenti futuri (una strada da imboccare e da seguire, una scelta, un regalo).

Le immagini inoltre si sviluppano in relazione a un ricordo, a una lettura, a una visione, a un fatto che accende delle connessioni associative; ci sono immagini legate

specificamente alla facoltà creativa e ideativa, per cui siamo in grado di produrre prodotti artistici in ogni campo, dall'artistico figurativo o pittorico, al musicale, al poetico, al letterario; sappiamo immaginare inoltre soluzioni a problemi che si presentano sul nostro cammino (la cosiddetta capacità di *problem solving*) prima ancora di realizzarle; possiamo addirittura formulare ipotesi scientifiche grazie all'immaginazione, grazie cioè all'osservazione e a quei guizzi intuitivi o intellettuali che ci aiutano ad articolare e, se possibile, migliorare il nostro stile di vita. Ci sono poi immagini quasi *estrane* che ci raggiungono senza il nostro controllo razionale attraverso i sogni, e che hanno bisogno di essere processate per giungere alla nostra coscienza; immagini che, analogamente, ci arrivano inaspettatamente *alle mani* proprio mentre le stiamo costruendo, grazie a processi espressivi e creativi, non necessariamente artistici (ho dedicato un capitolo alla saggezza delle mani che creano scene nella sabbia).

Queste sostanziali differenze mi avevano portata in un primo tempo a dare priorità alle immagini *create concretamente* (quindi alla metodologia della Sand Play Therapy) per poi dedicare lo spazio alle altre immaginazioni *meno concrete*: quelle sviluppate dal gioco psicodrammatico e dal sogno. Ritenevo che fossero *più facili* da avvicinare e recepire, immediatamente percepibili e apprezzabili, secondo il preconetto che ciò che si vede è più semplice e diretto, forse più spontaneo nella comprensione e illustrazione. Invece vedremo quanto il processo di costruzione e creazione delle immagini con le proprie mani sia complesso e tanto insolito quanto poco diffuso.

In un secondo momento, durante l'elaborazione seguente, e specialmente verso la conclusione, mi sono accorta che avrei dovuto sovvertire completamente la precedente ipotesi di sistemazione e seguire un altro criterio: ho intuito che una migliore scelta era quella di lasciare per ultime le immagini costruite nel concreto delle forme nella sabbia e la metodologia psicoterapeutica che le utilizzano, per dare anticipo alle immagini evocate da sogni e giochi psicodrammatici (un secondo volume in progetto comprenderà l'arteterapia e la costruzione di mandala).

In altre parole, ho scelto il criterio della familiarità con certe immagini piuttosto che con altre: con la mia scelta ho segnalato il fatto che capita a tutti di sognare e non a tutti di disegnare o costruire scene in una vasca di sabbia; capita a tutti di rappresentarsi mentalmente una scena drammatica (da intendersi come dinamica e vivace, sia piacevole che spiacevole) come risposta a una lettura, a un film, a un racconto, a una notizia di un quotidiano, ma non capita frequentemente di avere a disposizione tempo e materiali, desiderio e intenzione di creare immagini colorate. Il sogno fa parte del nostro vivere quotidiano; il gioco nella sabbia, se non siamo al mare né siamo più bambini o scolari, lo riserviamo ad attività ludiche sporadiche.

Ecco allora che la scelta del criterio è caduta sulla precedenza a ciò che conosciamo maggiormente, a ciò che ci capita tutti i giorni, a qualcosa cui siamo avvezzi, anche se non ne siamo esperti interpreti.

Ho posticipato quindi l'analisi di quelle attività che in generale pratichiamo meno, per le quali sarà stato utile avere avuto una preparazione introduttiva grazie

ai primi capitoli (un secondo volume si dedicherà alle espressioni pittoriche e grafiche in generale).

Collocando il sogno in prima posizione, ho dato risalto al fatto che il sogno è il *padre* dell'immaginazione, uno dei più antichi laboratori immaginativi dell'umanità, forse accompagnato dai primi segni pittorici sulle pareti delle caverne-abitazioni-ricoveri dei nostri antenati. Il sogno, poi, è stato il primo oggetto iconico misterioso della psicoanalisi, e Freud e Jung sono stati i primi a occuparsene e a svelarne gli arcani.

Nella seconda parte quindi mi dedico alle attività immaginative che creano oggetti e prodotti – li chiamo *creature* – in uno spazio concreto, con oggetti tangibili, grazie a materiali palpabili. Se l'attività immaginativa all'origine è simile nelle diverse tipologie di immagine, e vedremo come e con quali caratteristiche ed equipaggiamento, non è affine invece il processo di utilizzo delle stesse, e le varie forme psicoterapeutiche lo dimostrano ampiamente.

L'ambito di *lavorazione* delle immagini, che sfruttano la nostra innata capacità immaginativa, è, in tutto il corso del libro, quello terapeutico: esse sono prodotte nella mente del soggetto singolo (paziente, ma anche terapeuta) e depositate in un ambiente sicuro, non giudicante; sono consegnate alla coppia terapeutica che se ne occupa lavorandole a seconda della loro natura; sono accolte dal terapeuta che, insieme al paziente, cercherà di stimolare il dipanarsi del garbuglio e del mistero al loro apparire. Le immagini *parlano* sempre, e comunque utilizzano linguaggi differenti ma ugualmente decodificabili e traducibili in senso e simbolo: prerogative, queste, dello sviluppo terapeutico. Ma ogni metodo terapeutico, come abbiamo detto, ha le sue variazioni, le sue caratteristiche specifiche, e con esse il suo modo di accogliere l'immaginario. Le immagini del sogno si narrano, si commentano; le immagini dell'ambito psicodrammatico si giocano col corpo in scena; quelle infine che arrivano in un contesto di Gioco della Sabbia si rappresentano nella sabbiera in tridimensione.

Tutte le immagini, vedremo, escono dal privato della propria mente e in forme diverse si presentano al mondo per essere viste, osservate, ascoltate, interpretate.

Mi sono occupata delle potenzialità del processo immaginativo all'interno della psicoterapia. Lavorando con la capacità immaginativa, che ciascuno di noi porta alla vita e che esita in qualsivoglia tipologia di immagine e metodo terapeutico, sperimentiamo che ogni immagine porta informazioni su noi stessi e sul mondo circostante, e soprattutto sulle emozioni che emergono spontanee. In qualsiasi metodo terapeutico stiamo operando, le emozioni che compaiono insieme alle immagini liberano, come vedremo, energia nuova e scatenano azioni (psichiche e concrete) impreviste. Questi sono i fili comuni a tutte le tre diverse stanze d'analisi che apriremo.

Incontreremo diverse metodologie cliniche che conosco, pratico e amo (alcune le rimando al prossimo volume): dal loro vertice osservativo ci permettono di individuare aspetti particolari del nostro mondo interiore. Tutte si appoggiano alle immagini come materiale prezioso, che, in ogni contesto metodologico, segnala la presenza dell'inconscio e del profondo.

Quindi, in sintesi, incontreremo prima la *stanza* del sogno, e leggeremo il racconto di due sogni, di Gemma e di Renato, dalle caratteristiche differenti: uno *prospettico anticipatorio* di tutto il corso dell'analisi, e l'altro *di svolta* all'interno del percorso analitico.

Successivamente ci addenteremo nella metodologia psicodrammatica che stimola immagini di gruppo sia latenti che esplicite, immagini in chi gioca da protagonista come in chi osserva da ascoltatore durante il *gioco di scena*. I temi dei giochi psicodrammatici e le esperienze narrate saranno tre: lo Stress da Lavoro Correlato, la Resilienza, lo Straniero in noi e fuori di noi.

Subito dopo entreremo nel regno delle immagini concretizzate, la Sand Play Therapy: qui sarà narrata la storia clinica di Viola e della sua *coppia regale*, e la storia di Stella in un contesto non terapeutico ma espressivo.

Ogni area di indagine e specialità terapeutica sarà anticipata da una presentazione, per chiarire al lettore di cosa ci staremo occupando e *ambientarlo* nella stanza prescelta.

Invito tutti coloro che iniziano la lettura a formulare mentalmente un'immagine di percorso, di viaggio e di avventura, con la curiosità che si addice al viandante ma anche con la sapienza di chi sa partire.



Fig. 2 – Prima sabbia di un percorso terapeutico in partenza.

Definizioni di base

*Intraprenderemo un viaggio in un mondo "sotterraneo",
il mondo dei significati
nascosti dietro l'apparenza delle cose,
il mondo dei simboli in cui tutto è significante,
in cui tutto parla per chi sa intendere.*
Föllmi, 2012, p. 24

Premessa

Descrivo qui di seguito alcuni dei concetti di base su cui poggia l'intera struttura della ricerca di questo libro. Si tratta soltanto di tracce di ciò che si può definire una monumentale raccolta di definizioni, studi, riflessioni, esposizioni, teorie. Qui il lettore potrà orientarsi e trovare riferimenti a cui attingere quando parlerò di una esperienza clinica individuale o di gruppo, di una metodologia o di un'altra: rappresentano il linguaggio di fondo, il clima sotto soglia che si ispira nel procedere nella lettura.

La teoricità delle pagine seguenti, che ho attinto da maestri e scrittori che prima e meglio di me hanno riflettuto sugli argomenti, non è scevra di emozioni sorprendenti ed è infarcita di energia vitale, che spero contagino anche chi si appresta a intraprenderne la lettura.

Immagine

*L'immagine è un universo sconosciuto da esplorare
con la curiosità dello straniero
e la discrezione dell'ospite.*
Belfiore, Colli 1998

“*Quel* pensiero non sarebbe venuto alla sua luce, o alla sua ombra, senza essere provocato da *quella* immagine, che diviene essa stessa sintesi sensibile di una dimensione dell'umano” (Cacciari, 2017).

A partire dalle parole del filosofo veneziano, possiamo iniziare a concepire che le immagini rappresentano una sorta di ideogramma di contenuti inconsci. Si possono realizzare figure effettivamente complesse senza avere la minima idea del loro contenuto reale. “Mentre la si dipinge, l'immagine sembra svilupparsi da sé, spesso in contrapposizione con l'intenzione cosciente” (Jung, 1950-54, p. 341).

“La Via” che porta al complemento di noi stessi e alla nostra verità ultima “è qualcosa di assolutamente vago e inafferrabile. Benché inafferrabili e vaghe”, all'interno della *Via* “vi sono delle immagini. Benché impenetrabili e oscuri, all'interno di esse vi sono dei germi. Questi germi sono molto reali; all'interno di essi risiede” una sorta di “infallibilità”, e possiamo anche chiamarla saggezza, o ripetitività, “sicché dall'antichità fino a oggi, il termine *Via* continua a esprimere l'origine comune” degli uomini e dei loro intenti di salvezza e verità (Lao-Tzu, in Jung, 1950, p. 281).

Secondo un altro aspetto della visione poliedrica che si può avere delle immagini, “la psiche produce immagini e si fonda su immagini. Parlare per immagini è seguire coerentemente la psiche e le sue caratteristiche. La psiche fin dalla nostra nascita si struttura man mano creando immagini. La vita psichica è tutta un immaginare” (Widmann, 2017).

“All’inizio, l’anima parlava con le immagini, [...]. Ancora oggi, non appena il fondo atavico della psiche viene sfiorato, salgono in superficie le immagini che consentono di vedere ciò che soltanto difficilmente si lascia costringere in concetti compiuti” (Jacobi, 1969, p. 133).

“L’anima vive nelle immagini, attraverso queste e al di sopra di queste” (Keyserling, 1947, p. 234).

Ma creare immagini, scoprirle dentro di noi, produrle è un processo di incessante energia e di imprevedibile risultato. “Le grandi irrinunciabili icone della nostra civiltà [...] non sono illustrazioni di idee già in sé definite, bensì tracce del nostro procedere verso il problema che le loro presenze incarnano” (Cacciari, 2017).

Le immagini, dice ancora Cacciari (2017, p. 80-82) non sono illusione, fantasma, travestimento del significato vero, ma “pensano la realtà” dell’evento, pensano esse stesse come reali. L’immaginare, il porre-in-immagine, non vale qui come un *indumentum* che veste, nasconde o fraintende il reale, ma come la rappresentazione verace della realtà del simbolo. Il realismo delle icone vuole esprimere la fede nella realtà dell’evento che in esse si dipinge.

L'icona *incarna*, intende esprimere la realtà nella molteplicità dei suoi momenti, dei suoi volti, delle sue sofferenze. L'icona opera e dipinge (*pòiesis*) un evento reale, e presuppone che esso formi un tutt'uno con il proprio significato. L'immagine che dà vita all'icona non è mitica e, nel rappresentarla, l'icona la *riflette*, in tutti i sensi del termine, ossia la guarda, la ascolta, la medita, la interpreta, la traduce nel proprio linguaggio.

Dobbiamo essere molto grati a Cacciari per questa riflessione sull’immagine, che diventa guida per addentrarci nella raccolta di esperienze vivide ed emozionanti presentate in questo libro. Cacciari ci pone una domanda: quando lo si pone *in immagine* come esprimere il ritorno alla luce di questo *molteplice* profondo e il suo mantenersi salvo, non distrutto? Nel dipingerne la vita, come non smarrirne le tracce, le particelle dell’eterno che *ri-vela* e porta in sé?

Qui mi occuperò proprio di quell’immagine che rappresenta l’apparire stesso dell’essenziale, e proverò a dare una risposta agli interrogativi stimolanti del filosofo attraverso le numerose esperienze dei soggetti che hanno consentito di dividerla in questa raccolta.

Le immagini pertanto sembra siano prodotti spontanei di una fantasia liberamente creatrice: esse avrebbero l’intenzione di esprimere l’esperienza di accoglimento, da parte della coscienza, di contenuti inconsci, senza che la coscienza perda le proprie specificità né che l’inconscio venga distorto. Le immagini, in altre parole, avrebbero

la funzione di portare alla coscienza i messaggi autentici dell'inconscio senza che vengano alterati dal filtro razionale del pensiero e dall'uso circoscritto della mente.

Jung fa un passo ulteriore quando afferma che, oltre a ciò, le immagini curano e calmano, trasformano le emozioni e i contenuti inconsci diversamente travolgenti dando loro una forma accettabile. Ascoltiamo cosa dice: "finché riuscivo a tradurre le emozioni in immagini, e cioè a trovare le immagini che in esse si nascondevano, mi sentivo interiormente calmo e rassicurato. Se mi fossi fermato alle emozioni, allora forse sarei stato distrutto dai contenuti dell'inconscio. Il mio esperimento" (cessare di controllarsi e consentire alle immagini e alle rinnovate voci interne di esprimersi, abbandonarsi a una impresa pericolosa non solo per il suo bene ma anche per quello dei suoi pazienti, lasciare scatenare il flusso incessante di fantasie e annotarle sistematicamente, a volte disegnarle, in altre parole confrontarsi con l'inconscio) "m'insegnò quanto possa essere di aiuto -da un punto di vista terapeutico- scoprire le particolari immagini che si nascondono dietro le emozioni" (Jung, 1961, p. 219-220).

"Nella stanza in cui si pratica l'analisi psicologica, si tenta di riattivare quell'immaginazione avvilita e bistrattata da abitudini e credenze talmente radicate da spingerci verso esistenze automatizzate. Tale caduta della capacità immaginativa ha un ruolo importante nella sofferenza psichica. La speranza di operare uno squarcio nell'ordinaria visione delle cose è conseguente alla necessità di evidenziare la primaria natura immaginativa della comunicazione psicoterapeutica. In verità ogni elemento della cura alimenta l'immaginazione, e nella stanza dell'analisi noi non possiamo che estrarre e condividere visioni". Durante il dialogo terapeutico, infatti, dice Mondo, noi possiamo rievocare soltanto rappresentazioni in assenza delle persone, degli oggetti e dei luoghi di cui narriamo. Con la nostra fantasia operiamo genuine distorsioni dei nostri ricordi ed evoluzioni creative. La natura delle comunicazioni è fondamentalmente immaginale (Mondo, 2012, p. 24).

Ascoltiamo ancora Jung, come suggerito anche da Mondo: "noi pensiamo in teoria troppo poco e in pratica quasi mai che la coscienza non ha assolutamente relazione diretta con qualsiasi oggetto materiale. Noi percepiamo soltanto immagini che ci sono trasmesse indirettamente attraverso un complicato apparato nervoso. Tra le terminazioni nervose degli organi sensoriali e l'immagine che appare alla coscienza è inserito un processo inconscio che trasforma il dato di fatto fisico della luce, per esempio, nell'immagine psichica 'luce'. Senza questo complicato processo inconscio di trasformazione, la coscienza non può percepire assolutamente nulla che sia materiale. La conseguenza è che la realtà che appare immediata è composta di immagini accuratamente preparate e che noi viviamo perciò 'immediatamente' soltanto in un mondo di immagini" (Jung, 1933, p. 412).

Noi elaboriamo rappresentazioni del mondo esterno e siamo immersi in un mondo psichico, il quale "fornisce conclusioni soltanto indirette e ipotetiche sulla natura della materia reale. Soltanto a ciò che è psichico va riconosciuto il carattere di realtà

immediata, e precisamente ad ogni forma di ciò che è psichico, persino alle rappresentazioni e ai pensieri 'reali'. Se definiamo tali contenuti con il nome di immaginazioni, non per questo sottraiamo loro neppure una briciola della loro efficacia. [...] la nostra ragione tanto lodata e la nostra volontà enormemente sopravvalutata si rivelano in molti casi impotenti di fronte al pensiero 'irreale'. Le forze universali che regolano la prosperità e la rovina di tutta quanta l'umanità sono fattori psichici inconsci, e sono anche quelle che producono la coscienza e, quindi, la 'conditio sine qua non' per l'esistenza di un mondo in generale. Noi siamo dominati da un mondo che è stato creato attraverso la nostra psiche" (Jung, 1933, p. 413).

Commenta Mondo: "la cura psichica diviene quindi cura nell'immagine ma soprattutto cura a partire dall'immagine. Assumere una visione immaginale della cura serve al paziente, serve al terapeuta, serve a ognuno di noi" (Mondo, 2012, p. 25).

Anche Angela Sordano, che ha studiato a lungo e profondamente il comportamento dei bambini e degli adolescenti nel collettivo di gruppi psicodrammatici terapeutici, ha sperimentato con i suoi piccoli e giovani pazienti che l'emergere di strutture grafiche o visive, ossia immagini disegnate o raccontate e condivise, ha ripercussioni profonde nell'assetto interno di ciascuno, e infatti "la possibilità di riconsiderare il codice figurativo nella pratica clinica comporta notevoli vantaggi. Il segno grafico, l'immagine, possono costituire l'amo del pescatore che consente di agganciare il motivo relazionale sottostante al disagio. Laddove il pensiero razionale non riesce a costruire dei ponti, l'emozione costruisce delle autostrade, o talvolta semplici strade sterrate che, curva dopo curva, ci portano al soggetto". Nonostante la maggior parte delle relazioni psico-analitiche usi la parola come strumento prioritario di condivisione dell'esperienza, è importante, sostiene ancora la Sordano, arrivare ad un "cambiamento di prospettiva che non richieda l'accesso a una mappa cosciente e il passaggio alla decodifica verbale dell'esperienza" (Sordano, 2006, pp. 84-85).

"Dunque, possedere una facoltà immaginativa significa per l'uomo avere, in modo più o meno evidente, un'immagine di ciò che non è più presente o che non lo è ancora, e che magari non lo sarà mai. [...] Quello dell'immaginazione è un mondo di possibilità che sono in nostro possesso, dove si esprime il desiderio umano di sviluppare la nostra creatività dialogandovi insieme" (Kast, 1988, pp. 10, 11).

Widmann ci ricorda che sull'immagine e sulla capacità di immaginazione dell'uomo sono state fondate e si sono sviluppate molte terapie psicologiche, chiamate proprio *terapie immaginative*, che si ritrovano in molti orientamenti della psicologia: orientamento analitico, cognitivista, psicodinamico e anche psicofisiologico, di tipo direttivo o non-direttivo. Tutte hanno come denominatore comune l'effetto finale, se non addirittura l'obiettivo, di modificazione dell'Io profondo, del substrato affettivo: "tutte riconoscono di agire, tramite le immagini, sullo stato affettivo della persona" (Widmann, 2004, p. 21).

Constatiamo, in conclusione e con Belfiore-Colli, l'ineludibile delicatezza del *curare ad arte* (Boccalon, 2012, p. 36): "L'immagine svolge una parte fondamentale all'in-

terno del processo creativo e terapeutico, permettendo all'immagine stessa di aprirsi a nuove configurazioni secondo una continuità estetica che lega il gesto al segno, lo sguardo alle parole, ogni immagine alle successive. Cogliere la struttura dell'immagine, il suo messaggio profondo, dipende dalla soggettività di entrambe le figure coinvolte nel processo terapeutico e riguarda esperienza e comunicazione" (Belfiore, 1998).

Avrò modo di declinare questo processo lungo tutto lo svolgimento del libro, e attraverso le diverse aree da me scelte come significativamente generative di immagini (sogno, psicodramma, Gioco della Sabbia): tutte si fondano sulla realtà e presenza di immagini create ed elaborate nella nostra mente, dotate di infinite risorse di energia vitale posta al centro tra inconscio e coscienza.

"I concetti scindono, le immagini uniscono. Riuniscono" (Jacobi, 1969, p. 133).

Simbolo

Facile è il passaggio per coloro che possiedono il simbolo
Mylius, 1622, p. 316 (cit. Jung, 1944, p. 223)

I simboli sono diversi dai segni, semplici abbreviazioni o successione di iniziali, o immagini, emblemi o insegne. "Essi possono essere privi di significato ma ne hanno acquistato uno riconoscibile attraverso l'uso comune o per un intento convenzionale. I segni hanno il compito di denotare gli oggetti a cui sono riferiti. Parole e immagini sono quindi simboliche quando implicano qualcosa che sta al di là del loro significato ovvio e immediato, quando rinviano a un senso più ampio, 'inconscio', che non è mai definito con precisione e compiutamente spiegato" (von Franz, 1988, p. 50).

"Senza immagini non abbiamo alcun punto di riferimento [...] Non saremmo affatto in grado di articolare un discorso. Poiché si tratta di un'esperienza ineffabile, l'immagine è indispensabile. Dio si avvicina all'uomo nella forma di simbolo. A noi si rivela come immagine psichica cioè come simbolo" (Jung, 1950-54, pp. 377, 402-405). Il simbolo entra nel mondo dell'esperienza umana e, specialmente quando porta un senso archetipico universale, "investe l'individuo per intero, coinvolgendo tutte le sue funzioni: la sensazione come il pensiero, l'intuizione come il sentimento". Arriva come forma non solo visiva ma anche acustica, tattile, motoria, ideativa, emotiva, comportamentale (Widmann, 2017, p. 31). "Il simbolo diventa il mio signore e sovrano infallibile... il cui piacere si irradia all'esterno come un fuoco fiammeggiante, come un Buddha circondato dalle fiamme. Nella misura in cui io mi sprofondo nel simbolo, il simbolo stesso mi trasforma dal mio Uno nel mio Altro, il mio diverso" (Jung, 2009, p. 251). "Sarà il simbolo a nascere in me" (Jung, 2009, p. 250).

Il soggetto investito dal simbolo (archetipico soprattutto) viene colpito dal suo potere trasformante e trasfigurante, che "attiva l'immaginazione, stimola l'ideazione, muove all'azione. Il simbolo, infatti, quando è propriamente tale, è sempre una realtà

operante” (Widmann, 2017, p. 32). Il potere trasfigurante e operante deriva dall'intensità energetica che acquisisce dall'inconscio. Il simbolo, ci dice ancora Widmann, è un “trasduttore energetico” dall'inconscio alla coscienza. Investendo la coscienza, il simbolo del profondo “la provoca, la smuove, la costringe alla trasformazione”.

Quando un *oggetto-simbolo* “cessa di essere inconsciamente investito di energia psichica, cessa di essere simbolo” e torna a essere *oggetto-fisico* o rappresentante convenzionale di qualcos'altro, solo *cosa*. La dimensione propriamente simbolica è riconoscibile dalle vibrazioni e “risonanze inconsce che la coscienza non riesce a distinguere con chiarezza ma dalle quali viene impressionata”, decisamente *impressa*. “Quando un oggetto risuona di contenuti intravisti ma per i quali non esistono concetti verbali atti a esprimerli, quando in esso riecheggiano evocazioni arcaiche perché inafferrabili, frequentemente si impone alla coscienza con intensità e vi si imprime con efficacia; vibra, per così dire, di una particolare intensità esperienziale. Per contro, quando un oggetto sembra appartenere all'area dell'integralmente noto e scivola nell'anomia del banale, nell'indifferenza della cosa usuale, non solo perde ogni retrostante spessore contenutistico, ma si spegne in esso ogni carica emozionale, pulsionale, operativa; l'oggetto si svuota di energia oltre che di contenuti. Nel primo caso si è dinnanzi a un simbolo vivo e nel secondo caso dinnanzi a un simbolo estinto: una volta depotenziato energeticamente, un simbolo non è più tale”.

L'immagine, che traduce il simbolo e lo raffigura, raccoglie le potenzialità simboliche impregnandosi di energia psichica, e infondendo nell'icona percepibile il significato e il contenuto ancora sconosciuti. “La relazione tra coscienza e immagine è dunque determinante nel processo di simbolizzazione” (Widmann, 2017, p. 32-33).

Widmann incontra profondamente Jung quando questi annuncia che il simbolo è l'espressione dell'immaginario di un archetipo inconscio non altrimenti esprimibile. Il simbolo non sostituisce un oggetto e non ha un significato univoco. Inoltre, come abbiamo appena detto con Widmann, porta con sé una carica libidica che influenza l'affettività e l'azione. Nel momento in cui il simbolo perde la *carica libidica* a tonalità affettiva in quanto ha svelato il suo significato, perde la sua funzione trasformativa del profondo e diviene segno, anaffettivo e generico.

Come precisa van Der Post, “Jung attribuisce ai simboli un significato denso di contenuti: essi appaiono all'improvviso come fulmini o transitano come meteore attraverso il buio dell'inconsapevolezza umana. Essi vanno oltre la comprensione dell'intelletto e sono promotori di un nuovo, grande Senso trasformatore. I simboli sono stati per Jung le forze dinamiche più potenti che abbia esplorato. Era certo che il declino e la perdita di significato del mondo intorno a lui fosse dovuto in certa misura alla crescente incapacità dell'uomo moderno di farsi guidare dal simbolo” (Van der Post, 1976, p. 168).

Silvia Montefoschi definisce il simbolo come modo di manifestarsi dell'Essere a sé stesso; l'Essere acquista forme viventi grazie ai simboli: “il simbolo è l'unico modo dell'Essere di dire di sé in tutto ciò che è” (Montefoschi, 2005, p. 157).

Siamo debitori all'umanità che ci ha preceduti e alle culture, le più lontane come tempo e come spazio, della costruzione di un ricco patrimonio simbolico che esprime la diffusione universale della simbologia. Tale patrimonio è raccolto dall'archeologia, dalla paleontologia, dall'etnografia, dall'etnologia, dall'araldica, dalle religioni, dalla mitologia e dalle fiabe, come ci ricorda Hans Biedermann nella sua bella introduzione all'opera da lui curata *Enciclopedia dei simboli*. I simboli che ci arrivano dall'antichità e che rientrano tra le ricchezze più preziose dell'umanità hanno portato a "grandi produzioni" lungo tutta la storia delle civiltà, come "le piramidi, le cattedrali, i templi, le sinfonie, le poesie, le sculture, i quadri, i riti sacri, le feste, le danze" (Biedermann, 1989, p. IX).

Ritroviamo il ricco patrimonio simbolico in innumerevoli gesti, oggetti, idee, riti più o meno quotidiani, e anche nella poesia, in tutta la produzione artistica, nelle figure storiche e sociali di forte impatto, nella parabole della religione, nelle icone di culture antiche, nell'arte culinaria o cultura del cibo, ma anche nel profluvio di immagini pubblicitarie, come negli oggetti che ci accompagnano negli eventi fondamentali della nostra vita, quali ad esempio la fede nuziale nei matrimoni, l'abito bianco della sposa, la croce nelle funzioni religiose, il colore nero del lutto, la candela sulla tavola delle feste, la rosa rossa nelle manifestazioni d'amore. In tutte queste situazioni "un 'significante' allude a qualcosa che va al di là della sua pura forma esteriore", e collega pensieri e senso non esplicito (Biedermann, 1989, p. IX). L'uomo ha bisogno di simboli per *afferrare* ciò che altrimenti non potrebbe essere detto.

La sfera simbolica è penetrata nel linguaggio quotidiano, e infatti se dico *afferrare* esercito un atto simbolico che mi porta dal gesto fisico dell'afferrabilità alla realtà psichica di potermi appropriare di elementi sconosciuti e invisibili sul piano sensibile.

Ognuno di noi è circondato da un'infinità di segnali che gli danno la possibilità di inserirsi nel mondo, il progetto universale di vita a cui l'uomo ha bisogno di dare un significato profondo, per sentirsi collegato a tutte le altre creature che abitano il pianeta. Se pensiamo che la nostra società si fonda sul principio del massimo rendimento dovremmo trovare figure carismatiche che ci guidino alla fuga dal solo razionalismo e calcolo, *ragioni strumentali* che uccidono la capacità di scendere nel profondo dell'anima umana e di tenere il legame col principio creatore della vita.

Dicevamo che il simbolo "rimanda a qualcosa che è al di là: non ha in sé stesso il proprio significato". Biedermann come Widmann ricordano che le immagini e i simboli, ossia i simboli esprimibili da immagini, derivano dalla pienezza dell'immagine archetipica originaria: esse sono propriamente *sūnbolon* (σύμβολον), dal verbo greco *sun-ballo* (συμβάλλω) che significa metto insieme, getto insieme (Rocci, 1960, p. 1732), unisco ciò che è separato e distinto, creo un incontro tra il particolare e l'universale, il materiale e l'immateriale, l'astratto e l'empirico, l'inconscio e il conscio, tra il tempo e l'eternità (Biedermann, 1989, p. XII; Widmann, 2017, p. 31). Per Goethe, "si ha una vera simbolica ovunque il particolare rappresenti l'universale come rivelazione viva e immediata di ciò che non può essere indagato" (Lurker, 1987, in Biedermann, 1989, p. XII).

“Ogni fenomeno psicologico è un simbolo, se si suppone che esso affermi o significhi anche qualcosa di più e di diverso che per il momento si sottrae alla nostra conoscenza, e per il quale non c’è un’espressione razionale adeguata. Quindi il fatto dato non è da considerare solo come tale ma anche come espressione di fattori sconosciuti. [...] il simbolo non è un significato ma un’azione che mantiene in tensione gli opposti dalla cui composizione nascono i processi trasformativi; nel simbolo c’è un’eccedenza di senso verso cui si orienta il processo di trasformazione psichica. [...] esse promuovono quelle trasformazioni individuali e collettive che portano a salti di coscienza individuali e collettivi, e cioè permettono di scrivere la biografia soggettiva e la storia collettiva”. (Galimberti, 1999, pp. 719, 875, 879-880). “L’eccedenza di senso si fonda su una eccedenza libidica corrispondente a quel quantum di energia che sfugge alle leggi di natura” (Jung, 1928, p. 56-57).

Archetipo

*Ciò che appare all’inizio della terapia
è come un archetipo ontogenetico da esplorare
Machella, 1999-2000*

Vediamo come possiamo definire l’archetipo (già citato in associazione al simbolo), per comprenderne a pieno il senso profondo e le sue implicazioni nella nostra vita.

“Il concetto di archetipo, che è un indispensabile correlato dell’idea di inconscio collettivo, indica l’esistenza nella psiche di forme determinate che sembrano essere presenti sempre e dovunque”. Secondo diversi studiosi, dice Jung, queste forme determinate sono state chiamate in vari modi: “motivi”, “rappresentazioni collettive”, “pensieri elementari” o “pensieri primordiali”. “La mia idea di archetipo -letteralmente ‘forma preesistente’- non nasce dunque isolata. Si tratta di un sistema psichico di natura collettiva, universale e impersonale, che è identico in tutti gli individui. Questo inconscio collettivo non si sviluppa individualmente, ma è ereditato. Esso consiste di forme preesistenti, gli archetipi, che possono diventare coscienti solo in un secondo momento e danno una forma determinata a certi contenuti psichici. Questo sistema si situa oltre alla nostra coscienza immediata [...] di natura del tutto personale. I prodotti inconsci, dunque, sono spesso di natura inequivocabilmente archetipica” (Jung, 1934-54, pp. 43-45).

“Gli archetipi si possono riprodurre spontaneamente sempre e ovunque, in forme e modalità indipendenti dalle influenze esterne. Cioè in ogni psiche sono presenti -inconsce e ciononostante attive, cioè vive- forme, disposizioni, idee in senso platonico, le quali istintivamente preformano e influenzano i nostri pensieri, sentimenti, azioni” (Jung, 1934-54, p. 81).

Durante l’analisi della psiche, “l’archetipo può manifestarsi tramite il racconto, il gioco, il disegno, la rappresentazione tridimensionale di un sogno, di un ricordo o di un’azione che fa parte della vita quotidiana. Ciò che ne caratterizza l’emergere

e l'intensità è, forse, anche la violenza delle emozioni che si accompagnano al suo irrompere nella coscienza. Jung spiega ciò col fatto che gli archetipi corrispondono a una disposizione innata a produrre immagini [...], oppure strutture psichiche universali e identiche, e corrispondono al concetto biologico di 'modelli di comportamento' assimilabile agli istinti" (Scategni, 1996, p. 73).

"Concetto chiave della psicologia analitica, l'archetipo è inconoscibile in sé, si rende visibile solo attraverso le sue rappresentazioni, le immagini archetipiche consistenti in schemi e temi dominanti universali comuni a tutti gli individui in tutte le epoche, visibili nei miti, nelle leggende, nei temi religiosi, mentre a livello individuale si manifesta soprattutto nei sogni e nelle fantasie inconse. I principali archetipi sono la Persona, corrispondente alla maschera sociale, al ruolo incarnato da ciascuno; l'Ombra, la parte oscura e rifiutata della personalità; i Genitori (la Grande Madre, il Padre) e il Fanciullo o Puer; l'Animus, la parte maschile presente a livello inconscio nella donna; l'Anima, la parte femminile inconscia dell'uomo. Perché l'archetipo sia psichicamente operante, è necessaria una sua evocazione e una sua attivazione attraverso l'esperienza reale con una figura corrispondente". Come spiega Jung (1917-43; 1921; 1928; 1947-54), la forza intrinseca dell'archetipo materno spinge il bambino ad aggrapparsi ostinatamente al seno della madre: in tal modo l'archetipo materno, innato, potenziale, diventa attivo" e si manifesta prendendo una forma concreta precisa (*quel* bambino, *quella* madre, *quella* relazione fra i due) e va a costituire gradualmente l'immagine interna di madre di quel bambino.

Montecchi a tale proposito suggerisce che "Dietro le esperienze reali del padre e della madre" di ciascuno di noi "ci sono dunque le immagini archetipiche paterna e materna. I genitori reali diventano significativi perché con la loro presenza attivano i contenuti psichici delle immagini genitoriali indispensabili per lo sviluppo", per l'attaccamento "e per la propria vita", e, attivando l'archetipo, radicano il bambino nell'inconscio collettivo (Montecchi, 2019, p. 82).

L'archetipo dunque è un *a priori* dei modelli di comportamento o schemi psichici: essi sono rappresentati alla coscienza, ad esempio, dalle migliaia di santi della Chiesa cattolica, dalle leggende e dai miti dell'antichità greca o romana, o precedente ancora. Quando pensiamo qualcosa, sentiamo e proviamo un'emozione, ci comportiamo in un certo modo, sogniamo, un archetipo viene costellato, si accende, possiamo dire. In quel momento *si incarna* in noi che stiamo agendo in quella specifica modalità e si manifesta.

"L'archetipo è sempre una specie di dramma condensato. L'archetipo è una forza; ha una sua autonomia e può impadronirsi di noi all'improvviso. L'archetipo in sé è completamente inconscio e noi ne possiamo osservare soltanto gli effetti", lo possiamo intravedere attraverso le nostre manifestazioni sensibili e le nostre esperienze (McGuire e Hull, 1977, pp. 365-373). Infatti, come dice Hillman, l'archetipo è *nell'immagine* (1983, p. 92), quella *a priori* che inconsciamente sta dentro di noi e che, poi probabilmente, si trasferisce in una rappresentazione.

Tutto il lavoro che farò nel corso del libro di esplorazione delle immagini, e dei rimandi ad arcaiche icone che l'antichità conserva e tramanda, è fondamentalmente l'incontro con gli archetipi trasferiti, incarnati e tradotti in immagini sensibili e percettibili. Il Sé è un archetipo tipico.

Sé

*Guarda i giacinti.
C'è una voglia in loro
d'essere qui
d'essere tanti sullo stesso fusto
e lanciarsi in aroma.*
M. Gualtieri, 2015, p. 20

“Noi esseri umani non siamo nati completamente nudi, ignoranti e disarmati nella giungla del mondo, ma senza esserne consapevoli abbiamo in noi una protezione e una grande guida”: le grandi forze delle immagini archetipiche (Van der Post, 1976, p. 247). Siamo immersi, infatti, in un patrimonio di forme originarie, gli archetipi; esse possono essere un utile strumento per la lettura del pensiero simbolico.

Il Sé è il più importante di tutti gli archetipi, e rappresenta, come l'Io per la coscienza, il punto di riferimento per la psiche inconscia. “Nella terminologia junghiana il Sé è il centro della personalità intorno a cui si raggruppano tutti gli altri sistemi psichici (inconscio, Io, ecc.). Il Sé li mantiene uniti e dà alla personalità l'equilibrio, la stabilità e l'unità (talora questa ricerca rappresenta lo scopo della vita per cui l'uomo lotta costantemente). In quanto totalità psichica, il Sé possiede tanto un aspetto cosciente quanto un aspetto inconscio. Compare nei sogni, nei miti e nelle immagini con personalità di grado superiore (re, eroi, salvatore, bambino prodigioso), o animale dotato di particolari caratteristiche, oppure si manifesta attraverso il simbolo della totalità come cerchio o come una sintesi di opposti (la diade del Tao, una coppia di fratelli, l'eroe e l'antagonista), o attraverso le immagini dei Mandala. In ogni caso ogni cosa, piccola o grande, umile o nobile, può diventare il simbolo del Sé a seconda della situazione di coscienza dell'individuo” (Jung, 1921, in Montecchi, 2019, p. 38).

La psicologia analitica, come ricorda Viterbi, ipotizza l'esistenza di una totalità psichica (*Selbst* originario) dalla quale emerge l'Io sotto la spinta della realtà esterna. “Il progressivo sviluppo dell'Io e la sua tendenza alla individuazione, come processo di integrazione di conscio ed inconscio, permettono di parlare di un «ritorno al *Selbst*»” (Viterbi, 1971, cap. 6)⁶.

La simbologia propria di questo archetipo si manifesta da un lato attraverso forme circolari o sferiche, immagini di quaternità (anche attraverso la *quadratura del cerchio*), e il cosiddetto simbolismo del mandala, o altrimenti attraverso l'immagine di una personalità sovraordinata (simbolismo dell'*Antropos*) (Jung, 1940, p. 158).

⁶ Per questa ipotesi si veda Edinger E.F., 1960, p. 3.

Vorrei portare come esempio un famoso sogno di Jung e una sua esperienza altrettanto famosa della vita di ragazzino e poi adulto. Alla fine di un periodo molto difficile in cui Jung aveva fatto l'esperienza di incontro e di immersione nelle immagini del suo inconscio, immagini demoniache, fantasie e personaggi, confluiti nei famosi *Quaderni Neri* e poi nel *Libro Rosso*, fece un sogno, che Van der Post definisce come "forse il più commovente, evocativo e bello dei tanti sogni della sua lunga vita". In questo sogno appare un'isola splendente sotto il sole con al centro una splendida magnolia in piena fioritura con fiamme rossastre che si aggiungono alla luce del sole. Van der Post commenta: "noi tutti abbiamo un Sé-isola con un albero della vita in fiore". Se noi navighiamo alla ricerca della nostra totalità-isola, all'inizio l'albero sarà senza foglie ma alla fine sarà in fioritura e inondato dalla luce del sole (Van der Post 1976, p. 218).

Anche nella veglia Jung aveva sperimentato un'isola fortificata, regno del Sé, quando giocava sulle rive del Reno creando fantastici villaggi con pietre e sabbia. La costruzione fantastica si è poi ripetuta da adulto nelle stesse modalità, per far fronte al dolore della separazione da Freud e riattivare la capacità creativa perduta (vedi capitolo 3, il *Gioco della Sabbia*, in particolare il paragrafo *Presentazione della Sand Play Therapy*).

Il Sé è per Jung un concetto empirico che designa l'unità e la totalità della personalità (Jung, 1917-43). Come totalità psichica il Sé è sovraordinato all'Io e abbraccia sia la psiche cosciente sia la psiche inconscia, ciò che è oggetto di esperienza e ciò che non lo è o non lo è ancora. Il Sé è dunque una identità trascendente, solo in parte conoscibile e delimitabile. Si tratta non certo di un concetto filosofico ipostatizzato, bensì di un'ipotesi verificabile empiricamente nei sogni, nei miti e nelle fiabe, dove il Sé compare, come si diceva, come personalità di grado superiore (re, eroe, profeta ecc.); oppure nei disegni e scene tridimensionali (sabbie, sculture) come simbolo di totalità (cerchio, quadrato, croce, mandala ecc.). "Rappresentando una sintesi degli opposti, esso può apparire anche come diade unificata di contrari (ho preparato alcune immagini che saranno esempi concreti nel paragrafo del capitolo 5, *Presentazione della Sand Play Therapy*). I suoi simboli unitari che ricorrono sul piano empirico sono intensamente numinosi, suscitano cioè un'emozione che trascende gli affetti personali, e ha un aspetto spirituale" (Jung, 1955-56, p. 214). L'azione del Sé è motrice e meta del processo di individuazione, di cui dirò tra poco.

La ricerca del proprio Sé può durare anche tutta la vita, occupa la psiche di un individuo in ricerca per tutta la durata della sua esistenza. Il Sé, dunque, non è mai definito o finito o definitivo, ma si raggiunge a tappe e a *step*: è possibile che le varie fasi della vita corrispondano a scoperte del Sé che, nel processo di individuazione susseguente, si dimostra parziale e provvisorio. Non possiamo negare che, proprio perché incompleto, il Sé continui a manifestarsi nel corso del processo di ricerca e scoperta da parte dell'individuo lungo tutta la sua vita, e che palesi i suoi segni unificatori a vari e diversi livelli.

Inconscio individuale e collettivo

*Gli piacevano le patate fritte intinte nel sale della vita
e le dita sporche di felicità semplici.*
Perrin V., 2018, p. 204

“Un certo strato per così dire superficiale dell'inconscio è senza dubbio personale: noi lo chiamiamo ‘inconscio personale’. Esso poggia però sopra uno strato più profondo che non deriva da esperienze e acquisizioni personali, ma è innato. Questo strato più profondo è il cosiddetto ‘inconscio collettivo’. Ho scelto l'espressione ‘collettivo’ perché questo inconscio non è di natura individuale, ma universale e cioè, al contrario della psiche personale, ha contenuti e comportamenti che sono gli stessi dappertutto e per tutti gli individui. In altre parole, è identico in tutti gli uomini e costituisce un sostrato psichico comune, di natura sopra personale, presente in ciascuno”. (Jung, 1934/54, p. 3-4).

“Mentre l'inconscio personale consiste soprattutto in ‘complessi’, il contenuto dell'inconscio collettivo, invece, è formato essenzialmente da ‘archetipi’. Il concetto di archetipo, che è un indispensabile correlato dell'idea di inconscio collettivo, indica l'esistenza nella psiche di forme determinate che sembrano essere presenti sempre e dovunque. [...] (Jung, 1936, p. 43-44).

“L'inconscio collettivo è la poderosa massa ereditaria spirituale dello sviluppo umano, che rinasce in ogni struttura cerebrale individuale. [...] L'inconscio”, ci dice Jung in un altro suo testo, “contiene la sorgente delle forze motrici spirituali e le forme o categorie che le regolano, cioè gli archetipi. Tutte le più forti rappresentazioni dell'umanità risalgono ad archetipi. Gli archetipi non sono altro che le forme di manifestazione degli istinti. Dalla sorgente vitale degli istinti fluisce tutto ciò che è creativo, cosicché l'inconscio [...] genera l'impulso creatore. [...] Il deposito residuo dalle potentissime esperienze immaginose e affettive di tutti gli antenati, riguardanti il padre, la madre, il bambino, l'uomo e la donna, la personalità magica, i pericoli del corpo e dell'anima, ha elevato questo gruppo di archetipi, riconoscendone inconsciamente le potenti forze psichiche, al grado di supremi principi formulatori e regolatori della vita (anche) religiosa e perfino politica). [...] L'inconscio, come insieme di tutti gli archetipi, è il deposito di tutte le esperienze umane fino ai più oscuri primordi, un sistema vivo e pronto a reagire, che, per vie invisibili e appunto perciò attivissime, regola la vita individuale” e collettiva (Jung, 1927-31, pp. 174-176).

Processo di individuazione

*Con una chiave chiudo il passato, con l'altra apro il futuro.
Ciò accade mentre trasformo la mia natura.
È il miracolo della trasformazione a comandare.
Io sono il suo servo.*
Jung, 2009, p. 251

Jung descrive l'individuazione come una forma di energia dinamica che, al pari di

ciò che avviene per il patrimonio genetico attraverso i caratteri somatici, tende alla piena realizzazione delle potenzialità umane di ogni individuo (Scategni, 2001, p. 163).

Attraverso una rilettura di Jung, consideriamo ora il processo di individuazione tra creatività e alchimia.

Jung, in *Psicologia e Alchimia* (1944), materia a cui ha dedicato studi accurati attraverso testi rari e antichi, fonda le basi per una analogia tra la trasformazione alchemica dei metalli da volgari a raffinati e il processo personale di scoperta di sé che attinge all'*Inconscio Collettivo* e che chiama *Processo di Individuazione*.

Così come né l'oro concreto né la pietra filosofale sono mai stati fabbricati nella realtà, allo stesso modo nessuno è mai riuscito a raccontare fino in fondo e precisamente la storia del proprio e altrui processo di individuazione (Jung, 1950, pp. 337, 338). L'individuazione è per Jung "il naturale e necessario processo di formazione e differenziazione dell'individuo, come essere distinto dai valori della coscienza collettiva". L'individuazione coincide con l'evoluzione della coscienza dallo stato originario di indistinzione e rappresenta quindi un ampliamento della sfera della coscienza e della vita psicologica cosciente (Jung, 1921, pp. 464-65).

Machella riprende tale analogia proposta da Jung per allargare il parallelo tra sviluppo personale e creazione artistica (Machella, 2000). In questo è sostenuta da Della Cagnoletta (2010), la quale afferma che il processo di crescita dell'individuo può essere ben accompagnato da un'efficace azione creativa, e che i processi bloccati e inconsapevoli di un individuo sono messi in moto dall'attivazione del processo generativo e immaginativo. Lo scopo di un processo di crescita è arrivare a percepirsi integrati e coerenti (Della Cagnoletta, 2010, p. 17) e a questo concorre l'azione creativa. Essa comprende sia il bisogno fondamentale per l'uomo di esprimere i contenuti preziosi della sua profondità, sia la spinta alla costruzione di nuovi aspetti personali, sia infine il desiderio che qualcuno accolga e recepisca con sguardo *em-patico* (cioè sto dentro la tua emozione) il nuovo che avanza e sappia rispecchiare il contenuto manifesto e latente della creazione.

Tutti e tre i processi (alchemico, individuativo, creativo) hanno in comune molti elementi: la capacità di unire gli opposti, ad esempio il processo alchemico unisce il fuoco e l'acqua, o la terra e l'aria; il processo individuativo favorisce l'unione di maschile e femminile, di luce-coscienza e ombra-incoscienza; il processo creativo del Gioco della Sabbia, intreccia l'asciutto e il bagnato della sabbia, il finito del contorno della sabbiera e l'infinito del suo significato. Tutti e tre i processi trasformano la propria materia specifica, ossia i metalli, la psiche, le scene di sabbia, da grezza a elaborata o raffinata.

I tre processi, inoltre, hanno bisogno, per realizzarsi, di avere un luogo di *labor-atorio* dove gli elementi da trasformare possano *macinare* o *cuocere*: l'*Athamor* o forno per l'alchimia; la *base sicura* della relazione del bambino con la madre dove tutte le emozioni primarie della vita gli vengono elaborate e ritrasmesse masticate; la *mente duale* della relazione terapeuta-paziente e il setting tipico del Gioco della Sabbia dove *incubare* fantasie e immaginazione.

Un altro elemento comune ai tre processi è il risultato del processo stesso, un prodotto finale considerato di maggiore raffinatezza rispetto alla partenza: l'Oro o Pietra Filosofale nell'alchimia, il quadro con la scena tridimensionale generato durante il processo creativo all'interno delle sabbie, il Sé e l'interazione con esso nel processo individuativo. A questo si lega quel non arrivare mai ad un punto definitivo ma essere immessi in un percorso ciclico, che arrivato al culmine riparte da capo per rifondare in altre forme la perfezione dello sviluppo trasformativo.

L'Alchimia era detta *Arte Regia* e gli alchimisti si consideravano *filosofi e artisti* in quanto ricercavano la conoscenza seguendo l'opera della natura e allo stesso tempo trasformavano sé stessi nel profondo. Similmente, il creatore di scene nella sabbia, come cercherò di raccontare, individua nello scaffale le miniature che lo colpiscono e le posiziona nello spazio di sabbia in modo istintivo e spontaneo: le anima della sua propria vita interiore e le rende viventi rivelando "il potere latente del creatore che dorme dentro di noi, in quanto questa è la nostra facoltà più prossima al divino" (Harding⁷, 1973, cit. in Machella, 2000, p. 51).

Colui che sceglie di esplorare sé stesso attraverso il percorso analitico parte, analogamente all'alchimista e al creatore di scene nella sabbia, dal caos psichico iniziale, è poi alimentato dagli archetipi dell'inconscio collettivo che si mischiano con i suoi temi tipici dando loro forma specifica, e arriva infine alla individuazione del proprio Sé, centro e fulcro della propria psiche rigenerata. "Loro e la Pietra Filosofale sono dunque anche simboli della ricchezza spirituale che l'operatore consegue, ovvero della Sapienza, della luce di rivelazione e di bellezza estratta con travaglio dalle tenebre della condizione umana" (Calvesi⁸, 1995, cit. in Machella, 2000, pp. 7-8).

Il senso delle analogie tra alchimia, creatività e analisi risiede nel fatto che, dice Jung (1944, p. 414), le immagini e le leggi delle tre sapienze hanno origine nell'anima, sono frutto di elaborazioni psichiche, anche se, come nel caso dell'alchimia e delle creazioni nella sabbia, il materiale da trasformare è anche fisico e concreto; sono alimentate dal proprio inconscio e da quello collettivo archetipico. A questo riguardo infatti, dice Jung, esiste una sorta di *impressione archetipica* nell'anima, come accennato nel paragrafo precedente: Archetipo significa *l'impronta del principio*, da *arché* (ἀρχή) = principio, e *tùpos* (τύπος) = colpo, impronta (Jung, 1944, p. 19).

7 M. Esther Harding è stata allieva diretta di C. G. Jung negli anni Venti e ha praticato la professione di analista fino alla sua morte, nel 1971. Ha tenuto numerose conferenze negli Stati Uniti, in Canada e in Europa ed è autrice di *Journey into Self*, *The I and the Not-I* e *The Parental Image*. È stata membro fondatore della New York Association for Analytical Psychology, dell'Analytical Psychology Club di New York e della C. G. Jung Foundation, e patronessa del C. G. Jung Institute di Zurigo.

8 Maurizio Calvesi (Roma 1927-2020) accademico, storico dell'arte, critico d'arte e saggista italiano; professore emerito nell'Università di Roma La Sapienza, socio nazionale dell'Accademia dei Lincei e dell'Accademia Clementina di Bologna, è considerato uno dei più autorevoli storici dell'arte moderna in Italia. Ha curato diverse mostre e scritto numerosi saggi e articoli sulla storia dell'arte del Rinascimento, del Barocco e del XX secolo. La sua ricerca storico-critica si muove secondo linee innovative e spesso controcorrente. Rilevanti sono i suoi studi sulle simbologie alchemiche nell'arte, applicate poi allo studio di diversi artisti, anche del Novecento, come Marcel Duchamp. È stato fra i primi a interessarsi della neoavanguardia e di artisti contemporanei di spicco.

Ci sono quattro tappe del processo di trasformazione nei tre ambiti: considero il processo alchemico la nostra traccia e la metafora per gli altri due.

Le tappe alchemiche sono contrassegnate da quattro colori (nero, bianco, giallo, rosso) che caratterizzano chimicamente il momento di trasformazione alchemica dei metalli: esse diventano simboliche per gli altri due ambiti. Seguendo Calvesi (1995) consideriamo quattro fasi in successione che tratteggiano un sistema simbolico e ciclico di trasformazione; esso richiama la *quadripartizione antropologica e cosmica*: quella degli elementi della natura: terra e acqua, aria e fuoco; quella dei momenti del giorno: notte, alba, meriggio e sera; quella delle quattro età dell'uomo: fanciullezza, giovinezza, maturità, vecchiaia; quella delle stagioni: inverno, primavera, estate e autunno; e anche quella dei quattro umori dell'uomo: malinconia, inquietezza, ardore, calma. Si tratta di quadripartizioni riferite a processi evolutivi e trasformativi in continuo divenire, a quell'energia vitale che muove l'umano e la natura in sintonia. "Le manifestazioni in continuo divenire della vita e dell'universo sono così spiegate in chiave di reciproche e speculari analogie". (Calvesi, 1995).

Secondo Dürer, che ha portato le antiche tradizioni alchemiche fino a noi⁹, le fasi di trasformazione dei metalli in oro sono quattro: la prima è detta *nigredo*, la *materia al nero*, la *putrefactio*, contrassegnata dal colore nero del piombo e dalla separazione dei diversi materiali, oltre che dalla solitudine sul piano psicologico; la seconda è l'*albedo*, contrassegnata dal bianco, unione di molti colori, simbolo della compresenza e dell'unione dei contrari; la terza è la *citrinitas*, contrassegnata dal colore giallo, apertura e promessa di successo; la quarta è la *rubedo*, il rosso e l'oro o Pietra Filosofale, l'esito perfetto, ma non definitivo, della dolorosa trasformazione degli elementi grezzi e di base in materiale raffinato (Jung, 1944, p. 227).

L'alchimia, come ci richiama Machella (2000, pag. 51) esorta alla "conoscenza saturnina", a quell'"entrare nella propria notte che chiamiamo inconscio", per riemergere con l'opera compiuta, ossia la conoscenza di sé sviluppata.

Jung diceva che gli alchimisti cercavano di ottenere nel mondo esteriore quello che lui ricercava attraverso la psicologia: nel corso del proprio esistere arrivare a un nuovo Senso della vita. "L'impegno degli antichi alchimisti era volto a creare un nuovo tipo di uomo e a generare una maggiore consapevolezza della realtà e a moltiplicare il Senso". A Jung sembrava ovvio che quel lavoro "fosse intriso di simbolismo vivente, trasfigurante" al massimo grado (Van der Post, 1976, p. 242).

Grazie all'esperienza clinica, di cui la psicoterapia si è arricchita nel tempo e che io stessa ho esplorato a lungo negli anni, si può dire che le quattro fasi di trasformazione psichica del processo individuativo analitico, mutate dalla metafora alchemica, potrebbero essere le seguenti: la *nigredo* è il momento in cui il paziente scopre il disagio, percepisce il salutare dispiegamento dell'angoscia all'interno di una relazione

⁹ Albrecht Dürer, 1471-1528, è considerato il maggiore esponente della pittura tedesca rinascimentale, incisore, amante di simbologie ermetiche. Vedi Calvesi, Arte e alchimia. Jung, grande studioso di alchimia (1944, 1946, 1948-49, 1955-56), lo ha letto moltissimo e se ne è avvalso per le sue ricerche.

terapeutica che si annuncia sicura e accogliente; l'*albedo* è la fase della scoperta, da parte del paziente e del terapeuta, delle risorse personali del paziente e dell'affacciarsi della speranza di risoluzione dei propri nodi; la *citrinitas* è il periodo dell'acquisizione del linguaggio simbolico e della possibilità reale di trasformazione: è il momento in cui paziente e terapeuta iniziano a giocare e in cui nella relazione terapeutica si inizia ad essere in due soggetti che comunicano reciprocamente attraverso il simbolo; la *rubedo* segna la trasformazione e la coscienza di essa, il loro consolidamento nella nuova materia psichica, a cui seguirà il desiderio del paziente di separarsi dalla sua *guida* e di camminare con le proprie forze. Prendendo le mosse dai quattro elementi della natura che avrà riscoperto in sé, il soggetto lascia indietro l'acqua delle lacrime, affonda i piedi nella terra del radicamento in sé, si sente addosso l'aria dello spirito, si porta dentro il fuoco e la nitidezza della visione di sé.

Galimberti, nel suo avvincente saggio *L'uomo nell'Età della Tecnica* (2007), presentato nel 2005 al Convegno Nazionale del CIPA (Centro Italiano di Psicologia Analitica), e nel libro *Psiche e techne. L'uomo nell'età della tecnica* (2002) sullo stesso argomento, ci rimanda l'angoscia rimossa e non più riconosciuta del nostro tempo, in cui l'uomo è stato espropriato del suo vero Sé per essere ridotto a servire la *Techne*, nuovo dio dalle leggi severe: "nell'età della tecnica ci sono solo più le esigenze di una rigida razionalità puramente funzionale, che premia chi 'meglio funziona', ossia chi meglio interpreta il proprio ruolo di mero strumento" (Galimberti, 2007, p. 191). In questo scenario in cui si fronteggiano ostilmente individuo e società contendendosi il campo l'un l'altro, Galimberti si chiede come possa svilupparsi il processo di individuazione di ogni individuo, quando questi sia soverchiato dalla razionalità della tecnica che lo obbliga ad un adeguamento e un conformismo funzionali e lo deruba della sua autenticità.

Se il processo di individuazione è strettamente connesso alla cosiddetta "funzione trascendente"¹⁰, e mediante questa funzione vengono date quelle linee di sviluppo individuali che non potrebbero mai essere raggiunte per la via già tracciata da norme collettive" (Jung, 1921, p. 463, 490, cit. in Galimberti, 2007, p. 193), ecco che allora si offre all'individuo la possibilità di *de-situarsi* dal collettivo a *etica strumentale*, di oltrepassare la situazione che lo ospita ma lo priva di autodeterminazione e libertà, e di ascoltare le proprie risonanze interiori.

Il Simbolo è per Galimberti dunque il *tesoro* illuminante che darebbe senso alla nostra vita e che deve essere rintracciato nella preistoria dell'uomo, a monte della tecnologia con le sue leggi totalizzanti, "quando ancora l'uomo è vicino alla natura, ai desideri autentici". Se l'uomo riuscisse, nonostante la potenza della *Techne*, ad essere autentico e sé stesso, usando la sua verità individuale, se potesse "conoscere sé stesso che l'antico oracolo di Delfi indicava come la via della salute dell'anima", avrebbe paradossalmente scarsa capacità di adeguamento funzionale al regime della tecnologia e sarebbe da essa etichettato come *patologico*, ma salverebbe l'anima

¹⁰ Vedi paragrafo successivo, *Funzione trascendente*.

(Galimberti, 2007, p. 194-196). Per non perdere l'anima Galimberti suggerisce di restare accanto e fedeli al "principio di individuazione che ha la sua radice in quel fatto ontologico per cui ogni uomo è per principio un *discretum*, un che di separato, come riserva di significati propri che resistono all'omologazione. Questa trascendenza interna dell'anima", se tenuta strettamente a contatto del proprio Sé e ricercata continuamente, àncora l'individuo alla propria verità interna e originale, e "impedisce all'uomo di funzionare 'perfettamente' come una macchina. L'individuazione, che ha nella trascendenza la sua radice interna", agli occhi del regime della moderna funzionalità è un ostacolo all'esigenza totalitaria, implicita nella tecnica (Galimberti, 2007, p. 197).

In sintesi, l'uomo individuandosi non si isola dalla collettività, né vi si oppone necessariamente, bensì acquisisce una socialità più ampia e più autentica. Il concetto di *individuazione* è dunque in netta antitesi con quello di *individualismo*.

"È necessario il simbolo, che agisce 'magicamente' e che contiene quel primitivo analogismo che parla all'inconscio. Solo attraverso il simbolo è possibile raggiungere ed esprimere l'inconscio; per questo anche il processo di individuazione non può mai fare a meno del simbolo. Il simbolo è da un lato l'espressione primitiva dell'inconscio, ma dall'altro è un'idea che corrisponde all'intuizione più profonda della coscienza". Sembra infatti che certi simboli abbiano potentemente la funzione di esprimere il massimo presentimento della coscienza e la suprema intuizione dello spirito, e così fondere la coscienza del presente con il più remoto passato della vita.

La conclusione del processo psichico individuativo è rappresentata simbolicamente, in analogia con i processi alchemico e creativo, dal *Lapis* o *Pietra Filosofale*, esito dell'*Opus alchemico*, il procedimento, come abbiamo visto, di *raffinazione* della materia psichica (Machella, 2000, p. 27).

Complessi

*Niente resta - tutto appare
e si rimpasta per tornare.
E il putrame carico d'amore
tesse insieme alla stella
al ronzare, alle vulve della foresta.
Gualtieri, 2015, p.22*

"I complessi sono esperienze relazionali conflittuali interiorizzate e generalizzate. Emotivamente marcati" (Kast, 2004, p. 22). Quando Jung parla di complessi associa il concetto di costellazione (Jung, 1934, p. 110-111): "Non esistono processi psichici isolati. [...] la costellazione è un processo automatico che subentra involontariamente e che nessuno può impedire che si verifichi. [...] Si tratta di un complesso attivo che traspone momentaneamente in uno stato di illibertà, di coazione del pensiero e dell'azione per definire la quale dovremmo ricorrere al concetto

di limitata capacità di intendere. [...] Là dove comincia la sfera dei complessi cessa la libertà dell'io, perché i complessi sono forze psichiche la cui natura più profonda non è ancora stata messa in luce". Il *complesso a tonalità affettiva* è un'organizzazione psichica complessa ad alta e vivace tonalità emotiva, con un grado relativamente alto di autonomia, cioè "è sottoposta soltanto in misura limitata alle disposizioni della coscienza e si comporta perciò, in riferimento alla coscienza, come un *corpus alienum* animato". (Jung, 1934, p. 113). Rappresenta un coagulo energetico organizzato attorno a temi e immagini interiorizzate quali padre, madre, fratelli, ecc.

"Se il complesso può di solito essere represso con uno sforzo di volontà, non può essere in nessun modo eliminato, e quando si presenta l'occasione opportuna riemerge con tutta la sua forza originaria. I complessi sono parti autonome della psiche. [...] L'eziologia della loro origine è sovente un trauma, uno shock emotivo, a causa del quale una parte della psiche si è distaccata. [...] I complessi non sono solo come tumori maligni bensì caratteristici fenomeni vitali della psiche sia primitiva (o originaria) che differenziata. [...] La via regia per l'inconscio non sono i sogni come ci ha indicato Freud bensì i complessi, che sono la causa dei sogni e dei sintomi". Soltanto un'azione terapeutica può procedere, come racconterò nei casi trattati, contro l'intoccabilità dei complessi dei pazienti, e i terapeuti che operano su questo terreno maneggiano un oggetto che rappresenta l'elemento non domato dall'uomo, ossia il *numinoso*, il *tremendum* psichico (Jung, 1934, pp. 110-120).

Funzione trascendente

*Ho visto il Mediterraneo per la prima volta
dal sedile posteriore della macchina di Célia.
Ho abbassato il finestrino
e ho pianto come una bambina.
Credo di avere avuto il più grande shock della mia vita.
Lo shock del maestoso.
Perrin V., 2018, p. 150*

Caratteristica della funzione trascendente è la possibilità di porre in continua connessione e confronto dialettico l'inconscio e la coscienza, senza cadere nell'unilateralità dell'una o dell'altra posizione. "La funzione trascendente aiuta il paziente a comporre coscienza e inconscio e a raggiungere in tal modo un nuovo atteggiamento" (Jung, 1957-58, p. 88).

È il motore della dinamica psichica, compone gli opposti, cioè i contenuti consci e inconsci, o due contenuti opposti entrambi inconsci che lottano ognuno per la propria supremazia, e consente di approdare a una situazione psichica nuova. Nel capitolo *Presentazione della Sand Play Therapy*, illustro come una *semplice* scena possa svolgere proprio questa funzione e il soggetto, senza rendersene conto, possa acquisire questa unità conciliativa di opposti che lo proietta verso un futuro dove il conflitto inconscio si potrà sciogliere.

“La funzione trascendente si manifesta come una caratteristica di opposti che si sono reciprocamente avvicinati. Fin quando questi opposti sono mantenuti estranei l’uno all’altro, allo scopo naturalmente di evitare conflitti, non funzionano, e ne consegue un morto ristagno. Il contrasto delle posizioni comporta una tensione carica di energia che produce qualcosa di vivo, un terzo elemento che [...] è una progressione che nasce dalla sospensione dell’antitesi, una nascita viva che introduce un nuovo grado dell’essere, una nuova situazione” (Jung, 1957-58, p. 105).

L’alternarsi degli affetti rappresenta il contrasto di posizioni e “comporta una tensione carica di energia che produce qualcosa di vivo, una nascita viva che introduce un nuovo grado dell’essere, una nuova situazione. [...] La funzione trascendente si manifesta come una caratteristica di opposti che si sono reciprocamente avvicinati. Fin quando questi opposti sono mantenuti estranei l’uno all’altro -allo scopo naturalmente di evitare conflitti- non funzionano, e ne consegue un morto ristagno. [...] La coscienza è costantemente ampliata o meglio potrebbe essere costantemente ampliata da contenuti contrapposti finora inconsci se volesse darsi la pena di integrarsi”. (*ibidem*, pp. 88-106).

Un esempio può essere quello descritto nel caso di Viola, all’interno del capitolo 3. Una donna che rifiuta i rapporti sessuali col marito riesce improvvisamente a cambiare la sua prospettiva e ad accettare che l’attività sessuale sia buona, dinamica e attraente grazie all’entrata in campo della funzione trascendente: essa crea una corrente associativa la quale unisce il polo della coscienza, fissata all’impossibilità e alla paura delle unioni, al polo dell’inconscio che porta in sé il desiderio nascosto e rimosso di una sessualità genuina e spontanea, coartata per molti anni dalla fedeltà della paziente alla madre e alla relazione simbiotica con lei. In questo modo viene a crearsi una situazione psichica nuova: un pericolo prima totalizzante e paralizzante ora diventa esagerato e superabile. Il passaggio risolutivo dell’antico conflitto è stato reso possibile grazie alla costruzione di una scena di sabbia, come si vedrà più avanti.

Spesse volte viviamo in una situazione in cui “sussiste una completa uguaglianza ed equiparazione degli opposti, e si ha un arresto del volere in quanto ogni motivo ha accanto a sé il proprio opposto dotato di uguale forza”. Sentiamo ancora Jung: “poiché la vita non sopporta mai un arresto, ne nasce una congestione dell’energia vitale, che condurrebbe a uno stato di cose insopportabile se dalla tensione degli opposti non sorgesse una nuova funzione unificatrice che conduce oltre gli opposti. [...] Attraverso l’attività dell’inconscio viene così portato alla luce un contenuto, costellato in misura uguale della tesi e dell’antitesi, e che nei riguardi di entrambe svolge una funzione compensatrice. Poiché questo contenuto appare in rapporto sia con la tesi che con l’antitesi, esso forma una base intermedia sulla quale gli opposti possono conciliarsi. [...] Perciò la tensione fra gli opposti sbocca nell’espressione intermedia, e la difende nella lotta fra gli opposti che subito si inizia. [...] Con ciò la stasi delle forze vitali ha termine, e la vita può progredire scorrendo con rinnovato vigore verso nuove mete. A questo processo ho dato il nome di *funzione trascendente*:

grazie a questa funzione si crea il passaggio da un atteggiamento a un altro. La materia prima, elaborata da tesi e antitesi e che nel suo processo di formazione unifica gli opposti, è il simbolo vivo”. Esso esercita un forte influsso su tutte le funzioni psichiche (Jung, 1921, p. 489-491).

Laddove la funzione trascendente si manifesta improvvisa, determina un puro stupore nei presenti. Al suo cospetto si ribalta l'ordinario del lavoro terapeutico, si manifesta un *insight* con gli improvvisi scarti di coscienza e le conseguenti accelerazioni terapeutiche. È un inconsueto accadere che ricompensa abbondantemente il tenace e paziente lavoro quotidiano. “Nella stanza d'analisi allora si celebra l'agognato *'senso religioso dell'esistere'*, che cattura tutti coloro che si interessano alla dimensione archetipica della psicoterapia” (Mondo, 2012, p. 20).

